

آدرس جلسات ناحیه یازده CoDA ایران (استان های فارس و کهگیلویه و بویراحمد)

نمانده	آدرس	ساعت	نام گروه	روز	
۰۹۱۳۴۴۴۲۵۹۲ (هومت)	شیراز، شهرک صدرا، بلوار ایران، دوربرگردان دوم، خیابان دلگشا، روبروی درگاه پارسه، داخل پارک سهند روبروی بازارچه سهند، درب نارنجی	۱۶:۳۰ الی ۱۸:۰۰	سینش صدرا	یکشنبه	۱
۰۹۲۱۵۶۵۸۹۷۰ (رژ)	شیراز، خیابان قصرالدشت، خیابان آوینی، روبروی خیابان عنیف آباد، کوچه ۳، آموزشگاه تجارت برتر	۱۵:۰۰ الی ۱۶:۳۰	ارمغان	دوشنبه	۲
۰۹۱۷۹۴۳۶۵۱۳ (افسانه)	کچساران، اداره بنزیرستی، سالن اجتماعات، روبروی سالن بشارت	۱۵:۰۰ الی ۱۶:۳۰	بهار CoDA (بانوان)	دوشنبه	۳
۰۹۱۷۳۰۱۵۷۰۸ (رضا)	شیراز، بلوار نصر غربی، ریاستی اول به سمت پل فضیلت، قبل از خیابان موعود، مجتمع خیریه فرهنگی مذهبی درمانی امام حسن مجتبی، طبقه سوم، سالن اجتماعات	۱۵:۳۰ الی ۱۷:۰۰	های سعادت	سه شنبه	۴
	شیراز، پل معالی آباد، کوچه اکبر، (جنب رودخانه خشک)، بن بست یادایام، ساختمان ماد	۱۴:۰۰ الی ۱۵:۳۰	آفرینش	چهارشنبه	۴
۰۹۱۷۳۸۹۰۳۹۹ (سورنا)	https://join.freeconferencecall.com/shirazcoda	۱۱:۳۰ الی ۱۳:۰۰	فری کتفرانس شیراز	همه روزه	۵
۰۹۱۷۱۵۶۶۹۰۶۷۳۷ (علیا)	https://join.freeconferencecall.com/Asemancoda	۱۵:۰۰ الی ۱۶:۳۰	فری کتفرانس آسمان	همه روزه	۶
۰۹۱۷۷۴۳۶۸۳۲ (باربد)	https://join.freeconferencecall.com/Asemancoda	۲۲:۰۰ الی ۲۳:۳۰	فری کتفرانس آسمان	همه روزه	۷

ارتباط مستقیم با مسئول آدرس جلسات از طریق واتس آپ: ۰۹۱۷۳۸۹۰۳۹۹

t.me/SHIRAZCoDA11	کانال تلگرامی آدرس جلسات هم‌وابستگان گمنام ناحیه یازده (استان فارس):
https://eitaa.com/SHIRAZCoDA11	کانال ایتای آدرس جلسات هم‌وابستگان گمنام ناحیه یازده (استان فارس):
https://chat.whatsapp.com/I1FOYqSCbVkJftfKN1meoS	کانال واتس آپ آدرس جلسات هم‌وابستگان گمنام ناحیه یازده (استان فارس):

خوشامدگویی

ما ورود شما به انجمن هم‌وابستگان گمنام را که برنامه‌ای برای رهایی از هم‌وابستگی است خوش آمد می‌گوییم.

جایی که هر یک از ما تجربه، نیرو و امیدمان را به اشتراک می‌گذاریم تا رها شدن را جایگزین اسارت کرده و به جای آشفتگی که در رابطه با خودمان و دیگران داشتیم، آرامش را بیابیم.

بسیاری از ما در جستجوی راه‌هایی بوده‌ایم تا بر دشواری‌های ناشی از کشمکش‌هایی که در روابطمان و دوران کودکی‌مان وجود داشته است، غلبه کنیم.

بسیاری از ما در خانواده‌هایی رشد کرده‌ایم که در آن انواع اعتیادها وجود داشته است البته ممکن است برای برخی از ما این گونه نبوده باشد.

در هر دو حالت، هر یک از ما در زندگی‌مان متوجه شدیم هم‌وابستگی رفتاری و سواس‌گونه، عمیقاً ریشه‌دار و زاده نظام‌های خانوادگی کم و بیش ناکارآمد و گاهی هم به شدت ناکارآمد و نامتعادل است.

هر یک از ما در مسیر زندگی‌مان آسیب‌های عاطفی دردناکی را تجربه کرده‌ایم که ناشی از احساس خلاء و پوچی در دوران کودکی و روابطمان بوده است.

ما مُصرانه از دیگران، همسران، دوستان و حتی فرزندانمان به عنوان تنها منبع هویت، ارزش، حال خوب و همچنین راهی که بتوانیم کمبودهای عاطفی دوران کودکی‌مان را ترمیم کنیم استفاده می‌کردیم.

تاریخچه زندگی ما ممکن است شامل دیگر اعتیادهای قدرتمندی باشد که به دفعات برای مقابله با هم‌وابستگی‌مان از آنها بهره جسته‌ایم.

ما همگی یاد گرفته بودیم که زندگی یعنی فقط زنده بمانیم ولی در CoDA می‌آموزیم که زندگی کنیم.

با اجرای دوازده قدم و اصولی که در CoDA یافتیم می‌توانیم در زندگی روزمره و روابط گذشته و حال خود آزادی جدیدی را نسبت به شیوه زندگی محکوم به شکستی که قبلاً داشته‌ایم تجربه کنیم.

این یک فرآیند رشد شخصی است. هر یک از ما با سرعت خودمان رشد می‌کنیم و این روند را با توجه به خواست خداوند برای خود، در هر روز ادامه می‌دهیم.

اهمیتی ندارد تا چه اندازه گذشته شما دردناک یا حال حاضرمان مأیوس‌کننده به نظر برسد، در برنامه هم‌وابستگان گمنام امید برای یک زندگی تازه وجود دارد.

شما دیگر نیازی ندارید به دیگران به عنوان نیروی برتر از خودتان تکیه کنید در عوض ممکن است در اینجا نیرو و توان جدیدی را درون خود پیدا کنید.

همان نیرویی که خواست خداوند است؛ با ارزش و رهایی بخش.