

# *Dwanaście Kroków AA*

---

- 1.** Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec alkoholu, że przestaliśmy kierować własnym życiem.
- 2.** Uwierzyliśmy, że Siła Większa od nas samych może przywrócić nam zdrowie.
- 3.** Postanowiliśmy powierzyć naszą wolę i nasze życie opiece Boga, *jakkolwiek Go pojmujemy*.
- 4.** Zrobiliśmy gruntowny i odważny obrachunek moralny.
- 5.** Wyznaliśmy Bogu, sobie i drugiemu człowiekowi istotę naszych błędów.
- 6.** Staliśmy się całkowicie gotowi, aby Bóg uwolnił nas od wszystkich wad charakteru.
- 7.** Zwróciliśmy się do Niego w pokorze, aby usunął nasze braki.
- 8.** Zrobiliśmy listę osób, które skrzywdziliśmy i staliśmy się gotowi zadośćuczynić im wszystkim.
- 9.** Zadośćuczyniliśmy osobiście wszystkim, wobec których było to możliwe, z wyjątkiem tych przypadków, gdy zraniłoby to ich lub innych.
- 10.** Prowadziliśmy nadal obrachunek moralny, z miejsca przyznając się do popełnianych błędów.
- 11.** Dążyliśmy poprzez modlitwę i medytację do coraz doskonalszej więzi z Bogiem, *jakkolwiek Go pojmujemy*, prosząc jedynie o poznanie Jego woli wobec nas, oraz o siłę do jej spełnienia.
- 12.** Przebudzeni duchowo w rezultacie tych Kroków, staraliśmy się nieść posłanie innym alkoholikom i stosować te zasady we wszystkich naszych poczynaniach.