



12 KROKÓW AA



Krok Pierwszy

Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec alkoholu
- że nasze życie stało się niekierowalne.

Krok Drugi

Uwierzaliśmy, że Siła większa od nas samych może przywrócić nam zdrowy rozsądek.

Krok Trzeci

Podjęliśmy decyzję, aby powierzyć naszą wolę i nasze życie opiece Boga,
tak jak Go rozumieliśmy.

Krok Czwarty

Zrobiliśmy wnikliwą i odważną osobistą inwenturę moralną.

Krok Piąty

Wyznaliśmy Bogu, sobie i drugiemu człowiekowi istotę naszych błędów.

Krok Szósty

Staliśmy się całkowicie gotowi,
żeby Bóg usunął wszystkie te wady charakteru.

Krok Siódmy

Zwróciliśmy się do Niego w pokorze, aby usunął nasze braki.

Krok Ósmy

Zrobiliśmy listę wszystkich osób, które skrzywdziliśmy,
i staliśmy się gotowi zadośćuczynić im wszystkim.

Krok Dziewiąty

Zadośćuczyniliśmy osobiście wszystkim, wobec których było to możliwe,
z wyjątkiem tych przypadków, gdy zraniłoby to ich lub innych.

Krok Dziesiąty

Prowadziliśmy nadal osobistą inwenturę, z miejsca przyznając się do popełnianych błędów.

Krok Jedenasty

Staraliśmy się przez modlitwę i medytację poprawiać nasz świadomy kontakt z Bogiem, tak
jak Go rozumieliśmy, prosząc jedynie o poznanie Jego woli wobec nas oraz o siłę do jej
spełnienia.

Krok Dwunasty

Przebudzeni duchowo w rezultacie tych kroków staraliśmy się nieść to posłanie innym
alkoholikom i stosować te zasady we wszystkich naszych poczynaniach.