

## Dwanaście Kroków SLAA\*

1. Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec uzależnienia od seksu i miłości - przestaliśmy kierować swoim życiem.
2. Uwierziliśmy, że Siła większa od nas samych może przywrócić nam równowagę umysłu.
3. Postanowiliśmy powierzyć naszą wolę i nasze życie opiece Boga, jakkolwiek Boga pojmujemy.
4. Zrobiliśmy gruntowny i odważny obrachunek moralny.
5. Uznaliśmy przed Bogiem, sobą i drugim człowiekiem istotę naszych błędów.
6. Staliśmy się całkowicie gotowi, aby Bóg uwolnił nas od wszystkich wad charakteru.
7. W pokorze prosiliśmy Boga, aby usuwał 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 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 doskonalenia naszej świadomej więzi z Siłą większą od nas samych, prosząc jedynie o poznanie woli Boga wobec nas oraz o siłę do jej spełnienia.
12. Przebudzeni duchowo dzięki tym Krokom, staraliśmy się nieść posłanie innym uzależnionym od seksu i miłości i stosować te zasady we wszystkich dziedzinach naszego życia.

\* ©1985 The Augustine Fellowship, S.L.A.A., Fellowship-Wide Services, Inc. Wszystkie prawa zastrzeżone. Dwanaście Kroków zostało przedrukowanych i zaadaptowanych za zgodą Alcoholics Anonymous World Services, Inc. Zgoda na przedruk i adaptację nie oznacza, że AA w jakikolwiek sposób łączy się z programem zdrowienia SLAA. Program Dwunastu Kroków AA jest stosowany wyłącznie do zdrowienia z alkoholizmu. Stosowanie Programu Dwunastu Kroków w odniesieniu do innych programów i działalności wzorowanych na AA, ale odnoszących się do innych problemów, nie oznacza, że AA ma z nimi związek.

### DWANAŚCIE KROKÓW ANONIMOWYCH ALKOHOLIKÓW

1. Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec alkoholu, że przestaliśmy kierować własnym życiem. 2. Uwierziliśmy, 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.

Tekst tłumaczenia na język polski zatwierdzony przez służby krajowe SLAA w Polsce w dniach 22 lutego i 21 marca 2017 r.