

Dwanaście Kroków SLAA*

1. Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec uzależnienia od seksu i miłości - przestaliśmy kierować swoim życiem.
2. Uwierzyliśmy, 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 wnikliwą i odważną osobistą inwenturę moralną.
5. Wyznaliśmy Bogu, sobie i drugiemu człowiekowi 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 osobistą inwenturę, 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 spełniania.
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 nasze życie stało się niekierowalne.
2. Uwierzyliśmy, że Siła większa od nas samych może przywrócić nam zdrowy rozsądek.
3. Podjęliśmy decyzję, aby powierzyć naszą wolę i nasze życie opiece Boga, tak jak Go rozumieliśmy.
4. Zrobiliśmy wnikliwą i odważną osobistą inwenturę moralną.
5. Wyznaliśmy Bogu, sobie i drugiemu człowiekowi istotę naszych błędów.
6. Staliśmy się całkowicie gotowi, żeby Bóg usunął wszystkie te wady charakteru.
7. Zwróciliśmy się do Niego w pokorze, aby usunął nasze braki.
8. Zrobiliśmy listę wszystkich 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 osobistą inwenturę, z miejsca przyznając się do popełnianych błędów.
11. 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.
12. Przebudzeni duchowo w rezultacie tych kroków staraliśmy się nieść to 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., i 6 grudnia 2024 r.