

Los Doce Pasos Ilustrados

Esta literatura está aprobada por la Conferencia de Servicios Generales de A.A.



Alcohólicos Anónimos® es una comunidad de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo.

- El único requisito para ser miembro de A.A. es el deseo de dejar la bebida. Para ser miembro de A.A. no se pagan honorarios ni cuotas; nos mantenemos con nuestras propias contribuciones.
- AA no está afiliada a ninguna secta, religión, partido político, organización o institución alguna; no desea intervenir en controversias; no respalda ni se opone a ninguna causa.
- Nuestro objetivo primordial es mantenernos sobrios y ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad.

Copyright © por "The A.A. Grapevine, Inc."
reimpreso con permiso.

Copyright © 1991

Alcoholics Anonymous World Services, Inc.
475 Riverside Drive
New York, N.Y. 10115

Translated from English. Copyright in the English language version of this work is also owned by A.A.W.S., Inc., New York, N.Y. All right reserved. No part of this translation may be duplicated in any form without the written permission of A.A.W.S.

Traducido del inglés. El original en inglés de esta obra también es propiedad literaria ©, de A.A.W.S., New York, N.Y. Prohibida la reproducción parcial o total de esta traducción sin permiso escrito de A.A.W.S.

Para más información sobre A.A., escribe a:

Dirección Postal: Box 459
Grand Central Station
New York, NY 10163

www.aa.org

15M 6/05 (Intra)

1 *Admitimos que éramos
impotentes ante el alcohol,
que nuestras vidas se habían
vuelto ingobernables.*



La botella me tiene derrotado.
Mi vida es un desastre.

2 *Llegamos a creer que un Poder superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio.*



Se puede conseguir ayuda.

3 *Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos.*



Dejo que un Poder Superior tome control de mi vida.

4 *Sin miedo hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.*



Necesito reflexionar sobre mi vida.

5 *Admitimos ante Dios,
ante nosotros mismos, y ante
otro ser humano, la naturaleza
exacta de nuestros defectos.*



Admito todos los errores que
he cometido.

6 *Estuvimos enteramente dispuestos
a dejar que Dios nos liberase
de nuestros defectos.*



Quiero ser libre.

7 *Humildemente le pedimos que nos
liberarse de nuestros defectos.*



Pido a un Poder Superior que
me ayude a ser libre.

8 *Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.*



Me pregunto: ¿A quién he lastimado?
¿Cómo puedo enmendarlo?

9 *Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.*



Trato de enmendar lo que puedo

10 *Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.*



Sigo haciendo un examen de conciencia.
Soy sincero.

11 *Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.*



Pido ayuda a un Poder Superior para encontrar el buen camino.

12 *Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar el mensaje a los alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.*



Vivo de acuerdo a estos Pasos y me voy recuperando. Trado de ayudar a otros alcohólicos.

Para más información sobre A.A., escribe a:
General Service Office
Box 459, Grand Central Station
New York, NY 10163
— o busca A.A. en la guía de teléfonos

Yo soy responsable . . .

Cuando cualquiera, dondequiera,
extienda su mano pidiendo ayuda,
quiero que la mano de A.A. siempre esté allí.
Y por esto: Yo soy responsable.

Esta literatura está aprobada por la
Conferencia de Servicios Generales de A.A.