

12 korakov ACA

1. Priznali smo, da smo pred pred učinkom alkohola in pred drugimi družinskimi disfunkcijami nemočni – da je postalo naše življenje neobvladljivo.
2. Pričeli smo verjeti , da nas lahko v duševno zdravje povrne samo neka Moč, večja od nas.
3. Sklenili smo, da bomo svojo voljo in svoje življenje izročili skrbi Boga, kakor Ga razumemo.
4. Naredili smo temeljito in neustrašno moralno samoinventuro.
5. Izpovedali smo Bogu, sebi in drugemu človeku natanko naravo svojih zablod.
6. Povsem pripravljeni smo prepustili Bogu, da odpravi vse te značajske hibe.
7. V ponižnosti smo Ga prosili, naj odpravi naše pomanjkljivosti.
8. Naredili smo seznam vseh, ki smo jih kdaj prizadeli, in našli voljo, da to pri vseh poravnamo.
9. Neposredno smo se takšnim ljudem oddolžili, kjer je bilo le mogoče, razen ko bi s tem škodovali njim ali drugim.
10. Še naprej smo opravljali osebno inventuro, in nemudoma priznali, kadar nismo imeli prav.
11. Z molitvijo in meditacijo smo si prizadevali izboljšati svoj zavestni stik z Bogom, kakor Ga razumemo, molili pa smo zgolj za spoznanje Njegove volje glede nas, in za moč, da jo izvršujemo.
12. Potem, ko smo po vseh teh korakih doživeli duhovno prebujenje, smo se trudili, da bi to sporočilo prenesli drugim odraslim otrokom iz alkoholičnih & disfunkcionalnih družin in ta načela udejanjali v vsem svojem početju.

Koraki so ponatisnjeni in prilagojeni po izvirniku Dvanajst korakov anonimnih alkoholikov in se uporabljajo z dovoljenjem Alcoholics Anonymous World Services, Inc.