



## שנים עשר הצעדים של ACA

1. הודינו שהיינו חסרי אונים מול ההשפעות של אלכוהוליזם או חוסר תפקוד משפחתי, שחיינו הפכו לבלתי ניתנים לניהול.
2. הגענו לאמונה ש'כוח' גדול יותר מעצמנו יכול להשיב אותנו לשפיות.
3. קיבלנו החלטה למסור את רצוננו ואת חיינו להשגחתו של 'אלוהים' כפי שאנחנו מבינים את המושג 'אלוהים'.
4. ערכנו "רשימת ממצאים" [inventory] מוסרית מעמיקה ואמיצה של עצמנו.
5. הודינו בפני 'אלוהים', עצמנו ואדם נוסף על טיבם המדויק של הטעויות שלנו.
6. היינו נכונים לחלוטין ש'אלוהים' יסיר את פגמי האופי שלנו.
7. ביקשנו בענווה מ'אלוהים' שיסיר את החסרונות שלנו.
8. ערכנו רשימה של כל האנשים שגרמנו להם נזק והגענו לנכונות לכפר בפני כולם.
9. כיפרנו ישירות בפני אותם אנשים בכל מקום שהדבר היה אפשרי, למעט כאשר זה היה גורם נזק להם או לאחרים.
10. המשכנו לערוך "רשימות ממצאים" אישיות, וכאשר טעינו הודינו בכך מיד.
11. באמצעות תפילה ומדיטציה המשכנו לחפש איך לשפר את הקשר המודע עם 'אלוהים', כפי שאנחנו מבינים את המושג 'אלוהים', כשאנו מתפללים רק לידע של רצונו עבורנו ולכוח לנהוג בהתאם.
12. משחוינו התעוררות רוחנית כתוצאה מצעדים אלה, ניסינו לשאת מסר זה לילדים בוגרים אחרים שעדיין סובלים וליישם עקרונות אלה בכל תחומי חיינו.