



## 12 단계

- 1) 우리는 알코올중독 혹은 그 외 역기능 가정의 영향으로부터 무력했으며, 삶을 수습할 수 없게 되었다는 것을 인정했다.
- 2) 우리보다 더 높은 힘이 우리를 온전한 정신으로 회복시켜 주실 수 있다는 것을 믿게 되었다.
- 3) 우리가 이해하게 된 대로, 그 신(神)의 돌보심에 의지와 생명을 맡기기로 결정했다.
- 4) 면밀하고 두려움 없이 우리 자신에 대한 도덕적 점검 목록을 작성했다.
- 5) 우리 잘못에 대한 정확한 본질을 신과 자신에게, 그리고 다른 이에게 인정했다.
- 6) 신께서 이러한 모든 인격적 결점을 제거해 주시도록 온전히 준비했다.
- 7) 신께서 우리 부족함을 없애 주시기를 겸손히 간청했다.
- 8) 우리가 해를 끼친 모든 이들의 명단을 만들었고 그들 모두에게 기꺼이 보상할 마음을 갖게 되었다.
- 9) 어느 누구에게도 해가 되지 않는 한, 할 수 있는 데까지 그들에게 직접 보상했다.
- 10) 인격적인 검토를 계속하여 잘못이 있을 때마다 즉시 인정했다.
- 11) 기도와 명상을 통해서 우리가 이해하게 된 대로의 신과 의식적인 접촉을 증진하려고 노력했다. 그리고 우리를 위한 신의 뜻만 알도록 해주시며, 그것을 이행할 수 있는 힘을 주시도록 간청했다.
- 12) 이러한 단계들의 결과, 우리는 영적으로 각성되었고, 아직도 고통 받는 다른 이들에게 이 메시지를 전하려고 노력했으며, 우리 일상 모든 면에서도 이러한 원칙을 실천하려고 했다.

The Twelve Steps are reprinted and adapted from the original Twelve Steps of Alcoholics Anonymous.

Adult Children of Alcoholics®/Dysfunctional Families World Service Organization, Inc.  
[www.adultchildren.org](http://www.adultchildren.org) | <http://acawsoec.com> | [information@acawso.com](mailto:information@acawso.com) | +1(310) 534-1815

ACA WSO Literature Distribution Center | +1(562) 595-7831

© ACA WSO, Inc.  
All rights reserved.