

ACA

एसीए के बारह कदम

1. हमने स्वीकार किया कि हम शराबीपन या अन्य पारिवारिक निष्क्रियात्मिकता (family dysfunction) के सामने शक्तिहीन थे - कि हमारा जीवन अस्तव्यस्त हो गया था।
2. विश्वास आया की हमसे महान एक शक्ति है जो हमारा मानसिक संतुलन लौटा सकती है।
3. हमने अपनी इच्छा और अपने जीवन को अपनी समझ के ईश्वर की देख रेख में सौंपने का निश्चय किया।
4. अपने जीवन का एक निडर और संपूर्ण नैतिक लेखाजोखा बनाया।
5. अपनी गलतियों की सटीक प्रकृति को उच्च शक्ति, अपने आप, और अन्य इंसान के सामने स्वीकार किया।
6. चरित्र के इन सभी दोषों को उच्च शक्ति दूर करे, इसके लिए पूरी तरह से तैयार हो गए।
7. विनम्रतापूर्वक उच्च शक्ति से हमारी कमियों को दूर करने के लिए विनती की।
8. उन सभी व्यक्तियों की सूची बनाई जिन्हें हमने हानि पहुंचाई थी और उन सब के प्रति क्षतिपूर्ति करने के इच्छुक हो गए।
9. जहां भी संभव हो सके हमने ऐसे व्यक्तियों की प्रत्यक्ष रूप से क्षतिपूर्ति की, सिवाय तब जब ऐसा करने से उन्हें या अन्य लोगों को चोट पहुंच सकती हो।
10. अपना निजी लेखाजोखा लेना जारी रखा और जब भी हम गलत थे उसे तुरंत स्वीकार कर लिया।
11. प्रार्थना और ध्यान के माध्यम से अपनी समझ की उच्च शक्ति से अपना सचेत संपर्क सुधारने का प्रयास किया, केवल उच्च शक्ति की इच्छा के ज्ञान की और उसे पूरा करने की शक्ति प्राप्त करने के लिए प्रार्थना की।
12. इन कदमों के परिणामस्वरूप आध्यात्मिक जागृति प्राप्त होने के बाद, हमने इस संदेश को दूसरों तक पहुंचाने की कोशिश की जो अभी भी पीड़ित हैं, और अपने जीवन के हर मामले में इन सिद्धांतों को अपनाने की कोशिश की।