## De 12 stegen

1. Vi erkände att vi var maktlösa inför någon annans beroende - att våra liv hade blivit ohanterliga.

2. Vi kom att tro att en Makt större än vi själva kunde hjälpa oss att återfå vårt förstånd.

3. Vi beslöt att lägga vår vilja och våra liv i händerna på Gud sådan vi uppfattade honom.

4. Vi företog en genomgripande och oförskräckt moralisk inventering av oss själva.

5. Vi erkände inför Gud, oss själva och en medmänniska alla våra fel och brister och innebörden av dem.

6. Vi var helt och hållet beredda att låta Gud avlägsna alla dessa karaktärsfel.

7. Vi bad honom ödmjukt att avlägsna våra brister.

8. Vi gjorde upp en förteckning över alla de personer vi hade gjort illa och var beredda att gottgöra dem alla.

9. Vi gottgjorde alla dessa människor personligen, så långt det var oss möjligt, utom då det skulle skada dem eller andra.

10. Vi fortsatte vår personliga inventering och erkände genast när vi hade fel.

11. Vi sökte i bön och meditation att fördjupa vår medvetna kontakt med Gud sådan vi uppfattade honom, varvid vi endast bad om att lära känna hans vilja med oss och att få styrka att utföra den.

12. När vi, som en följd av dessa Steg, själva hade haft ett andligt uppvaknande, försökte vi föra detta budskap vidare till andra och tillämpa dessa principer i alla våra angelägenheter.­