

Le p Douze Ste s des Alcooliques Anon y nous

1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant l'alcool, que nos vies sont devenues impossibles à gérer.
2. Sont venus à croire qu'une Puissance supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison.
3. A pris la décision de confier notre volonté et notre vie aux soins de Dieu tel que nous le concevions.
4. Fait une recherche et un inventaire moral sans crainte de nous-mêmes.
5. Admise à Dieu, à nous-mêmes, et à un autre être humain la nature exacte de nos torts.
6. Nous avons pleinement consenti à ce que Dieu élimine tous ces défauts de caractère.
7. Nous Lui avons humblement demandé de faire disparaître nos défauts.
8. Fait une liste de toutes les personnes que nous avons lésées et consenti à réparer nos torts envers eux tous.
9. Directement fait amende honorable à ces personnes partout où c'était possible, sauf lorsqu'en ce faisant, nuirait à eux ou pour autrui.
10. Poursuivi notre inventaire personnel et quand nous avons eu tort promptement admis.
11. Cherché par la prière et la méditation à améliorer notre contact conscient avec Dieu, comme nous le concevions, Lui demandant seulement de connaître Sa volonté à notre égard et le pouvoir d'exécuter.
12. Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes, nous avons essayé de transmettre ce message aux alcooliques et de mettre en pratique ces principes dans toutes nos affaires.