ആൽക്കഹോളിക്സ് അനോനിമസ്സിന്റെ
പന്ത്രണ്ട് പടികൾ

1. മദ്യത്തിന് മുമ്പിൽ ശക്തിഹീനരെന്ന് ഞങ്ങൾ സമ്മതിച്ചു – ഞങ്ങളുടെ ജീവിതം അനിയന്ത്രിതമായിപ്പോയി.
2. ഞങ്ങളുടെ സുബോധം പുനഃസ്ഥാപിക്കുവാൻ ഞങ്ങളേക്കാൾ വലിയ ഒരു ശക്തിക്ക് കഴിയുമെന്ന് വിശ്വസിക്കുവാൻ തുടങ്ങി.
3. ഞങ്ങളുടെ ഇച്ഛകളും ജീവിതവും *ഞങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കിയ* ദൈവത്തിന്റെ സംരക്ഷണത്തിൽ വിട്ടുകൊടുക്കുവാൻ തീരുമാനിച്ചു.
4. ഞങ്ങൾ ആത്മപരിശോധന നടത്തുകയും ഭയം കൂടാതെ ധാർമ്മിക നിലവാരത്തെ വിലയിരുത്തുകയും ചെയ്തു.
5. ഞങ്ങളുടെ തെറ്റുകളുടെ യഥാർത്ഥരൂപം ദൈവത്തോടും അവനവനോടും മറ്റൊരു വ്യക്തിയോടും ഏറ്റുപറഞ്ഞു.
6. ഇത്തരം സ്വഭാവവൈകല്യങ്ങളെല്ലാം ദൈവം മാറ്റിത്തരുന്നതിന് പൂർണ്ണമായും തയ്യാറായി.
7. ഞങ്ങളുടെ അപാകതകൾ മാറ്റുവാനായി ദൈവത്തോട് വിനയപൂർവം അപേക്ഷിച്ചു.
8. ഞങ്ങൾ ഉപദ്രവിച്ചിട്ടുള്ളവരുടെയെല്ലാം ഒരു പട്ടിക തയ്യാറാക്കി അവരോടെല്ലാം പരിഹാരം ചെയ്യുവാൻ തയ്യാറായി.
9. നേരിട്ട് പരിഹാരം ചെയ്യുമ്പോൾ അവർക്കോ മറ്റുള്ളവർക്കോ ഹാനിയുണ്ടാകുന്ന സാഹചര്യങ്ങളൊഴികെ ബാക്കിയുള്ളവരോടെല്ലാം സാധ്യമാകുംവിധം പരിഹാരം ചെയ്തു.
10. വ്യക്തിപരമായ വിലയിരുത്തൽ തുടരുകയും തെറ്റുചെയ്യുമ്പോഴെല്ലാം ഉടനെ സമ്മതിക്കുകയും ചെയ്തു.
11. പ്രാർത്ഥന, ധ്യാനം എന്നിവയിൽക്കൂടി ഞങ്ങൾ *മനസ്സിലാക്കിയ* ദൈവവുമായി സചേതനമായ ബന്ധം മെച്ചപ്പെടുത്തുകയും ഞങ്ങൾക്കുവേണ്ടിയുള്ള ദൈവഹിതം എന്തെന്ന് അറിയുവാനും അതു നടപ്പിലാക്കുവാൻ വേണ്ട ശക്തി തരുവാനും മാത്രം പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.
12. ഈ പടികളുടെ ഫലമായി ഒരു ആത്മീയ ഉണർവ് ലഭിച്ചതിനാൽ, ഈ സന്ദേശം മദ്യാസക്തരിലേക്ക് എത്തിക്കുവാനും ഞങ്ങളുടെ എല്ലാ കാര്യങ്ങളിലും ഈ തത്വങ്ങൾ പാലിക്കുവാനും ശ്രമിച്ചു.