

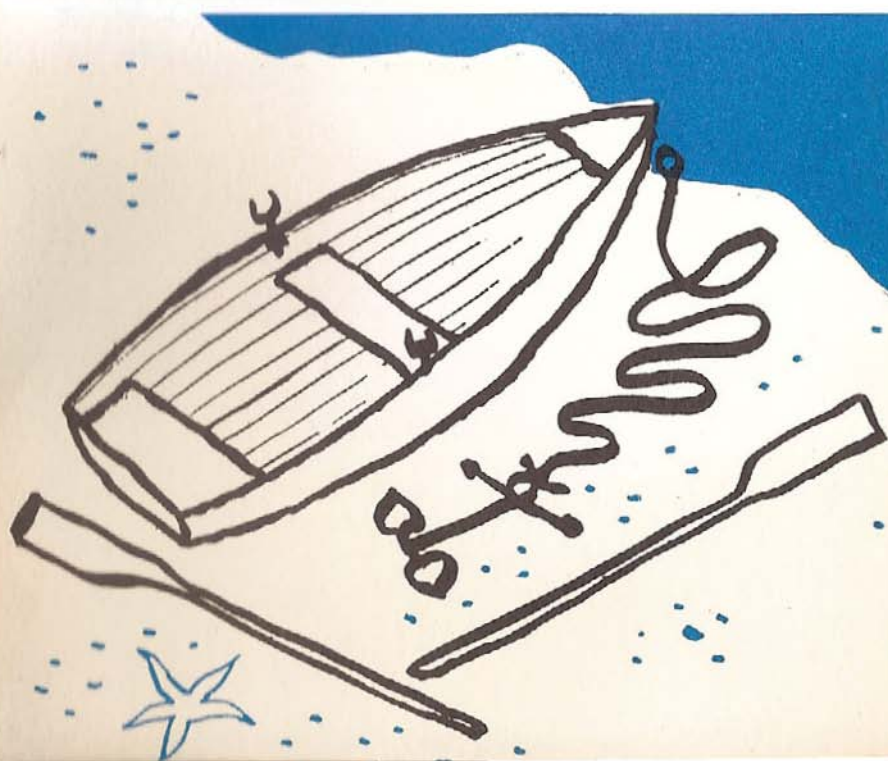
40¢

JUIN-JUILLET 1966

VOL-2-NO-2



La Vigne AA



Les douze étapes

1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant l'alcool - que nous avions perdu la maîtrise de nos vies.
2. Nous en sommes venus à croire qu'une Puissance supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison.
3. Nous avons décidé de confier notre volonté et nos vies aux soins de Dieu tel que nous le concevions.
4. Nous avons courageusement procédé à un inventaire moral, minutieux de nous-mêmes.
5. Nous avons avoué 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 éliminât tous ces défauts de caractère.
7. Nous Lui avons humblement demandé de faire disparaître nos déficiences.
8. Nous avons dressé une liste de toutes les personnes que nous avons lésées et nous avons résolu de leur faire amende honorable.
9. Nous avons réparé nos torts directement envers ces personnes, partout où c'était possible, sauf lorsqu'en ce faisant nous pouvions leur nuire ou faire tort à d'autres.
10. Nous avons poursuivi notre inventaire personnel et promptement admis nos torts dès que nous nous en sommes aperçus.
11. Nous avons cherché par la prière et la méditation à améliorer notre contact conscient avec Dieu tel que nous le concevions. Le priant seulement pour connaître Sa volonté à notre égard et demander la force de l'exécuter.
12. Comme résultat de ces étapes, nous avons connu un réveil spirituel, nous avons alors essayé de transmettre ce message aux alcooliques et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie.

ALCOOLIKES ANONYMES

Alcooliques Anonymes est une société d'hommes et de femmes qui mettent en commun leur expérience, leur énergie et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'en aider d'autres à se rétablir de la maladie de l'alcoolisme.

La seule condition requise pour devenir membre des A.A. est un désir d'arrêter de boire. Il n'y a pas de frais d'admission et nous nous supportons par nos propres contributions. A.A. n'est allié à aucune secte ou confession et est indépendant de la politique et de toute organisation ou institution; il ne désire s'engager dans aucune controverse, n'appuie ou ne s'oppose à aucune cause. Notre but premier est de demeurer sobre et d'aider les autres alcooliques à le devenir.

TABLE DES MATIÈRES

Vol. 2 - No. 2.

L'autre individu		1
Nous oublions facilement	K.L.S.	2
Je m'appelle CHARLES.	C.C.	4
Alors et Maintenant	G.B.	10
Projets de vacances pour les A.A.	Anon.	11
Apprendre en écoutant	V.P.J.	14
The A.A. Grapevine	F.X.	18
En travaillant la onzième étape	Anon.	19
Joyeuse fête de Sainte-Soif	J.B	20
Le mot mal épelé	C.C.E.	23
Le chemin de la sobriété	R.K.	24
L'âme confiante	R.N.T.	25
Comment A.A. leur est venu	G.C.	26
Rechutes		27
Mon histoire	G.D.	28
Anniversaire d'un frère disparu		30
AA a-t-il beaucoup changé		31
Trois fils dans A.A.		32

L'AUTRE INDIVIDU

"Notre pire offense envers notre prochain n'est pas de le haïr, mais d'être indifférent envers lui: c'est l'essence véritable de l'humanité" - George Bernard Shaw.

Seul, l'homme ne peut s'identifier. Seul sur son île Robinson Crusoe était tout simplement un animal très ingénieux. Avec l'arrivée de "Vendredi", il devint un homme. Nous ne pouvons pas aimer tous nos semblables, excepté au sens le plus abstrait, mais nous pouvons au moins ne pas être indifférents envers eux. Nous pouvons cultiver la vigilance; nous pouvons essayer de communiquer. Qu'est-ce que la civilisation après tout? C'est sûrement l'effort que fait l'homme pour se détacher de sa condition originelle d'isolement, d'indifférence. C'est le pont qu'un homme édifie pour communiquer avec un autre homme.

Le sens de la communication est comme un muscle. Si on ne s'en sert pas, il s'atrophie. Si on s'en sert, il profite. Observez le prochain visage étranger que vous rencontrerez, dans un train, dans l'entrée d'un hôtel, derrière un comptoir - mais regardez-le bien. Derrière ces yeux, il y a une vie entière, aussi compliquée, aussi mystérieuse que la vôtre. Si, pour un seul instant vous pouvez ressentir le poids de cette vie, vous avez saisi au passage ce miracle unique - l'autre individu.

Clifton Fadiman, "This Week Magazine"

La Vigne AA

LA VIGNE AA publie les expériences et les opinions des membres AA ainsi que des articles d'intérêt sur l'alcoolisme. Les opinions émises dans ces articles ne doivent pas être attribuées à la Société des Alcooliques Anonymes dans son ensemble et n'engagent pas les Alcooliques Anonymes ni "La Vigne AA".

LA VIGNE AA est publiée tous les deux mois par le Comité des Services Généraux AA du Québec.

Case Postale 1566,
Succursale B,
Montréal 2, Canada.

Abonnement: 6 numéros par année \$2.25



NOUS OUBLIONS FACILEMENT

En tant que membre de notre grande association d'alcooliques, il m'est souvent venu à l'esprit d'énoncer une ou deux idées que j'ai retirées au cours de mes neuf années de sobriété et de quelque six cent réunions A.A. Cependant, jusqu'à maintenant j'ai refréné ce besoin, probablement pour la simple raison que tout ce que nous pouvons dire peut nous être rappelé si nous avons la folle idée de penser que peut-être une seule bouteille de bière pourrait ne pas nous blesser.

Cependant, je ne puis m'empêcher plus longtemps de vous dire que c'est grâce à quelques idées toutes simples venant d'un parrain merveilleux si je suis devenu sobre et si je le suis encore après tout ce temps. Ce sont ces choses que je voudrais partager avec quelqu'un qui aurait vécu le même genre de vie que moi.

Tout premièrement mon parrain m'a fait découvrir la nécessité d'être sincère et honnête. Me trouvant à ce moment-là dans des circonstances plus ou moins désespérées, la chose n'a pas été trop

difficile. En d'autres termes, je crois que j'étais mûr pour entendre n'importe quel plan qui pouvait m'aider à sortir de ce dilemme. Il m'a aussi donné quelques moyens qui ont tant aidé à ouvrir cet étai si hermétiquement fermé. "Fais aujourd'hui quelque chose que tu n'aimes pas à faire tout simplement pour la pratique." L'alcoolique est un égoïste de nature et ceci t'aidera à te débarrasser un peu de ton égoïsme, vis aujourd'hui, seulement aujourd'hui. Chasse ces pensées d'hier, et par dessus tout ne fais pas de plans pour demain. Fais ce que tu dois faire aujourd'hui, au meilleur de ta connaissance. Demain, de toute façon, prendra soin de lui-même." Très bons conseils, me suis-je dit à ce moment-là. Je vais essayer. En tout dernier lieu, mon parrain m'a fait comprendre l'absolue nécessité d'assister à autant de réunions que possible. Nous oublions facilement, me dit-il, et nous avons besoin qu'on nous le rappelle souvent.

Très simple ce programme n'est-ce pas? Mais pas toujours si simple à suivre. Cependant, je me suis dit que si ce programme avait donné de bons résultats pour mon parrain, il devrait en donner pour moi aussi. J'ai fait un effort honnête pour le suivre et jusqu'à maintenant il n'a pas failli. J'assiste encore à des réunions toutes les semaines et j'essaie encore de surmonter mon ego-centrisme, et souvent lorsque je me surprends à trop penser au lendemain, je me souviens que seul aujourd'hui est important. Cette manière d'agir m'a donné de bons dividendes. Ce n'est pas surprenant que je sois reconnaissant. Qui ne le serait pas?

K.L.S. Chippewa Falls, Wisc.

TROU DE MÉMOIRE

- "J'ai l'impression que notre ami Alfred a des pertes de mémoire".
-"Ha! Comment cela?"
-"Oui, cela fait deux fois qu'il me rend \$10 que je ne lui ai jamais prêtés."

GALERIE DES CÉLÉBRITÉS

(ébrîétés)

Le premier d'une série de portraits d'hommes qui ont joui des meilleures choses de la vie.



PAUL E. VERDUSSACQ

Bon vivant et collectionneur de vieilles bouteilles.

Je m'appelle

CHARLES

L'histoire que je vous raconte n'est pas jolie et les détails qu'elle contient ne sont pas semblables à ceux de toute histoire classique des AA; en réalité, c'est une histoire horrible mais véridique. C'est l'histoire d'un alcoolique MOI

Mon histoire est celle d'un jeune homme embrouillé et repoussé à la recherche de l'amour et de l'affection une recherche qui a le plus souvent abouti à l'engourdissement de l'ivresse ou des substituts sordides au lieu de la conquête de l'objet rêvé. C'est l'histoire d'un homme obsédé, non seulement par son problème alcoolique, mais par des besoins pressants et incontrôlables de nature primitive qui dépendaient de son alcoolisme. L'alcoolisme est-il la cause ou l'effet? Je ne puis le dire, car je ne le sais pas. Ce dont je suis certain, c'est que je n'ai jamais eu de difficultés sauf lorsque j'ai abusé de l'alcool,

Mon histoire remonte à 37 ans, c'est-à-dire au jour où je suis né. Je n'essaierai pas de vous conter les détails de ma vie alcoolique, mais si je recule si loin dans mon passé, c'est parce que, dès ma naissance, je n'ai pas eu la maîtrise de ma vie.

Je suis issu d'une famille très pauvre qui ne pouvait s'intégrer à la société; une famille qui menait une vie très primitive et qui ne possédait qu'un seul idéal, la satisfaction personnelle. Presque toute la famille était illettrée, et dépourvue d'amour et de sécurité. Les enfants étaient laissés à eux-mêmes dès qu'ils pouvaient marcher, renvoyés de Caïphe à Pilate, et ne connaissaient que deux émotions, la haine et le plaisir personnel. J'ai vécu deux années heureuses dans ma vie lorsque j'ai habité chez une de mes tantes à l'âge de cinq ans. Je n'ai pas d'instruction car j'ai dû m'engager à l'âge de treize ans pour accom-

plir un travail d'homme parce que ma famille avait besoin de l'argent que je pouvais gagner.

Même à cet âge, j'ai travaillé durement et j'ai acquis une bonne connaissance des travaux de la ferme. A l'âge de quinze ans on me considérait comme un expert en élevage des animaux.

C'est à ce moment que j'ai pris mon premier verre et cette expérience fut merveilleuse. Je me suis senti très à l'aise avec les gens qui étaient avec moi; j'ai presque connu la gaieté et l'impression de faire partie de la société. Et ce qui est plus étrange ce premier verre, m'a donné MA PREMIERE PERTE DE MEMOIRE, ce qui d'habitude, ne se produit que plus tard dans la vie d'un alcoolique. On m'a dit, le lendemain, que je m'étais promené en témoignant une affection excessive à toutes les personnes que je rencontrais mais, bien entendu, je ne me souvenais de rien après les deux premières heures d'ivresse.

Toutefois, j'avais trouvé un ami - le seul que j'ai jamais eu - l'alcool.

Pourquoi? Pourquoi? Pourquoi? Où était la réponse? Pourquoi un garçon de quinze ans devait-il trouver refuge dans l'alcool contre le monde?

Etait-ce dû au fait qu'il avait été rejeté et maudit toute sa vie à cause du nom de famille qu'il portait? Était-ce possible que tout ce qui était irrégulier ou croche était l'oeuvre des

C. . .s? Lorsqu'un vol d'argent fut commis dans la bourse de la maîtresse d'école, était-il possible qu'un autre qu'un C. . .s ait pu le commettre? Ou se pourrait-il que j'avais simplement désiré l'impression d'appartenir à la société, impression que la boisson m'avait procurée pour un court moment?

Comme je l'ai déjà dit, pendant toute ma vie, j'ai cherché une personne qui m'aurait témoigné un peu d'affection.

Une fois, durant mon enfance, j'ai été accusé d'avoir fait un "mauvais coup" avec un autre petit garçon et comme d'habitude quand la situation fut découverte, on blâma Charles.

"Eh bien! après tout, c'est un des C. . .s". Il y a peut-être au fond de mon esprit une réponse cachée, mais je sais que lorsque j'ai pris mon premier verre, j'ai rencontré un ami que j'ai visité souvent, la Bouteille. J'espère que mon récit ne commence pas à ressembler à une demande de sympathie ou de pitié, car ce n'est pas mon intention. J'espère que quelqu'un le lira et en profitera.

La guerre s'est déclarée en 1939 et je me suis enrôlé. Mon copain, l'alcool, s'est enrôlé avec moi; son numéro régimentaire était B521G50P. Nous ne nous sommes jamais séparés jusqu'au moment où je fus revenu au pays et licencié. Mon ami et moi, nous sommes tombés dans de jolis pétrins là-bas. Il paraît que nous avons

forcé nos attentions sur une jeune anglaise plus qu'elle ne le voulait. En songeant à mon passé, je me demande pourquoi j'ai ignoré ce mauvais présage de l'avenir.



Tôt ou tard, ma boisson allait accélérer ma recherche de l'amour et de l'affection. Vous ne pouvez vous imaginer combien ardemment je désirais être aimé. Je ne pouvais accepter d'être repoussé lorsque j'étais ivre et dans les ténèbres. Quelle idée fautive de l'amour, j'avais! Je constate maintenant que je ne pouvais dominer mes émotions lorsque j'étais en état d'ivresse et, quand je buvais, je me sentais effroyablement seul. Même à cette époque, on m'a répété souvent qu'il me faudrait bientôt arrêter de boire. Mais l'alcool avait une grande emprise sur moi. J'ai alors pensé que le mariage serait une substitution à la boisson et réglerait mes problèmes.

Comme je l'ai déjà mentionné, je savais comment travailler, du moins lorsque je ne buvais pas, et, pendant un certain temps, je m'acharnai au travail. Alors, je rencontrai une jeune fille qui me témoigna de l'affection et mes problèmes cessèrent d'exister durant l'année de nos fréquentations. Autrefois, j'avais besoin de la boisson pour me faire accepter mais je pouvais m'en passer maintenant car j'appartenais à une jeune fille qui allait devenir mon épouse. Mon autre problème n'existait plus car j'avais trop longtemps confondu sexualité et amour. Quel fou j'avais été! Après notre mariage, tout alla à merveille - pen-

dant environ trois mois. Mon mariage me libéra complètement de mes deux problèmes et pour la première fois de ma vie, j'étais parfaitement heureux.

Ce bonheur ne devait pas durer. Comme plusieurs couples mariés, nous avons eu nos problèmes avec nos beaux-parents. Ma famille me tenait rancune parce que je faisais vivre une étrangère et que je la privais de l'aide financière que je lui accordais auparavant. La famille de ma femme lui tenait rigueur de m'avoir marié. De plus, quelques "bonnes âmes" racontèrent des histoires à ma femme sur les exploits des terribles C...s. Ce fut trop pour elle et, en désespoir de cause, elle retourna vivre avec les siens.

Mon univers et mon premier bonheur étaient ruinés. J'essayai la cure géographique. Je devins un garçon de ferme vagabond, mais cela n'arrangea pas la situation. J'ai recommencé à boire encore plus qu'auparavant. Un jour, durant une période de blanc de mémoire, j'attaquai quelqu'un et je fus condamné à l'emprisonnement pour dix ans.

Je fus relâché au bout de huit ans à cause de ma bonne conduite en prison. Au cours de cette période, je me réconciliai avec mon épouse et j'obtins la promesse que nous essaierions de vivre ensemble lorsque je sortirais de prison. De retour ensemble, nous fûmes parfaitement heureux durant quelques mois. Mais ce bonheur ne devait pas durer longtemps. Au bout de six mois, ma femme à bout de nerfs, me quitta pour retourner vivre avec sa famille. L'histoire devait se répéter.



De nouveau, j'ai essayé la cure géographique, et de nouveau j'ai imposé mes caresses à quelqu'un et je me suis retrouvé derrière les barreaux, mais cette fois POUR LA VIE.

La société dira sans doute que je n'ai eu que ce que je méritais, mais la société ne sait pas que cela ne serait jamais arrivé si j'avais pu éviter l'alcool. La violence est absolument étrangère à ma nature, excepté lorsque je suis ivre. Une autre personnalité semble se développer en moi lorsque j'absorbe plus qu'une certaine quantité de boisson.

La prison était un enfer vivant. J'y vivais comme un chou, repoussé de tous, gardiens et prisonniers car les gars incarcérés pour le crime que j'avais commis sont condamnés à vivre comme des parias. Presque huit années devaient s'écouler avant la moindre lueur d'espoir pour moi. Je connaissais mon problème et je savais qu'un groupe AA fonctionnait à la prison.

Je me souviendrai toujours du 17 janvier 1959 car c'est à cette date que j'ai assisté à ma première assemblée AA. Je ne me souviens guère de ce qui s'est passé sauf que je fus accepté comme un égal, c'est - à - dire une personne malade avec son problème.

Dès le premier instant, j'ai ressenti ce sentiment d'acceptation que je ne parvenais à trouver que lorsque je buvais à l'excès. Durant les trois premiers mois, je me suis tenu à l'écart, enfermé dans ma coquille, mais j'écoutais tout ce qui se disait. Peu à peu, j'ai appris à connaître quelque peu mon problème. En écoutant les membres raconter leurs expériences, je me rendis compte que plusieurs faits de leur vie alcoolique étaient semblables aux miens. Je compris que le programme qui réussissait si bien pour eux pouvait aussi faire quelque chose pour moi. Chaque conférencier conseilla d'assister aux assemblées régulièrement, de pratiquer les douze étapes et de me confier à la volonté de Dieu.

Petit à petit, je sortis de ma coquille, Je devins actif et je fus bientôt choisi comme membre de l'exécutif du groupe, ce qui est extraordinaire! Moi! choisi par mes compagnons de prison qui, quelque temps auparavant, m'avaient évité comme la peste. Et ce n'était que le commencement!

Deux fois depuis j'ai été élu à des postes de confiance et, graduellement, je me suis aperçu que ces gens m'aimaient réellement. Moi, Charles C., qui n'avait jamais eu d'ami dans la vie sauf mon épouse! Et, cela devint alors évident, je m'étais intégré à la société et je n'avais plus à chercher.

Quelques-uns se demanderont ce que le mouvement AA peut faire de bon pour moi qui suis confiné ici, peut-être, jusqu'à la fin de mes jours. Eh bien! je peux répondre facilement à cette question:

J'APPRENDS À VIVRE POUR LA PREMIÈRE FOIS.

On dit dans les AA que si vous confiez votre vie à Dieu et si vous suivez les principes AA vous recevrez, un jour, tous les bienfaits que vous désirez s'ils sont bons pour vous. J'ai reçu du mouvement AA jusqu'à présent beaucoup plus que je ne mérite.

Chaque récit d'un membre AA devrait élaborer en détail quelques-uns des bienfaits reçus par l'intermédiaire de notre méthode. Ceux que j'ai obtenus sont tellement nombreux qu'ils pourraient faire le sujet d'un livre bien rempli, un très gros volume. Mais voici quelques-uns de ces cadeaux.

Pour la première fois de ma vie, je suis libéré de la peur. Pour la première fois de ma vie je peux m'asseoir avec un ami AA et étudier mes problèmes ouvertement; je suis parvenu à surmonter presque complètement ma gêne. J'ai appris à vivre avec moi-même. Je suis parvenu à comprendre qu'il me faut vivre ma vie selon la volonté de Dieu et je suis content de l'accomplir.

Plusieurs autres dons non mérités m'ont été attribués et le plus beau, peut-être, concerne mon épouse. Dès qu'elle apprend que j'étais devenu mem-

bre AA, elle déménagea de l'Ouest du Canada pour venir vivre près de moi à Kingston, Ontario. Je crois sincèrement qu'elle était au courant de mon problème longtemps avant moi. Quelle décision à prendre par une femme qui n'a connu que des désappointements amers et des peines de coeur cruelles!

Nous nous comprenons parfaitement maintenant et je crois que nous nous aimons plus que jamais, si c'est possible. Mon épouse croit fermement qu'il n'y aura jamais plus de difficultés pour nous si Dieu permet qu'un jour nous soyons réunis à nouveau. Elle a plusieurs amis qui travaillent en sa faveur et veulent nous aider. Malgré tout ce qui s'est produit dans notre passé sordide, mon épouse dit qu'elle prie Dieu chaque soir de nous donner une autre chance de vivre ensemble.

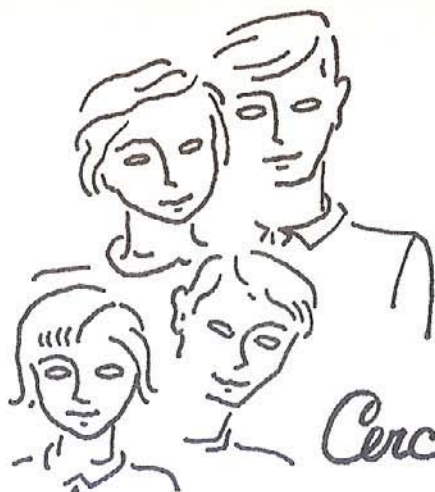
Le dernier cadeau que Dieu m'a donné, même si je ne le mérite pas, m'est arrivé tout récemment. Mon fils qui est âgé de 17 ans est venu me visiter et, comme il me quittait, il me dit: "Oh! papa, comme nous voudrions t'avoir chez nous. Nous t'aimons tellement, tu es si différent maintenant".

Cela, de la part de mon fils et adressé à moi. Moi Charles C. ! J'ai encore peine à y croire. Mais j'y crois fermement. En vérité Charles C. vit une nouvelle vie et je demande la faveur de la vivre pleinement.

C.C. KINGSTON, Ontario



Il n'y a rien de plus dégoûtant qu'un homme qui ne peut tenir sa boisson!



Cercle familial

ALORS ET MAINTENANT

Je fermai tout doucement la porte d'une petite chambre-appartement, toute miteuse, et descendis tout doucement l'escalier ayant peur de respirer, craignant d'entendre murmurer les paroles "où vas-tu?" Au bout du passage je pouvais entendre des ronflements et des gémissements. La senteur de la boisson semblait vouloir me suivre. En passant la porte je me suis dit: "C'est fait". Je fis quelques pas dans l'air du soir, mais mes pensées ne pouvaient quitter cette chambre.

"Mon compagnon" était là, évanoui, après une semaine de beuverie. Combien de fois n'avais-je pas fait la même chose, passé la porte pour fuir, mais revenant toujours. Cette vie était accompagnée de mensonges, de haine et de peur. Elle a été remplacée par de l'amour, de la vérité et de la foi. Il y a plus de sept ans que nous avons trouvé A.A. Les alcooliques disent qu'ils ont trouvé une nouvelle vie.

L'amitié était un mot qui n'avait pas

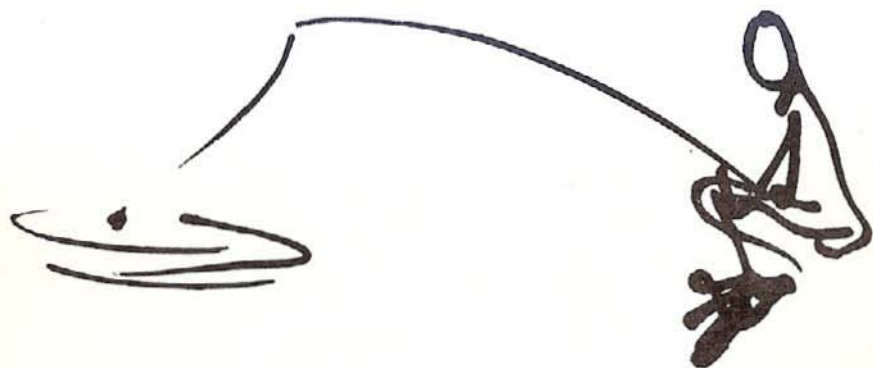
de sens pour moi il y a quelques années. Maintenant j'aime ce mot. Nous avons tant d'amis. Chacun d'eux a une signification personnelle puisqu'ils ont suivi le même chemin que j'ai parcouru. Les femmes d'alcooliques, les Groupes Al-Anon, sont merveilleux parce qu'étant l'épouse d'un alcoolique je ne me sens jamais seule. Je peux toujours me mettre en communication avec un autre membre et je sais qu'il comprendra.

Où nous habitons présentement, il n'y a pas de groupe Al-Anon, mais j'espère qu'un jour il y en aura un. Entre temps je me mets en communication avec les épouses qui fréquentent les autres groupes et combien je suis heureuse de recevoir une lettre d'une amie. Une non-alcoolique a aussi ses problèmes et dans les Groupes Al-Anon nous apprenons à nous entraider pour vivre notre nouvelle vie.

A travers A.A. et par la Grâce de Dieu je suis l'épouse heureuse d'un alcoolique.

Ontario.

PROJETS DE VACANCES POUR LES A.A.



Si vous partez en vacances . . . mettez ceci dans votre portefeuille

Irez-vous à la plage pour deux semaines, cette année? Ou passerez-vous un long mois en Europe? Ou prendrez-vous une longue fin de semaine merveilleuse et remplie de plaisir?

Où que vous alliez en vacances, pourquoi ne pas préparer une liste de choses "A faire" et à "Ne pas faire". Il est toujours bon d'être prudent. Voici quelques suggestions propo-

sées par plusieurs groupes A.A. :

Si vous êtes tracassé par des tentations sérieuses, ne soyez pas déprimé. Vous n'êtes pas seul. Vous pouvez assister à des assemblées dans les villes, les villages et les endroits de villégiature des cinquantes Etats américains, des dix provinces Canadiennes, ainsi qu'en plusieurs endroits à l'étranger. AVANT DE PARTIR EN VACANCES, notez les noms des groupes A.A. que vous trouverez dans l'Annuaire Mondial. Votre intergroupe vous renseignera sur la façon d'obtenir cet annuaire. Souvenez-vous aussi que le mouvement est inscrit dans un nombre incalculable d'annuaires téléphoniques. Si les circonstances vous empêchent d'assister à autant d'assemblées que chez vous, armez-vous d'un bon approvisionnement de littérature A.A. Même si vous avez l'intention d'assister à un grand nombre de réunions, c'est quand même une bonne idée. Et pourquoi ne pas consacrer quelques après-midi de vacances sur la plage à lire le Gros Livre ?

N'oubliez pas d'appeler le groupe le plus près de votre endroit de villégiature lorsque vous arriverez. Renseignez-vous sur les assemblées, les endroits et les heures des réunions.

(Vous aurez peut-être à assister à des assemblées tenues à des heures tardives ou hâtives et si l'assemblée se tient au poste de pompiers plutôt qu'au sous-sol d'une église, ne vous formalisez pas). S'il n'y a pas de groupe, appelez un membre AA pour lui dire bonjour. Vous vous ferez un bien immense et vous aiderez, peut-être, l'homme ou la femme à l'autre bout du fil. Si vous voulez aider réellement

quelqu'un, cherchez un membre isolé - un membre AA qui vit dans un endroit isolé où il n'existe aucun groupe. Vous trouverez les noms des membres isolés dans l'Annuaire Mondial et plusieurs peuvent être localisés par l'intermédiaire de la police ou du clergé.

Si vous appartenez à un groupe urbain et que vous assistez à une assemblée d'un groupe de village, ne soyez pas surpris s'il n'y a qu'une poignée de personnes au local. Et ne soyez pas choqué si l'assemblée est dirigée d'une façon différente de celle à laquelle vous êtes habitué. Par exemple, vous pourrez vous rendre compte d'un manque complet de cérémonies à leur assemblée et être appelé à vous asseoir autour d'une table pour boire du café, manger du gâteau et parler de vos expériences AA. Et, de plus, soyez prêt à parler ! S'il vous est difficile d'adresser la parole dans ces conditions ou si vous êtes nouveau dans le mouvement AA sans avoir jamais donné un message, n'hésitez pas à le dire. On vous laissera tranquille. Mais, si c'est possible, levez-vous et faites de votre mieux. En réalité, c'est peut-être la meilleure façon de faire vos "premières armes" pour transmettre le message AA.

Si vous venez d'un petit village et que vous n'avez jamais assisté à une assemblée dans une grande ville où vous passerez vos vacances, vous pouvez avoir des surprises. Quelques groupes de la ville de New-York tiennent des assemblées de 100 à 300 membres. Et il n'est pas rare d'en voir 100 dans des villes comme Chicago, Cleveland, Los Angeles et Montréal ou Toronto. Vivez et laissez vivre - vous ne vous sentirez pas perdu dans la foule.

Que vous le vouliez ou non, durant vos vacances vous rencontrerez des personnes qui, régulièrement, prennent des apéritifs avant les repas. Et vous pourriez avoir un problème. (Nous ne parlons pas de tentations terribles! Dans un tel cas vous êtes mieux d'éviter complètement ces occasions). Le problème typique est de rencontrer des inconnus qui vous offriront des consommations. Quelques personnes expérimentées vous diront de répondre simplement: "Non, merci, je ne bois pas". Etablissez, en termes exacts, votre position comme abstinent total et n'attendez pas pour le faire.

Supposons que, soudainement, vous ayez une envie terrible de boire (pour aucune raison apparente) ou que vous sentiez votre volonté faiblir. Que faites-vous, alors? Evidemment, vous désirez parler à un membre AA de cette ville. Voici une autre idée: Allez à la cabine téléphonique la plus proche et mettez la thérapie du 10 cents à l'oeuvre en appelant quelqu'un de chez vous. Faites-en une thérapie de \$1.10 ou plus si nécessaire, si vous avez à placer un appel interurbain pour parler à votre parrain!

Avant de partir en vacances, choisissez quelqu'un pour vous remplacer durant votre absence comme président, secrétaire, etc. Et il vous faudra peut-être un remplaçant ou une remplaçante pour s'occuper temporairement d'un cas de douzième étape qui vous tient à coeur. . . Il ne faut pas qu'il (ou elle) soit seul (seule) pendant votre absence.

ANON. River Edge, N.J.



. . . TRANSMETTRE
CE MESSAGE
AUX AUTRES

ALCOOLIQES. . .

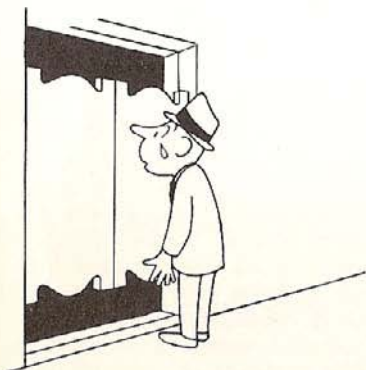
APPRENDRE EN ÉCOUTANT

Depuis plus de cinq ans, je fais partie des A.A. Durant ce temps, j'ai appris plusieurs choses merveilleuses; du moins ce sont des merveilles pour moi. Elles peuvent être petites, sans importance pour d'autres, mais pour moi ce sont des révélations.

Depuis que je suis dans A.A., très souvent, j'ai entendu des conférenciers insister sur le fait que nous devrions vivre ce programme une journée à la fois. J'en entendais les mots, mais je n'en comprenais pas le sens. Autrement dit, je ne ressentais pas cette paix de l'âme. Je savais que je ne l'avais pas parce que je ne me sentais pas heureux quand j'en entendais parler dans les assemblées.

Comme chacun le sait, dans les

G.GAGNE



A.A. nous connaissons des jours où tout semble marcher exactement comme nous le voulons ou, du moins, le pensons-nous. Ceux-là sont les jours où nous aimons tout le monde et pensons qu'il n'y a rien comme les A.A. (et pour moi, il n'y a rien de semblable).

Ce bon sentiment dure des jours, des semaines, et parfois des mois. Et alors il arrive un matin où nous nous éveillons avec un vague sentiment que quelque chose ne tourne pas rond quelque part, sans pouvoir trouver quoi. Au cours de la journée, ce sentiment de doute tourne à l'angoisse, et lentement les vieilles craintes (d'avant notre entrée dans A.A.) nous reprennent.

Nous utilisons tous les moyens que nous connaissons pour retourner à ce



doux sentiment que nous avons encore récemment, mais la prière, la tentative de faire quelque chose d'autre, tout ça ne semble pas vouloir fonctionner. Nous devenons plus découragés et commençons à penser que le mouvement A.A. n'est tout simplement pas ce que nous avons déjà pensé qu'il était. Dieu ne répond tout simplement pas à nos prières (ainsi, pensons-nous).

C'est là que notre mot d'ordre "TRANQUILLEMENT, PAS VITE!", entre en jeu. Tranquillement pas vite, peut signifier des choses différentes à chacun, pour moi ça signifie être patient; la tempête va passer et je serai heureux de nouveau.

Naturellement, je m'étends toujours quand j'essaie d'expliquer quelque chose qui m'est arrivé. C'est durant un de ces moments de dépression que j'ai trouvé comment vivre un jour à la fois. Après que l'orage se fut apaisé, le soleil se mit à luire, j'aimais tout le monde et A.A. était redevenu une grande chose.

Je me dis intérieurement, maintenant, combien de temps ce sentiment

va-t-il durer? Aussitôt, je retombai dans mon doute et je dis: "De grâce, mon Dieu, montrez-moi comment être heureux."

Ceci peut sembler dramatique, mais je ne peux que vous dire que ça m'est arrivé. J'eus une pensée qui semblait dire: "Pourquoi s'inquiéter du temps que ça va durer, en autant que ça dure le jour qui passe?" Là je compris ce qu'ils pensaient quand ils disaient: "Ne vivez qu'un jour à la fois; demandez au début de chaque jour seulement ce dont vous avez besoin pour aujourd'hui; ne vous tracassez pas pour hier ou pour demain.

Ces choses peuvent sembler insignifiantes aux autres, mais pour moi, c'est une grande chose merveilleuse. J'espère que cette faible tentative de m'expliquer aidera quelqu'un d'autre qui pourrait encore tâtonner comme moi. "Je veux être heureux, mais de grâce, mon Dieu, que je le sois à votre manière.

V.P.J. Boston
Group.





LA DEFAITE



L'ESPOIR



DEBUTER



ECOUTER



TRAVAILLER



PARTICIPER

E MAINS



L'AIDE



L'ACCEPTATION



DEMEURER



APPRENDRE

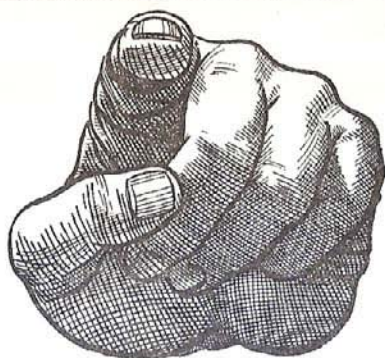


PARTAGER



DONNER

**Have YOU
told a
FRIEND
about
The A.A.
Grapevine?**



Une moisson de sagesse AA, récompense du partage des expériences, des forces et des espoirs des membres, du plus ancien au plus nouveau, est à ma portée chaque mois par une souscription à la revue: "THE AA GRAPEVINE".

Suis-je abonné? - Suis-je un de ceux qui l'achètent dans leur groupe à chaque mois? - A bien y penser, mon groupe s'en procure-t-il pour nous?

Pourquoi me priver de cet outil si précieux pour maintenir ma sobriété? Si je ne pouvais me rendre à la réunion ce soir, alors je devrais lire mon "Grapevine". Ou, après l'assemblée, voilà que j'apprécie le conférencier: "Son message est si captivant, si rempli d'un raisonnement solide, et si réaliste grâce au programme des étapes et traditions AA, qu'il repense chaque mois après avoir lu le "Grapevine". Et quoi de plus facile, lors d'un travail de douzième étape de laisser à "cette personne" mon numéro du "Grapevine". Me voilà parrain de ce nouveau? Je me devrai de lui offrir

avec son prochain jeton, un abonnement; moi, je souscris mon abonnement aujourd'hui.

"The Grapevine Inc. P.O. Box 1980,
Grand Central Station, New York,
10017.

Voilà que maintenant j'ai deux revues AA, car je suis aussi un abonné à LA VIGNE AA... qui me permet de lire des traductions d'articles déjà parus dans "The Grapevine". Je suis reconnaissant à la revue américaine d'avoir permis aux Canadiens d'expression française de puiser dans le "Grapevine" et de leur avoir donné encouragement, coopération et permission de reproduire en français le message dans LA VIGNE AA.

C'est une raison de plus, ce parrainage d'une revue par l'autre, pour que moi aussi, je fasse ma part. Il faudra que j'en parle à mes amis.

F. X.

La onzième étape ...

Il y a différentes façons d'améliorer "notre contact conscient avec Dieu tel que nous Le concevons". Certains d'entre nous se tournent vers la religion, allant à l'église, lisant la Bible et autre littérature religieuse, le Gros Livre et autre littérature A.A. Certains autres prennent la voie spirituelle, se limitant à la littérature A. A. Les deux



façons sont également bonnes, selon l'effort que nous y apportons. Personnellement le côté spirituel me réussit davantage.

En me couchant le soir, je m'interroge afin de savoir si j'ai fait du ressentiment, si j'ai été égoïste, malhonnête ou peureux. Ai-je essayé d'aider les autres plutôt que de les blesser? Ai-je discuté les problèmes qui se sont présentés, avec d'autres personnes comme je devrais, ou les ai-je gardés pour moi-même? Ai-je été capable de garder mon sang-froid? Après avoir révisé ma journée, je demande pardon à Dieu pour le mal que j'ai fait, et lui demande Son aide afin de ne plus recommencer. Ensuite

je le remercie de m'avoir gardé et avoir gardé d'autres alcooliques sobres pour ces dernières vingt-quatre heures.

En m'éveillant le matin, je remercie Dieu pour une nuit paisible et je Lui demande de me guider pour la journée, et de me garder ainsi que les autres alcooliques, éloignés de ce premier verre. Je lui demande de garder mes pensées dans le droit chemin afin que je ne m'apitoie pas sur mon sort, que je ne sois pas malhonnête et égoïste.

Si, parfois au cours de la journée, je perds mon sang-froid ou si je dévie du droit chemin, je me retire à l'écart aussitôt. Je m'assoie seul quelque part, je fume une cigarette et je me détends. Je demande à Dieu de m'aider à dominer la difficulté quelle qu'elle soit.

Lorsque j'ai du temps libre, je l'emploie à méditer et à demander à Dieu de me guider, non seulement moi-même, mais tous les alcooliques.

J'ai toujours en ma possession notre "Vingt-Quatre Heures et d'autres brochures A.A. auxquelles je réfère souvent durant la journée.

Voilà la façon dont je pratique la Onzième Etape.

"The Golden Gate" San Francisco.

Joyeuse fête de Sainte-Soif

Cher buveur:

Ton habitude de boire te cause-t-elle des difficultés? Alors pourquoi ne pas boire seulement aux périodes fériées? Noël, le Jour de l'An, l'Armistice, la Sainte-Catherine (fête des anciennes jeunes filles), la Fête du Travail, le jour de l'Action de Grâce, ton anniversaire de naissance et ceux de ta famille et de tes amis, sans oublier tes cousins au cinquième ou sixième degré, aux mariages, etc

Si tu as un problème de boisson - comme un buveur quotidien ou périodique - ce "Programme de Modération" devrait t'aider.

Le premier et le plus important des règlements est que ton habitude de boire devrait se limiter au jour férié lui-même. C'est là que plusieurs alcooliques commettent une erreur. Et, indépendamment de l'attrait du whiskey pour quelqu'un, on suggère que l'alcoolique limite son absorption à une pinte par période de 24 heures.

Naturellement, il est parfaitement vrai que certains congés, tel Noël, le Jour de l'An, etc., sont célébrés la veille aussi bien que le jour même. En de tels cas, l'alcoolique normal trouvera qu'il a ingurgité son quota d'al-



cool, soit une pinte, la soirée précédente. Dans de tels cas, on fait exception et une pinte additionnelle peut être disponible le matin même du congé, puisque le but de ce "Plan de Modération" serait faussé si l'approvisionnement était épuisé avant le début du congé. Il n'y a qu'une autre exception admissible: les congés qui précèdent ou qui suivent une fin de semaine. Evidemment, "le Plan de Modération" tient compte de telles urgences; mais en aucun cas une quantité plus grande qu'une pinte ne devrait être consommée quotidiennement par l'alcoolique durant un congé de fin de semaine.

Maintenant, à minuit le jour où le congé finit, on devrait cesser de consommer des breuvages alcoolisés - complètement et irrévocablement - jusqu'au prochain congé. C'est aussi simple que ça. C'est un programme simple; ce sont les gens qui ont tendance à le compliquer.

Nous avons employé les mots "complètement et irrévocablement". Naturellement, il n'est pas besoin d'exagérer. Si les invités pour le congé ne partent pas avant trois ou quatre heures du matin, il est compréhensible que l'alcoolique, qui est fidèle à ce plan de modération puisse désirer se servir

une dernière bouteille, cachée derrière la collection de l'Encyclopédie Britannique.

Mais pas plus: L'alcoolique peut caresser la pensée qu'un autre congé aura lieu dans un mois ou deux, peut-être le Jour de la Saint Valentin, ou l'anniversaire de son grand oncle.

Un ou deux verres le lendemain matin, au réveil, ne doivent être considérés qu'au point de vue strictement médicinal. Ceux-ci ne font pas partie de l'esprit de la fête de la veille. Peut-être ne reste-il qu'une demi-bouteille dans l'endroit où se fait la lessive? Si l'on prend un troisième verre avant de se barbifier, on peut croire que c'est seulement une mesure de sûreté.

Certains alcooliques modérés ont trouvé qu'il était plus satisfaisant de mêler, à portions égales, l'alcool et le café le lendemain du congé, et d'en prévoir la nécessité pour le déjeuner, ce qui, naturellement, est une économie, bien que ceci soit très peu compris par quelques épouses.

En vertu du même principe, plusieurs mélanges à base de whiskey ou de cognac au lieu du déjeuner, servent à reprendre une petite dose de l'enthousiasme et de la jovialité du dernier congé. Ceci n'est pas recommandé; personne, durant les congés joyeux, ne vous dit ce que vous devriez faire ou omettre. Nous suggérons seulement - le mot "suggérons" est à retenir - que vous n'en preniez pas plus que trois "doubles" avant le souper, le soir du lendemain du congé.

Ainsi vous en avez fini avec l'alcool jusqu'à la venue d'un autre congé! Vous ne devez pas être un buveur quotidien ou périodique. Vous êtes maintenant délivré de l'esclavage de la bouteille! Vous avez maintenant la liberté du choix.

Comme "petit dernier", vous avez conservé les deux tiers d'un flacon dans l'endroit aménagé pour la lessive. Vous buvez ceci, saluant votre liberté nouvellement acquise grâce à cette superindulgence et, gaiement, vous vous mettez au lit.

NOTE DE L'AUTEUR: Pendant que l'auteur a expérimenté à l'aide de nombreuses enquêtes scientifiques, pour prouver l'effet pratique de ce système de modération, et alors qu'il espère que plusieurs autres pourront bénéficier de cette connaissance chèrement gagnée, il a l'esprit assez ouvert pour admettre qu'il peut y avoir certains points où ce programme pourra *ne pass'*avérer une réussite complète.

Hôpital Buena Vista,
Jour de la St-Jean-Baptiste 1966.

LE MOT MAL ÉPELÉ

Depuis longtemps suspendu au mur à notre lieu de réunion, il y a un tableau sur lequel est imprimée la Prière de la Sérénité. C'est un très beau tableau et il nous fut imprimé et donné par un de nos membres. Toutefois le mot "Sérénité y était épelé "Sernité". Personne ne s'était aperçu de l'erreur - jusqu'à ce que, lors d'une de nos réunions du mercredi soir, un membre d'un autre groupe est venu nous rendre visite. Ce membre avait eu beaucoup de trouble avec le programme, parce qu'il y avait des choses qui étaient arrivées dans le passé, qu'il lui était humainement impossible de changer. Et parce qu'il avait persisté à essayer de les changer, naturellement, il avait continué à s'enivrer. Il n'avait pas

assisté aux assemblées avec un esprit ouvert; au cours de la causerie, son esprit errait et ses yeux semblaient fascinés par la prière de la Sérénité qu'il voyait sur le tableau suspendu au mur. Il la lut et la relut plusieurs fois durant l'assemblée avant qu'il ne finisse par réaliser que le mot "Sérénité" était mal épelé, et que c'était cela qui n'était pas correct. Le mot mal épelé fut profitable pour lui - parce qu'en lisant et relisant pour trouver ce qu'il y avait d'erroné, il ACCEPTA la signification réelle de la prière, et il commença à accepter les choses qu'il ne pouvait changer et, jusqu'à ce jour, depuis deux ans, il n'a pas eu d'autre difficulté.

C.C.E. Pompano, Florida.

PREMIER CONGRÈS A.A.

DU BAS ST-LAURENT

LES 19-20-21 AOUT 1966

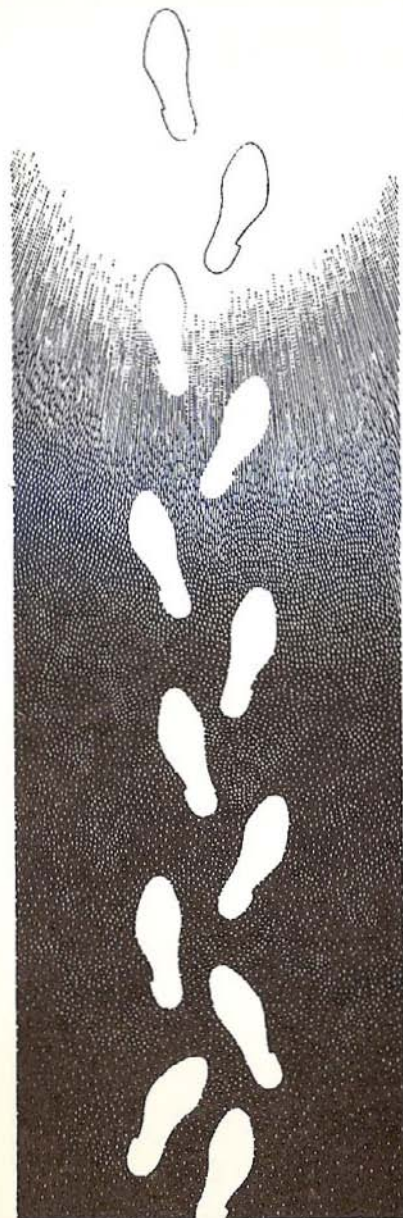
À MATANE

Réservez maintenant à:

CONGRÈS A.A. DU BAS ST-LAURENT

C.P. 823

MATANE, QUE.



Le chemin de la sobriété

La Cité du bonheur est dans l'état d'esprit. L'alcoolique peut atteindre cette Cité en voyageant sur un seul chemin - le chemin de la sobriété. Il arrive parfois que cette route de la sobriété est raboteuse. On y rencontre des courbes dangereuses, des montagnes, des pentes, et occasionnellement un détour ou deux. C'est alors qu'il devient nécessaire pour nous d'obéir plus rigidelement aux limites de vitesse, qu'il nous faut aller lentement, très lentement, et avancer avec une très grande précaution.

Mais si nous faisons un effort honnête pour garder notre route de la sobriété en bonne condition, et que nous la réparons aussi fréquemment que nous en sentons le besoin, nous trouverons que la plupart du temps elle est plane et droite et que nous pouvons y voyager sans contretemps.

Nous des A.A. avons tous les accessoires, tous les outils, qui sont les 12 Étapes - pour garder en bonne condition notre route de la sobriété, route qui nous amènera en temps et lieu dans la Cité du bonheur. -

Rick K., Southeast Group
Washington, D.C.

L'ÂME CONFIANTE

Un trait commun à plusieurs alcooliques c'est l'association d'une incroyable naïveté à une adresse machiavélique qui les inspirent quand ils boivent.

J'ai montré ces deux caractéristiques à un degré remarquable dans mes jours de beuveries.

Mon moi innocent et confiant - mon Dr Jekyll - me portait à avoir confiance dans les étrangers. Alors, que mon Mr Hyde, calculateur, apparaissait avec les grands moyens pour me protéger contre les dangers, réels et imaginaires.

A Montréal, un jour, j'assistais à un congrès professionnel qui devait se terminer par un banquet, et le banquet lui-même - comme je l'avais appris au cours d'expériences précédentes était toujours suivi d'une tournée de la ville, dans les endroits réputés les meilleurs et les "pires".

Je me suis fait un "fond" à l'aide d'une fiole durant l'assemblée, les vins et les liqueurs servis lors du banquet me gardèrent en pleine forme de sorte que, quand vint le temps de parcourir la ville j'étais "lancé".

Soudain, j'eus une pensée. J'avais plus de cent dollars en poche, et je savais fort bien que je le dépenserais si je les apportais. L'idée de le laisser en sécurité à l'hôtel ne m'avait jamais fasciné; à la place j'eus une FAMEUSE IDEE.

J'ai vu un homme dans le salon de l'Hôtel. Il avait l'allure bonne, douce et amicale, et il flânait. Je l'approchai, pris deux billets de cinquante dollars, les lui tendis en disant: "Monsieur, me rendriez-vous un service? Je sors pour me saouler, ce soir, avec les amis de la populace, et je sais que je vais tout flamber cet argent si je l'apporte avec moi. Auriez-vous l'obligeance de le garder pour moi?"

Je perçus un étonnement incrédule dans la figure de l'homme. Murmurant quelque chose comme "sûrement, il me fait plaisir de vous être utile", il prit mon cent dollars et l'empocha.

Notre tournée du quartier joyeux fut tout un succès, je crois, parce que mon "lendemain de la veille" fut terrible.

Mais l'idée de mon cent dollars ne me vint pas à l'esprit avant deux semaines. Je voyageais dans le fumoir du train, entre Montreal et Toronto, où je surpris deux hommes en train de converser. "J'ai entendu l'histoire la plus fantastique", dit l'un d'eux, "Il paraît qu'un type était assis dans un hall d'hôtel à Montréal, et un parfait étranger est entré et lui tendit cent dollars en disant . . ."

Je me levai et partis. Je connaissais la fin de l'histoire.

R.N.T. Toronto, Ont.



(Ceci est la première d'une série d'anecdotes pour montrer comment fut transmis le message d'espoir et de recouvrement A.A. La Vigne aimerait qu'on lui en fasse connaître beaucoup d'autres. Même si ce n'était que pour raviver notre humilité et montrer que la Puissance Supérieure a ses voies mystérieuses mais pas toujours celles que nous croyons les meilleures).

COMMENT A.A. LEUR EST VENU

Mon parrain ne m'a jamais dit un mot, et il ne le fera jamais.

Il y a un peu plus de deux ans, j'étais assis à regarder la télévision dans un hôtel de marins du nom de MARINER'S. C'est une sorte de Mission dans un quartier douteux, j'avais bu de la bière presque toute la journée, mais sans aucune satisfaction. Je me sentais de plus en plus déprimé; je ne pouvais me débarasser de ce goût sûr de la bière. Cela me rendait fou.

Jamais, jamais, je n'avais aimé les boissons gazeuses. Trop sucrées! En vingt ans de souleries, je n'ai jamais touché à aucune sorte d'eau gazeuse.

Mais ce soir-là, pour une raison quelconque, j'avais l'impression qu'il y avait une machine à Cola dans le sous-sol de la bâtisse. Je pensais sans cesse combien ce serait bon d'en prendre un, si seulement j'avais le dix sous pour me le procurer. Ça ferait disparaître de ma bouche ce terrible goût de bière.

Ce besoin devint finalement si criant, que je dus sortir pour mendier un dix

sous. Quand je l'ai eu, j'ai descendu l'escalier presque en courant. Alors, j'ai comme senti que cette machine m'attirait vers elle.

Elle était bien là, de fait, et tout à côté il y avait une table, autour de laquelle six ou huit gars étaient assis. J'en fus si surpris que j'en suis resté figé sur place. Les gars levèrent les yeux, l'un d'eux me sourit en m'indiquant la chaise vide. Ils semblaient croire que j'étais venu me joindre à eux. Je m'assis donc incertain, craintif, mais encore assoiffé.

Et ceci fut ma première assemblée, Je n'avais même pas entendu parler des A.A. auparavant.

Maintenant, quand il m'arrive de voir une enseigne de Cola, je dis une prière de reconnaissance.

Lors de mon deuxième anniversaire, je suis allé rendre visite à cette machine. Je me devais de montrer à mon "parrain" que j'étais toujours au régime des eaux douces et lui dire MERCI...!

G.C. Détroit, Michigan

RECHUTES

ENTENDU À DES ASSEMBLÉES OUVERTES

Pour un membre des A.A. boire c'est mal. Et s'il fait quelque chose qu'il sait être mal, cela peut le ramener à boire.

* * * * *

Une chaîne n'est pas plus forte que la plus faible de ses mailles. Les Douze Étapes sont comme une chaîne - aucune étape ne peut être ignorée ou repoussée.

* * * * *

Dressez une liste de tout ce que ça vous coûte pour boire! Relisez-la quand vous êtes tenté de boire.

* * * * *

Nous, les alcooliques, étions de grands temporisateurs. D'accord! Temporisons, remettons à demain l'idée de prendre un verre.

* * * * *

Un verre! Et nous sommes de nouveaux membres.

* * * * *

Une rechute, c'est une rechute dans l'esprit; le verre vient après.

* * * * *

Demandez-vous: "Qu'est-ce que l'alcool a fait pour moi?" et "Qu'est-ce que l'alcool a fait de moi?" Ensuite, faites la différence.

* * * * *

Si 24 heures paraissent une éternité, vous pouvez rester sobre un instant à la fois.

* * * * *

Pour nous, essayer un verre, c'est comme jouer à la roulette russe.

MON HISTOIRE

Une étrange sensation m'étreint encore en ce qui concerne A.A. J'éprouve une terreur profonde chaque fois que j'y songe. Je ne connaissais personne dans le mouvement des A.A. et je n'en avais jamais discuté avec qui que ce soit. Pourtant un bon matin après une cuite horrible de trois jours j'ouvris le bottin téléphonique avec l'intention d'appeler un psychiatre et comme par magie je me trouvai à la page où était inscrit le numéro des A.A.

Ce numéro semblait me fasciner, il attira ma vue. Je réalisai que ce numéro était celui du comité central des Alcooliques Anonymes. Je revis alors dans mon esprit embué un certain article que j'avais lu il y a de cela plusieurs années et qui traitait des A.A.

Je ne me souviens plus du contexte. Et plus récemment j'ai parcouru dans un magazine un autre article au sujet de "Seulement pour aujourd'hui" et c'étaient toutes mes connaissances au sujet des A.A.

Je ne sais pas encore pour quelle raison je décidai de signaler ce numéro avant d'appeler mon psychiatre. C'était peut-être que l'idée de retourner pour des traitements psychiatriques ne me souriait pas trop ayant déjà suivi des traitements intenses pendant dix-huit mois. C'était plutôt pour plaire à ma famille. J'étais seul à la maison et je me décidai donc d'appeler A.A. simplement pour voir ce que cela donnerait et ensuite j'appellerais mon médecin. La ligne étant occupée je me précipitai au dehors et j'allai acheter de la boisson pour me donner du courage. Je me vidai un grand verre de gin et je bus à même la bouteille pendant que je signalais le numéro. Une voix mâle, très cordiale, me répondit. Je lui demandai de m'envoyer de la littérature et je mentis en disant que j'avais une soeur qui avait un problème de boisson. (Je n'ai pas de soeur, j'imagine que c'est le Gin qui l'inventa). Puis tout à coup, sans que je sache comment cela se fit j'admettais que j'étais celui qui avait besoin d'aide. Une heure plus tard une jeune fille sonnait à ma porte et me conduisait au "Club Alano".

Je ne savais pas que l'association se composait d'hommes et de femmes. J'étais bien certain qu'il serait question d'argent, d'hôpital et encore de psychiatrie. Je m'attendais à être sermonné sur l'effet moral des boissons enivrantes, je croyais que ceux à qui j'aurais affaire seraient des gens qui ne connaissaient rien de ce problème, qui ne connaissaient l'alcool que pour en avoir vu en passant devant les magasins de liqueurs.

La personne qui vint à ma rencontre neutralisa l'effet du Gin que j'avais bu en plongeant tout de suite dans le sujet de l'alcoolisme, en me racontant les jours misérables qu'elle avait vécus dans l'ivrognerie. Mes nerfs se stabilisèrent et je pus converser avec les hommes et les femmes qui étaient au club. Je mangeai un sandwich que je trouvais délicieux . . . Comme quand j'étais enfant, on me remis de la littérature.

Le sujet de la conversation ne fut pas centré seulement sur le problème de la boisson, ni sur les A.A. Au cours de la conversation, j'appris que le fait de ne pas prendre "ce premier verre" incluait aussi la bière. Dans mon alcoolisme, la bière était ce que je préférais au goût. Les autres boissons, je les prenais pour l'effet. Ceci me déçait, mais j'étais certain qu'après avoir suivi le programme pendant quelque temps, on me permettrait bien de boire de la bière.

On s'arrangea pour que j'assiste à une réunion ce soir-là. J'avertis ma famille que des amis devaient venir me chercher et que l'on irait ensemble assister à une réunion d'alcooliques anonymes. Depuis nous avons bien ri à

l'idée des doutes qu'ils avaient au sujet de cet arrangement. Ils avaient cru que ces gens étaient la sorte "d'amis" que j'avais l'habitude de ramasser dans les cabarets ou sur la rue. A la réunion, j'avais des craintes et des appréhensions. Cependant j'étais conscient d'un sentiment d'humilité et de soumission. Les étapes m'apparaissaient comme une série d'impossibilités, difficiles à comprendre et à exécuter. Tout ce que je puis me rappeler du conférencier de ce soir-là, c'est qu'auparavant il était laitier. Après la réunion je m'attendais à être cerné dans un coin et me faire dire combien il m'en coûterait pour rester sobre comme les hommes et les femmes qui étaient là . . . ou pire encore, que je devrais aller dans une maison de repos ou que sais-je encore.

Aussi clair que cela puisse paraître, quand je me réveillai le lendemain matin, il me semblait que j'étais devenu un autre homme. J'avais bien dormi. Je n'avais pas fait de cauchemars. Auparavant je ne déjeunais jamais; mais ce matin-là j'avais une faim de loup. Ce sont les joies de ce matin-là qui m'ont conduit vers d'autres réunions auxquelles j'assiste toujours après huit mois de sobriété.

Ma période alcoolique dura dix ans. Il y eut des moments où je me dégoûtais tellement que je cessais de boire de moi-même. Les trois dernières années, je bus régulièrement tous les jours, l'alcool était devenu un géant que je ne pouvais contrôler. Ni la religion ni la psychiatrie, même à fortes doses, n'avaient aucun effet. A travers les A.A. Dieu m'aida lorsque je Le cherchai.

G.G. Los Angeles, Calif.

ANNIVERSAIRE D'UN FRÈRE DISPARU

Cher JEAN,

Le 23 avril dernier, tu nous quittais pour un monde meilleur, mais ton souvenir restera à jamais gravé dans nos coeurs. Ta belle sobriété te rendais si heureux que tu oubliais tes souffrances physiques et tu savais qu'AA ajoutait à ta vie d'autres 24 heures. Tes dernières paroles étaient remplies de sérénité, d'acceptation. Tu nous donnais, sans t'en rendre compte, ton message de reconnaissance pour ces six années vécues dans A.A.Ce 25 mai, à ton anniversaire, nous t'avons offert nos 24 heures . . . en pensant que tu les donnerais à CELUI qui veillera maintenant sur nous, comme sur ton épouse si admirable dont le sourire cachait la peine, lorsque tous deux, avec amour, vous disiez:

Mon Dieu, donnez-moi la Sénérité d'accepter les choses que je ne puis changer, le Courage de changer les choses que je puis changer, et la Sagesse d'en connaître la différence.

Laurentides.

8ième **conférence bilingue** **provinciale du Québec**

14-15-16 octobre 1966

Hôtel le Reine Elizabeth - Montreal -

Billets maintenant en vente dans les groupes
ou
écrivez à boîte postale 1777 Succur. B Montréal 2

En 31 ans, A.A. a-t-il beaucoup changé?

Qu'en pensez-vous? - Ecrivez-nous votre opinion?

OUI, SUREMENT

Et merci à Dieu. Si nous n'avions pu apprendre et nous améliorer un tant soit peu en 30 années, quelque chose aurait été tristement faux.

Constatez ces merveilleux changements. Aujourd'hui au lieu de seulement deux hommes qui essaient de demeurer sobres, nous avons une association de 350,000 membres qui s'entraident. Il ne vous faut pas non plus vivre à Akron ou New York pour trouver AA comme au début. Il est partout dans le monde.

Aussi nous trouvons le message AA en plusieurs langues, dans la littérature que nous pouvons aussitôt faire parvenir à celui qui en a besoin, et n'importe où.

De plus ce n'est pas assez de rester sobres (bien que les 12 étapes de réhabilitation soient encore le premier legs en importance), il faut vivre dans le monde et Dieu merci, l'expérience AA résumée dans les Traditions, notre deuxième héritage, nous aide à le faire.

Nous ne sommes plus considérés comme de vulgaires partisans d'un culte. Les principes AA ont fait preuve de succès et AA est maintenant assez important pour être respecté... et critiqué.

NON, PAS DU TOUT

Au moment critique de vérité pour tout alcoolique qui veut l'aide des A.A. nous sommes encore exactement ce que Bill et Dr Bob étaient: un ivrogne qui parle à un autre.

Comme au début, nous n'avons pas l'ambition du gain matériel, pas de cure miraculeuse à vendre. Nous gardons le contact personnel, de façon simple, en raison de notre travail basé sur l'Amour et le Service.

Encore aujourd'hui, nous ne sommes liées à aucune doctrine médicale, psychologique ou théologique. Nous ne prenons pas, non plus, position dans les débats sur l'alcoolisme; nous nous contentons de repousser le premier verre une journée à la fois et d'aider d'autres alcooliques.

Nous maintenons encore l'anonymat en public et la plupart de nous, nous évitons la reconnaissance publique ou les richesses pour surtout demeurer sobres.

Les douze Etapes sont encore aujourd'hui la même description des expériences des premiers membres comme au début. Nous réussissons encore comme Association, à nous tenir à l'écart des controverses publiques et des organisations étrangères qui pourraient nuire à AA. Nous reconnaissons encore une seule Autorité supérieure dans AA... l'Être Suprême.

PLAN ANNIVERSAIRE

Des boîtes en plastique contenant des enveloppes du "Plan Anniversaire" (illustration) sont disponibles à nos bureaux des Services Généraux. \$2.00.

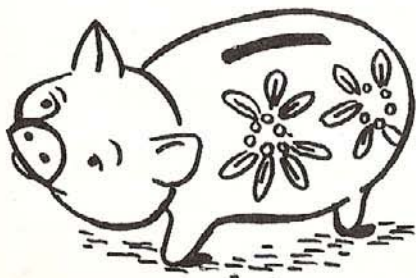


Plusieurs membres et groupes ont trouvé dans le "Plan Anniversaire" un moyen efficace de prouver leur conviction quand ils lisent:

Je suis responsable . . . Votre R.S.G. membre de Comité ou délégué peut vous en expliquer le fonctionnement.

LE COCHON VOYAGE

En compagnie du délégué du Montana en 1964, un petit bout de femme Judy M. une petite banque (cochon



joliment décoré tel qu'illustré) - Judy apportait ce cochon avec elle quand elle devait donner une conférence A.A., faisait inscrire le nom du groupe où elle parlait et le nombre de milles parcourus. Elle a ainsi réussi à remplir trois banques qui ont rapporté \$4606. remis au Bureau des S.G.

3 fils dans A.A.

Je ne sais à qui j'écris cette lettre, mais vous pouvez la publier pour aider d'autres alcooliques.

J'ai 3 fils dans AA. J'ai longtemps prié pour ces garçons et Robert fut le premier intéressé Au mouvement AA. Quatorze mois plus tard Abram commença à accompagner Robert et maintenant Abram est le parrain de David. . . . J'aime moi aussi assister aux réunions et merci à Dieu tant et tant de fois pour A.A.

D.W.

Les douze traditions

1. Notre bien-être commun devrait venir en premier lieu; le relèvement personnel dépend de l'unité des A.A.
2. Pour le bénéfice de notre groupe, il n'existe qu'une seule autorité ultime - un Dieu d'amour comme Il peut se manifester dans la conscience de notre groupe. Nos chefs ne sont que de fidèles serviteurs; ils ne gouvernent pas.
3. La seule condition requise pour devenir membre des A.A. est un désir d'arrêter de boire.
4. Chaque groupe devrait être autonome, sauf sur des sujets touchant d'autres groupes ou les A.A. en entier.
5. Chaque groupe n'a qu'un seul but primordial - transmettre son message à l'alcoolique qui souffre encore.
6. Un groupe des A.A. ne doit jamais endosser, financer ou prêter le nom des A.A. à des groupements connexes ou à des organisations étrangères de peur que les soucis d'argent, de propriété et de prestige ne nous distraient de notre but premier.
7. Chaque groupe des A.A. doit entièrement couvrir ses frais, refusant les contributions de l'extérieur.
8. Les A.A. devraient toujours demeurer non-professionnels, mais nos centres de service peuvent engager des employés spéciaux.
9. Les A.A. comme tels, ne doivent jamais être organisés; cependant nous pouvons constituer des conseils de service ou des comités directement responsables envers ceux qu'ils servent. -
10. Les A.A. n'émettent jamais d'opinion sur des sujets étrangers; le nom des A.A. ne doit donc jamais être mêlé à des controverses publiques.
11. La politique de nos relations publiques est basée sur l'attrait plutôt que sur la réclame; nous devons toujours garder l'anonymat dans nos rapports avec la presse, la radio, le cinéma et la télévision.
12. L'anonymat est la base spirituelle de nos traditions, nous rappelant toujours de placer les principes au-dessus des personnalités.

JE SUIS RESPONSABLE

Lorsque n'importe qui, n'importe où tend la main en quête d'aide, je veux que la main d'AA soit là . . et pour cela, je suis responsable.