

ÉTÉ 1967

VOL. 3 NO 1



La Vigne AA

Un coeur reconnaissant
Les premières choses en premier
Comment j'ai connu les A.A.
Une cuite émotionnelle



LES DOUZE ÉTAPES

1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant l'alcool - que nous avons 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. Le mouvement A.A. n'est allié à aucune secte 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 MATIERES

Vol. 3 — No. 1

| | |
|---|----|
| Un coeur reconnaissant | 1 |
| Les premières choses | 3 |
| Tout haut | 5 |
| La 12e étape ... n'a pas eu de résultat | 9 |
| La ligne blanche | 11 |
| Comment j'ai connu les AA | 12 |
| Mon mari est un alcoolique | 18 |
| Une cuite émotionnelle | 21 |
| Si aujourd'hui | 23 |
| La vie commence à 27 ans | 26 |
| Je vous la raconterai | 30 |





UN COEUR RECONNAISSANT

"Le monde est rempli de tant de choses que je suis sûr que nous devrions tous être heureux!"

Robert Louis Stevenson.

Si vous vous sentez vidé et au bout de votre corde, si vous êtes vis-à-vis de choses insurmontables, malgré vos efforts

courageux, répétés... si vous vous sentez battu, peut être ces mots vous aideront-ils à passer à travers votre journée.

Il n'en est rien! Vous n'êtes pas battu, mon ami AA. Aussi mal en point, aussi humilié, aussi seul que vous puissiez vous sentir, non, vous n'êtes pas battu. Rien ne peut vous abattre, si vous avez foi en Dieu et en vous-même et si vous gardez une ferme croyance aux principes de votre groupe et en vos amis AA.

Presque toutes les défaites nous viennent du fait que nous croyons qu'elles se produiront; que nous pensons à la défaite... que nous parlons de défaite et que nous sommes des défaitistes; alors comment voulons-nous réussir?

Nous nous laissons abattre par des sentiments d'ingratitude et de manque de bienveillance à notre égard et souvent nous en gardons rancune indéfiniment. Alors... qu'est-ce qui se produit? Notre femme, nos amis, notre famille nous délaissent, nos possessions les plus chères se volatilisent et nous croyons que notre univers va s'effrondre... tout espoir en la vie s'effrite. Comme d'habitude, nous sommes dans l'erreur. La vie aura toujours sa signification si nous y mettons un sens.

A ce moment-ci, à cette minute même vous pouvez bien vous prendre en pitié, mais cela veut-il dire que votre vie est sans espoir? Certainement pas!

Cela veut dire que vous devrez reconstruire votre vie selon le programme AA.

Tout homme a, à un moment donné, porté un fardeau. Chacun de nous a, tôt ou tard, atteint les bas-fonds du désespoir. Nous avons tous eu nos moments où nous avons désiré capituler. Chaque alcoolique qui a vécu le moindrement a vu ses rêves s'effrondre; ses espérances les plus chères complètement démolies. Cependant, l'homme lui-même ne doit pas être détruit. Il peut, s'il le veut, dominer la situation présente. Il peut surmonter tout acte malhonnête ou tout déshonneur qui pourrait croiser son chemin, s'il a foi en Dieu et confiance en lui-même.

Oui, la signification des mots de Robert Louis Stevenson doit être présente à la mémoire de tous les AA... partout. Notre monde et le mouvement des Alcooliques Anonymes sont en effet si pleins d'une foule de choses, que nous oublions dans notre égoïsme d'être reconnaissants et de bénir ceux qui ont rendu notre Association possible.

Vraiment ce cœur reconnaissant et qui se souvient peut dire: "Merci, Messieurs".

O.S.P.



"LES PREMIERES CHOSES, EN PREMIER"

Nous avons tellement de choses à accomplir dans une journée que, souvent, nous ne savons pas par où commencer et, si nous nous énermons, nous débutons mal nos activités et le reste de la journée s'en ressent. Alors, nous passons une journée misérable remplie d'ennuis, d'embarras,

de défaites; une journée pleine de ressentiments et de doutes sur nous-mêmes. Nous ne sommes pas contents et nous avons raison de ne pas l'être.

C'est si facile de changer une telle situation. Il existe un mot de six lettres dans la langue française qui de-

vrait être employé constamment et que nous sommes portés à oublier fréquemment, c'est PENSER. Ce mot n'est pas réservé à une certaine classe d'individus; il appartient à tout le monde et il est là pour être utilisé. Lorsque nous nous sommes formés des idées dans l'esprit, nous agissons. Nos actions sont valables en autant que nous les avons bien mûries et elles sont banales si nous ne leur avons pas donné l'attention nécessaire.

En quelques secondes, nous avons pensé à notre plan d'action et nous devons nous lancer dans le temps et vivre avec lui. Nous devons gagner notre vie et celle des nôtres, nous devons organiser telle manifestation, nous devons rendre un service demandé, nous devons rencontrer des gens, nous devons nous amuser et nous détendre à tous les jours de notre vie terrestre. Nous vivrons heureux et fiers de nous-mêmes si nous avons bien ordonné nos activités et si nous avons donné à chaque action la priorité qui lui revient. En résumé, il faut suivre le dicton: "Les PREMIERES CHOSES, EN PREMIER".

S'il nous faut visiter le médecin pour un mal que nous ressentons, il serait stupide d'appeler un taxi avant d'avoir communiqué avec le docteur pour savoir s'il peut nous recevoir et nous prodiguer les soins nécessaires.

Si nous jouons aux cartes, il ne faut pas empocher la mise avant d'avoir gagné le jeu, car, apparemment, les autres joueurs n'apprécieraient pas ce geste. Et si nous devons rencontrer Jacques à quatre

heures, Louis à cinq heures et Pierre à six heures, il ne faut pas aller voir Jean à quatre heures car nous risquons de manquer tous nos rendez-vous.

Pour tout être humain, ce qui prime c'est qu'il soit capable de vivre convenablement. Alors, il est essentiel qu'il travaille dans la mesure qui lui est demandée. S'il est employé, il doit remplir les heures requises, les utiliser honnêtement et loyalement au profit de son patron qui lui remet une rétribution pour les services rendus. Celui qui travaille à son compte a une obligation morale envers ses employés, ses clients et ses fournisseurs. Il doit consacrer le temps requis pour leur donner les services et les directives essentielles. De cette manière, il sera productif.

Chaque personne doit consacrer quelques heures à la détente, aux loisirs et au plaisir. Il n'est pas meilleur de ne jamais se reposer que de jouer tout le temps. Trop d'heures de détente provoquent la paresse, l'indolence et l'indifférence; trop d'heures de travail causent de la fatigue, du malaise et de l'inefficacité. Il s'agit de trouver la juste mesure. N'avez pas trop de sympathie pour celui qui vous affirme qu'il n'a pas pris de vacances depuis cinq ans et trop d'admiration pour celui qui se permet des vacances de plusieurs mois durant l'année, car il y a un manque d'équilibre de vie dans les deux cas et, en général, ces gens ne sont pas heureux.

Dans la vie, l'importance doit aller aux choses importantes et le reste n'a pas d'importance.

Si vous êtes une alcoolique, essayez de le dire

TOUT HAUT

Lorsque nous sommes déménagés tout dernièrement dans un autre Etat, il ne nous a pas semblé qu'il y avait de différence dans la manière de procéder aux réunions des AA, excepté que plusieurs personnes donnant le message, au lieu de dire "Je suis un alcoolique" débutaient leur causerie en disant: "Je suis membre des AA."



J'ai demandé des explications à ce sujet. Voici quelques-unes des raisons invoquées: Le Gros Livre ne mentionne pas que nous *devons* admettre ou dire que nous sommes des alcooliques. Le dictionnaire définit un alcoolique comme étant "une personne qui s'adonne à l'usage excessif de liqueurs alcoolisées". Donc, si nous ne buvons pas actuellement, nous ne sommes pas des alcooliques et nous ne pouvons pas être désignés comme tels. Tout ceci, au début, me laissait surprise et perplexé.

J'ai réfléchi sur ces premiers jours dans les AA, me demandant à quel moment j'avais repris mon équilibre. Quels avaient été mes points tournants importants vers la vraie sobriété? Pendant quelque temps personne ne m'a demandé de me lever pour dire ou déclarer quoi que ce soit! Personne ne m'a dit si j'étais une femme alcoolique ou non. Lorsque je posais des questions, les membres se contentaient de sourire et de me demander: "Qu'est-ce que tu en penses, toi?" Alors j'ai dû décider de moi-même. Et je savais dans mon for intérieur que tôt ou tard je devrais le déclarer moi-même.

Un soir, avec surprise et horreur, j'ai senti le besoin de le dire tout simplement. Je me suis décidée à parler. D'une voix tremblotante, j'ai demandé au président: "Qu'arriverait-il si mes genoux fléchis-

saient et si je tombais ou je trébuchais en montant ou en descendant de l'estrade?"

Roy m'a répondu solennellement: "Eh bien! nous devons faire faire une analyse de ton sang et prendre ton pouls".

Et le fameux soir arriva et j'ai dit: "Mon nom est Marie, et je suis une alcoolique". Mes sentiments étaient quelque peu confus et je crois bien que j'avais un peu honte. Mais soudain et de façon inattendue je fus comme électrisée. Il m'a semblé être dix pieds plus grande, plus grande que je ne l'avais jamais été. Et ce fut le point tournant. J'ai senti que "j'appartenais" pour la première fois — j'étais un vrai membre des AA. Il m'a semblé que je tournais enfin le dos à la peur et à la honte et que je pourrais envisager sans peur n'importe quel événement qui se présenterait. Est-ce que cela pouvait être le résultat de cette simple admission de ces tout petits mots?

Je n'essaie pas de changer l'opinion de ceux qui pensent différemment. Je veux tout simplement exprimer mes propres convictions. C'était important pour moi de prendre cette décision, de parler et d'agir. Il était important que j'accepte une situation que je ne pouvais pas changer et de l'accepter avec tout ce qu'elle peut impliquer. Il n'y a pas de "si" ou de "mais" à ce sujet. Je suis

ce que je suis, il n'y a pas d'explications ou de raisonnements... plus de discussions à ce sujet.

Le Gros Livre ne dit pas que nous *devons* faire quoi que ce soit, même pas que nous devons arrêter de boire. Mais moi je veux dire: "Mon nom est Marie et je suis une alcoolique". Je suis sûre maintenant de ce que je suis. C'est beaucoup plus

qu'il y a quelques années. Je crois que d'avouer que je suis une alcoolique est la première admission franche, honnête et sincère que j'aie jamais faite au sujet de moi-même pendant toute ma vie d'adulte. Et les AA m'ont aidée à devenir honnête de cette façon.

De plus, cela simplifie tellement les choses!



"Plus rien pour moi. J'ai mon examen médical annuel à 4 heures."

IMPORTANT
IMPORTANT
IMPORTANT

CONGRÈS DE MATANE

Les 11, 12 et 13 août

CONGRÈS DE CHICOUTIMI

Les 25, 26 et 27 août

LA CONFÉRENCE BILINGUE DU QUÉBEC,
À L'HÔTEL REINE-ELISABETH, MONTRÉAL

Les 20, 21 et 22 octobre

CONGRÈS D'OTTAWA, AU CHATEAU LAURIER

Les 22, 23 et 24 septembre

LA 12^e ÉTAPE QUI N'A PAS EU DE RÉSULTAT

“Jacques, connais-tu quelqu'un du nom de Chris... ?” Cette phrase me sembla une de ces questions auxquelles je n'avais pas besoin de répondre; elle m'était posée alors qu'elle lisait son journal. Mais le nom m'était resté dans la mémoire et j'ai demandé: “Donne-t-on son adresse?”

— Oui, c'est 124, rue Principale.

— Eh oui! c'est l'adresse où je suis allé lundi dernier. Pourquoi?

— Il s'est suicidé, hier soir...

Vers minuit, un soir de la semaine précédente, le téléphone près de mon lit m'avait éveillé. “Les Alcooliques Anonymes?” avait dit la voix désespérée d'un alcoolique malade, et je m'étais complètement réveillé tout-à-coup. “Je voudrais parler à quelqu'un”, dit-il, “si ce n'est pas trop vous demander, car il est tard. J'ai pensé que peut-être...” Il s'excusa encore puis me donna son nom et son adresse.

“Entrez donc, Jean est dans la cuisine”, me dit une femme blonde et fatiguée d'environ trente ans en m'accueillant. “La maison est en désordre, je n'ai pas eu le temps...”

“Je déteste vous causer ce dérangement”, me dit Jean en m'apercevant dans la cuisine. “Diable, il faut que je fasse quelque chose, je suis

malade.” Le verre qu'il avait dans la main faisait suite à la série qui avait fait des cercles nombreux sur la table humide. “Je ne suis pas un alcoolique, n'est-ce pas?”

Je répondis: “Vous devrez décider ça vous-même. Mon opinion ne vaudrait rien. Mais si vous avez des difficultés à cause de la boisson, je voudrais que vous essayiez notre aide. Voyez-vous, Jean, j'ai bu pendant trente-cinq ans et je suis sobre depuis près de sept ans. Le temps où vous avez bu ou la quantité de boisson ne fait rien à l'affaire; c'est ce que la boisson *vous fait* qui compte.”

“Maintenant, mon chéri, dit sa femme en nous interrompant après avoir déposé son propre verre, si tu veux bien m'écouter et te servir de ta force de volonté, tu peux diminuer la quantité de boisson que tu absorbes régulièrement et tout sera comme auparavant. Mon chéri, tu n'as besoin d'aide de personne...”

Je n'ai pas réussi à parler à Jean durant la semaine qui a suivi ma visite chez lui. Comme je songeais tristement à tout cela, me demandant ce que j'aurais pu faire de plus, j'ai entendu la voix de ma femme qui complétait sa phrase du début: “Il s'est suicidé parce qu'il était désespéré de son mauvais état de santé.”

R.G.





**ATTENTION
À LA
LIGNE
BLANCHE !**

Hier soir, je conduisais ma voiture pour me rendre à une assemblée. C'était un de ces soirs pluvieux, ceux qui me plaisent davantage. D'abord, il y a moins de circulation et on peut admirer la féerie des lumières qui passent dans le noir. Ma façon de voir et comprendre les choses est également meilleure.

Soudain, je me suis pris à penser à cette ligne blanche qui divise la route. Ce mince ruban est effectivement le meilleur contrôle de circulation qui soit dans cet immense pays. Il est là, immuable, immobile, silencieux, pas plus large que la main. Il fait contraste avec les sirènes bruyantes et les lumières aveuglantes des grandes villes.

Toutefois, un chauffeur intelligent va probablement, un jour ou l'autre, enfreindre n'importe quel autre règlement du Code de la route avant de franchir cette ligne. Pourquoi ? Tout simplement parce qu'il est conscient qu'il en résulterait une collision et peut-être une catastrophe qui pourrait entraîner la mort. L'esprit de conservation le fait se conformer à ce règlement très facilement.

Personnellement, cette ligne étroite me suggère qu'elle est le symbole parfait du premier verre de l'alcoolique. Il est parfaitement au courant que ce verre entraînerait sa destruction et possiblement sa mort. Il ne franchit pas cette ligne de démarcation et avance sûrement dans la sobriété.

Attention à la ligne blanche !

B. S.

COMMENT J'AI CONNU LES AA

Il était trois heures du matin, le lendemain de Pâques, lorsque, pour la première fois de ma vie, je fus tout-à-fait honnête envers moi-même. J'admis que j'étais alcoolique et que j'étais impuissante devant l'alcool. Dans le chaos d'une gueule-de-bois de première classe, tout mon univers s'écroulait dans ma tête. Une puissance supérieure à moi-même veillait sans doute sur moi, puisque ce matin-là, à six heures, avant même que mon mari eût eu le temps de dire un mot, je lui annonçai que je savais que l'alcool était en train de ruiner ma vie et la vie de mes proches, et que j'allais cesser de boire.

Ce fut sans doute la meilleure décision que j'aie jamais prise. Mon mari me dit qu'il était heureux que j'aie pris cette décision parce que le moment était venu où il en avait assez, et que j'étais sur le point de le perdre, ainsi que ma maison et mes enfants. Je lui dis que j'allais appeler les AA pour obtenir de l'aide.



A titre de buveur social, sa réaction fut de me dire que c'était une solution de faiblesse. Il était convaincu que, pour arrêter de boire, il suffisait d'avoir de la détermi-

nation. Mais, moi, je savais que j'avais besoin de secours. Seule, je n'aurais jamais pu arriver à la sobriété. Même si j'y étais arrivée, j'aurais été malheureuse et frustrée du fait que j'étais différente des autres, et ne pouvais mener une existence normale, dont l'alcool faisait partie. Me servant cette fois de la détermination et de l'habileté qui m'avaient souvent aidée à trouver le verre du matin dont j'avais parfois si grand besoin, j'appelai les AA aussitôt que mon mari fût parti, avec cette différence, toutefois, que ce matin-là j'étais dans le droit chemin.

Il était environ 8 heures du matin lorsque j'appelai les AA pour la première fois. Mon cœur sombrait pendant que je tenais l'appareil et qu'aucune réponse ne venait. J'essayais de me convaincre que cette puissance supérieure dont on m'avait parlé faisait en sorte que je n'obtienne pas de réponse.

Je retournai à la cuisine, l'esprit en déroute, plus malheureuse que les pierres. Mes mains tremblaient et mes pensées étaient tellement insupportables que j'étais sûre de ne pouvoir passer la journée sans prendre au moins un verre et de préférence plusieurs.

Je me traînai jusqu'à la salle de bain, où je fus prise de crises de vomissements. J'essayai mes yeux et retournai tant bien que mal jusqu'au téléphone. J'appelai de nouveau le bureau des AA. Après un temps assez long, j'entendis enfin une réponse.

"Je voudrais parler à quel-

qu'un", bégayai-je. La personne me répondit qu'elle se trouvait seule en ce moment et n'avait pas le temps de me parler, mais qu'elle me ferait appeler par quelqu'un. Je lui donnai mon nom et mon numéro de téléphone.

La demi-heure qui suivit ressemblait à l'enfer. Je m'habillai et me coiffai, puis j'attrapai un balai et j'entrepris le nettoyage de la maison, que j'avais énormément négligée. Je mourais d'envie d'entendre sonner le téléphone, et pourtant je redoutais cet appel.

Je devais avoir un reste de fierté puisque lorsque la secrétaire du groupe local m'appela pour me dire qu'un couple passerait me voir vers onze heures, je me dis que je ne pouvais laisser aucune personne sobre voir ma maison dans l'état où elle était. J'étais tellement malade physiquement et mentalement que ce fut une véritable torture, mais je parvins à la rendre présentable.

La secrétaire, une personne merveilleusement compatissante et compréhensive, me donna son numéro de téléphone et me dit de l'appeler dès que quelque chose n'irait pas. Ce jour-là, je brûlai littéralement les fils entre son téléphone et le mien. Je venais de me faire une amie!

Je regardais par la fenêtre lorsque j'aperçus le couple qui allait devenir mes "parrains". J'étais terrifiée. Mille prétextes me vinrent à l'esprit. Comment m'en débarrasser? Où étais-je en train de me fourvoyer? Devant moi se trouvaient les ogres qui allaient désor-

mais, et pour toujours, mener ma vie. Jamais plus je ne respirerais librement. J'étais prise au piège.

J'ouvris la porte, le coeur dans la gorge. Je fus renversée! Loin d'être les monstres que j'attendais, j'avais devant moi deux personnes ordinaires — à une différence près, c'est que ces humains étaient heureux! Leurs sourires étaient si contagieux que, toute souffrante que j'étais, je me mis à sourire aussi. Mon sourire était à vrai dire faible et tremblant, mais c'était un sourire.

Pendant les premières minutes, je me sentis très mal à l'aise. Je n'avais pas l'habitude de parler aux gens sans tenir un verre à la main. Cependant, mon hospitalité alcoolique prit le dessus et je leur offris du café. La conversation devint toute de suite plus facile. J'avais peut-être une idée plus précise du mouvement AA que la moyenne des gens. En effet, depuis des années, j'avais lu tous les articles concernant l'alcoolisme qui me tombaient sous la main, surtout pour me féliciter de n'être pas au nombre des alcooliques. Comme on peut être stupide!

Mes futurs parrains m'expliquèrent les principes AA et me racontèrent quelques-unes de leurs expériences passées. Je découvris qu'ils avaient fait des choses aussi stupides et aussi méprisables que celles que j'avais faites! Et pourtant, ils étaient sobres et heureux.

Je ne comprenais plus. Mais je commençai cependant à espérer.

Peut-être que les choses pour-

raient s'arranger pour moi comme elles s'étaient arrangées pour eux. Cela me donna à penser, pour la première fois.

Ils s'occupèrent de me faire assister à une réunion fermée, le même soir, et me donnèrent également les numéros de téléphone d'autres membres. J'avais maintenant trois amis.

Cet après-midi là, je lus attentivement la documentation qu'ils m'avaient laissée.

Je passai le reste de la journée entre cinq minutes et une demi-heure à la fois. Je téléphonai à plusieurs membres que je n'avais pas encore rencontrés. Tous me donnèrent sympathie et encouragement. Toute la journée, je reculais devant la perspective d'assister à la réunion. Quand mon mari rentra du travail, il m'aida à prendre une décision. Je ne me sentais pas assez bien. Je devrais attendre de me sentir mieux. La réunion commençait trop tard, et j'avais besoin de repos. De toute façon, je n'étais pas prête. Je pouvais très bien me débarrasser de cette mauvaise habitude par moi-même.

C'était exactement ce que je désirais entendre. Les prétextes rêvés! C'est-à-dire, tous, sauf le dernier: je ne pouvais me défaire de cette habitude par moi-même.

Le jeune femme qui vint me prendre pour assister à la réunion parla à mon mari. Je crains que ses explications aient été vaines.

Elle lui demanda si, un jour, une pilule était inventée pour me gué-

rir, il consentirait à me la donner. Il lui répondit que oui. Elle lui répondit que malheureusement la science médicale n'en avait pas encore inventé, mais que les AA avaient aidé des milliers de personnes comme moi. Il doutait toujours. Ce soir-là, sans n'en rendre compte, je fis mes premiers pas dans la sobriété.

Je n'avais pas envie d'aller à cette réunion, mais c'était maintenant ou jamais. Tout en sachant que je déplaisais à mon mari et à mon enfant, j'y allai quand même.

La jeune femme me parla, chemin faisant, et je regagnai un peu de respect de moi-même. Je commençai à me sentir un peu mieux.

Ma première réunion fut une révélation. Jamais auparavant je n'avais encore vu une si grande assemblée de personnes sobres et heureuses.

Dès la première seconde, je sus que j'étais arrivée à bon port. Ces gens étaient des gens comme moi, amicaux et indulgents. Exactement la sorte de personnes que j'aurais choisies pour m'accompagner dans un "party". Ils avaient le sens de l'humour et ils étaient humains.

Mais, par-dessus tout, ils avaient de la sérénité et ils étaient sobres.

Ce soir-là, je reconnus sans l'ombre d'un doute que j'étais alcoolique. Parmi les vingt questions, je n'en laissai que trois sans réponse. Je ne préférais pas boire seule et je n'avais jamais été traitée ou hospitalisée pour alcoolisme. A la fin de la réunion, j'avais plus d'amis que je n'en pouvais compter.

En retournant à la maison, nous nous sommes arrêtées, ma nouvelle amie et moi, dans un restaurant et nous avons parlé de ce que nous avions entendu à la réunion. Je lui ai raconté certaines choses personnelles dont j'étais si honteuse que je ne les avais jamais avouées auparavant, pas même à Dieu. J'avais l'impression qu'un lourd fardeau m'avait été enlevé.

Je voyais devant moi des horizons nouveaux qui s'ouvraient.

Cette nuit-là, j'ai dormi très peu. J'ai récité une courte prière de remerciement à la Providence. C'était la première prière sincère que je lui adressais depuis bien des années. Je ne dormais pas mais, pour la première fois depuis longtemps, ma tête était tellement pleine des choses que j'avais entendues qu'il n'y avait plus de place pour le remords. Pour la première fois de ma vie, je n'avais plus peur! Pour la toute première fois, j'osais croire que j'étais un tout petit peu heureuse!

G. S.

FEU

L'hôtel a pris feu et les occupants se trouvent assemblés devant l'entrée.

— Il n'y a pas de quoi s'effrayer, clame l'inévitable vantard. Quand j'ai entendu le signal d'alarme, je me suis habillé tout à l'aise. J'ai allumé une cigarette et j'ai même renoué ma cravate.

— Oui, interrompt quelqu'un, mais pourquoi n'avez-vous pas mis votre pantalon?

RÉUSSITE

Philibert est très laid, mais il n'a pas l'air de s'en apercevoir, et il est tellement démuné de complexes qu'il dit à son ami:

Moi, les femmes m'ont toujours réussi.

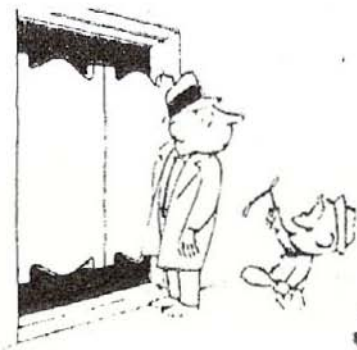
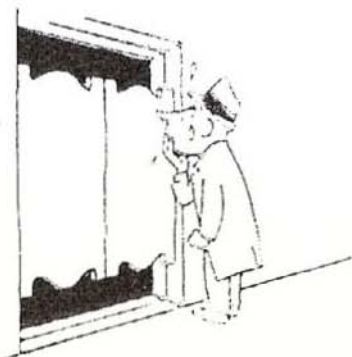
Sauf ta mère, précise l'ami.

DANS UN MAGASIN:

Maison à vendre pour gros chien ou pour petit mari.

Le patron: "Votre veston commence à s'élimer, mon ami... et il est plutôt démodé".

— "Hélas, Monsieur, je le sais bien! Je me le suis acheté la dernière fois que vous m'avez augmenté de salaire."



AA

Une épouse avait demandé les conseils du célèbre Dr J.G. Molner pour le cas de son mari alcoolique. Ce médecin de renom dirige une chronique médicale dans au moins 200 journaux et revues des Etats-Unis. Il lui a conseillé sans hésiter de confier son mari aux Alcooliques Anonymes.

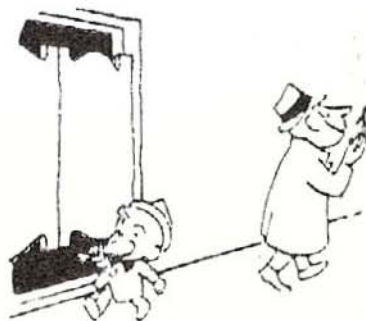
Pour qu'un médecin aussi célèbre que le Dr Molner conseille spontanément recours aux AA à un buveur en danger, il faut évidemment que notre société des Alcooliques Anonymes ait fait ses preuves.

POÉSIE

Un membre de La Tuque s'est révélé poète et pour l'apprécier, il faut lire sa contribution que voici :

Un verre tu prendras,
Remords tu sentiras!
10 verres tu boiras,
Ta raison tu noieras!
100 verres tu prendras,
Amour, foyer perdras!
Arrête! Change tout ça!
Suis la méthode "AA",
La paix tu connaîtras.

"Amen"





Je n'en suis pas peinée...

MON MARI EST UN ALCOOLIQUE

Mon mari a essayé pendant plusieurs années de régler son problème de boisson par lui-même. A l'occasion, il arrêta de boire pendant un certain temps. Peut-être un an, peut-être deux, peut-être quelques mois — et la dernière période dura près de sept ans. Pendant ce laps de temps "d'abstinence", je croyais que j'étais heureuse et je prenais pour acquis qu'il l'était.

Depuis que fais partie des AA, je m'aperçois maintenant que durant cette période j'étais réellement assise sur un baril de dynamite. Je vivais dans la crainte. Je savais instinctivement qu'un jour il boirait (et je crois que je savais à ce moment-là que c'était le premier verre qui commençait la débacle). Je ne savais pas quand ou dans quelles circonstances, mais dans mon subcons-

cient, je savais que la chose arriverait.

Et c'est arrivé! Cependant sa cuite ne dura qu'une semaine... Une semaine du jour où il commença sa cuite, nous avons eu des "mots". Naturellement, j'étais dans toutes les tranches. A chaque cuite, c'était pire et elle durait plus longtemps que la précédente. Dans l'espace d'une semaine, nous étions désespérés. Je savais qu'il faudrait qu'il soit hospitalisé ou qu'il prenne un congé de maladie ou que nous agissions d'une façon radicale. Si vous avez déjà vu un homme adulte assis sur un sofa pleurant comme un bébé, en vous disant qu'il veut arrêter de boire mais ne le peut pas — eh bien! c'est très pénible.

Je crois que c'est à ce moment que j'ai fait ma "première Etape". Pendant ses cuites antérieures, j'avais demandé du secours à Dieu, mais quand je jette un coup d'oeil sur le passé, je me rends compte que je n'avais certainement pas la bonne manière de prier. Je gardais un fond d'égoïsme en moi-même: "Arrêtez-le de boire", ou en d'autres mots: "Rendez-moi heureuse en le rendant sobre".

Mais ce soir-là, quelque chose me frappa durement et je priai ainsi: "Mon Dieu, si c'est votre volonté, qu'il arrête de boire et qu'il désire sincèrement arrêter de boire, s.v.p. montrez-lui la voie et montrez-moi comment je puis l'aider".

En moins de trente minutes, comme si de rien n'était, mon mari dit: "Je crois que je vais appeler les AA". Et un grand soulagement m'envahit.

C'est difficile à expliquer mais au moment précis où deux hommes vin-

rent frapper à notre porte pour faire la 12e Etape initiale, un poids lourd semble être tombé de mes épaules.

Grâce à Dieu et au mouvement AA, nous vivons une vie complètement différente de celle d'autrefois. Dans notre paroisse, nous essayons d'aider les autres comme nous le faisons dans les AA.

Il est dans sa quatrième année de sobriété *heureuse*. Il n'est plus le "type isolé" qui passe devant une taverne et se sent le seul gars dans toute la ville qui ne peut entrer prendre un verre. Maintenant nous avons beaucoup d'amis merveilleux qui se comprennent les uns les autres et ne cachent pas leur problème pour vivre dans la peur.

Mais revenons à la raison pour laquelle je ne suis pas peinée qu'il soit un alcoolique. S'il n'était pas alcoolique, nous n'aurions pu connaître le mouvement AA et si nous n'avions pas trouvé AA personne d'entre nous n'aurait cette merveilleuse paix de l'esprit, ce nouveau mode de vie et par-dessus tout cette Puissance Supérieure qui a tant fait pour nous.

Mais parce qu'il est alcoolique et parce que je suis mariée à un alcoolique depuis vingt-quatre ans, cela m'a aidée à mieux comprendre ces problèmes et à avoir une meilleure attitude au sujet de l'aide qu'on peut apporter à ceux qui ont à faire face aux mêmes problèmes que nous. En d'autres termes, par l'alcoolisme de mon époux, par les humiliations, la honte et la peine que j'ai dû subir comme son épouse et par la nouvelle vie apportée par les AA, tout cela m'a aidée à comprendre les gens qui nous entourent. S'il n'était pas

(Suite à la page 25)



UNE CUITE EMOTIONNELLE

Ma nouvelle sobriété avait des ailes. Ma reconnaissance n'avait pas de limites. Il semblait que je n'étais plus esclave. Je flottais sur mon nuage rose! Puis, un jour, ce fut une grande chute émotionnelle. Je souffrais d'une gueule-de-bois émotive parce que j'avais volé trop haut sur les ailes de ma sobriété trop nouvelle. Les feux de mon enthousiasme s'étaient éteints, mais je brûlais de ressentiment.

Puis j'ai découvert ce qui faisait défaut chez moi. J'étais au beau milieu d'une véritable cuite émotionnelle. J'avais commencé à ouvrir une série de vieilles blessures et j'y avais versé du sel. Je m'étais mis à remuer tous les os du squelette que cachait mon subconscient. J'avais commencé à regarder, à travers mes anciens verres de bière, vers l'avenir qui ne semblait pas doré. Je procédais à mon inventaire et à celui de tous les autres; j'examinais mes fautes et les leurs aussi. J'avais commencé à écrire une liste des choses terribles qui pourraient m'arriver un jour. Mon présent était si plein des débris de mon passé et des fantômes de mon avenir que je ne voyais plus ce présent. Oui, j'étais bien ivre; émotivement ivre; presque aussi ivre que quand je buvais réellement.

Pour la première fois, j'ai décidé de m'en tenir fermement à la troisième étape: remettre ma vie et ma volonté au soin de Dieu et commencer à essayer de comprendre Sa volonté à mon égard. Ce

ne fut pas facile pour un agnostique comme moi qui devenait parfois presque athée. J'ai demandé à Dieu de faire disparaître ma mauvaise façon de penser, comme Il avait, par l'entremise des AA, fait disparaître l'alcool de ma vie. Et j'en suis venu à croire que Lui et Lui seul pouvait me libérer ainsi. Je Lui ai demandé de m'aider à ne pas réagir trop fortement dans les circonstances difficiles, ou à cause de certaines personnes ou certaines choses; de m'aider à changer mes attitudes et à devenir tolérant et rempli d'affection envers les autres, juste pour aujourd'hui; de m'aider à accepter ce que je ne peux pas changer ou que je ne peux pas encore changer et à ne pas m'attendre à être libéré des problèmes de la vie, mais d'être délivré des craintes des problèmes de la vie. Je donne le nom de sérénité à cette liberté.

J'ai appris que lorsque la crainte glaçante surgit en moi, quand je commence à faire l'inventaire moral des autres ou à me prendre moi-même en pitié, quand je commence à faire du ressentiment, ou quand je désirerais insulter quelqu'un ou tout abandonner; quand cela se produit, je me dis: "Mon ami, je pense que le bouchon n'est plus sur ta bouteille, peux-tu te permettre cette "brosse" émotive? Tu pourrais vraiment te soûler! Tu pourrais même en mourir." Je pense que la volonté de Dieu à mon égard, c'est que je ne m'enivre pas, physiquement ou émotionnellement.

M. U.

La main à la plume...



LA VIGNE AA, c'est l'affaire de tous les membres de langue française du Canada et du monde entier... Elle sera ce que nous la ferons tous ensemble.

Vous y participerez, comme nous de la Rédaction, si vous nous écrivez. Ecrire quoi? Un peu comme un court message: ce qu'a été votre vie autrefois et ce qu'elle est maintenant depuis que vous avez connu les Alcooliques Anonymes. Ecrire quoi? Comment vous comprenez les étapes et les traditions... telle étape, telle tradition AA.

Plusieurs membres désirent que LA VIGNE AA parle davantage des expériences de nos membres de langue française. Nous aiderez-vous à le faire?

La main à la plume... dans le but d'aider au moins un autre alcoolique (et peut-être plusieurs) à devenir ou à demeurer sobre!

La Rédaction.

P.S.: Adressez vos lettres à:

LA VIGNE AA, Casier postal 1566, Succursale B,
Montréal, Canada.

**SI AUJOURD'HUI
JE PEUX EMPECHER
UN COEUR DE SE BRISER,
JE NE VIVRAI PAS EN VAIN.
SI JE PUIS ADOUCIR
UNE VIE DE DOULEUR,
OU CONSOLER UNE PEINE,
AIDER UNE AME SOLITAIRE
VERS LE BONHEUR
JE N'AURAI PAS VECU
EN VAIN.**

C'est donc dans cet esprit que je viens ici vous raconter quelques expériences vécues, par un alcoolique maintenant sobre depuis un bon nombre de 24 heures.

Dans le passé, et cela avant 1934, lors de la fondation des Alcooliques Anonymes, et dans un passé beaucoup plus récent dans la province de Québec, l'incompréhension du public, de la famille, du

corps médical, du clergé n'a certainement pas aidé l'alcoolique. Ces professionnels, pourtant qualifiés dans le comportement humain, étaient impuissants pour résoudre le problème de l'alcoolisme. Il n'y avait pas de solution et les alcooliques continuaient à boire de plus belle et malheureusement jusqu'à la déchéance complète, quand la mort elle-même de l'alcoolique n'arrivait pas avant.

Depuis l'avènement des A.A. cependant, l'alcoolique peut, s'il le veut, sortir de son dilemme. Il fallait que ce soit un alcoolique qui en trouve la solution. Dans le passé pré-A.A., l'alcoolique était considéré comme un vicieux, un dégénéré, un sans-cœur, et un "bum".

Les médecins et les psychiatres qui se sont qualifiés en fait d'alcoolisme, reconnaissent que c'est une maladie psychophysique. Une maladie à trois dimensions qui englobent le corps, le cerveau et l'âme. Aucun de ces trois aspects de la maladie ne doit être négligé pour arriver à la solution du problème.

A.A. a prouvé que vous ne pouvez guérir l'habitude de l'usage de la boisson par le raisonnement, par des régimes ou des drogues.

Il y a trois choses à considérer:

- 1- L'alcoolique doit avoir vécu une expérience personnelle et avoir de fortes intentions d'arrêter de boire.
- 2- Le message doit lui être transmis par un autre qui a souffert lui aussi du même marasme de vide dans notre manière de boire, et qui, lui aussi, s'était réfugié dans l'alcool pour y trouver une puissance plus grande qu'une simple habitude de boire; c'était autrement dit la poursuite d'effets recherchés, qui cependant procuraient des effets non recherchés.
- 3- Il est donc important que la personne, homme ou femme, sauvée du marasme, se trouve un groupe, une société modèle dont les membres ont tous connu les mêmes expériences et jusqu'à la même initiation.

Alors voici ce que je crois être la manière compréhensive des A.A.

1- Il a été prouvé que c'était le salut, pour ceux qui étaient victimes du plus grave symptôme de la détresse générale, l'alcoolisme.

2- Il a également été prouvé que les 12 étapes peuvent être appliquées pour secourir aussi ceux qui souffrent par d'autres détresses, pour lesquelles notre enseignement éducationnel ne fournit pas de préparation adéquate.

3- Parce qu'il est à noter que l'homme est créé pour grandir en connaissances aussi bien qu'en conduite et en caractère, et qu'il se fatigue de tout, excepté l'extase qu'il trouve dans l'alcool, quelqu'un a dit que l'alcolisme était de l'infantilisme. C'est un peu vrai. L'alcoolique n'aime pas la vie telle quelle, donc l'usage de la boisson lui procure la fuite des réalités de la vie morne ou compliquée de tous les jours.

Avec la sobriété cependant tous et chacun de nous devons apprendre à nous entraîner par l'exercice qui nous enseigne à faire face aux accidents de la vie, comme des choses inexplicables. Pris de cette manière, cela nous amène à les accepter. C'est alors seulement que nous pourrions garder l'initiative envers l'expérience et c'est seulement ainsi que tous les événements peuvent être envisagés comme des opportunités de grandissement personnel, en évidence dès maintenant, et qui préparent pour la maturité qui reste à venir.

Quelques remarques entendues lors de la Conférence provinciale

du mois d'octobre 1965 à Montréal, remarques faites par des conférenciers de marque à "l'opinion des autres".

- A.A. est né du désespoir, d'une volonté de lutter comme d'une résolution de vaincre.

- A.A. c'est le chemin qui conduit à une haute spiritualité, l'amour du prochain et par là, l'amour de Dieu.

- Les A.A., individus à la recherche du rôle spirituel dans la vie.

Pour réussir dans A.A.:

Il faut beaucoup d'humilité.

Il faut beaucoup de courage.

Il faut beaucoup de ténacité.

Il faut beaucoup d'amour.

Il faut beaucoup de charité.

Il ne faudrait cependant pas oublier la gratitude envers Dieu qui a permis que nous rencontrions A.A.

Il se peut que l'homme parvienne à la connaissance de la Lumière à travers les ombres. (Nous avons été dans la brume si longtemps.) Ses rencontres avec Dieu peuvent survenir dans un moment de dégoût ou de maladie, après quelque excès.

Ces rencontres ne signifient pas que l'on commence à connaître Dieu. Cependant, l'une de ces rencontres les plus fréquentes avec Dieu, se trouve dans un moment de vide, de lassitude, d'ennui, après un plaisir sensible ou un moment d'exaltation. Si je suis sobre aujourd'hui, ce n'est pas dû à ma

femme, à ma famille, ou à qui que ce soit, mais à la grâce de Dieu et aux Alcooliques Anonymes. Je termine ainsi un autre 24 heures de sobriété.

ANONYME.

Je n'en suis pas peinée...

(Suite de la page 19)

alcoolique, nous ne pourrions savoir comment les autres vivent et je suis certaine que nous ne serions pas les citoyens utiles que nous essayons d'être aujourd'hui. Je ne peux m'empêcher de remarquer que les gens qui n'ont jamais côtoyé le problème de l'alcoolisme ne comprennent vraiment pas les choses comme les "familles d'alcooliques" les comprennent.

Et en appliquant les Douze Etapes suggérées à ma vie personnelle, j'ai trouvé que j'étais loin d'être la personne parfaite que je croyais être quand mon mari buvait. C'est si facile pour le conjoint non alcoolique de se placer du côté crédit du livre de banque et de jeter tout le blâme sur son compagnon qui boit. Dieu merci, je constate que j'ai des défauts aussi et j'ai l'esprit assez large pour admettre ces défauts et voir à les corriger.

Je suis contente de vivre ainsi, et prie sincèrement Dieu de continuer à nous "donner la sérénité d'accepter les choses que nous ne pouvons changer, le courage de changer les choses que nous pouvons changer, et la sagesse d'en connaître la différence".

MARTHE D.

**LA VIE
COMMENCE
A 27 ANS**

Si en visitant un sanatorium pour tuberculeux vous entendiez un jeune patient vous dire: "Je suis heureux d'être tuberculeux,"



vous seriez probablement très surpris. Et pourtant j'ai toutes les raisons d'être heureuse à cause d'une maladie qui peut être mortelle comme la tuberculose.

Mes débuts en ce qui concerne l'alcool ont provoqué une de ces réactions qu'on appelle "le coup de foudre". Nous nous sommes liés dès le début et nous sommes restés unis pendant huit agonisantes années.

J'étais âgée de 19 ans lorsque je pris mon premier verre. Apparemment je n'étais pas différente de mille autres étudiantes d'universités à travers le pays. Ma vie sociale à l'Université ne laissait rien à désirer. L'ambiance familiale était excellente, j'avais toutes les raisons au monde d'être heureuse et je l'étais jusqu'au jour où, histoire de faire comme les autres, je pris mon premier verre.

A partir de ce premier verre, en moins d'un an, je ne pouvais plus m'en passer et il me fallait prendre un verre d'alcool le matin pour commencer ma journée. J'essayais de cacher le fait que je buvais beaucoup trop. Dans les réunions sociales je m'abstenais d'en prendre. Personne ne savait que je m'étais "fortifiée" de plusieurs gorgées de boisson pure avant d'arriver. Ou le savait-on? Dans ma confusion, mes ressentiments et mon anxiété grandissaient à vue d'oeil de jour en jour.

En peu de temps, ce fut la tournée des hôpitaux, au moins quatre ou cinq par année. Les

médecins m'identifiaient comme un cas "d'immaturité émotive" à chacune de mes visites. Chaque fois que je sortais de l'hôpital, je promettais loyalement de ne plus jamais boire; mais dès que les choses n'allaient pas selon mes désirs, je me soûlais.

Puis c'était une période d'abstinence, suivie d'une cuite à la moindre contradiction. Franchement, je n'ai jamais pensé à ce moment-là que je pouvais être alcoolique, et ma famille ne le croyait pas non plus. Une jeune fille de mon âge et le rang social que j'occupais, moi, une alcoolique? Impossible! Naturellement, je sais maintenant que j'en étais une dès le début.

A mesure que les mois et les années se succédaient, il m'était impossible de dire la vérité. J'avais une façon de penser qui était aussi impénétrable qu'un mur de briques. Je mentais à propos de tout et de rien plutôt que de dire la vérité, ce qui aurait été bien plus simple. Je m'apitoyais de plus en plus sur mon sort et, ce qui était plus grave encore, je perdais le respect de moi-même.

Après que mes études furent terminées, je décidai de voyager; c'était sûrement la solution que je cherchais. A chaque endroit où j'allai, j'amenai ma personnalité avec moi et ma personnalité n'était pas une bonne compagne de voyage.

Le voyage ayant été un fiasco, je décidai que le mariage serait

peut-être la solution idéale. Même avant le mariage, mon mari était au courant de mon instabilité mais ne connaissait aucun remède. Ni l'un ni l'autre nous ne pensions que tous mes symptômes indiquaient que j'étais une alcoolique, car nous ne savions pas que l'alcoolisme est une maladie. Durant les treize mois qui suivirent, je restai dans le même état d'ébriété et de confusion.

Puis, j'ai cru qu'en déménageant dans une autre ville le changement me serait peut-être salutaire. Tout recommencer à neuf, me suis-je dit. J'étais certaine que là se trouvait la solution à mon problème. Nous avons déménagé mais malheureusement, ma personnalité m'accompagnait. A ce moment-là, mon alcoolisme avait atteint un stage critique et je fus de nouveau hospitalisée, cette fois dans une aile réservée aux malades mentaux. J'y demeurai sept semaines, mais on ne trouva rien d'anormal chez moi. Mon problème demeurait toujours le même : "immaturité émotive". Après ce stage à l'hôpital, j'ai continué à boire pour m'évader.

Un jour, le téléphone sonna. C'était une de mes amies d'autrefois que je n'avais pas vue depuis longtemps et qui demeurait dans une autre ville. Elle m'annonça qu'elle était en ville pour plusieurs jours et qu'elle viendrait me voir.

Le lendemain, elle s'amena et, au début, il fut question de tout, sauf d'alcool. Puis, je ne sais ce

qui m'amena à me confier à elle, mais je lui racontai la vie d'enfer que je menais depuis plusieurs années. Son amitié et son intérêt me furent d'un grand réconfort. Elle me dit qu'elle comprenait très bien ma situation et savait à quel point je souffrais. Puis elle me raconta son histoire. L'histoire de son entrée dans les A.A. il y avait de cela trois ans. Pendant des heures, je l'écoutai parler. Elle semblait si heureuse et si détendue, si calme et si vivante.

Je suis allée à ma première assemblée, confuse à l'extrême et physiquement malade. Mes premières semaines et mes premiers mois avec les A.A. furent remplis tour à tour de craintes et d'espoir. Je me battais contre l'obsession de la bouteille. Au début ce ne fut pas facile, mais avec l'aide soutenue de mes amies A.A. je continuai à assister aux assemblées. Je n'étais pas seule.

Soudain, je me suis aperçue que je commençais à avoir ce qu'on appelle des "bons jours", à peu près deux par semaine. Ces bons jours étaient remplis de sérénité et d'espoir, de clarté d'esprit et de calme. Puis, peu à peu, ces bons jours se changèrent en de bonnes semaines. Je cessai de me révolter contre tout le monde et moi-même. Je commençai à écouter et à apprendre.

J'ai appris que je puis vivre seulement un jour à la fois. Si je veux me plaindre moi-même et laisser des pensées négatives s'in-

filtrer dans ma vie, je peux certainement être malheureuse. J'ai appris que le passé n'est plus et que l'avenir n'est qu'un rêve. Je sais que ce qui m'est arrivé dans le passé n'a pas d'importance, mais que ce que je fais aujourd'hui est vraiment important. Je n'essaie plus de fuir la vie. Je puis maintenant vivre chaque jour et profiter de l'occasion de pouvoir aider quelqu'un des mêmes tortures qui me faisaient souffrir hier. J'ai retrouvé mes amies d'autrefois et je m'en suis fait d'au-

tres. Et ce qui est encore mieux, j'ai appris à vivre avec *moi-même* sobrement.

Je suis maintenant âgée de 27 ans et je me compte chanceuse d'être encore jeune et d'avoir trouvé cette merveilleuse façon de vivre et l'avenir sera excellent pour moi SI je ne prends pas mon premier verre.

Betty E.



"Oh! Je ne le connais pas vraiment très bien. Il vient parfois chez moi pour la douzième étape."

JE VOUS LA RACONTERAI MON HISTOIRE

A l'issue des causeries que j'entends depuis que je suis membre des AA, j'éprouve comme un besoin d'aller serrer la main de celui qui vient de vider son coeur en racontant ses égarements de jadis. Je le regarde profondément dans les yeux et je lui dis merci. C'est un merci profond, chaleureux, vrai.

Oui, car au récit de ces vies si chaoteuses et farcies d'aventures parfois si tristes, je retire beaucoup de bien pour ma ténacité dans la bonne voie. Il se dégage de ces histoires vécues une telle philosophie de la vie malheureuse que j'en trouve des applications diverses.

Je vous la raconterai mon histoire... oui, je vous la raconterai un jour, camarades. Je ne suis pas prêt encore, je ne suis pas encore assez fort dans le chemin de la sobriété, je ne suis pas encore assez serein.

Oh! elle n'a rien d'un grand intérêt. Elle est faite comme la plupart de celles que j'ai entendues, de tout un cortège de légèretés. Mon histoire, elle s'inspire, comme toutes celles des alcooliques, de ce besoin de s'étourdir et de

croire à la puissance de l'alcool pour régler des problèmes, pour enjoliver l'existence par trop terne à certains jours.

Car, au fond de toute vie alcoolique, n'est-ce pas que le désir d'oublier les épreuves, les monotones et les coups durs se retrouve toujours? Prendre un verre pour encaisser une épreuve, une tuile, un désapointement; prendre un verre pour mieux jouir d'une bonne nouvelle, c'est le cas de tout alcoolique. Comme c'est bête quand on y réfléchit!

L'alcool fait oublier la peine durant combien d'heures?... et la peine, l'épreuve, le chagrin ne sont-ils pas le lot de tout le monde? L'alcool n'apporte aucune solution bien au contraire.

Je vous la raconterai mon histoire avec tout mon coeur; vous la trouverez peut-être banale, sans couleur. Et si quelqu'un vient me dire: "Après vous avoir entendu, je suis convaincu que vous dévaliez la pente à vive allure, à une allure qui vous aurait fait rejoindre les plus durs à cuire des AA," je lui dirai: "Oui, vous avez raison, et n'est-ce pas que je suis chanceux d'être AA?"

IMPORTANT

IMPORTANT

IMPORTANT

CONGRÈS DE MATANE

Les 11, 12 et 13 août

CONGRÈS DE CHICOUTIMI

Les 25, 26 et 27 août

LA CONFÉRENCE BILINGUE DU QUÉBEC, À L'HÔTEL REINE-ELISABETH, MONTRÉAL

Les 20, 21 et 22 octobre

CONGRÈS D'OTTAWA, AU CHATEAU LAURIER

Les 22, 23 et 24 septembre

COUPON D'ABONNEMENT À "LA VIGNE A.A."

publiée tous les deux mois.

Pour s'abonner, écrire à :

La Vigne A.A., boîte postale 1566, Succursale B, Montréal, Canada.

Pour les groupes, lot de 10 numéros \$3.75

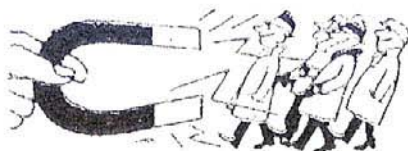
Souscription annuelle, 6 numéros \$2.25

NOM :

ADRESSE : rue ou B.P.

VILLE :

Montant inclus : \$



LA VIGNE A.A.

LA VIGNE A.A. publie les expériences et les opinions des membres A.A. 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 A.A."

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

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

Abonnement : 6 numéros pas année \$2.25

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'A.A. soit là... et pour cela, je suis responsable.