

(16)

40¢

DÉC. 1967 — JAN. 1968

VOL. 3 NO 4



# La Vigne AA



# **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.

---

## **ALCOOLIQUES 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 sobres et d'aider les autres alcooliques à le devenir.

# TABLE DES MATIERES

Message de Dave .....	1
La sincérité .....	2
Le Père Noël .....	4
Ça parle au diable! .....	7
Sortir de l'impasse .....	12
Les 12 étapes .....	16
Tout va bien .....	18
Je cherchais .....	19
Noël .....	22
Le plus précieux .....	24
De l'avant .....	27
Témoignage .....	29
Joyeux Noël! .....	32

---





# MESSAGE DE NOEL DE DAVE B.



A tous mes amis AA

S'il m'était demandé de choisir deux mots pour exprimer mes sentiments personnels à cette époque de l'année, mon choix serait Gratitude et Réflexion.

Noël est le temps d'offrir des cadeaux et d'exprimer sa bonne volonté. Cela ne peut se faire qu'à deux. Il faut un bienfaiteur et un bénéficiaire. C'est l'éternel secret du partage qui, si clairement et si simplement, nous est donné dans les mots de la prière de saint François: "C'est en donnant que nous recevons".

La suggestion, telle qu'énoncée dans le "Gros Livre", est: "Donnez sans compter ce que vous avez trouvé". Tous, tant que nous sommes, nous participons à toutes les responsabilités et récompenses d'AA parce que tous ensemble nous sommes AA. N'est-ce pas un sentiment merveilleux? Etre associés et être partie à cette chose extraordinaire.

C'est peut-être aussi le temps pour nous de quelques réflexions sincères. Nous arrêter un instant et penser, encore une fois, à être humblement reconnaissants envers Dieu, tel que nous L'entendons, de ce message extraordinaire que nous avons tous reçu et qui a sauvé nos vies et nos raisons. Il est temps, aussi, de renouveler et de raffermir la Foi dans nos esprits et dans nos coeurs.

C'est peut-être aussi une occasion de réfléchir sur les responsabilités qui nous sont venues de notre propre sobriété. Pussions-nous continuer à partager nos propres bienfaits, pussions-nous donner de bon gré ce que nous-mêmes avons reçu, jusqu'au moment où tout alcoolique, où soit-il, saura qu'il y a un terme à sa souffrance.

Encore cette année, laissez-moi dire: ceci est le message, à l'occasion de Noël et de la Nouvelle Année, d'un homme dans Alcooliques Anonymes. J'aimerais le partager avec vous tous.

Ainsi à vous, aux vôtres, de Dorrie, de moi-même et de notre famille,  
Que Dieu vous bénisse tous et JOYEUX NOEL!

DAVE.



## La sincérité : une nécessité !

Le nouveau venu, chez les Alcooliques Anonymes, se sent parfois dérouté devant le fait que des membres A.A. acceptent volontiers de raconter certains détails de leur vie passée alors qu'ils étaient esclaves de l'alcool. Certains peuvent être portés au doute et à s'interroger sur l'état d'esprit de celui ou de celle qui porte le message en mettant son âme à nu et en révélant des gestes, des actes, des attitudes que tous ignoraient et continueraient d'ignorer si ce n'était de la révélation qu'en fait le conférencier.

Pour ma part, je m'étais bien juré, à mes débuts dans A.A., que jamais, au grand jamais, je ne conteras mon histoire, encore moins que je livrerai entièrement ma pensée. Un autre serment oublié, une autre promesse violée tout comme mes serments et mes promesses d'ivrogne quand je me jurais solennellement de ne pas prendre un coup le lendemain. Il n'était pas tard dans la journée que j'étais encore soulé.

Je me suis longtemps interrogé pour essayer de comprendre les motifs qui poussaient les membres A.A. à de telles confidences. C'est beau le partage



des expériences... la thérapie de groupe... transmettre le message... etc., mais il y a tout de même une limite!

Un dimanche matin, à l'occasion de la réunion d'un groupe fermé pour hommes, sur la Rive Sud, le président invite Yves à remercier le conférencier. Notre ami s'avance et dit: "Je dois de la reconnaissance au président qui me fournit l'occasion, tout en remerciant X Y Z, de vous faire une confidence et un aveu: j'ai "slippé" hier... et... je suis très heureux d'être parmi vous ce matin. Je veux me raccrocher... etc.,..."

Quel idiot! Quel gaffeur! pensai-je en mon grand esprit. Pourquoi un tel aveu alors qu'il n'était question que d'une petite bouteille de bière et de la moitié d'une autre de même format. Ce même bonhomme avait reçu un jeton de trois ou de six mois quelques semaines auparavant. Selon mon raisonnement, s'il avait su se taire, personne ne l'aurait découvert et il aurait pu aller chercher éventuellement un autre jeton ou un gâteau. Pauvre Yves!

A quelques mois de là, une dame se présente devant l'assemblée pour remercier la conférencière. La même histoire; le même aveu! "J'ai bu quatre bouteilles de bière cette semaine. Je remercie ma marraine qui n'a pas hésité à me tendre la main et à..." Pauvre Bibi! pensai-je.

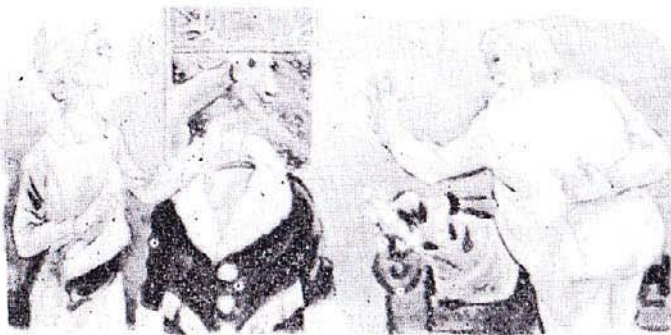
Mais, qu'est-ce qui les pousse donc à un tel aveu? Sont-ils malades? leur a-t-on fait ingurgiter la drogue de vérité? Leur esprit doit être dérangé... quel besoin tous les assistants avaient-ils de connaître ces détails? Quel profit celui et celle qui ont connu une de ces petites rechutes espèrent-ils tirer de leur confession publique?

Mon parrain avait la réponse.

Je dois à Yves et à Bibi une dette de reconnaissance. Sans le savoir, tous deux ont contribué fortement à ma sobriété. Avec l'aide de mon parrain, j'en suis venu à comprendre qu'Yves et Bibi auraient pu facilement dissimuler leur rechute respective mais que ces deux membres n'auraient pas pu se mentir à eux-mêmes.

Ce besoin de sincérité envers soi-même constitue une nécessité pour tout membre A.A. qui veut cesser de boire, atteindre la vraie sobriété, connaître la sérénité et progresser dans un mouvement qui nous propose un VRAI mode de vie. La leçon m'a été profitable. Pourtant, j'éprouve un regret: je n'ai jamais eu l'occasion ou le courage d'exprimer ma reconnaissance à ces deux membres des A.A. Disons que je m'acquitte de ce devoir, d'une façon anonyme, en utilisant les pages de LA VI-GNE A.A.

L.P.



# LE PÈRE NOËL ESSAIE ENCORE

*C'est la veille de Noël et le vieux Père Noël  
se paye une crise d'apitoiement!*

Il est presque minuit au Pôle Nord et l'homme au costume rouge fait les cent pas. "Je ne peux certainement pas les visiter tous. Après tout ils sont plus de 350,000".

Sa femme apparaît portant un cabaret. "Calme-toi et prends une autre tasse de café. Ma foi tu n'as pas été aussi ner-

veux depuis le naufrage du Nautilus".

Le Père Noël (parce que c'est lui) se laisse tomber pesamment dans son fauteuil en soupirant: "Parfois je pense que je devrais prendre ma retraite".

— Voyons, voyons dit la Mère Noël, en versant du café, tu

as dit la même chose l'année dernière.

— Les sous-marins sous la glace, dit le Père Noël, les satellites au-dessus du Pôle, les écrans de radar que je dois esquiver, et toutes ces personnes qui n'ont plus besoin de moi!

La Mère Noël essaie d'être réconfortante: "Mais, mon cher, tu as toujours dit que les seules personnes qui croient en toi, ce sont les enfants et les alcooliques. Il y aura toujours des petits enfants".

— "Mais ces grands enfants étaient plus fidèles. Ils me laissaient tout entre les mains. Maintenant 350,000 d'entre eux ont trouvé un moyen de rester sobres et pas un n'attend plus rien de moi".

— "Oui, les beaux jours sont finis" soupire Madame Noël avec résignation. "Souviens-toi de cet homme de Matane? Il découvrait toujours deux jours avant Noël qu'il était cassé et qu'il n'avait pas fait son magasinage".

— "Sûrement que je m'en souviens. C'était moi qui arrangeais les affaires avec la compagnie de finance pour qu'il obtienne un prêt. Je lui stabilisais la main pour qu'il puisse signer le billet. Maintenant, regarde-le il a fait ses achats de Noël en novembre".

Et le Père Noël de se souvenir: "Prends par exemple Paul ... je ne me souviens plus de son nom. Chaque veille de Noël, pendant plusieurs années, je devais le ramener chez lui. Une fois j'ai même remis mon berlot et j'ai conduit son automobile cinq coins de rue à travers la neige.

"Et ce couple, à Sherbrooke, qui s'est endormi en garnissant l'arbre de Noël et que j'ai dû réveiller afin qu'il puisse remplir les bas avant que les enfants ne descendent l'escalier.

"Je ne sais plus combien d'entre eux j'ai empêché de passer la Noël en prison. Si je n'avais pas chuchoté un mot dans l'oreille de ces agents de police" ...

Le Père Noël était près des larmes: "Me voici un vieux bonhomme, on ne me laisse plus rien faire. Quelques-uns d'entre-eux agissent comme s'ils étaient le Père Noël. Ils sont reconnaissants et généreux au temps de Noël et sèment plus de joie que je ne le pourrai jamais".

"Balivernes! dit la Mère Noël, avec sa sagesse coutumière. C'est ton influence qu'ils diffusent. Si ce n'était du souvenir qu'ils ont de toi, ils n'apprécieraient pas autant le bonheur qu'ils éprouvent à Noël".



Le Père Noël grogne un peu et se lève, attachant son grand collet de fourrure. "Eh bien! qui sait? je peux peut-être, ajoute-t-il, rencontrer un adulte qui a besoin de moi, un pauvre homme accroché quelque part à un lampadaire".

— "J'en suis sûre, j'en suis très sûre, tu en rencontreras", de répondre la Mère Noël en donnant une bise à son mari et en le poussant dehors dans la nuit.

R. S.



"Mon doux, mais c'est ton père"!



## Ca parle au diable!

J'ai éprouvé de la difficulté à me trouver un endroit pour garer ma voiture; après en avoir découvert un, j'ai eu un MAL DE CHIEN pour m'y faufile. Je suis descendu en maudissant le chauffeur de la voiture qui se trouvait devant la mienne parce qu'il avait pris trop d'espace et m'en avait laissé trop peu.

Durant toute la journée, j'avais vécu dans l'attente de notre partie de cartes hebdomadaire au local de notre club A.A. La journée avait été un peu particulière: une kyrielle de petites frustrations et d'ennuis bénins avait graduellement épuisé ma patience. Et cette histoire de stationnement en plus! J'étais en retard; on avait probablement commencé la partie sans moi. Je ne me sentais plus tout simplement ennuyé; j'étais réellement fâché sans toutefois en connaître précisément la cause. Tout en

parcourant la distance des deux rues comprises entre mon lieu de stationnement et le club, il me vint soudain à l'esprit que ces derniers temps il m'était arrivé, à plusieurs reprises, de me choquer.

Le vestibule du club était désert. En passant devant le petit salon, alors que je me dirigeais vers l'escalier, je vis un homme, un étranger; cet homme était assis et il était seul.

Il était évident que cet homme relevait d'une cuite, non pas parce qu'il tremblait ou qu'il avait la barbe longue; son apparence extérieure ne présentait aucun de ces signes. Mais, de toute façon, ça se devine et ça se sent; on ne peut s'y tromper. J'en suis venu à distinguer l'attitude du désespéré, la lassitude et le dégoût extrêmes que ne peuvent camoufler les efforts que l'on fait pour tenter de se comporter comme tous les autres. Je me

suis dit: "Ça y est; cet homme souffre".

Au moment où je passais, il leva la vue; nos regards se croisèrent et cela me suffit pour voir le fond de ses yeux. C'était impossible; je savais que ce ne pouvait être vrai mais pourtant, j'avais l'impression que je connaissais cet individu. Je lui adressai un petit salut et je continuai mon chemin vers l'escalier.

Je me pris à penser que d'un instant à l'autre arriverait quelqu'un qui serait heureux de causer avec cet homme. Mes réflexions me portèrent à me rappeler que j'avais fait nombre de douzième étape, en fait, plus que la majorité des autres membres et que dans les derniers temps l'effort n'en valait pas la chandelle. De toute façon, je m'en allais jouer aux cartes.

Tout à coup, je me rappelai pourquoi j'avais cru reconnaître quelqu'un dans cet étranger.

Je reconnaissais ce regard! Ce regard, je l'avais vu à plusieurs reprises; à ce moment précis, je revis ce regard dans les yeux de cet homme dont j'avais oublié les traits depuis longtemps et dont je n'avais jamais su le nom.

C'était il y a dix ans alors que le mouvement des Alcooliques Anonymes n'était pas très répandu et que peu de gens

en connaissaient l'existence. Nous étions animés de zèle mais les résultats se faisaient attendre. Je me souviens d'avoir abordé cet homme sur le trottoir et de lui avoir demandé s'il voulait une consommation. Je voyais très bien qu'il en avait besoin et il était évident qu'il était sans le sou. Je lui payai quelques consommations; je tentai de lui exposer le programme et les buts des Alcooliques Anonymes et nous nous sommes séparés. Je n'avais jamais revu cet homme. J'ignore si ce procédé un peu naïf a donné des résultats; j'en doute fortement. A tout événement, ce contact m'a fait du bien.

A cet instant, j'ai compris qu'il me fallait retourner vers l'étranger. Au moment où je fis volte-face, je vis notre homme sortir du petit salon et se diriger vers la sortie.

—Hé! Jos!

Il se retourna et me vit me diriger vers lui. Il s'arrêta. En m'approchant de lui, je lui adressai un grand sourire et j'essayai de trouver les mots nécessaires pour l'aborder. Avant que j'aie pu prononcer une seule parole, il s'adressa à moi d'une voix rageuse:

— Dis donc, Ernest! Ne me crie pas et ne m'appelle pas Jos! J'ai un nom!

Je refoulai mon ressentiment ainsi que la réponse toute prête et je gardai péniblement mon sourire.



— Je regrette! Je m'excuse d'avoir crié! De plus, j'ignore ton nom. Je me nomme Albert.

Je lui tendis la main. Cette main, il la regarda durant quelques instants puis, il me tendit la sienne.

— Je me nomme Dufour, articula-t-il.

— Ça parle au diable! Mon nom de famille est Tremblay. Nous avons quelque chose en commun; il y a une multitude de Dufour et de Tremblay au pays. Ce ne sont pas des noms rares. Dis donc, quel est ton prénom?

— Appelle-moi tout simplement Dufour.

Il avait repris son ton rageur. Puis, il ricana en ajoutant: "Mon prénom est Camillien. Tu sais la raison pour laquelle je ne l'aime pas".

— Oui, je sais, lui répondis-je en souriant.

Il se mit à sourire à son tour et ce sourire changea entièrement son visage. Pour la première fois, je considérai cet individu comme un être humain plutôt que comme un ivrogne. "Qu'importe! Je te baptise Camille et tu m'appelles Ti-Bert. Dis donc, Camille, on prend un café ensemble?" A ce moment-là, j'ai réellement eu le sentiment que les paroles que je prononçais, je voulais les prononcer et que je souhaitais le voir accepter mon invitation.

La partie de cartes n'avait plus aucune espèce d'importance.

Camille me répondit qu'il accepterait volontiers le café offert et nous nous sommes dirigés vers la distributrice automatique. En cours de route, il m'avoua qu'il venait de recevoir son congé d'une clinique psychiatrique. Il y avait fait un séjour d'une durée de dix jours. Selon son infirmier, on lui avait mis la camisole de force durant les trois premiers jours parce qu'il avait perdu totalement la raison. Un autre patient lui avait parlé des Alcooliques Anonymes et de notre Club.

La distributrice était presque vide. Je vis que la table placée près de la fenêtre était inoccupée et j'en fis la remarque à Camille.

— C'est la table des A.A. lui dis-je. "Du moins, nous l'occupons lorsqu'elle est libre. Assieds-toi, je te prie. Je vais servir. Qu'aimerais-tu manger?"

Il hésita. "Je crois que je vais me contenter d'un café."

— Tu es fauché? Je connais ça. Tu es mon invité. Je te suggère le poulet à la crème. Peut-être aimerais-tu autre chose?

— Non, merci. Le poulet me plaît.

Je pouvais, à ce moment, lire la gratitude que ses yeux exprimaient et je détournai mon regard. A ma courte honnête, je me souvenais que j'étais

venu bien près de l'ignorer totalement et de m'en éloigner.

Je commandai du poulet et des légumes. En attendant d'être servi, je me mis à réfléchir. Il aurait besoin d'un gîte durant quelques jours. Je pouvais régler ce problème. Mais il aurait aussi besoin de travail et le plus tôt serait le mieux. Il me faut découvrir le genre d'occupation qui l'intéresse et qui est de sa compétence; je pensai que je pourrais peut-être connaître un employeur possible. A ce moment précis, il me vint un éclair: mon Dieu, je m'intéresse présentement à une personne autre que moi.

Et c'était vrai! Pour la première fois depuis des semaines, j'étais sorti du cercle vicieux de mon propre EGO. J'étais capable, une fois de plus, de me préoccuper des besoins d'un autre être humain. A nouveau, il me revint à la pensée que j'étais passé bien près de placer la satisfaction personnelle d'une partie de cartes d'une durée de quelques heures au-dessus de l'occasion inestimable de rendre service à autrui et de me faire un bien immense. Je mesurai la grandeur de ce changement magique qui s'opérait en moi et je me pris pratiquement à rire devant ce miracle. Après dix années de sobriété, je bénéficiais d'une leçon que j'espérais bien ne jamais oublier, leçon qui m'était fournie, à son insu, par un homme qui comptait dix jours de sobriété. Sans

cet étranger envers qui j'avais du ressentiment au début et que j'avais été tenté de négliger tout-à-fait, je serais présentement à jouer aux cartes en espérant le miracle banal d'avoir les mains pleines d'atout.

La serveuse plaça le poulet et les légumes sur le cabaret et je payai la note. Je ramassai une salade, un dessert et deux tasses de café et je me dirigeai vers la table, de l'autre côté de la pièce. Camille était assis; il m'attendait patiemment.

— J'ai pensé que tu aimerais peut-être une salade, lui dis-je. Est-ce qu'une pointe de tarte te va pour dessert?

— Certainement.

Je plaçai les assiettes sur la table, me débarrassai du cabaret et pris un siège. Camille était immobile, les mains sur les genoux. Attendait-il ma permission de commencer à manger? Je le regardai attentivement. Il s'aperçut que je l'examinais; il rougit et il baissa les yeux. Il prit la fourchette, la retourna dans ses doigts, l'examina comme s'il se fut agi d'un objet de grand intérêt, un objet que l'on doit étudier mais dont on ne doit pas se servir.

— Y a-t-il quelque chose qui ne va pas? lui demandai-je.

— Non. Seulement... j'ignore quand je pourrai te rembourser. J'y parviendrai, sans doute... ça peut prendre quelque temps... mais...

— Mais, pendant ce temps-là, ton repas refroidit. Ecoute, Camille, tu es mon invité et ton acceptation me cause un vif plaisir. Si je peux te rendre encore service, considérons le tout comme un prêt que tu me rembourseras quand tu le pourras. Ne t'en fais pas à ce sujet-là. Plus tôt que tu ne le crois, tu auras l'avantage de rendre service à quelqu'un d'autre. Maintenant, à l'attaque!

— En tout cas, merci. Merci mille fois.

— Mange.

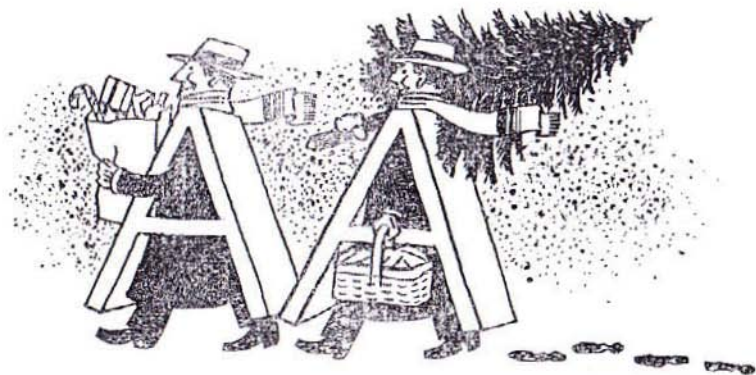
Il sourit et il commença à manger. Je le surveillai pendant quelques instants; je ressentais une grande joie. J'allumai alors une cigarette et je commençai à lui raconter de quelle façon A.A. a changé ma vie.

L.P.J., Philadelphie.

---

*Une définition d'un alcoolique : celui qui boit autant que vous... et dont vous n'aimez pas la façon d'agir.*

*Dr Jackson A. Smith*







## ***SORTIR DE L'IMPASSE***

Je suis de jour en jour de plus en plus surprise d'avoir pu sortir de l'impasse où je me trouvais en fin d'année 1959. Après 25 années d'alcoolisme, je me trouvais à ce moment-là dans une situation si grave qu'à tout instant je désirais que la mort vienne au plus tôt me chercher et ainsi alléger le fardeau de ceux qui étaient plus ou moins forcés de vivre à mes côtés. Depuis sept ans surtout, ne voyant à peu près personne, ne sortant à peu près pas, je

buvais seule au sein de ma famille, descendant rapidement la côte. Je me trouvais alors plongée dans le plus tragique désespoir, hantée par la crainte, la honte, les remords; j'étais cousue de ressentiments envers et contre tous, blâmant tout le monde pour mes déboires, ayant pour moi-même une telle compassion que parfois je me comparais à une martyre.

Le mouvement A.A. m'était bien venu à l'idée mais j'avais alors 59 ans et je ne me voyais pas très bien cherchant de l'aide à cet âge-là; il me semblait que c'était tout à fait ridicule, et puis est-ce que ce geste en valait la peine? J'avais si peu de temps à vivre et comment pourrais-je m'adapter à une vie sans alcool? La pensée qu'il me faudrait cesser de boire m'était plus odieuse encore que la pensée de descendre encore plus bas.

Et puis, un soir qui me semblait encore plus sombre que les autres, j'appelai les A.A. J'y vois la main de Dieu et je suis convaincue que si ce soir-là je n'avais pas suivi mon intuition féminine, je n'aurais jamais plus retrouvé le courage de faire cet appel. L'assemblée locale avait lieu deux jours plus tard et là encore une force que je ne m'explique pas m'a poussée vers cette assemblée car toute la journée je cherchai une excuse plausible pour appeler et dire que je ne pouvais pas y aller.

Il y a de cela sept ans. Je n'ai pas pris un seul verre d'alcool depuis.

Mes débuts dans A.A. furent relativement faciles. Emmerveillée du fait que je pouvais être *24 heures sans boire*, supportée dans mes efforts par de sympathiques membres A.A., ayant en main de la littérature A.A. que je lisais avidement, la confiance peu à peu prenait possession de mon esprit et remplaçait l'obsession que j'avais pour l'alcool. Cette merveilleuse Prière de la Sérénité que je balbutiais à tout instant sans trop comprendre ce qu'elle voulait dire, les assemblées auxquelles j'assistais et l'expérience qu'un autre alcoolique venait si humblement relater dans chacune de ces assemblées contribuèrent largement à un commencement de réhabilitation. Peu à peu je reprenais goût à la vie.

Quelques mois de sobriété passèrent et je m'aperçus que j'allais beaucoup trop vite. Je m'attendais à trop de changements, la vie devenait de plus en plus compliquée et je me trouvais de nouveau sous le joug de la crainte, du remords et du ressentiment. Je comprenais mal que ma famille ne me prenait pas au sérieux et ne me donnait aucune preuve de reconnaissance pour l'effort que je faisais pour rester sobre. C'est alors que sur les directives d'un membre, je commençai à faire l'inventaire de ma



personnalité. Ne m'étant jamais acceptée telle que j'étais, je ne savais plus qui j'étais et en cherchant je me suis retrouvée, et à partir de ce moment j'ai pu procéder avec plus de sûreté à changer ce que je pouvais changer et à accepter ce que je ne pouvais pas changer. J'ai aussi compris qu'ayant été la cause de la souffrance des autres, ces derniers ont certainement pardonné mais n'ont pas oublié tout le mal que j'ai pu leur causer et qu'aujourd'hui ils peuvent aller de l'avant avec leurs propres projets sans s'inquiéter de moi. Je crois qu'au lieu de leur en vouloir j'aurais dû les remercier de m'avoir donné leur confiance.

Les étapes mises à la disposition du membre me sont d'une aide précieuse. Je trouve la troisième étape particulièrement difficile à mettre en pratique. Je ne la comprends peut-être pas à fond. "Remettre sa volonté entre les mains de Dieu", c'est là un marché difficile à conclure. Cependant à force d'effort chaque fois qu'il me faut prendre une décision, je m'arrête pour y penser, j'agis selon mon intuition, mettant le tout entre Ses mains, acceptant d'avance sans arrière-pensée ce qui pourrait en résulter.

J'essaie d'éviter toutes les situations embarrassantes et compliquées, je suis plus que jamais convaincue que pour

moi la vie doit-être simple. Je ne puis me permettre les grandes émotions, elles me laissent fatiguée et inquiète, qu'elles soient gaies ou tristes. En essayant de garder le juste milieu, je redeviens confiante et reposée et prête à faire face à tous les événements de la journée. J'ai une entière confiance en Dieu, je sais qu'Il me guide. Je fais l'effort, Il fait le reste.

J'essaie de donner tout le temps possible à la pratique de la 12ième Etape. En aidant un nouveau membre à trouver le chemin de sa réhabilitation, je constate que je contribue d'une manière tangible à la mienne. Souvent en étudiant le cas de ce membre et sa manière de penser et d'agir, je découvre que moi aussi j'ai les mêmes idées et pourtant je ne m'étais pas arrêtée à y penser; ensemble sans presque nous en apercevoir nous travaillons à redresser le même défaut.

Je fais des erreurs il va sans dire. J'essaie de les réparer et de ne pas les répéter mettant au compte de l'expérience ces faiblesses et ne m'attardant pas en de vains remords.

Parce que je suis sobre, je vois la vie telle qu'elle est, et elle me fascine. Je sens que de nouveau je fais partie et de ma famille et de la société. J'aime à voir grandir mes petits-enfants, à les voir évoluer, progresser dans leurs études. Ce



sont là de petits bonheurs qui remplissent ma vie. Je suis heureuse parce que j'ai retrouvé la paix intérieure. En essayant de me dévouer au bien-être de mon mari si patient dans l'adversité, j'essaie de compenser pour toutes les peines que je lui ai causées dans le passé.

A.A. a été et reste ma planche de salut, et envers le mou-

vement et ses membres, je ressens et j'exprime ici ma plus vive reconnaissance.

Oui, la vie pour moi vaut la peine d'être vécue même si elle ne doit commencer qu'à 59 ans.

GABY L.,  
St-Jérôme.

---

*La responsabilité, c'est la gratitude à l'oeuvre.*

---



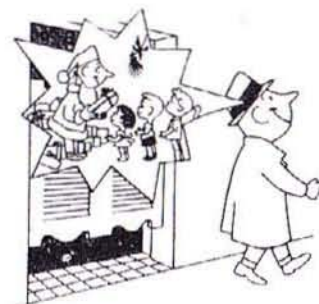
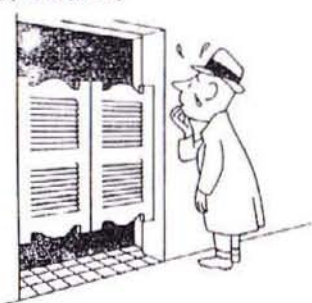
**"Je te remercie, Jacques, mais pas pour aujourd'hui."**

# Les 12 étapes de ceux qui veulent continuer à boire !

1. J'ai décidé que je pouvais contrôler l'alcool, si seulement les autres cessaient de vouloir mener ma vie.
2. Je crois fermement qu'il n'existe pas de plus grande puissance que moi-même; ceux qui disent le contraire sont fous.
3. J'ai pris la décision de reprendre ma volonté et ma vie des mains de Dieu, qui ne me comprend pas de toute façon.
4. J'ai procédé à un inventaire moral minutieux et complet de tous ceux que je connais, afin qu'ils ne puissent me rouler et profiter de ma bonne nature.
5. J'ai poursuivi ces personnes et j'ai essayé de leur faire admettre, au nom de Dieu, la nature exacte de leurs torts.
6. J'ai voulu aider ces gens à se défaire de tous leurs défauts de caractère.
7. J'ai eu l'humilité de leur demander de faire disparaître leurs déficiences.
8. J'ai conservé une liste de toutes les personnes qui m'ont lésé et j'ai attendu patiemment l'occasion de me venger.
9. Je me suis vengé de ces gens chaque fois que c'était possible, sauf lorsque cela aurait pu me causer des ennuis.
10. J'ai poursuivi l'inventaire des autres, et quand ils ont eu tort, soit la plupart du temps, je le leur ai fait admettre promptement.
11. J'ai cherché par la force de ma propre volonté à amener Dieu, qui ne me comprenait pas de toute façon, à reconnaître que mes idées étaient les meilleures et qu'il devait me donner le pouvoir de les faire triompher.
12. Ayant été soûl pendant 25 ans, en pratiquant ces étapes, je peux fortement recommander aux autres alcooliques, qui ne veulent pas changer leur vie si chèrement gagnée, mais qui désirent qu'on les laisse seuls, de pratiquer l'intempérance dans tous les domaines de leur vie pour le reste de leurs jours.

*FORMULE : comparer aux étapes du programme de sobriété des A.A., puis choisir !*

G. GAGNE.



# TOUT VA BIEN

Groupe Partenaire A.A.,  
Institut Leclerc,  
Ville de Laval, Québec,

Mes chers amis.

Je suis installé à . . . dans un logement de trois pièces et je travaille pour une entreprise de portes et châssis. En attendant mieux, je jouis d'une sobriété inespérée.

Je suis allé aux noces d'une de mes nièces et c'est la première fois que je me souviens de tout ce qui s'est passé à un mariage. On m'a même prié d'être le maître de cérémonie, ce que j'ai accepté volontiers, et vers la fin de la soirée, j'ai joué deux quadrilles à l'accordéon, ce qui ne m'était pas arrivé depuis plus de trente ans. J'ai aussi pris des photos et me suis rendu utile. Tout s'est si bien passé, que j'ai hérité d'un gros tas de fleurs. Tous mes parents m'ont félicité gros comme le bras; c'était pour eux un miracle de me voir sobre, souriant et avec une conduite normale.

Trois de mes neveux et un futur neveu m'ont demandé de les amener avec moi la prochaine fois que j'irai à Matane à un meeting A.A. Tout semble indiquer qu'ils seront de nouveaux membres très bientôt, et ça fera du bien à notre nombreuse famille. Il y a déjà eu un groupe A.A. de fondé à Amqui, en 1961, mais il s'est dissous et le seul membre qui reste est devenu Lacordaire avec deux mois de sobriété. Il était fier de serrer la main à un membre A.A., "un vrai" comme il disait, et d'ici quelques semaines, si tout va bien, j'ai l'intention de former un groupe et "y donner ça au coton", il faut que ça marche. Je ne peux pas m'asseoir sur mes lauriers, car j'ai besoin d'activité.

Je suis sans automobile, mais vers la fin de mai j'en aurai une. C'est pour faire du A.A. que je me la procurerai. En ce moment, je prépare le terrain tranquillement et cultive mes futurs compagnons, afin de leur donner le goût d'une sobriété heureuse.

Et vous, mes vieux copains partenaires! Oscar A., Jean-Maurice L., et tous les vieux de la vieille, est-ce que ça va toujours de l'avant? Je vous souhaite à tous une sortie prochaine, une sobriété comme la mienne et plus encore . . .

C'est tellement différent de vivre sa vie comme nous le suggère le programme A.A. Ne lâchez pas, ça en vaut la peine. Travaillez ferme sur vos défauts de caractère et les problèmes de l'extérieur seront tellement moins compliqués. Et si vous



réussissez à goûter la joie de vivre sobrement à l'intérieur de l'institution en faisant face au mur de gêne, de complexes et de crainte, vous trouverez la voie libre et votre bonheur doublera, car la vie à l'extérieur est bien mieux qu'au Leclerc, croyez-moi !

Bon courage à tous et à chacun. Ne pensez pas au lendemain, pensez plutôt à aujourd'hui, et avec l'aide d'en Haut, en plus de la volonté de vouloir bien faire, jour après jour, tout va bien aller. C'est ça la volonté de notre Père, et il ne nous reste qu'à suivre le cours normal du mode de vie quotidien suggéré par A.A.

Au revoir à tous, et bons "vingt-quatre heures".

Votre copain à tous.

Vincent L.

(Extrait de "Contact").



## Je cherchais...

Mon nom est Guy, et je suis un alcoolique. Avec l'aide précieuse d'A.A. et de ses membres, j'aurai bientôt neuf années de sobriété. Je devrais, toutefois, en avoir dix-sept, ayant connu le mouvement en 1950.

En 1950, je savais que la boisson me causait des problèmes ainsi qu'à ma famille et à mes employeurs, mais étant un super-orgueilleux je ne voulais pas me joindre aux A.A. d'une façon sérieuse. Je me croyais supérieur aux membres fidèles,

et je me disais: "Je ne veux pas m'associer avec des ivrognes qui ont perdu leur emploi, leur famille et qui sont criblés de dettes. Ne vous en faites pas; j'étais prêt pour A.A., mais je cherchais un moyen, soit de moins boire, ou d'arrêter sans l'aide de cette organisation qui nous "force" à aller aux assemblées, et qui nous "dicte" une conduite.

Quand les choses allaient vraiment mal, je me rendais à une réunion A.A. pour apaiser la colère de ma femme. Je m'assois à l'arrière et aussitôt après le Notre Père, je sortais vite pour éviter que l'on m'adresse la parole (car peut-être on m'aurait dit quelque chose qui m'aurait fait arrêter de boire). Je voulais continuer à boire, mais sans causer d'ennuis à personne. Je suis allé à deux groupes, un de langue française et l'autre de langue anglaise. Je refusais toujours d'aider. J'étais morose et hargneux. Au travail, j'étais très agressif. Je faisais mon boulot, mais après les heures de travail, j'allais boire jusqu'aux petites heures.

Je n'ai jamais été hospitalisé, mais vers 1958, j'entendais des chuchotements tels que: "Il devrait consulter un psychiatre", ou "il devrait aller aux A. A." Je n'avais aucun ami et je devins un buveur solitaire et très malheureux. J'avais beaucoup de dettes, j'avais tou-

jours un emploi, mais j'avais changé de place au moins dix fois, c'est-à-dire qu'avant d'être remercié de mes services, je donnais ma démission, et j'allais ailleurs; et je me vantais que je n'avais jamais perdu un emploi, et alors, pourquoi me joindre aux A.A.? Le moment de vérité est finalement venu le 3 février 1959, alors qu'à cause de mon agressivité (causée par la boisson) on m'a mis à la porte. Déçu, battu et dégonflé, je me suis rendu à un club bien connu, et, seul, j'ai bu jusqu'à minuit environ; pendant ce temps, je me disais que personne ne me comprenait, et que tous étaient à blâmer pour mes déboires.

Il ne me restait qu'une place où aller, et c'était au mouvement A.A. qui m'accueillit sans reproche. Cinq meetings par semaine, ramasser les cendriers, laver la vaisselle, lire les étapes, choisir un groupe et un parrain. J'ai tout fait cela, et ça va bien comme jamais. En 1958, j'avais environ sept mille dollars de dettes, il m'en reste à peine mille. C'est long, mais il faut que le tout se paye. Je dois dire, toutefois, que ma femme, qui est une épouse extraordinaire, m'a beaucoup aidé, car lorsque je changeais de place, elle sentait qu'un jour ou l'autre je serais sans emploi, et elle se chercha du travail.

Présentement je fais au moins deux meetings par semaine, et



il est très rare que je refuse un travail dans A.A. Je fus secrétaire-archiviste à l'Intergroupe de Montréal pendant plusieurs années. J'ai fait de la traduction pour le Comité de Traduction. Je parle dans les groupes français et anglais, mais je n'ai pas beaucoup de succès comme parrain. Peut-être un jour ça viendra. Je crois que c'est ma faute, car je suis enclin à être un peu intolérant, et je voudrais tellement que ces "bébés" comprennent tout de suite qu'ils doivent immédiatement suivre ce mouvement et ne pas avoir de rechute. J'oublie parfois toutes les rechutes que j'ai

eues entre 1950 et 1958. C'est encore de l'orgueil de ma part.

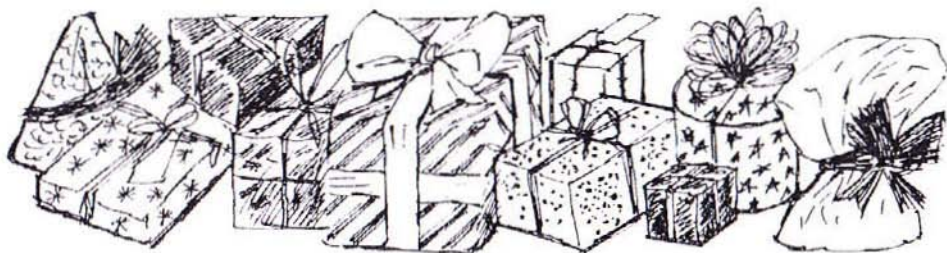
J'ai été chanceux de ne pas m'être cogné la gueule plus fort que cela, mais la perte de mon emploi fut pour moi comme la fin du monde. J'étais complètement désespéré, désorienté, et tout semblait fini, mais A.A. me donna un regain de vie et une autre chance, peut-être la dernière; alors c'est sérieux mon affaire. Je dirai en terminant que "nous les alcooliques, nous vivons toujours dans l'ombre de la tragédie et une éternelle vigilance est le prix de notre sobriété".

GUY.

---

*L'alcool ne noie pas les soucis, il ne fait que les arroser et les faire grossir plus vite.*

*Benjamin Franklin*







# NOËL...

## Un autre "24 heures"

Je suis seul, ce soir, avec des centaines de souvenirs. Dans quelques minutes, il sera minuit, et ce sera Noël. Et je fais le point. Noël, qu'est-ce que cela signifie pour moi? J'en ai passé de toutes sortes: des beaux comme des tristes.

Je me souviens quand j'étais petit et que maman nous couchait tôt, et que je ne m'endormais pas facilement, impatient de trouver au petit matin, le bas, dans mon lit, au fond. J'étais bien dans ce temps-là, on s'aimait chez nous. Mais tout cela me paraît tellement vague, tellement irréel. Mon enfance, je ne m'en rappelle presque pas.

Je me souviens aussi de cette avant-veille de Noël où j'étais arrivé à la maison, où une femme et des enfants m'attendaient, les bras remplis de cadeaux. Mais il était trois heures du matin, et j'avais aussi les bras pleins de bouteilles, et j'étais pompette, beaucoup. Et le lendemain soir, près de minuit, j'étais seul. On m'avait laissé un cadeau, tout seul, sous l'ar-

bre, et je ne l'avais pas ouvert. Ce fut mon dernier Noël en famille. Sept ans ont passé depuis.

Alors, ce soir, je suis seul et je repense à tout cela. Et c'est étrange, pour la première fois, je n'ai pas de regrets. En somme, toute ma vie, il fallait bien que je la passe comme elle s'est passée. Chaque instant douloureux ou heureux a servi. Et, si je suis honnête, mon lot n'a pas été pire que celui des autres. Bien sûr, l'alcool, ça ravage, ça fait mal, ça tue; mais tous les chemins, qui se sont entrelacés jusqu'à aujourd'hui, menaient vers le même hameau, le hameau de la vraie vie, de la sobriété de mon "24 heures" à moi. N'est-ce pas tout ce qui compte?

J'écoute les chants de Noël et comme toujours, cela me prend, cela m'empoigne au cœur, et les yeux me piquent. Moi, voyez-vous, je suis un sentimental et je braille facilement. Mais, ce soir, ce n'est pas de l'apitoiement ni de la tristesse. Les petites gouttes salées que je lèche

aux coins de mes lèvres, c'est un peu ma façon à moi de dire merci. Merci, parce que cette année, même si je suis encore seul physiquement dans la nuit de la Nativité, je sais bien que je ne le suis pas réellement. Ma pensée rejoint des centaines d'hommes et de femmes, des vrais, qui comme moi ont parcouru les routes longues et dures, les routes qui ont épuré les âmes, les routes de l'esclavage qui sont devenues les routes de la liberté.

J'ai appris, cette année, dans un livre merveilleux que la vraie vie, c'est la liberté, le pouvoir de créer et l'amour. Être libre, créer et aimer! En fait, c'est ce que je désirais lorsque j'ai pris mon premier verre d'alcool. C'était ma soif! Et c'est encore la même soif qui me permet de vivre en paix. Je pourrais vous raconter un beau petit drame bien noir, bien terrible. Rien de plus facile. Mais est-ce bien la vérité? Non. Ce n'est pas si grave que cela la vie d'un alco, c'est même plutôt terre-à-terre. Une petite vie de trainage, de vasage et de niaiseries. Ce n'était pas bien dramatique, lors de ma dernière cuite, alors que j'ingurgitais mon p'tit blanc à petites lampées, toute la journée, tout seul dans mon appartement, les yeux dans le beurre, en me contant des contes. C'était tout simplement cave!

Bien sûr, on peut en mourir, devenir fou, mais, entre vous et moi, ça prend plusieurs

années de niaiserie, non? Alors, j'ai fini de dramatiser: la comédie est finie.

Et qu'est-ce que cela signifie Noël, ce soir, pour moi? Pour moi, ce n'est qu'un autre "24 heures" d'homme, avec ses bons moments, ses ennuis, son temps, sa couleur. Mais, un jour, c'est une aventure. C'est ce que je me dis en me levant, le matin. L'aventure m'attend aujourd'hui. Et on aime cela nous autres, les imprévus. Un alco sobre, c'est le meilleur aventurier du monde. Noël, c'est encore la fête de mon enfance, c'est encore une chance de renouveau, et j'en profite. Mais c'est bien plus la journée d'aujourd'hui où encore une fois je puis vivre. Le don de la vie, n'est-ce pas l'un des plus grands cadeaux?

Aujourd'hui, à Noël, j'ai soif d'êtres humains. Je veux les voir, les scruter, les penser, les sentir, les servir. C'est merveilleux et mystérieux un être humain, c'est une aventure aux mille facettes. Tout ce que j'ai à faire pour l'avoir cette aventure, c'est d'être là disponible, ouvert, le coeur large et de me baigner dans les yeux des autres. Les yeux, c'est le coeur!

J'ai lu, dans un autre livre, l'essence même de l'aventure, de la vie: "J'ai cherché mon Dieu, je ne le trouvais pas; j'ai cherché mon âme, je ne la voyais pas; j'ai cherché mon frère (ma soeur aussi, ne vous inquiétez pas!), j'ai trouvé les trois!"

PH.





## Le plus précieux des dons

*Jésus ne demande pas des actes de grande envergure  
mais simplement la soumission et la gratitude.*

Ste Thérèse de Lisieux.

"GRATITUDE", ai-je souvent entendu dire, est le mot le plus important dans le dictionnaire A.A. Sans gratitude, il est impossible d'espérer pouvoir donner ou recevoir l'amour salutaire sans lequel, nous, les alcooliques, ne pouvons survivre. Etant une femme qui a longtemps vécu sans l'un ou l'autre, ce fait était si saillant au cours de mes premiers jours d'apprentissage A.A., que j'acceptais le tout comme faisant partie intégrale de ces merveilleux dons que je savais n'a-

voir pas mérités. Je présumais de même que, tout comme ces autres faveurs, ma gratitude ferait partie permanente de mon bagage tout comme la respiration, par exemple, et que je ne la perdrais jamais ni ne manquerais de m'en servir toute ma vie. Il ne m'est jamais venu à l'idée que parmi tous ces dons que j'avais reçus, celui-là — le plus précieux de tous — était celui qui était le plus fragile, le moins compris et le plus facile à perdre.



Peu à peu au cours des années, à mesure que ma vie redevint saine, la qualité de mon sens de gratitude s'accroît sensiblement. Une fois acquis, il devint un acte ordinaire comme se brosser les dents.

J'avais payé mes dettes spirituelles et temporelles. Je pouvais remercier Dieu et les A.A. mais je n'avais plus besoin d'être vraiment reconnaissante. J'avais travaillé pour sortir de cette "humiliante" nécessité et ainsi, aveuglément et orgueilleusement, je laissai tomber et presque mourir cette belle fleur la plus vermeille et surtout le don le plus précieux de tous.

Presque, mais pas tout à fait. S'il n'y avait plus aucun arôme, aucun petit souvenir de la chaleur et de la joie de ma gratitude des premiers jours, je crois que je n'écrirais pas ces lignes. J'aurais été submergée dans les flots sombres de la crainte et de la dépression qui furent mon lot une fois de plus. Cependant, comme tout ce qui arrive dans A.A., la lumière se fit juste au moment où j'en avais le plus besoin et où j'étais mieux disposée que jamais à écouter son message. Je compris d'abord la puissance salutaire de la reconnaissance. Ce fut dans un de ces moments de sombre désespoir, lorsque tout le rouge de ma vie semblait s'effondrer dans un arrêt lugubre, lorsque mes prières

pour la délivrance de ce mal, semblaient vides et sans espoir, au moment où tout semblait plus noir que jamais, que je me rendis compte du milieu dans lequel je vivais, du charme de ma chambre si plaisante avec tous ces petits "riens" que j'aime tant, et de tous les cadeaux de mes amis A.A. Je vis le jardin sous ma fenêtre tout resplendissant de couleurs automnales et, enfin, je vis mes mains, fermes et sûres malgré mes tourments et ma rébellion intérieurs — symboles puissants de ma vie A.A. Puis comme un courant d'air chaud, mon sens de gratitude s'éveilla; une chose aussi tangible, réelle et positive que l'air que je respirais; et comme l'air frais, sa puissance salutaire fut si efficace que toutes mes craintes disparurent.

Il est bizarre, me semble-t-il aujourd'hui, qu'en dépit de cette évidence, je n'aie pas alors compris la profondeur et la signification de ce message. J'étais si soulagée et si heureuse d'être rétablie une fois de plus que je négligeai d'analyser ce bienfait. Ce ne fut que lorsque j'essayai d'expliquer à mon fils pourquoi le sens de la gratitude est vital que j'ai compris moi-même. Il se rebellait contre le refus d'une permission. Je lui dis qu'il avait manqué sérieusement de gratitude pour d'autres privilèges et qu'en lui refusant cette permission je ne le punissais pas, mais que je lui

rappelais quelques-uns des dons que l'on obtient en étant reconnaissant. Je constatai qu'il était décontenancé, blessé et très fâché et je sais que je l'avais atteint profondément. Puis je m'entendis lui dire: "Tu devrais apprendre à être reconnaissant, non pas pour les choses ou les actes de bonté ou les privilèges spéciaux à ton égard, mais pour l'amour qui anime chaque attention et chacune de ces choses que tu reçois. Tu devrais comprendre que la gratitude n'est pas servile mais une émotion joyeuse qui reconnaît que tu es généreusement et pleinement aimé".

Puis je lui racontai le récit que j'avais entendu récemment d'une réponse donnée par un Maître de Zen lorsqu'on lui demanda s'il envoyait ses élèves quêter dans la rue pour leur donner une leçon d'humilité. "Oh! non", répondit-il "c'est pour leur enseigner la joie de la gratitude et du plaisir qu'ils donnent au donateur".

Je ne crois pas que mon fils, à dix-sept ans, se souvienne de ce message, puisqu'il m'en a pris cinquante à le comprendre — mai je crois que, moi, je m'en souviendrai longtemps.

R. T.

---

*Après une heure ou deux, l'effet "calmant" de l'alcool disparaît et l'angoisse et la tension nerveuse reviennent plus pénibles qu'auparavant.*  
Dr Stanley Gittlow

---

# DE L'AVANT

Une augmentation de 6.7% du nombre de nos groupes dans l'univers indique un élan continu des Alcooliques Anonymes qui se reflète par un total de 314 groupes actifs dans la province de Québec.

Il y a maintenant dans 90 pays — de l'Australie à la Zambie — 13,279 groupements parmi lesquels des alcooliques rétablis maintiennent leur propre sobriété en aidant d'autres alcooliques à rester sobres. Tous ces groupes se supportent par leurs propres moyens mettant leur expérience en commun sous la direction des Services mondiaux A.A.

Le sixième rapport annuel des Services généraux mondiaux A.A. démontre qu'il existe 8,177 groupes aux États-Unis où le mouvement a pris naissance en 1935 et 1,282 au Canada.

Le développement le plus rapide se produit aujourd'hui en Amérique Centrale où, notre mouvement est passé de 343 groupes en 1965, à 637 l'année dernière. Au Salvador, le mouvement a augmenté de 189 groupes pour atteindre le chiffre de 279.

En Europe où on compte 594 groupes, on songe à former une Conférence européenne alors que la Conférence du Royaume-

Uni était fondée en octobre 1967.

Depuis 1951, les A.A. canadiens et américains tiennent des conférences annuelles. Le thème de la conférence de 1967: "PARRAINAGE - LA MAIN d'A.A., ce qui veut dire le contact de personne à personne afin de trouver l'aide qu'offre notre fraternité.

Le Dr John L. Norris, président non alcoolique des Services généraux américains, explique ce thème en mentionnant ce qui suit:

*"Nous devons nous assurer que cette main soit forte, chaude, accueillante et prête avec le meilleur qu'il y a dans A.A. pour le présent et l'avenir".*

Utilisons nos talents pour trouver et développer d'une façon plus efficace les moyens d'intéresser les 95% d'alcooliques pour qui A.A. est encore inconnu. Une augmentation continue des groupes représente un pas dans cette direction. "ALCOOLIQUE ANONYMES" est aussi à la portée de ceux qui travaillent ou vivent loin des lieux où il y a des réunions.

Aux Services généraux à New York, sont enregistrés 626 membres solitaires dont plusieurs au Vietnam et 340 marins qui naviguent dans les



eaux internationales. Ils reçoivent de la littérature et correspondent avec d'autres membres.

Il existe des groupes qui fonctionnent admirablement dans les prisons et dans les hôpitaux.

Aux Services généraux de New York, dans une seule semaine, 2,500 lettres ont été reçues, 2,900 ont été envoyées et plus 89 sacs de colis postaux ont été expédiés.

La littérature A.A. est maintenant traduite en 17 langues, y compris le Japonais, et il y aura bientôt des traductions en Portugais et en Espagnol pour servir les 960 groupes A.A. de ces deux langues qui existent en ce moment.

En accord avec la direction des Services généraux des A.A. aux Etats-Unis, cette augmentation nécessite une augmentation équivalente des membres à la direction même. La Conférence Etats-Unis - Canada des Services généraux de 1967 a élu 20 syndics dont neuf ne sont pas alcooliques y compris le Président Norris et 11 sont des membres A.A.

La Conférence provinciale bilingue du Québec a eu lieu encore cette année à l'hôtel Reine-Elizabeth, à Montréal, les 20, 21 et 22 octobre. Plus de 3,900 personnes y étaient inscrites. C'est un résultat sans précédent.



"Vous vouliez que votre mari revienne pour Noël?"

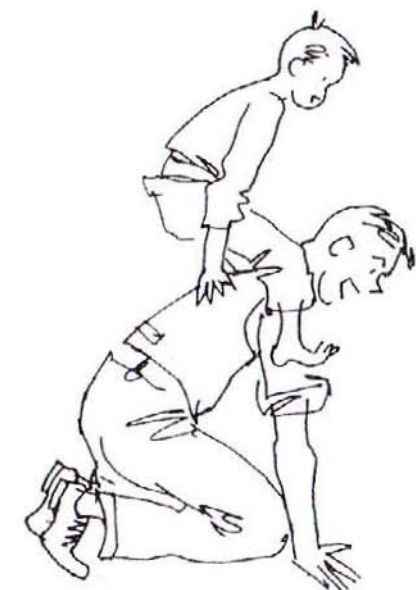
# Témoignage agissant

Je m'appelle Gérard M. J'ai vingt-neuf ans, je suis marié, père de deux enfants âgés de sept et cinq ans. Je me suis joint au mouvement A.A. le 19 mars 1953 et, par la grâce de Dieu, je n'ai jamais, depuis cette date, recommencé à boire. Je crois que cela est dû en majeure partie à la manière dont mon parrain s'y est pris pour m'expliquer la méthode A.A. et sa valeur pour moi.

Plusieurs choses ont été dites sur la façon de présenter le programme A.A. au plus jeune membre (homme ou femme) qui vient au mouvement pour trouver de l'aide, mais il me semble qu'on ne peut jamais assez entendre de récits personnels. Afin de vous dire comment A.A. m'a été présenté, il faut que je vous dise combien j'avais alors besoin d'aide.

J'ai commencé à boire à l'âge de quatorze ans, principalement pour me montrer intelligent et être populaire dans mon groupe. A ce moment-là, je buvais ce que je pouvais et où je pouvais le trouver. J'ai obtenu un diplôme de mon collège en 1946 et j'ai travaillé ensuite dans une aciérie de notre localité.

Ayant plus d'argent et plus de temps à ma disposition, mon habi-



tude de boire augmenta de plus en plus. Je commençai à avoir un peu de difficulté, mais je ne voulais pas le reconnaître. Je me suis marié en juillet 1947 et j'ai bu très peu pendant environ quatre ou cinq mois, mais mes vieilles habitudes de boire sont revenues ensuite et se sont aggravées.

En 1950, j'ai célébré le deuxième anniversaire de mon fils en recevant deux accusations de n'avoir pas arrêté ma voiture sur le lieu d'un accident. Cela s'est produit alors que j'étais complètement dans le noir et je ne m'en souviens absolument pas. Ma femme et mes parents ont cru que cet incident me réveillerait, mais comme n'importe quel alcoolique le sait, cela ne fit qu'augmenter mon désir de boire.

En 1952, à l'âge de vingt-quatre ans, mes souleries duraient de deux à trois jours, sans que je puisse me souvenir de quoique ce soit. J'étais également très souvent mis en état d'arrestation.

Je me rendais compte de ce que l'alcool faisait de moi, mais il semble que je n'avais pas le désir de faire quoique ce soit. Vint le jour où je commençai à boire le vendredi après la paye; du vendredi, je passai au samedi; par la suite, un dimanche matin je me suis réveillé, pour la première fois, en prison et ne me souvenant d'absolument rien.

Cette fois-là, j'ai eu peur et j'étais persuadé que j'avais frappé ou tué quelqu'un avec mon automobile. J'avais cela constamment à la mémoire et je croyais que c'était arrivé. Personne ne voulait me dire quelle accusation était portée contre moi.

A mon procès, j'ai été accusé d'avoir conduit un véhicule-moteur en état d'ivresse. Il semble que je m'étais endormi au volant et que mon auto s'était arrêtée à quelques pieds d'un fossé sur le mauvais côté de la route. L'amende fut de \$200. et les frais et six mois de prison — sentence suspendue. Par-dessus tout cela, ma femme et mes enfants m'avaient quitté.

J'ai pensé que c'était sûrement pour m'arrêter de boire! Une semaine plus tard j'ai décidé de célébrer la Saint-Patrice, croyant fermement que je boirais moins qu'auparavant.

Cependant, du 17 mars je passai au 18 et ainsi sans manger ni dormir. Tôt le matin du 19, un tamponnement se produisait... entre ma voiture et une automobile stationnée. Je ne savais pas où j'étais, quelle heure il était, ni même quel jour c'était.

L'idée d'être de nouveau dans le même pétrin m'acclablait. Pour des raisons inconnues, l'officier qui m'a mis en état d'arrestation m'a donné toutes les chances possibles. Ma voiture fut remorquée et j'ai commencé à marcher... cherchant la raison pour laquelle j'avais répété la même chose, moi qui avais si sérieusement et si sincèrement juré que je ne le ferais plus.

Ce soir-là, je suis allé voir ma femme. Elle m'a parlé d'un prêtre (bien que je ne sois pas catholique) qui connaissait un peu mon histoire et qui voulait m'aider. Il était lui-même membre A.A. Lorsque je suis allé le voir il m'a demandé si j'avais un problème d'alcool, et je lui ai vivement répondu affirmativement. Il m'a demandé si j'avais perdu le contrôle de ma boisson et je lui ai également répondu oui. Il m'a demandé si je croyais en Dieu: encore une fois j'ai répondu oui.

Alors il m'a tendu un feuillet sur les douze étapes suggérées. Au cours de notre conversation, j'avais déjà commencé à pratiquer ces étapes: j'ai immédiatement accepté que j'étais impuissant devant l'alcool et j'en étais venu à croire en une Puissance Supérieure à moi-même. Il m'a expli-



qué ensuite que lorsqu'une personne a perdu la maîtrise de sa boisson, la route descend vite vers l'abîme. C'est tout comme si nous étions montés sur un cheval emballé: "Tu peux quitter cette route descendante n'importe quand... tu es libre de prendre ta décision. Où tu te décides d'abandonner cette route, me dit-il, voilà ce que veulent dire les expressions "atteindre le fond de la déchéance ou arrêter avant d'y arriver".

Il m'a de plus expliqué que, lorsque j'assisterais à la réunion ce soir-là, je rencontrerais quelqu'un qui aurait suivi la même route que moi, route qui mène à une fin presque inévitable — la folie ou la mort.

"Il y en a qui ne sont pas rendus aussi loin", dit-il, "et il y en a quelques-uns comme toi qui se sont arrêtés alors qu'ils étaient encore jeunes". Et il a répété avec insistance: "la décision t'appartient".

Ce soir-là à la réunion, il y avait des gens de tous les âges... c'était une réunion A.A. typique. Mon sage parrain a suggéré que je me substitue aux personnes qui racontaient leur histoire personnelle et j'ai commencé à me rendre compte de l'importance de cette vérité: je ne pouvais pas plus me dominer un soir de beuverie que je pouvais dominer l'abîme dans le lequel une vie alcoolique m'entraînerait.

Après la réunion, les vieux membres m'ont dit que je ne pouvais pas m'attendre à tout comprendre ce que j'avais entendu, mais on m'a donné le Gros Livre et on m'a suggéré de le lire et de continuer à assister aux réunions.

J'ai suivi ces suggestions et aux réunions j'ai appris que mon problème est identique à celui des membres plus âgés. Le premier verre est aussi destructeur pour moi qu'il l'est pour le vieillard qui atteint à son abîme et je suis aussi près de mon premier verre que lui. Ce sont là les deux choses les plus importantes dont je dois me souvenir.

L'on fait face au problème une journée à la fois, tout comme l'on doit faire face aux problèmes quotidiens de notre vie.

Une autre chose très importante à saisir, c'est que quoi qu'il m'arrive dans ma vie future quelqu'un, quelque part dans A.A., a eu à faire face au même problème et l'a surmonté avec succès. Finalement, l'exemple d'hommes qui ont quatre, huit, dix ou quatorze ans de sobriété et qui assistent à quatre ou cinq réunions par semaine m'a imprégné du magnifique pouvoir de l'exemple chez les A.A. C'est un témoignage agissant.

G. C. M.



**JOYEUX NOËL !**

**BONNE ANNÉE 1968 !**

*Une fois de plus, les anges viennent chanter : "Paix sur la terre aux hommes (et aux femmes) de bonne volonté !" C'est notre souhait que la fête de Noël et l'année 1968 apportent à chaque membre A.A. qui lira ces lignes et aux parents et amis de nos membres — une journée à la fois — un peu plus de bonheur et de sérénité dans leur sobriété. Nous croyons que la vie peut et doit apporter de la joie à chacun et que les cloches de Noël ont pour message de nous rappeler le plus précieux des dons que nous avons reçus de notre Puissance Supérieure.*

**JOYEUX NOEL ET BONNE ANNEE !**

Le comité des Services généraux du Québec  
La Vigne A.A.

**COUPON D'ABONNEMENT À "LA VIGNE A.A."**

publiée tous les deux mois.

Pour s'abonner, écrire à :

La Vigne A.A., C. P. 1566, Succursale B, Montréal, Canada.

Pour les groupes, lot de 10 numéros ..... \$3.75

Souscription annuelle, 6 numéros ..... \$2.25

NOM : .....

ADRESSE : rue ou C. P. : .....

VILLE : .....

Montant inclus : \$ .....

# 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.



9e CONFERENCE  
PROVINCIALE  
BILINGUE  
DU QUEBEC



**HOTEL REINE ELIZABETH**

MONTREAL