

REVUE BIMESTRIELLE DE LANGUE FRANÇAISE DES ALCOOLIQUES ANONYMES

FÉVRIER - MARS 2018

la Vigne

2,25 \$ VOLUME 53 - N° 6

Sommaire
aux pages 2 et 3



J'AI VU

**Grand débrouillage,
les infos ...page 46**

L'AMOUR DANS LEURS YEUX

LES AA SONT-ILS POUR VOUS?

Vous seul pouvez décider de faire l'essai du mouvement des AA, si vous croyez qu'il peut vous aider.

Nous avons nous-mêmes adhéré au Mouvement parce que nous avons finalement renoncé à tenter de contrôler notre façon de boire. Nous détestions encore admettre que nous ne pourrions jamais boire sans danger. Mais nous avons entendu d'autres membres des AA dire que nous étions malades, exactement ce que nous pensions depuis des années! Nous avons découvert qu'un grand nombre de personnes souffraient, comme nous, des mêmes sentiments de culpabilité, de solitude et de désespoir. Nous avons compris que nous éprouvions ces sentiments parce que nous souffrions de la maladie de l'alcoolisme.

Nous avons décidé d'essayer le programme et de regarder en face le tort que nous avait causé l'alcool. Voici quelques-unes des questions auxquelles nous avons tenté de répondre honnêtement. Si nous répondions OUI à quatre questions ou plus, c'est que nous étions en grande difficulté face à notre consommation d'alcool. Essayez de répondre aux mêmes questions, en vous rappelant qu'il n'y a pas de honte à admettre que vous avez un problème.

- 1] Avez-vous déjà résolu d'arrêter de boire pendant une semaine ou deux, sans pouvoir tenir plus que quelques jours ?
- 2] Aimerez-vous que les gens se mêlent de leurs affaires concernant votre façon de boire. ou qu'ils cessent de vous dire quoi faire ?
- 3] Avez-vous déjà changé de sorte de boisson dans l'espoir d'éviter de vous enivrer ?
- 4] Vous est-il arrivé, au cours de la dernière année, de devoir prendre un verre le matin pour vous lever ?
- 5] Enviez-vous les gens qui peuvent boire sans s'occasionner d'embêtements ?
- 6] Avez-vous eu des problèmes reliés à l'alcool au cours de la dernière année ?
- 7] Votre façon de boire a-t-elle causé des problèmes à la maison ?
- 8] Vous arrive-t-il, lors d'une soirée, d'essayer d'obtenir des consommations supplémentaires parce qu'on ne vous en donne pas suffisamment ?
- 9] Vous dites-vous que vous pouvez cesser de boire n'importe quand, même si vous continuez à vous enivrer malgré vous ?
- 10] Avez-vous manqué des journées de travail ou d'école à cause de l'alcool ?
- 11] Avez-vous des trous de mémoire ?
- 12] Avez-vous déjà eu l'impression que la vie serait plus belle si vous ne buviez pas ?

Quel est votre résultat ?

Si vous avez répondu OUI quatre fois ou plus, vous avez probablement un problème d'alcool. Qu'est-ce qui nous permet de dire cela ? Simplement le fait que des milliers de membres des AA le répètent depuis plusieurs années. Ils ont découvert la vérité sur eux-mêmes, et de pénible façon. Mais, encore une fois, vous seul pouvez décider si les AA sont pour vous. Tâchez d'avoir un esprit ouvert à cet égard. Si la réponse est OUI, nous serons heureux de vous montrer comment nous avons réussi à ne plus boire. Téléphonez-nous, nous sommes inscrits dans les pages centrales de ce numéro et dans l'annuaire téléphonique sous la rubrique Alcooliques Anonymes. Extrait du dépliant Les AA sont-ils pour vous?

Les Alcooliques Anonymes® sont une association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'aider d'autres alcooliques à se rétablir.

Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour devenir membres des AA.

Les AA ne demandent ni cotisation ni droit d'entrée; nous nous finançons par nos propres contributions. Les AA ne sont associés à aucune secte, confession religieuse ou politique, à aucun organisme ou établissement; ils ne désirent s'engager dans aucune controverse; ils n'endossent ni ne contestent aucune cause.

Notre but premier est de demeurer abstinents
et d'aider d'autres alcooliques à le devenir.

©Grapevine, traduit et reproduit avec permission

« Mon Dieu, donnez-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne puis changer, le courage de changer les choses que je peux et la sagesse d'en connaître la différence. »

LA VIGNE AA

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

Envoi de votre partage par la poste, télécopieur ou courriel au :

**3920, rue Rachel Est,
Montréal (Québec) H1X 1Z3**

Pour envoyer votre témoignage ou faire votre changement d'adresse, utilisez notre formulaire en ligne sur le site Internet www.lavigneaa.org

**Service de répondeur : (514) 384-9971
Télécopieur : (514) 384-9972 • Courriel : info@lavigneaa.org**

**Heures d'ouverture du bureau de La Vigne
Lundi et jeudi 10 h à 14 h sauf les jours fériés. Appelez avant de venir.**

La Vigne AA est aussi présente sur l'Internet: www.lavigneaa.org

© Toute reproduction est interdite sans autorisation écrite du

Conseil d'administration de Les Éditions de La Vigne

Dépôt légal, BIBLIOTHÈQUES NATIONALES DU CANADA ET DU QUÉBEC, ISSN 0708-6377

Un mot de la rédaction

J'ai vu l'amour dans leurs yeux

«En voyant des changements se produire chez les nouveaux et les nouvelles dans le mouvement, j'ai commencé à perdre mes peurs et à transformer mon attitude négative en une attitude positive. Je voyais l'amour dans leurs yeux et j'étais impressionné par l'importance qu'ils attachaient à leur sobriété vécue « un jour à la fois. » Ils avaient abordé honnêtement la Deuxième Étape et ils en étaient venus à croire qu'une Puissance supérieure pouvait leur rendre la raison.» (Tiré des Réflexions Quotidiennes, p.56.)

Ce que l'on reçoit en arrivant chez AA, ce sont des mots qui réchauffent le cœur et aussi des gestes attentionnés pour compenser le mal-être. La compréhension des anciens membres, leur tolérance et leur aide délicate sera le meilleur secours à ceux qui souffrent encore. J'ai vu l'amour dans leurs yeux et je le vois toujours.

Bonne lecture.

Pauline C., rédactrice en chef

DANS CETTE PARUTION:

8 Une histoire d'amour

Il n'est plus seul dans tous les moments de sa vie

11 Aucune barrière n'arrête le bonheur

Il souhaite à tous de trouver le chemin du bonheur

12 Chère bouteille

La bouteille a profité de lui, à tous les points de vue

13 Je me croyais fou

AA a transformé sa vie



14 Le miracle s'est déjà produit

Tous les espoirs sont permis, si elle ne touche pas le premier verre

18 Le bonheur

Il vit en harmonie avec lui-même

20 Le nouveau moi

Il apprend à se connaître avec les outils dans le Mouvement

21 Merci mon Dieu
Il a retrouvé le goût de vivre

22 Le rétablissement est possible



*Sa vie est belle
aujourd'hui*

26 Rétro: Témoignage de l'extérieur
*J'ai vu de mes yeux . . . et
sans fin je le chante*

**28 Se reconnaître comme
alcoolique**
Il fait l'étude du Gros livre

28 La maladie dans la maladie
*Grâce aux Étapes, elle fait
la paix avec sa maladie*

30 L'Indomptable
*Aujourd'hui, il est
reconnaisant*

31 La joie de vivre
L'action est le mot clé

31 Rendre grâce
*Gérer et vivre ses
émotions, c'est la clé de la
sobriété*

32 Un miracle est arrivé
*De plus en plus, elle est en
paix*

34 Libéré de l'enfer
*Les nouveaux membres
l'aident à sourire à la vie*

35 Prendre du service
*Il essaie d'être utile en
aidant les autres*

36 La souffrance
L'action est le mot clé

**36 Comme il peut être étrange,
notre rétablissement!**
*Elle se reconstruit après
des années de destruction*

38 Message d'espoir
*Son coeur est rempli de
reconnaissance et de
gratitude envers le
m o u v e m e n t d e s
Alcooliques anonymes*

40 Ma mission chez AA
*Elle porte le
m a n t e a u
t i s s é d e s
Étapes et des
Traditions*



Dans chaque parution

| | |
|---------------------------------------|----------|
| Un mot de la rédaction | 02 |
| Les congrès | 04 |
| Humour | 17-26-33 |
| Notre Méthode | 06 |
| Les Artisans de la Vigne | 09 |
| Abonnement à la Vigne AA | 19 |
| Appel à l'aide | 24-25 |
| L'Ascendant d'un Ambassadeur | 37 |
| Les Douze Concepts des services . . . | 42 |
| Des endroits pleins d'amour | 44 |
| Les Douze Traditions | 45 |
| Un événement . . . | 46 |
| La Vigne en MP3 | 46 |
| Mots croisés | 47 |
| Collaborateurs | 48 |
| Solution mots croisés | 48 |

Annonce de congrès

Pour une **annonce de congrès ou d'évènement AA**, de préférence, utilisez le formulaire que vous trouverez sur le web à l'adresse www.lavigneaa.org à l'onglet Les congrès – Annoncer un congrès. On peut aussi faire parvenir l'information par

courriel à info@lavigneaa.org ou par télécopieur au 514-384-9972.

Votre demande doit nous parvenir **quatre (4) mois avant la date de parution**. Nous avons inscrit la date de tombée pour chacune des parutions (ne cochez qu'une seule case):

Février-mars (1^{er} oct.)

Août-septembre (1^{er} avril)

Avril-mai (1^{er} déc.)

Octobre-novembre (1^{er} juin)

Juin-juillet (1^{er} fév.)

Décembre-janvier (1^{er} août)

Date de l'évènement (JJ/MM/AA) : _____

Nom de l'évènement : _____ Endroit : _____

Adresse: _____

Ville : _____ Province : _____ Code postal : _____

Thème : _____

Avec la participation Al-Anon et/ou Alateen

Prénom et numéro de téléphone pour information _____ () _____ - _____

Ex. : 22 septembre, Saint-Hyacinthe, QC, 28^e congrès AA de Saint-Hyacinthe, Cégep de Saint-Hyacinthe, 300, rue Boulay, Saint-Hyacinthe, QC J2S 1H9. Participation Al-Anon. Thème : Le fruit de l'Espoir. Inf. : Richard (XXX) 555-1212.

CONGRÈS DES AA, FÉVRIER - MARS 2018 • N° 317

Les événements et rassemblements AA affichés sur ce babillard sont offerts à titre de service aux lecteurs et n'engagent nullement La Vigne AA. Ils ne constituent pas une affiliation à La Vigne.

3 mars 2018 – Jonquière, QC – 12 heures de partage du district 89-07 (Jonquière) – Salle principale de la Cité St-François (face au Super C), 3507, boul. St-François, G7X 2W5. Inf. : Rémi (418) 540-0671. Dans l'amour et l'amitié avec AA.

17 au 18 mars 2018 – Laval, QC – Congrès de Laval et Banlieue – École Laval Junior, 2323, boul. Daniel-Johnson, H7T 1H8. Participation Al-Anon et sous-comités. Inf. : Bertrand B. (438) 822-1743. 40 ans d'unité et de rétablissement.



Les Artisans de la Vigne

(Le masculin est employé dans le seul but d'alléger le texte)

Tous les postes qui suivent sont sous la responsabilité du Conseil d'administration des Éditions de la Vigne.

Rédacteur : il assure la production de la revue selon les normes établies. Il fait donc la gestion de la banque de textes et de photos et, en collaboration avec l'infographiste et le webmestre, il voit à la gestion du contenu de la revue et collabore à la production de la Vigne en format papier et en ligne sur le site web.

Webmestre : en collaboration avec le rédacteur et l'infographiste, il assure la mise en page et la gestion du site web de Les Éditions de La Vigne.

Infographiste : en étroite collaboration avec le rédacteur, il assure la mise en page et la production graphique de chaque exemplaire de La Vigne AA et transmet le produit fini à l'imprimeur après approbation par le rédacteur.

Responsable de l'expédition : avec une équipe de bénévoles, il assure l'expédition de chaque numéro de La Vigne AA selon le calendrier d'expédition établi, de la préparation des étiquettes jusqu'à la levée de la poste.

Technicien audio : en collaboration avec l'infographiste et le rédacteur, il effectue le mixage audio des textes enregistrés par une équipe de relecteurs et il transmet ces textes au webmestre pour leur mise en ligne.

Trésorier : il effectue la garde des fonds, des registres comptables, du budget et du bilan de Les Éditions de La Vigne. Il présente des états financiers à chaque séance du Conseil d'administration.

Secrétaire : il est responsable de la rédaction, de la conservation et de la distribution des documents officiels de Les Éditions de La Vigne. Il rédige les procès-verbaux de chaque séance du Conseil d'administration.

Adjoint administratif : il est responsable d'assurer le suivi administratif des décisions du Conseil, de recevoir les messages téléphoniques et autres et de les transmettre aux personnes concernées, de participer à la préparation et au suivi de l'expédition.

Archiviste : L'archiviste rassemble, trie et préserve du matériel d'intérêt historique : procès-verbaux, ordre du jour, rapport financier, etc. Il maintient aussi trois collections d'exemplaires de la Vigne depuis les débuts et les met à jour annuellement

Pour voir la description complète de ces tâches, visiter : lavigneaa.org

Notre Méthode

RAREMENT avons-nous vu faillir à la tâche celui qui s'est engagé à fond dans la même voie que nous. Ceux qui ne se rétablissent pas sont des gens qui ne peuvent pas ou ne veulent pas se soumettre complètement à ce simple programme. Ce sont d'habitude des hommes et des femmes qui sont naturellement incapables d'être honnêtes envers eux-mêmes. Il y en a de ces malheureux. Ce n'est pas leur faute, ils semblent être nés ainsi. Leur nature ne leur permet pas de comprendre et de mettre en pratique une façon de vivre qui exige une rigoureuse honnêteté. Leurs chances de réussir se situent au-dessous de la moyenne. Il y a aussi ceux qui souffrent de graves désordres émotifs et mentaux; mais plusieurs d'entre eux se rétablissent s'ils sont capables d'honnêteté.

Les récits de nos vies révèlent, de façon générale, ce que nous étions, ce qui nous est arrivé et comment nous sommes maintenant. Si vous avez décidé que vous voulez ce que nous avons et que vous voulez tout faire pour l'obtenir, alors vous êtes prêts à prendre certaines mesures.

Devant certaines de ces étapes, nous avons hésité. Nous avons cru pouvoir trouver une méthode plus facile, plus douce. Mais ce fut impossible. Avec toute l'ardeur que nous avons, nous vous supplions d'être sans crainte et sincères dès le début. Certains d'entre nous ont tenté de s'accrocher à leurs vieilles idées, mais le résultat a été nul tant qu'ils ne se sont pas complètement abandonnés.

N'oubliez pas que nous avons affaire à l'alcool, qui est puissant, déroutant, sournois ! Sans aide, c'est trop pour nous. Mais il y a un Être qui a tout pouvoir, et cet Être, c'est Dieu. Puissiez-vous Le découvrir maintenant !

Les demi-mesures ne nous ont rien donné. Nous nous trouvons à un tournant de notre vie. Nous avons demandé Sa protection et Son aide et nous nous sommes abandonnés à Lui complètement.

Voici les Étapes que nous avons suivies et que nous proposons comme programme de rétablissement :

1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant l'alcool - que nous avons perdu la maîtrise de notre vie.
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 notre vie aux soins de Dieu tel que nous Le concevions.
4. Nous avons procédé sans crainte à un inventaire moral approfondi 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 étions tout à fait prêts à ce que Dieu élimine tous ces défauts.
7. Nous Lui avons humblement demandé de faire disparaître nos défauts.
8. Nous avons dressé une liste de toutes les personnes que nous avons lésées et nous avons consenti à réparer nos torts envers chacune d'elles.
9. Nous avons réparé nos torts directement envers ces personnes dans la mesure du possible, sauf lorsqu'en ce faisant, nous risquions de leur nuire ou de nuire 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, Lui demandant seulement de connaître Sa volonté à notre égard et de nous donner la force de l'exécuter.
12. Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes, nous avons alors essayé de transmettre ce message à d'autres alcooliques et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie.

Plusieurs d'entre nous se sont exclamés «C'est trop difficile ! Je ne pourrais pas y arriver.» Ne vous découragez pas. Personne d'entre nous n'a réussi à mettre en pratique ces principes à la perfection. Nous ne sommes pas des saints. Ce qui compte, c'est que nous sommes disposés à progresser selon des principes spirituels. Les principes que nous avons énoncés sont des guides vers la croissance. Nous parlons de croissance spirituelle plutôt que de perfection spirituelle.

Notre description de l'alcoolique, le chapitre consacré aux agnostiques et nos aventures personnelles avant et après notre relèvement, font ressortir trois choses importantes :

- A) nous étions alcooliques et incapables de prendre nos vies en main ;
- B) probablement qu'aucune puissance humaine n'aurait pu nous délivrer de notre alcoolisme ;
- C) Dieu pourrait le faire et le ferait si nous Le recherchions.

(Extrait du livre Les Alcooliques Anonymes. pp. 65-68)



**UNE
HISTOIRE
D'AMOUR**

*Il n'est plus seul dans tous
les moments de sa vie*

J'ai actuellement 53 ans, j'ai un diagnostic en santé mentale depuis l'âge de 20 ans et je suis alcoolique. J'ai commencé mes consommations à l'âge de huit ans. Il y avait un vide en moi, un malaise qui me tirait sans cesse. J'ai pensé calmer cela par la consommation comme la plupart des consommateurs; je m'amusais un peu. Cependant, la consommation n'a apporté qu'une courte trêve à mes émotions, mon mental, ma conscience, mes pensées.

La consommation m'a soutenu pendant une période de 30 ans. Elle avait complètement oublié de me dire que j'étais en route pour visiter le fond du baril. En fait, j'ai perdu mes amis, ma confiance, mon appartement et mon suivi avec mon intervenant du CLSC. Le lien avec les membres de ma famille s'est effrité; j'ai tout perdu d'un seul coup. En fait, au bout d'un certain temps, je me suis rendu compte que la consommation ne réglait rien. Elle était sournoise; son but était de m'accompagner vers le fond de l'abîme. Elle amplifiait ce mal de vivre, ce vide existentiel et les souffrances intérieures.

Mon enfance a été normale. Point de vue matériel, je n'ai jamais manqué de rien; j'étais plutôt choyé. Ma mère, qui était le centre de ma vie, s'occupait très bien de ses cinq merveilleux enfants. Mon père était

très peu présent dans ma vie, car il travaillait beaucoup. Cela a mis chez moi un sérieux sentiment d'abandon, un manque maladif dans mon équilibre psychologique. Sa présence me manquait.

Ma mère est devenue alors ma seule référence sur l'aspect émotif, mental et familial. À l'époque, intérieurement, je pensais que si je n'avais pas son approbation en toute chose et en particulier pour mes résultats scolaires, j'allais perdre son amour. Imaginez, un enfant voyant la perspective de perdre l'amour de sa mère. Je me conformais à toutes ses volontés, laissant ainsi les miennes de côté. À l'école, j'étais plutôt nul et j'avais honte. Je ne me sentais pas à la hauteur. C'était une position très inconfortable. La table était prête pour beaucoup d'émotions. J'ai toujours souhaité des encouragements de la part de ma mère qui ne sont jamais venus. Je vivais cette situation comme un manque. Depuis quelques années, je commence à comprendre cette dynamique relationnelle. Je me donne progressivement ce dont j'ai manqué, c'est-à-dire des encouragements et des félicitations.

Je ne recommence pas ma vie à zéro, je la poursuis différemment à la lumière de ce que je connais de moi et de mes prises de conscience. J'amorce alors un processus de paix et de réconciliation avec mon être,

ma personne. Les autres peuvent penser différemment. Je deviens qui je suis et je le partage avec autrui. Je fais mon chemin en étant fidèle à mes croyances et mes valeurs.

J'aimerais parler d'un autre visage de l'amour et de la famille. Si je recule d'une cinquantaine d'années, mes parents venaient de familles nombreuses. Il fallait travailler dur pour élever la famille et il n'y avait pas beaucoup de temps pour les caresses. Les mamans étaient considérées comme des usines de production d'enfants. Cela laisse des séquelles.

L'amour est la route qui conduit au bonheur, à la sérénité et la paix intérieure. Si vous pensez en avoir manqué, il n'est pas trop tard pour combler ce besoin dans votre vie. L'amour allège l'âme, le cœur et l'esprit. Il guérit celui ou celle qui le courtise. L'abstinence apporte beaucoup de belles choses et un mieux-être. Je mange mieux, je travaille et j'ai mon appartement. Mes relations sur le plan social et ma famille se portent beaucoup mieux. J'ai plus d'argent dans mes poches et je suis des cours d'ordinateur et de méditation. Je m'implique aussi dans plusieurs milieux sociaux. Je participe à une réunion par semaine et j'ai l'intention de m'impliquer encore plus dans le mouvement AA, les lectures et le

mode de vie AA. Je cesse de m'inquiéter pour tout et pour rien et je vis un jour à la fois dans un état de confiance. Je règle les situations une après l'autre.

J'ai foi en ma Puissance supérieure et je suis convaincu qu'Elle m'accompagne actuellement dans ma vie, dans mon rétablissement, dans mon quotidien. Ouvrons-lui la porte de notre cœur, Elle ne demande que cela. Elle se manifeste si nous le demandons et surtout si nous y croyons. Dieu n'est pas à l'autre bout de la planète, Il est présent en nous. Il porte sa main sur notre épaule, Il nous aime profondément. Peu importe les fautes, les déboires, Il est pardon et paix intérieure.

Avec ma Puissance supérieure, je ne suis plus seul et isolé sur le chemin de la vie. Elle est lumière qui dissipe les ténèbres de ma vie. Je désire terminer ce partage avec une pensée qui m'inspire beaucoup: « LA FOI PRÉCÈDE LE MIRACLE! » En y croyant sincèrement, tout devient possible, la foi déplace les montagnes et les rêves se réaliseront. Dieu nous accompagne dans tous les moments de notre vie.

Merci à ma Puissance supérieure.

Merci à Bill et Bob!

Merci à toi, lecteur, lectrice!

Martin D., Lac Etchemin

AUCUNE BARRIÈRE N'ARRÊTE LE BONHEUR

Il souhaite à tous de trouver le chemin du bonheur

Je suis un jeune détenu, présentement dans un établissement de détention; ce n'est pas ma première sentence. Je fréquenterai les centres pour jeunes à la fin de cette sentence. Ça fait plus de sept ans que je n'ai pas été en liberté, car je retourne continuellement en prison. J'ai fait quelques thérapies, je me bats contre ma dépendance à l'alcool et la drogue.

Cela fait six mois que je ne consomme pas et que j'ai un traitement. Tous les jours, je me bats contre mes pulsions, aussi criminelles qu'au niveau de la consommation qui m'a emmené vers la criminalité. J'ai voulu grandir trop vite et devenir riche. Le crime m'a servi, et depuis, j'ai multiplié mes souffrances. Lorsque l'on est détenu, notre parole ne vaut rien; si je dis à quelqu'un de mon entourage que c'est la dernière fois que je vais en prison, il ne me croit pas. Il y a un temps que de parler ne soit plus assez, il faut agir. Un alcoolique en rétablissement et qui fait une erreur

doit essayer de comprendre la raison qui l'a fait agir ainsi et il doit se remettre sur le bon chemin. C'est triste de voir la société qui est individuelle, j'ai comblé ce vide avec les substances et gaspillé mes dons. J'ai retrouvé mes dons, mes pouvoirs et mes talents. Chaque humain est unique, j'ai la capacité de vaincre mes souffrances et de créer.

Notre volonté n'est pas assez forte pour vaincre cette maladie. C'est un travail d'équipe, avec mon Dieu, l'unité des AA, l'appartenance à un groupe et le mode de vie des 12 Étapes et des 12 Traditions. Ma vie a été parsemée de dangers que j'ai moi-même créés. On est le créateur de notre vie.

Pour finir, je souhaite à tous de trouver le chemin du bonheur, d'être comblés; ça n'a pas de prix. Pour ceux qui détestent nos dirigeants et le système, je vous dis : « La vie est un jeu d'échecs et à la fin, le roi et le pion retournent dans la même boîte. »

J.W., Trois-Rivières



CHÈRE BOUTEILLE

La bouteille a profité de lui, à tous les points de vue

Je t'adresse cette lettre en toute honnêteté. Rappelle-toi des belles soirées que nous avons passées ensemble, à charmer de belles filles, à danser, rigoler et même nous côtoyer, pour finalement nous rendre malades. Mais c'est justement là que je ne te comprends plus. Pourquoi un homme si bon ami est-il devenu si jaloux, en m'isolant de beaucoup de gens à qui je tenais énormément?

Tu m'as fait passer pour un crétin à plusieurs reprises devant plein de monde. Tu as même commencé à me rendre physiquement et psychologiquement malade, à force de m'appeler sans arrêt, pour sortir et faire la fête, même s'il n'y avait pas

d'évènements en particulier. Donc, en résumé, j'en ai compris que tu voulais me garder pour toi seule; c'est vraiment égoïste de ta part. Alors, sur cette lancée, je prends le temps de m'arrêter pour souffler un peu.

Je sais que tu dois te sentir seule, car, là où je suis présentement, tu ne peux me trouver et je dois t'avouer que ça me fait le plus grand bien. Tu as profité de moi à tout point de vue, tu m'as volé mon argent, mon temps, mes amis, alors reste donc dans le frigo pour un bon moment afin que tu réfléchisses à tout ce que tu m'as fait subir. Sur ce, je te laisse!

Ton plus fidèle ennemi, Gilles P.,
Drummondville

JE ME CROYAIS FOU

AA a transformé sa vie

Je me nomme André, je suis alcoolique. La boisson m'a conduit à la folie, à la prison et à la faillite. J'étais manipulateur, dominateur, rempli d'égoïsme, faisant de moi une loque humaine et un irresponsable.

En 1989, j'ai découvert que ma conjointe avait quelqu'un dans sa vie. De plus, je devais beaucoup d'argent à l'impôt, j'avais aussi des loyers impayés et des comptes en retard. Je n'avais plus de permis de conduire depuis sept ans. J'ai eu une altercation avec le copain de ma femme, ça m'a conduit en prison. J'ai passé les fêtes de Noël et du Jour de l'An derrière les barreaux; c'étaient les plus beaux moments, car j'étais enfin abstinant. J'ai lu le Gros Livre de la bibliothèque du centre de détention et un détenu me prêtait son livre de pensées quotidiennes.

J'ai été élevé dans une famille modeste avec de belles valeurs. J'ai été surprotégé par ma mère, ça m'a attiré beaucoup d'ennuis dans la vie. J'étais un enfant solitaire, renfermé, je me suis rebellé et je suis devenu le mouton noir de la famille. Mon père m'a menacé très souvent de me

placer.

J'ai eu deux accidents et je suis passé près de la mort. Je me suis empoisonné à deux reprises avec des produits nocifs; j'aimais ce qui avait un goût fort. Je suis en vie par miracle et je crois donc en Dieu. J'ai été dans le coma à cause de graves blessures à la tête; je me suis donc toujours cru fou et je l'acceptais.

La cour m'a bien encadré et guidé vers AA; j'ai aimé tout de suite l'accueil. Je suis sobre depuis plus de 25 ans et j'assiste encore à trois réunions par semaine. Depuis ce temps, la banque qui m'avait mis à la porte lorsque je consommais m'a financé une auto neuve et un motorisé. Je suis retraité, je voyage beaucoup, toujours accompagné de ma littérature AA.

J'ai refait ma santé physique et mentale. J'ai suivi un cours de formation professionnelle en création littéraire et poésie. AA a transformé ma vie, du tout au tout, et j'ai des amis sincères.

En toute reconnaissance et gratitude.

André, Sainte-Thérèse



**LE
MIRACLE
S'EST
DÉJÀ
PRODUIT**

*Tous les espoirs
sont permis, si
elle ne touche
pas le premier
verre*

J'emprunte parfois ce « marécage de la culpabilité et de la révolte » dont Bill W. parle dans son article sur l'humilité. Je me laisse tomber sur la pente de l'apitoiement. Je pousse l'orgueil jusqu'à ne pas partager honnêtement dans les réunions de discussions, sous prétexte que « ça va décourager le nouveau. »

Confier ma vie, pour moi, est un acte quotidien d'humilité. Je dois quitter mon orgueil, mon rôle de metteur en scène, ma conviction arrogante que je détiens les meilleures solutions. Je cesse alors de faire preuve de volonté déchaînée, pour enfin laisser place à la sienne. À une époque, je me suis retrouvée à faire des réunions dans une région où les membres répétaient souvent : « Ne pars pas avant que le miracle se produise! » Je me disais, remplie d'apitoiement, de peurs et de ressentiments : « Mais quand va-t-il se produire, ce miracle? »

Je ne serais pas arrivée à AA par ma grâce, ou par la force de mes vertus. Je suis allée à mes premières réunions avec la conviction profonde que l'alcool n'était pas mon problème. Pourtant, je rentrais toujours chez moi, profondément touchée et émue d'avoir été parmi des gens qui me ressemblaient. La femme qui est devenue ma marraine a accompli un miracle, en m'aidant à m'identifier. Elle me parlait d'elle, elle se décrivait, mais elle parlait de

moi. Admettre que j'avais perdu la maîtrise de ma vie était facile; de toute façon, je me disais que je devais bien ne jamais l'avoir eue. J'avais appelé à l'aide dans le vide, dans l'univers, en ne sachant même pas que l'alcool était mon problème. Je me croyais seulement folle! J'ai eu une chance exceptionnelle, tout au long de mon cheminement, d'être guidée avec amour, douceur et sagesse, par des membres qui me parlaient d'eux, me permettant de m'identifier et de faire mes propres pas.

L'alcool avait fini par faire de moi quelqu'un que je ne voulais pas être. D'une fille qui se croyait honnête et responsable, je suis passée à une fille qui empruntait de l'argent dans les caisses en prétendant qu'elle allait le remettre. D'une fille qui se croyait digne et distinguée, je suis passée à une fille qui n'hésitait plus à se dévêtir pour obtenir les bonnes grâces d'un portier. D'une amie qui se croyait généreuse et altruiste, je suis passée à une loque humaine qui n'était plus qu'un fardeau pour son entourage. Au moment de mon bas-fond, je n'avais plus rien, plus de logement à moi, plus de travail, de moins en moins d'amis et plus aucune dignité.

Pourtant, j'oublie! J'essaie donc de garder mon cœur reconnaissant. J'explore les avenues spirituelles que me partagent les membres proches

de moi, et je remets entre les mains de mon Dieu d'amour mes journées, mes paroles et mes actes, mais j'essaie surtout de ne jamais cesser d'adresser toutes mes gratitude à ma Puissance supérieure. J'ai entendu un membre dire dans son partage : « J'ai appris que si je ne suis pas reconnaissant pour les dons de Dieu, il peut les reprendre. » J'apprécie toute la valeur de la vie que Dieu m'a rendue, et je veux en profiter, grâce au mode de vie.

Ça me rassure quand j'entends des vieux membres dire : « Une Douzième Étape, ça peut être juste ta présence dans une salle. » Ça m'a rassurée qu'un membre me dise dans une réunion-discussion, que juste de prendre la parole, ça peut être une Douzième Étape. Je m'implique depuis ma première année dans AA, et j'aime bien entendre que tous les Services sont un travail de Douzième Étape, tout ce qui permet que la porte reste ouverte pour l'alcoolique qui souffre encore.

Quand j'étais nouvelle, j'adorais lire les promesses, c'était ce que je demandais aux animateurs, malgré mes mains tremblantes et ma voix chevrotante. Je trouvais les promesses si belles que j'en avais mal, et je plongeais dans l'apitoiement, je me morfondais en me disant qu'aucune ne se réaliserait pour moi. C'était trop

beau pour être vrai!

Les résultats du mode de vie se sont manifestés beaucoup trop vite pour moi : retrouver un emploi après moins de trois mois d'abstinence, alors que j'avais été déclarée inapte au travail pour le reste de ma vie; retour aux études... Je voulais retrouver ce que j'avais perdu, retourner en arrière, et réussir là où j'avais échoué. J'ai sauté dans mes vieilles habitudes de cure géographique, je me suis jetée dans des projets, en ne sachant même pas si j'avais vraiment envie de les réaliser. J'ai fini par prendre une année complète à ne rien faire d'autre que penser, méditer, penser, profiter du moment présent et me concentrer sur mon mode de vie à fond.

Après ma quatrième Étape et ma cinquième Étape, j'ai enfin cessé de me punir. J'apprends la valeur d'un inventaire quotidien. J'apprends qu'il n'en revient qu'à moi de faire d'un trait de caractère une qualité ou un défaut : si je me mets au service de ma Puissance supérieure et cherche à me rendre utile, je vois mes qualités à l'œuvre; pour le reste, j'essaie de voir en quoi je me sers de mes défauts, en quoi ils me sont encore utiles, surtout comme mécanismes de défense; je demande à Dieu de m'aider à les transformer.

J'ai appris à placer les actions avant

les mots. Mes meilleures amendes honorables ont parfois été de simplement ne pas recommencer. Aller vers les autres est toujours un défi, mais je m'accroche à aimer le meilleur en chacun, et ne pas craindre le pire, et j'y travaille fort.

L'année dernière, j'ai eu besoin d'un miracle et je Lui ai demandé. Je voulais qu'un ami recouvre la santé. Dieu en a profité pour me donner une très grande leçon. Parfois, lorsqu'on a à gravir une montagne, le miracle n'est pas que la montagne disparaisse, c'est plutôt d'arriver à gravir la montagne. Dieu ne fait pas disparaître les obstacles, il nous aide à les traverser. Mon ami est décédé, mais avec courage et sérénité. De la même façon, lorsque je suppliais une force plus grande que moi, que j'imaginai à peine, de m'enlever la vie, de mettre fin à ces souffrances, je n'imaginai pas que mon Dieu d'amour allait m'enlever la vie que je vivais à l'époque et m'en donner une nouvelle avec AA.

Et pourtant, je peux parfois souffrir d'apitoiement et être assise dans une salle en me demandant : « Mais

quand est-ce qu'il va arriver, ce miracle? » Heureusement, vous êtes toujours là, chaque membre que je croise à chaque réunion. J'ai besoin de vous tous, même de celui qui me fait grandir en testant ma tolérance. J'ai besoin des membres qui partagent leurs épreuves, j'ai besoin de ces membres qui traversent des obstacles avec courage et qui me partagent expérience, force et espoir. Ne pas penser à mon premier verre, c'était facile en mode nuage rose. Accepter les épreuves de la vie avec sérénité, sans me tourner vers la bouteille pour me soulager, c'est un autre défi. Heureusement, les membres AA sont là pour m'inspirer l'espoir et le courage à moi aussi. Merci, merci d'être là. Merci de me rappeler que tant que je ne touche pas à mon premier verre, tous les espoirs sont permis.

Ne pars pas avant que le miracle se produise, et s'il s'est déjà produit, reste. Tu es peut-être le miracle pour un autre alcoolique. Heureuse, joyeuse et libre dans les Laurentides.

M. Noëlle L., Rivière-Rouge

HUMOUR

- ☛ Une définition de l'alcoolique : la personne qui commence par essayer de noyer ses chagrins et qui finit par les conserver.
- ☛ Lors d'un procès, l'avocat de la couronne : « On me dit que vous buvez parfois. »
Témoignage : « On vous a mal renseigné : je bois tout le temps ! »

LE BONHEUR

Il vit en harmonie avec lui-même

Le bonheur est quelque chose que je ne peux pas exiger ni obtenir par magie. Le bonheur est le résultat d'une vie bien vécue, c'est-à-dire qu'il y a des efforts à faire.

Pour être heureux, je dois croire en moi, croire en Dieu et faire ce que j'ai à faire en tant qu'être humain. Je dois arrêter de me prendre pour Lui, en acceptant que je ne sois pas parfait, de même que je ne le serai jamais et que les autres ne le seront jamais non plus. En d'autres mots, cela veut dire d'arrêter de vouloir changer le monde. Je dois changer ma façon de penser et essayer de me changer moi-même. C'est moi qui dois m'adapter à la vie et non essayer de vouloir adapter le

monde à mes désirs. De cette façon, je peux ouvrir mon cœur et mon esprit afin de recevoir l'amour dont mon âme a besoin pour se nourrir.

Je n'ai aucun contrôle sur la vie des autres et sur les événements de la vie. Il faut que je les accepte, même si parfois ça fait mal. Quand je réussis à m'abandonner à Dieu complètement, la peur disparaît et la confiance revient.

Il faut vivre en harmonie avec soi-même, les autres, Dieu et l'univers dans son ensemble. «QUAND MON COEUR EST REMPLI DE GRATITUDE ET D'AMOUR, POUR MOI, C'EST CELA LE VRAI BONHEUR.» Merci, Alcooliques Anonymes!

Stef. Coaticook

Nouvelle option disponible pour les groupes et districts

Abonnement annuel (6 parutions) Pour vous abonner à La Vigne AA imprimée + les archives + le dernier N° PDF + MP3, pour 2 ans (forfait avantage)

Votre groupe ou district choisit d'acheter le nombre de vignes dont il a besoin, pour un an.

Ex. : 10 Vignes aux 2 mois x 6 parutions = 60 Vignes à 2.25\$ = 135\$

Paiement sécurisé via PayPal ou cartes de crédit.



Abonnement à La Vigne AA

Version imprimée

Tarif pour six parutions par année
(incluant les frais postaux)



Canada : 20.50 \$
États-Unis : 28.50 \$
International : 40.00 \$

Version en ligne* seulement

Pour 1 AN 25.00\$
Pour 2 ANS 45.00\$



* (sans la version imprimée)

Version imprimée et services en ligne Forfait «AVANTAGE»

Pour 2 ANS
65.50\$



Pour un abonnement par la poste à la version imprimée, complétez cette section :

Prénom : _____ Nom : _____

Adresse : _____ Ville : _____

Pays : _____ Province : _____ Code postal : _____ N° tél. : _____

Précisez si c'est celui de l'abonné ou du donateur

Nom du groupe : _____ Région : _____ District : _____

Faites parvenir votre chèque ou mandat postal (le cas échéant) à l'adresse suivante :

Les Éditions de La Vigne, 3920, rue Rachel Est, Montréal (Québec) H1X 1Z3

LE NOUVEAU MOI

Il apprend à se connaître avec les outils dans le Mouvement

Bonjour, je m'appelle Réal et je suis un alcoolique des temps modernes, car j'ai consommé des drogues avec la boisson. J'ai eu de bons parents et j'ai été élevé dans l'amour. C'est à mes 14 ans que se sont présentés à moi l'alcool et les drogues et j'en ai aimé l'effet. À 16 ans, je me rendais plus souvent à la taverne qu'à l'école. De là, je me suis retrouvé sur le marché du travail. Je consommais de plus en plus et mes parents n'aimaient pas ma méthode et m'indiquaient la porte.

Me voilà seul avec moi-même à 17 ans; je vivais ma vie à plein dans le sexe, la consommation et ça bougeait. À mes 21 ans, je suis devenu sérieux et je me suis marié avec ma première fréquentation. Je m'impliquais dans ma nouvelle vie. J'avais deux emplois pour subvenir à la maison, mais après cinq ans, ma femme a demandé le divorce parce que je n'étais pas assez présent à la maison. Pris dans la dépression et le rejet, le commencement de l'enfer durera 30 ans dans la brume totale.

Mais Dieu a mis un de mes amis de

beuveries sur mon chemin et il m'a fait découvrir les AA que je ne connaissais pas encore. «Merci, mon ami, de m'avoir tendu la main!» Le 29 avril 2009, j'ai pris mon enveloppe du nouveau et j'ai commencé à faire des réunions de chaises. Lors d'un partage, j'ai entendu parler de thérapie. Pourquoi pas? J'ai contacté une maison de thérapie, j'ai appris les Étapes et j'ai commencé à travailler sur moi-même, ce que je n'avais jamais fait auparavant.

Depuis, j'apprends à connaître le nouveau Réal que je ne connaissais pas. Je m'implique dans mon groupe d'attache et je suis maintenant RSG. Je lis ma littérature et j'avance avec les outils que Bill et Bob nous ont donnés. J'ai maintenant un mode de vie et non une vie à la mode. Je suis heureux, joyeux et libre! Merci AA, pour ce beau cadeau qu'est la sobriété. Bonnes 24 heures à tous mes amis AA.

Réal R., Acton Vale

MERCI, MON DIEU

Il a retrouvé le goût de vivre

Je suis né en Gaspésie dans une grande famille pleine d'enfants. Il y en avait des plus petits et des plus grands, il y en avait des gentils et des tannants. J'avais de bons parents qui travaillaient tout le temps; mon père, c'était au champ, et ma mère, à la cuisine. La couture, les repas et puis faire des enfants, c'était ça qui occupait son temps.

À 17 ans, j'ai dit à ma mère que je partais en ville pour gagner ma vie, que j'étais assez vieux pour vivre là-bas et que je ne reviendrais plus. Lorsque je suis parti, je n'ai pas remarqué qu'une larme avait coulé des yeux de ma mère. Elle aurait voulu dire à son garçon de faire attention, car dans la grande ville, il y avait plein de dangers.

Arrivé dans la ville, je me suis fait des amis. Je me suis marié et on a eu des enfants. Nous fumes heureux pendant plusieurs années ; il y avait plein de soleil dans mon firmament. Mais un jour, l'alcool a eu raison de moi, j'étais en train de tout perdre et je ne savais pas pourquoi.

Je ne voulais plus boire, mais je ne

pouvais pas m'arrêter dans ce grand tourbillon; j'étais dans un grand désespoir. Alors, j'ai crié, moi qui ne croyais plus : « Mon Dieu, si tu existes, fais quelque chose pour moi! » Je ne pouvais plus vivre, j'avais envie de mourir et je ne pouvais plus faire face à mes souvenirs.

Un miracle s'est sûrement produit. Je pense qu'il m'a compris, car un soir, il y a eu, assis à côté de moi dans un bar, un homme qui m'a parlé des Alcooliques Anonymes. Il m'a accompagné à ma première réunion, c'était au mois d'août 1984.

J'ai perdu le goût de l'alcool et j'ai retrouvé le goût de vivre. Merci à cet homme et merci à mon Dieu d'amour.

Armand B., Terrebonne

En vous abonnant à La Vigne numérique, vous pouvez consulter les archives de la Vigne AA sur: lavigneaa.org





LE RÉTABLISSEMENT EST POSSIBLE

*Sa vie est belle
aujourd'hui*

Je m'appelle Érick et je suis membre des AA depuis 2005, mais je n'ai que six mois présentement. Je suis né à Montréal et j'ai commencé à boire à 11 ans. J'ai fait de nombreuses fugues durant mon adolescence et ma consommation d'alcool et d'autres substances a augmenté. À 18 ans, je me suis retrouvé à la rue, sur l'aide sociale et je devais faire toutes sortes de manigances pour me procurer mon prochain verre. À ce moment-là, je me suis mis dans la tête que la vie irait mieux si je quittais Montréal. Donc, j'ai commencé une cure géographique qui m'a emmené à Toronto, Ottawa, Winnipeg, Calgary, pour finalement

aboutir sur Main et Hastings à Vancouver, un des quartiers les plus pauvres et dangereux au Canada. Là-bas, j'ai connu la vraie misère humaine, tout ça s'est terminé en psychose toxique à l'hôpital psychiatrique.

Je suis allé à ma première réunion en mars 2005 à Montréal. J'ai été très bien accueilli et les nombreux vieux membres de ce groupe m'ont pris sous leurs ailes. Je me suis vite impliqué au café et à l'accueil, j'ai travaillé les Étapes avec mon parrain et j'allais à beaucoup de réunions et congrès aux quatre coins du Québec. Tout allait bien, ma vie avait changé et pendant cinq ans, cela a continué.

Après, j'ai eu le « syndrome du guéri » et j'ai fait ma première rechute en 2010 à Toronto; c'est là que j'ai commencé quatre ans de rechute. Je retournais dans les salles pour quelques semaines avant de repartir. En 2014, je suis retourné et j'ai réussi à rester abstinant pour un an, j'étais à Gatineau. J'étais très bien entouré, mais ça allait trop bien et j'ai décidé de retourner à Montréal. Les choses ont continué à bien aller pendant presque un an, j'allais à beaucoup de réunions, j'avais un parrain, je faisais du service. Après un an, j'ai décidé que j'étais correct et évidemment, j'ai rechuté durant tout l'été dernier.

Je suis revenu à Gatineau en septembre 2016; je suis retourné dans les salles, mais je n'avais pas de buts précis. C'est alors que l'idée de retourner à l'école m'est venue à l'esprit et trois semaines plus tard,

j'ai commencé au Cégep. Retourner à l'école a redonné un sens à ma vie et m'a redonné de la motivation, autant à l'école que dans les AA. Je sais aujourd'hui que sans les AA, je ne serais pas à l'école et je ne peux pas m'imaginer étudier en état d'ébriété. Grâce à AA, ma vie est belle aujourd'hui, je viens d'obtenir la garde légale de ma fille d'un an et dès septembre, j'irai à la Cité collégiale à Ottawa en réadaptation et justice pénale pour deux ans. Je vais en réunion au moins deux fois par semaine, je reste en contact avec des membres presque chaque jour, bref, je fais mon possible, un jour à la fois. Ma gratitude est pour le mouvement et les nombreux membres, tant à Gatineau qu'à Montréal, qui m'ont encouragé. Merci AA!

Érick S., Gatineau

ANNONCES POUR LA VIGNE

Rappel important :

Veillez toujours libeller votre chèque au nom de LES ÉDITIONS DE LA VIGNE et indiquer le ou les numéros de factures que vous acquittez. Ceci contribuera à l'amélioration du traitement de votre paiement.

Pour Paypal

Veillez noter une nouvelle option pour votre paiement d'abonnement de groupe ou de district : vous pouvez maintenant utiliser Paypal. **Veillez voir à la page 17**

Pour les annonces de congrès :

Important : de façon générale, votre congrès apparaît dans La Vigne qui couvre le mois du congrès (ex. : août-septembre). Si vous désirez que l'annonce paraisse dans une autre édition, veuillez le mentionner. À noter qu'il n'y a qu'une seule parution par annonce.



Appelle à l'aide!

als = (appels locaux seulement)



| | | | |
|-----------------------------------|----------------------|--|--|
| A | | | |
| Abitibi - Témiscamingue Ouest | 1 855 397-1016 | | |
| Acton Vale | 819 478-7030 | | |
| | 1 888 478-7030 | | |
| Alma | 1 866 376-6279 | | |
| Amos | 1 855 825-0801 | | |
| Amqui | 418 723-6224 | | |
| Asbestos | 819 564-0070 | | |
| B | | | |
| Baie-Comeau | 1 866 376-6279 | | |
| Beauceville | 418 221-3560 | | |
| Black-Lake | 418 338-2724 | | |
| Bonaventure | 418 751-4262 | | |
| | 1 800 463-6155 | | |
| Bromptonville | 819 564-0070 | | |
| C | | | |
| Cap Chat | 418 763-3252 | | |
| Cap-aux-Meules | 418 986-4474 | | |
| Cap-d'Espoir | 418 751-4262 | | |
| | 1 800 463-6155 | | |
| Cap-de-la-Madeleine | 819 376-6279 | | |
| Caplan | 418 751-4262 | | |
| | 1 800 463-6155 | | |
| Causapscal | 418 723-6224 | | |
| Chandler | 418 751-4262 | | |
| | 1 800 463-6155 | | |
| Charlemagne (als) | 450 581-4011 | | |
| Charlevoix | 1 866 376-6279 | | |
| Châteauguay | 514 376-9230 | | |
| Chibougamau / Chapais | 1 866 376-6279 | | |
| Chicoutimi | 418 549-2183 | | |
| Chicoutimi Le Fjord | 418 549-2183 | | |
| Coaticook | 819 564-0070 | | |
| Coleraie | 418 338-2724 | | |
| Cookshire | 819 564-0070 | | |
| D | | | |
| Danville | 819 564-0070 | | |
| Deauville | 819 868-0707 | | |
| Dégelis | 418 863-3490 | | |
| Deux-Montagnes | 450 629-6635 | | |
| Disraéli | 418 338-2724 | | |
| Dolbeau | 1 866 376-6279 | | |
| Drummondville | 819 478-7030 | | |
| | 1 888 478-7030 | | |
| E | | | |
| East Angus | 819 564-0070 | | |
| East-Broughton | 418 338-2724 | | |
| Edmunston, NB | 506 740-1077 | | |
| Étang-du-Nord | 418 986-4474 | | |
| F | | | |
| Fatima | 418 986-4474 | | |
| Fleurimont | 819 564-0070 | | |
| Floride – Intergroupe francophone | 954 695-8073 | | |
| Forterville | 819 758-3959 | | |
| G | | | |
| Gascon | 418 751-4262 | | |
| | 1 800 463-6155 | | |
| Gaspé | 418 360-6623 | | |
| | anglais 418 368-2778 | | |
| Gatineau (als) | 819 561-2002 | | |
| Granby | 450 405-9321 | | |
| Grande-Rivière | 418 751-4262 | | |
| | 1-800-463-6155 | | |
| H | | | |
| Havre-Aubert | 418-986-4474 | | |
| Hull (als) | 819-595-1916 | | |
| I | | | |
| Îles-de-la-Madeleine | 418 986-4474 | | |
| J | | | |
| Joliette (als) | 450 759-6000 | | |
| Jonquière | 418-549-2183 | | |
| K | | | |
| Knowlton (Anglais) | 450 242-2611 | | |
| L | | | |
| L'Isletville | 418 354-2178 | | |
| | 1 800 463-8174 | | |
| La Baie | 418 549-2183 | | |
| La Patrie | 819 564-0070 | | |
| | 1 800 463-8174 | | |
| La Plaine | 450 602-0220 | | |
| | 514 710-9024 | | |
| La Pocatière | 418 354-2178 | | |
| | 1 800 463-8174 | | |
| La Tuque | 1 866 376-6279 | | |
| Lac Mégantic | 418 221-3560 | | |
| Lachenaie (als) | 450 581-4011 | | |
| Lachute | 450 495-1925 | | |
| Lamarte | 418 763-3252 | | |
| | 1 866 923-6224 | | |
| Lanaudière Nord | 450 759-6000 | | |
| Laval | 450 629-6635 | | |
| Lavolette | 819 376-6279 | | |
| Legardeur (als) | 450 581-4011 | | |
| Lennoxville | 819 564-0070 | | |
| Les Méchins | 418 763-3252 | | |
| | 1 866 923-6224 | | |
| Lévis (et les environs) | 418 835-1631 | | |
| Longueuil | 450 670-9480 | | |
| Louiseville / Yamachiche | 819 376-6279 | | |
| | 1 866 376-6279 | | |
| Lyster | 819 758-3959 | | |
| M | | | |
| Magog | 819 868-0707 | | |
| Malartic | 1 855 805-0801 | | |
| Maria | 418 751-4262 | | |
| | 1 800 463-6155 | | |
| Matane | 418 723-6224 | | |
| Matapédia | 418 723-6224 | | |

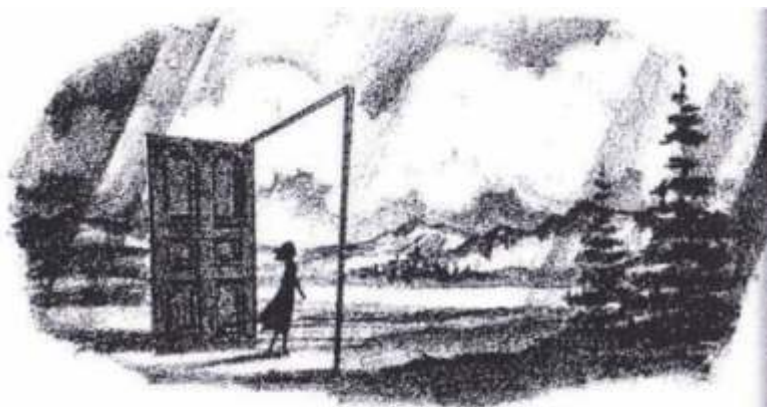
| | | | |
|-------------------------------------|----------------------|----------------------------------|----------------------|
| Mont-Joli | 418 723-6224 | Saint-Hyacinthe | 450 774-1511 |
| Mont-Laurier | 1 888 523-5422 | Saint-Isidore | 418 386-7267 |
| Montmagny | 418 354-2178 | Saint-Janvier | 450 602-0220 |
| | 1 800 463-8174 | | 514 710-0020 |
| Montréal (Français) | 514 376-9230 | Saint-Jean-sur-Richelieu | 450 272-0772 |
| Montréal (Anglais) | 514 350-3444 | Saint-Jean-de-Dieu | 418 867-3030 |
| Montréal (Espagnol) | 514 273-9921 | Saint-Jean-Port-Joli | 418 354-2178 |
| | | | 1 800 463-8174 |
| N | | Saint-Jérôme (als) | 450 438-5799 |
| New-Richmond | 418 751-4262 | Saint-Léon-le-Grand | 418 723-6224 |
| | 1 800 463-6155 | Saint-Lin-Laurentides | 450 831-5858 |
| Newport | 418 751-4262 | Saint-Majorique | 418 360-6623 |
| | 1 800 463-6155 | | anglais 418 368-2778 |
| Nunavik-Nunavut (Inuktitut-Anglais) | 1 888 616-4011 | Saint-Marc-du-Lac-Long | 418 863-3490 |
| | | Saint-Maurice | 418 360-6623 |
| | | | anglais 418 368-2778 |
| O | | Saint-Pascal | 418 867-3030 |
| Oka | 450 629-6635 | Saint-Prosper | 418 221-3560 |
| Ontario – Hawkesbury | 613 872-1925 | Saint-Sauveur (als) | 450 227-4420 |
| Ontario – Ottawa (als) | 819 595-1916 | Saint-Tite | 819 376-6279 |
| | | Sainte-Adèle (als) | 450 227-4420 |
| P | | Sainte-Agathe-des-Monts | 819 429-7416 |
| Paspédiac | 418 751-4262 | Sainte-Anne des Monts | 418 763-3252 |
| | 1 800 463-6155 | Sainte-Anne-des-Plaines | 450 602-0220 |
| Piedmont (als) | 450 227-4420 | | 514 710-9024 |
| Pierreville | 819 478-7030 | Sainte-Eulalie | 819 758-3959 |
| | 1 888 478-7030 | Sainte-Françoise | 819 758-3959 |
| Plessiville | 819 758-3959 | Sainte-Julienne | 450 831-5858 |
| Portneuf | 418 529-0015 | Sainte-Justine-de-Dorchester | 418 221-3560 |
| | 418 529-0016 | Sainte-Marie-de-Beauce | 418 386-7267 |
| Princeville | 819 758-3959 | Sainte-Sophie | 450 602-0220 |
| | | | 514 710-9024 |
| Q | | Sainte-Thérèse | 450 629-6635 |
| Québec (et les environs) | 418 529-0015 | Sayabec | 418 723-6224 |
| | 418 529-0016 | Senneterre | 1-855 825-0801 |
| R | | Sept-Îles - Port-Cartier | 1 866 376-6279 |
| Rawdon (als) | 450 831-5858 | Shawinigan | 819 376-6279 |
| Repentigny (als) | 450 581-4011 | | 1 866 376-6279 |
| Réserve Gesgapegiag | 418 751-4262 | Sherbrooke (Français et anglais) | 819 564-0070 |
| | 1 800 463-6155 | Sorel-Tracy | 514 376-9230 |
| Richmond | 819 564-0070 | | 1-877-790-2526 |
| Rimouski | 418 723-6224 | Squatec | 418 863-3490 |
| Rivière-au-Renard | 418 360-6623 | Stanstead | 819 868-0707 |
| | anglais 418 368-2778 | Sully Pôhénégamook | 418 863-3490 |
| Rivière-du-Loup | 418 867-3030 | | |
| Roberval | 1 866 376-6279 | T | |
| Rock Forest | 819 564-0070 | Témiscouata-sur-le-lac | 418 863-3490 |
| | | Terrebonne | 450 629-6635 |
| S | | Thetford-Mines | 418 338-2724 |
| Saint-Calixte | 1 866 831-5858 | Tourelle | 418 763-3252 |
| Saint-Côme de Beauce | 418 221-3560 | Trois-Rivières | 819 376-6279 |
| Saint-Elzéar | 418 386-7267 | | |
| Saint-Éphrem de Beauce | 418 221-3560 | V | |
| Saint-Eustache | 450 629-6635 | Val d'Or | 1 855 825-0801 |
| Saint-Fabien-de-Panet | 418 354-2178 | Valcourt | 819 564-0070 |
| | 1 800 463-8174 | Valleyfield | 1 877 790-2526 |
| Saint-François d'Assise | 418 723-6224 | Vaudreuil-Dorion | 514 376-9230 |
| Saint-François du Lac | 819 478-7030 | | 1 877 790-2526 |
| | 1 888 478-7030 | Victoriaville | 819 758-3959 |
| Saint-François-Xavier-de-Brompton | 819 564-0070 | | |
| Saint-Gabriel-de-Kamouraska | 418 354-2178 | W | |
| | 1 800 463-8174 | Warwick | 819 758-3959 |
| Saint-Georges | 418 221-3560 | Waterville | 819 564-0070 |
| Saint-Georges Ouest | 418 221-3560 | Weedon | 819 564-0070 |
| Saint-Guillaume | 819 478-7030 | Windsor | 819 564-0070 |
| | 1 888 478-7030 | Whitehorse - Yukon | 877 364-7277 |

PARTAGE RÉTRO

Une rubrique de La Vigne où seront reproduits des partages issus des numéros les plus anciens

(Texte reproduit du numéro 42, volume 7, no 6, avril-mai 1972)

Témoignage de l'extérieur



J'AI VU DE MES YEUX...

ET SANS FIN JE LE CHANTE!

Oui, il y a déjà sept mois, je devais remplacer une compagne qui était en charge des activités de la maison. Parmi ses nombreuses fonctions, celle qui prenait place le jeudi soir m'intrigua davantage.

AA, cette association qui m'était tout à fait étrangère au début, devint pour moi un lieu, un moment de « rencontre » véritable.

Une chaude poignée de mains en signe

de bienvenue amicale m'introduit à Marcel, Germain, Jogues, Lionel, Monique, Louise. « Bienvenue, oui bienvenue en ma demeure, bienvenue à mes amis! »

Au fil des semaines, au contact de « mes » amis AA, j'ai appris à vivre aussi mon 24 heures. Bien que je ne connaisse pas personnellement cette maladie de l'alcoolisme, la vie me réserve quotidiennement de nouvelles

PARTAGE RÉTRO

Une rubrique de La Vigne où seront reproduits des partages issus des numéros les plus anciens

situations à envisager. Et c'est dans la confiance en Dieu, dans la certitude d'être aimée de Lui, que je puis, à l'exemple des AA, vivre dans la sérénité.

Oui, ces personnes façonnées au creuset d'une expérience de vie parfois douloureuse ont su m'éveiller davantage à l'importance du support mutuel entre les hommes puisque, comme disait un auteur, « Nul n'est une île. » Quel que soit le rang qu'occupent dans la société Germain, Marcel, Louise, en cette salle, ce soir, ils sont tous égaux, tous de vrais amis, unis par un idéal commun : « Vivre ! ».

Combien de fois, depuis mon arrivée à St-Jean, j'ai été témoin de gestes d'entraide concrets, de témoignages de vie dont seul un autre alcoolique peut comprendre la portée. Oui, heureux êtes-vous, vous tous qui avez vécu et qui vivez toujours cette

situation de « pauvre » devant Dieu. Comme j'admire cette volonté tenace de ne pas « lâcher ».

Il me vient à ce moment à l'esprit cette pensée que l'un d'entre vous me communiquait récemment : « Ce que Dieu t'inspire de faire, il n'y a que toi pour le faire » ... « Notre vie, nous n'en avons qu'une à vivre et il faut qu'elle soit belle. »

Merci à chacun de vous, amis (es) AA, pour votre optimisme, votre sérénité, votre courage, votre fidélité.

Avec vous, je fais cette prière : « Mon Dieu, donnez-moi, pour aujourd'hui, le pain de la foi, le pain de l'espérance, le pain de l'AMOUR ! »

Oui, j'ai vu de mes yeux...

ET SANS FIN JE LE CHANTE.

Sr Michelle, m.s.c.

Saint-Jean, Québec.

HUMOUR

Dans un petit village, une des dernières joutes a été retardée. À la fin de la deuxième période, deux « hommes d'affaires » se sont installés sur la glace et y ont creusé un trou. La troisième période a été retardée de plusieurs minutes, puis le coach d'une des équipes s'est approché des deux hommes assis sur la glace :

Coach : « Qu'est-ce qui ne va pas ? »

Homme : « Pas de problème, mais le poisson ne mord pas. »

On s'empresse de réparer la glace, le jeu reprit, mais les deux « hommes d'affaires » qui étaient un peu « gris » ont été amenés au poste de police pour y passer le nuit.

SE RECONNAÎTRE COMME ALCOOLIQUE

Il fait l'étude du Gros Livre

Bonjour, mon prénom est Serge et je suis un alcoolique. J'ai 70 ans, et je connais AA depuis 50 ans. Pendant 25 ans, j'ai eu des rechutes, car je n'arrivais pas à m'identifier comme alcoolique. Je n'avais pas bu ce qu'ils avaient renversé sur leurs cravates. Un jour, j'ai lu dans le Gros Livre que la grande obsession de tout buveur anormal est qu'un jour, il ne sait trop comment, il parviendra à se contrôler et à prendre plaisir à boire. Là, je me suis reconnu comme alcoolique! Je suis

abstinente depuis ce temps, soit 25 ans. Durant 20 ans, je n'ai été qu'abstinente, n'ayant pas vraiment d'amélioration du point de vue du caractère.

À 65 ans, j'ai eu la chance de faire l'étude du Gros Livre. C'est vraiment là que j'ai appris ce qu'est réellement la maladie, qui est physique, mentale et spirituelle. J'ai surtout appris quelle était la solution à tous mes problèmes, car même abstinente, il m'arrivait encore

d'avoir des idées suicidaires, car je n'avais pas fait les Étapes à la façon décrite dans le Gros Livre. C'est après ça que, pour la première fois, mon frère et mes sœurs ont constaté un réel changement en moi.

Je souhaite à tous les alcooliques qui vivent cette solitude, ce mal à l'âme, d'avoir la chance de faire l'étude du Gros Livre.

Serge B., Victoriaville

LA MALADIE

DANS LA MALADIE

*Grâce aux Étapes, elle fait la
paix avec sa maladie*

Je venais de célébrer neuf ans d'abstinence lorsque le diagnostic d'une maladie mentale est tombé. Cela a été tout un choc, j'étais à l'aube de ce qui allait devenir huit ans d'une rechute infernale. Ce fut une descente aux enfers médicamentée et arrosée de tout bordet de tout côté. La folie avait finalement eu gain de cause. Jamais mon psychiatre n'a cessé d'espérer, pendant que moi, je continuais à me détruire, et c'est peu dire. Après un programme de réduction des méfaits,

bien encadré et suggéré par mon psychiatre, je suis revenue vers vous. Pensant avoir réglé mes problèmes de consommation, j'ai décidé d'ajuster moi-même ma médication. Ce fut une erreur!

Ce n'est pas parce qu'on arrête de consommer que l'on peut se proclamer pharmacien ou docteur, ou que l'on est pour autant guéri. Mon médecin et moi avons trouvé une posologie qui me convient et je suis stabilisée. Après mon passage dans une

maison de thérapie, j'ai fait la paix avec ma maladie. Elle est devenue mon alliée, plutôt que mon ennemie. Avec le programme des 12 Étapes AA, je suis davantage en mesure de ressentir et d'écouter chaque parcelle de mon être.

Ma reconnaissance est sans borne pour **A l c o o l i q u e s Anonymes**, car sans le travail de Bill et Bob, je ne sais pas où je serais aujourd'hui.

Chantal L.,
Brownsburg-Chatham

L'INDOMPTABLE

Aujourd'hui, il est reconnaissant

Mon nom est Marc-André, je suis le 7ième d'une famille de neuf enfants. J'ai eu une bonne enfance. Au début, mes consommations n'étaient pas régulières. Les consommations ont augmenté après mes études, en allant jouer au billard avec un ami après le travail. Étant jeune, et pour être comme les autres, le billard nous incitait à boire de grosses bières. À ce moment-là, je n'avais pas développé de dépendance à la bière; cependant, un certain goût s'était développé. Je consommais occasionnellement et durant les 10 années de mon mariage, ça n'a pas été un facteur aggravant. C'est après ma séparation que j'ai bu davantage, mais socialement.

Le problème, c'est qu'il n'y avait pas de demi-mesure. C'est de là que j'ai eu des problèmes de justice au niveau du mariage et de l'alcool au volant. Ça se produisait toujours à la sortie d'un bar, en me disant que conduire ne serait pas un risque, lorsque je me jugeais apte, malgré

que j'allais souvent en taxi. Je ne croyais pas vraiment que c'était l'alcool qui m'emmenait au fond du gouffre. Cependant, je dois dire que si je n'avais pas bu de l'alcool, je n'aurais sûrement pas eu des problèmes de justice.

J'étais indomptable, puisque je prenais le risque à nouveau de prendre mon auto en ayant bu de l'alcool, malgré que je connaissais les conséquences. Je savais très bien que j'étais surveillé, car il y avait eu des dénonciations à mon égard.

J'ai eu une belle carrière à la fonction publique, je m'efforçais de bien faire mon travail et de ne pas boire, ainsi qu'à la maison; je me rendais dans les bars. J'ai gagné ma vie honorablement et j'ai eu trois beaux enfants. Il faut dire que Dieu tel que je le conçois m'est venu en aide. Aujourd'hui, je pense à rester abstinent. Les réunions AA et le mode de vie m'aident énormément, j'en suis reconnaissant.

Marc-André, Rivière-du-Loup

LA JOIE DE VIVRE

L'action est le mot clé

« Nous nous tournons vers l'extérieur, vers nos camarades qui sont encore en détresse. Nous vivons le genre de générosité qui n'attend aucune récompense. Nous commençons à pratiquer la 12^e Étape du programme dans notre vie quotidienne dans le but de nous procurer à nous ainsi qu'à ceux qui nous entourent la « sobriété émotive. » (Tiré du

Langage du cœur, pp.248-251.)

Vue dans toute sa portée, la 12^e Étape nous parle vraiment de cette sorte d'amour qui n'a pas de prix. Lorsque j'ai vécu ce réveil spirituel, j'ai compris que je venais de recevoir un don, un état de conscience nouveau, que la vie enfin me souriait, que la vie n'était pas un cul-de-sac

et qu'elle n'était pas faite pour être subie ou domptée.

Avec l'honnêteté, la tolérance et la paix d'esprit, tout devient possible, c'est un don gratuit. Par la grâce de Dieu, j'en suis venue à croire en moi, en la vie. À moi maintenant de transmettre ce beau message d'amour. Merci, mon Dieu!

Audette T., Québec

RENDRE GRÂCE

Gérer et vivre ses émotions, c'est la clé de sa sobriété

« LÂCHER PRISE ET S'EN REMETTRE À DIEU »

Combien de fois ces cinq dernières années ai-je eu à me répéter cette formule gagnante ? À cette question, je répondrai : « De nombreuses fois, surtout lorsque j'avais la sensation que je perdais le contrôle de mes émotions. »

Pour moi, apprendre à

analyser, gérer et principalement "VIVRE MES ÉMOTIONS" c'est la clé de ma sobriété. C'est en mettant en pratique le mode de vie des AA et en assistant aux réunions sur une base régulière que j'ai réussi à atteindre ce niveau de sérénité qui me convient.

Merci à toi, mon Dieu, pour ta présence à mes côtés, tout au long de

ces années passées dans la sobriété et la paix d'esprit. J'aimerais aussi adresser un gros merci à tous les membres de mon groupe d'attache qui ont su me porter une attention et une écoute très particulières, depuis le tout début de mon cheminement, autant du côté émotif que spirituel.

Marc, alcoolique

A serene winter scene featuring a body of water, possibly a lake or a wide river, surrounded by snow-laden trees and bushes. The sky is a pale, overcast blue, and the water's surface is calm, reflecting the surrounding environment. The overall atmosphere is quiet and peaceful.

UN MIRACLE EST ARRIVÉ

*De plus en plus, elle
est en paix*

Salut à tous, mon nom est G. et je suis alcoolique. Je suis arrivée par miracle aux AA le 6 janvier 2009, après avoir pris le téléphone et appelé AA. J'en avais assez de me sentir coupable et d'éprouver de la honte face à ma consommation. Je gelaï mes émotions! Je suis arrivée complètement démolie, 15 livres en moins et les yeux vitreux; j'étais en épuisement et en dépression majeure. Je marchais au radar et je n'existais plus.

Le tout a commencé lorsque j'ai eu l'opportunité d'obtenir un emploi de cadre en 2004. J'ai fait du bon travail, mais il m'a amenée aux enfers. J'y ai laissé ma peau! Je voulais prouver que j'étais bonne face à mes supérieurs et je voulais être au mieux. Quelle chute j'ai eue! Mon médecin m'avait avertie: tu vas tomber et c'est arrivé. Étant infirmière depuis 32 ans, j'en étais à mon 3e épuisement. Toujours prendre soin, être sympathique au lieu d'être emphatique, cela vous amène à vous oublier.

Je viens d'une famille dysfonctionnelle de parents alcooliques; ils se sont divorcés lorsque j'avais un an. J'ai deux sœurs alcooliques, un demi-frère alcoolique dans les AA depuis plus de 30 ans et aussi une demi-sœur du côté de mon père.

Je suis une grande dépendante

affective, alors mes relations avec les hommes ont été des échecs. J'étais la personne qui était toujours laissée et je me retrouvais de plus en plus seule. Lorsque je suis arrivée aux AA, cela a été le début de ma guérison. Petit à petit, j'ai fait mes Étapes et rapidement j'ai fait ma 4ième et 5ième Étape avec l'aide de mon parrain, lequel m'a pris sous son aile dès le début. Cela fait huit ans maintenant que je suis dans les AA, beaucoup de choses sont arrivées. Je me suis mariée en 2011 après 19 ans de vie commune. J'ai eu des hauts et des bas avec mon trouble anxieux diagnostiqué en 2009, se présentant par des phobies sociales, surtout avec ma famille. Je prends soin de ma mère en perte d'autonomie. Je compose avec mon mari qui a un déficit d'attention important qui amène des problèmes de toutes sortes.

Malgré tout cela, les choses vont beaucoup mieux dans ma vie. Je suis de plus en paix avec mon entourage et avec moi-même, un jour à la fois. Merci au mode de vie AA, à ma Puissance supérieure et à l'aide des membres.

G

HUMOUR

Entendu lors d'une assemblée :
« J'étais cette sorte de père qui achète un sifflet à son fils puis le bat parce qu'il s'en sert... »



LIBÉRÉ DE L'ENFER

Les nouveaux membres l'aident à sourire à la vie

Je m'appelle Marc, je suis membre des Alcooliques Anonymes, et tout cela par la Grâce d'un Dieu d'amour, l'aide du mouvement et mes efforts personnels. La méthode AA m'aide à croire que Dieu fait pour moi ce que je ne peux pas faire pour moi-même.

Ma gratitude s'exprime comme cela : « Nous sommes un groupe d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur force et leur espoir dans le but de rester abstinents et d'aider d'autres alcooliques à le devenir. » Merci aussi pour la première Tradition : « Notre bien-être commun devrait venir en premier lieu : le rétablissement personnel dépend de l'unité des AA. »

Merci à mon Dieu d'amour qui est mon unique dépendance sur cette terre; face aux êtres humains, tu m'apprends à être indépendant. Je dis merci aussi pour l'unité, le service et le rétablissement, merci aussi pour cette belle philosophie de vie qui est un mode de vie spirituelle. Je me sens libéré de l'enfer de l'alcool et tout cela m'aide à vivre mon moment présent. Merci aux nouveaux d'être dans ma vie, vous m'aidez à sourire à la vie. C'est ainsi que je peux apprendre à m'aimer, que je peux partager et me donner au mouvement. Je suis dans l'abondance et j'en remercie ma Puissance supérieure. Grâce à AA, je suis abstinente depuis plusieurs années. Merci AA!

Marc D., Sherbrooke

PRENDRE DU SERVICE

Il essaie d'être utile en aidant les autres

Mon prénom est Gérard B. et je suis un alcoolique, membre des Alcooliques Anonymes depuis longtemps, grâce à Dieu. Ce sont les membres AA qui m'ont beaucoup aidé, sans oublier le mode de vie, bien sûr. Conscient de ma vie réelle aujourd'hui, sans obsession de boire, j'en remercie la vie et tous les membres des AA qui m'ont éclairé et avec qui j'ai partagé depuis le début.

Aujourd'hui, j'essaie d'être utile, en aidant d'autres membres et futurs membres à connaître le mouvement AA, s'ils le veulent. J'ai occupé des fonctions dans le mouvement AA, pour m'aider moi-même et aider les autres, sachant au départ que je ne suis pas indispensable ni irremplaçable pour autant. Je n'ai pas occupé de grandes fonctions, comme Délégué de la région, mais j'ai été RSG; c'est bien. Je n'ai pas été Administrateur Universel du Canada ni Administrateur de la Vigne, mais j'ai eu à la distribuer dans les groupes souvent et longtemps.

Une grande dame disait : « Celui qui s'accroche aux titres est celui qui n'a pas de talent et pour celui qui a du talent, le titre n'a pas d'importance. » C'est une façon de voir! Je suis encore dans les services pour les Alcooliques Anonymes. J'ai gradué comme laveur de planchers. Ça me va très bien.

Que fait un vieux membre dans Alcooliques Anonymes? Bill disait : « IL est comme un pilier dans un groupe, il essaie de voir au bon fonctionnement du groupe, il s'assoit et attend la suite des événements. »

L'on nous disait à propos du 24 heures, autrefois :

- Le pain d'hier est rassis.
- Le pain de demain n'est pas encore cuit.
- Celui qui est bon est celui d'aujourd'hui.
- Et ça ne prend pas toute la boulangerie ...

PS : L'important, pour le nouveau, n'est pas de tout comprendre, mais c'est de ne pas en prendre (de l'alcool).

La Sobriété

Sa longueur : 24 heures.

Sa largeur : Dans tous les domaines de ma vie.

Sa hauteur : Dieu tel que chacun le conçoit ou le comprend.

Sa profondeur : Par les 12 Étapes.

Bonnes 24 heures à tous, dans l'amour les uns pour les autres.

Gérard B.

LA SOUFFRANCE

L'action est le mot clé

Bonjour, je m'appelle Sébastien et je suis un alcoolique. Auparavant, je consommais pour ne pas souffrir. Inconsciemment, je gérais mes émotions, je gérais les situations et je contrôlais les gens autour de moi. Aujourd'hui, j'ai appris que lorsque je souffre, ce n'est qu'une

occasion pour grandir. Plus je grandis, plus je deviens conscient et plus je suis libre, parce que j'ai appris à ne pas répéter les mêmes erreurs.

En m'aimant, cela me permet d'aimer les gens autour de moi. Après 20 ans d'itinérance, rendu à l'âge de 40 ans, je reprends ma vie en

main sans consommer, en suivant le simple programme des 12 Étapes AA, guidé par des gens qui ne consomment plus et qui ont trouvé un nouveau mode de vie heureux, joyeux et libre.

Sébastien C., Sorel-Tracy

COMME IL PEUT ÊTRE ÉTRANGE, NOTRE RÉTABLISSEMENT!

Elle se reconstruit après des années de destruction

Par moment, tout glisse parfaitement, comme un coup de patin sur une glace de miroir, et soudainement, on semble patiner sur de la roche concassée. Je réalise que ma vie ne sera pas toujours un long fleuve tranquille. Occasionnellement, il y aura des rapides et des tourbillons. L'essentiel pour moi est la constance.

Avancer dans les

moments d'euphorie, de joie et de splendeur, pour pouvoir continuer d'avancer dans les moments plus gris, lourds et demandant. Simple ment, j'emmagasine ainsi les rayons de soleil pour les jours de pluie.

Je n'aurai jamais assez de mots pour décrire ce que je vis depuis que je me rétablis, et encore moins pour remercier les merveilleux

membres d'Alcooliques Anonymes que je rencontre pour leurs partages d'expérience, force et espoir. Me reconstruire après des années de destruction, voilà ce que notre mouvement AA me permet de faire. Simplement devenir mieux avec moi, une journée à la fois.

Lucie B., Terrebonne

L'ASCENDANT D'UN AMBASSADEUR*

L'arrivée des AA au Québec
Collection des archives

*« On prend
plaisir à le lire
et à le relire... »*

*« On y trouve
plein d'anecdotes
qu'on ne
connaissait pas. . . »*

« Du bonbon! »



Demandez-le à votre représentant aux
publications des AA dans votre groupe.

Ou commandez en ligne : lavigneaa.org

*Also available in English



Message d'espoir

Son cœur est rempli de reconnaissance et de gratitude envers le mouvement des Alcooliques anonymes

Bonjour, mes sœurs et frères AA. Mon prénom est Roger et je suis un alcoolique en rétablissement, une étape vers la guérison des blessures émotionnelles ! Dans mon enfance, j'étais malheureux, j'avais le mal de vivre. J'ai grandi dans une famille dysfonctionnelle et alcoolique. Ma mère subissait de la violence psychologique et physique. Elle disait être étonnée de ne pas avoir d'enfant avec une infirmité. Par contre, je crois que nous avons tous été marqués et traumatisés chacun à notre façon. À travers les thérapies et avec le mode de vie des Alcooliques anonymes, j'en suis parvenu à pardonner à mon père ainsi qu'à moi-même parce que le

ressentiment ne mène qu'à une éternelle souffrance !

J'ai consommé pendant 30 ans. L'alcool a été le remède miracle durant des années à ce mal-être intérieur. Cette maladie progressive qui était en train de me détruire s'est terminée par des crises de paniques aiguës.

J'ai connu Alcooliques anonymes après 90 jours d'abstinence et c'est ma sœur qui m'a fait connaître ce merveilleux mouvement. Lorsqu'on a lu Notre Méthode, l'éveil s'est fait en moi et je me disais : c'est cela que je veux avoir, un mode de vie ! Car à mon arrivée, j'avais le cancer de l'âme !

Après avoir travaillé plus de 25

années dans le domaine financier, après avoir gravi tous les échelons, j'ai dû abandonner. J'étais épuisé, écoeuré d'être dans la performance, de me prouver que j'étais capable. L'élastique a cassé et cela s'est terminé par un épuisement professionnel et une dépression majeure.

J'ai connu l'enfer. La prison parce que j'étais emprisonné dans mon corps, impuissant face à la souffrance physique, psychologique, émotionnelle et spirituelle. La folie parce que je ne mangeais plus, ne dormais plus et les suivis en psychiatrie étaient épuisants... La mort, je l'ai côtoyée, mais j'ai reçu la Grâce !

Après avoir passé quatre années à la maison à me reconstruire, j'ai trouvé la passion de travailler comme préposé aux bénéficiaires dans un centre hospitalier auprès des gens démunis face à la vie et aux épreuves insurmontables. Par ce métier, ou plutôt cette vocation, j'ai continué à approfondir le sens du partage et du don de soi, essence essentielle à ma vie. J'ai appris à m'accueillir et je me réserve chaque année, et ce, depuis 15 ans, trois jours de retraite fermée au monastère de Saint-Benoît-du-lac afin de me retrouver avec moi-même pour me permettre de nourrir ma sérénité et ma paix de l'âme. Cela me permet d'être plutôt que de faire. C'est l'héritage que m'apporte

notre mode de vie, notre méthode...

Les différentes tâches que j'accomplis dans Alcooliques anonymes me redonnent confiance en moi et rehaussent l'estime de soi. C'est le plus beau cadeau que puisse m'offrir la vie parce que je soigne mes blessures d'enfance et j'apprends à m'aimer. C'est l'aventure merveilleuse vers la guérison spirituelle. Je suis reconnaissant et je désire redonner ce que j'ai reçu.

Aujourd'hui, retraité depuis un an avec mes 17 ans d'abstinence et de cheminement spirituel, je demeure bénévole en centre hospitalier dans une unité de soins en neurochirurgie et dans une autre unité de soins palliatifs, où j'accueille des êtres humains en les accompagnant et leur offrant simplement de l'écoute.

Mon cœur est rempli de reconnaissance et de gratitude envers le mouvement des Alcooliques anonymes et toutes mes sœurs et frères AA qui, par leurs partages et leur écoute, m'ont apporté une raison de vivre ! Dans mon 24 heures, je m'aperçois que : les efforts et les sacrifices sont récompensés. Le trésor ne se trouve pas seulement en fin de course, c'est le processus lui-même qui devient la récompense.

Je m'appelle Roger et je suis un alcoolique en rétablissement.

An aerial photograph of a rugged coastline. The top of the image shows a sandy beach with gentle waves lapping at the shore. Below the beach, the water becomes more turbulent, with white foam from waves crashing against dark, jagged rocks. The overall color palette is dominated by the blues and greys of the water and rocks, contrasted with the yellow and white of the foam and the bright yellow text.

MA MISSION

CHEZ AA

*Elle porte le manteau tissé des
Étapes et des Traditions*

Mon nom est Mirjana et je suis alcoolique. Je suis arrivée chez AA au mois de juillet 2016 et, par la grâce de Dieu, je suis restée. Il y a des promesses qui se réalisent rapidement, pendant que je me laisse bercer par le mouvement AA.

Je viens d'une famille dysfonctionnelle; mes deux parents étaient alcooliques. Donc, comme une petite fille, j'étais très sensible et rebelle. J'ai vécu dans la violence, donc toutes mes relations étaient violentes. Je ne me suis pas rendu compte comment je souffrais, juste avant de rentrer chez AA. Je ne savais pas comment vivre et je voulais mourir.

J'ai des enfants que j'appelle mes deux étoiles, car en m'occupant des autres, j'ai oublié ma souffrance. Donc, quand les enfants ont vieilli, j'ai commencé à sentir ma souffrance et à l'âge de 48 ans, j'ai pris le premier verre. J'ai bu pendant huit ans, peu importe quand j'ai commencé et comment je buvais, la maladie de l'alcoolisme progresse vite. J'ai essayé d'arrêter de boire plusieurs fois, ça ne durait pas longtemps; je me suis rendue jusqu'à l'hôpital. En arrivant chez moi, j'ai prié et le lendemain, j'ai appelé AA et le soir je suis entrée pour la première fois dans une salle AA. J'ai eu un accueil chaleureux; après le partage, j'ai senti l'espoir, le courage, l'amour et la joie; je me suis sentie acceptée et aimée.

Depuis le premier jour, j'ai fait deux réunions par jour. J'ai écouté les partages, j'ai grandi chaque jour, car j'ai compris que ce programme est là, jusqu'à la fin de mes jours. C'est un voyage où l'on apprend comment s'amuser, malgré les circonstances de la vie. Je me suis impliquée, j'ai fait le café, préparé la salle et modéré les réunions. Ensuite, j'ai fait de l'information publique, la ligne téléphonique, j'allais au congrès et à tous les événements des AA. Je sais qu'en m'impliquant, j'aide un alcoolique qui souffre et j'ai découvert ma mission qui est d'aider l'autre, aimer l'autre plutôt que d'être aimée, consoler plutôt que d'être consolée, tendre la main à l'autre qui souffre. Ça, c'est la plus belle mission pour moi, ça m'aide à aller vers une belle sobriété.

J'ai beaucoup de gratitude pour le mouvement AA et par la grâce de Dieu, j'ai la chance d'être avec vous tous. Dans les lectures, ils disent que le rétablissement AA est un manteau tissé des 12 Étapes et des 12 Traditions, et je porte ce manteau. Pour moi, il y a des promesses qui se réalisent. Avec ma marraine, en travaillant les Étapes et en faisant ma belle mission, je suis joyeuse, heureuse et libre. Un message pour un alcoolique qui souffre: « Illumine ta vie de petites joies et essaie de bien vivre ton aujourd'hui. » Merci à tous.

Mirjana R., Gatineau

Les Douze Concepts des Services mondiaux

I. La responsabilité finale et l'autorité suprême des services mondiaux des Alcooliques Anonymes devraient toujours relever de la conscience collective de notre association tout entière.

II. La Conférence des Services généraux des AA est devenue, presque à toutes fins utiles, la voix réelle et la conscience effective de notre association tout entière dans la conduite de nos affaires mondiales.

III. Afin d'assurer un leadership effectif, nous devrions doter chaque instance du Mouvement – la Conférence, le Conseil des Services généraux et ses différentes sociétés de service, leur personnel, leurs comités et leurs directeurs - d'un «Droit de décision» traditionnel.

IV. Nous devrions, à tous les niveaux de responsabilité, maintenir un «Droit de participation» traditionnel qui assurerait une représentation par vote en proportion raisonnable à la responsabilité assumée.

V. Dans toute la structure de nos services mondiaux, un «Droit d'appel» traditionnel devrait prévaloir, afin que l'opinion minoritaire soit entendue et que les griefs soient soigneusement pris en considération.

VI. La Conférence reconnaît que l'initiative principale et la responsabilité active, dans presque toutes les questions de service mondial, devraient relever des administrateurs membres de la Conférence, réunis en formant le Conseil des Services généraux.



VII. Les statuts et règlements du Conseil des Services généraux sont des instruments juridiques donnant pleins pouvoirs aux administrateurs pour gérer et diriger les affaires des services mondiaux. Les statuts de la Conférence ne sont pas un document légal ; ils dépendent de la tradition et des capacités financières des AA pour être pleinement efficaces.

VIII. Les administrateurs sont les principaux responsables de la planification et de l'administration des finances et des questions d'orientation générale. Ils assurent la surveillance des sociétés de service incorporées séparément et toujours actives, par le droit qu'ils ont d'en nommer tous les directeurs.

IX. De bons leaders à tous les niveaux de service sont indispensables pour notre fonctionnement et notre sécurité futurs. Le leadership fondamental des services mondiaux, d'abord assuré par les fondateurs des AA, doit nécessairement être assumé par les administrateurs.

X. À chaque responsabilité de service doit correspondre une autorité équivalente et la portée de cette autorité sera bien définie.

XI. Les administrateurs devraient toujours s'entourer des meilleurs comités, administrateurs de sociétés de service, membres du personnel et consultants. La composition, les qualifications, les critères et procédures d'embauche, les droits et devoirs feront toujours l'objet d'une étude sérieuse.

XII. La Conférence des Services généraux observera l'esprit des Traditions AA. Elle prendra soin de ne jamais devenir le siège d'une concentration périlleuse de richesse ou de pouvoir ; en saine administration, elle s'assurera d'un fonds de roulement suffisant et d'une réserve appropriée ; aucun de ses membres ne devra jamais se retrouver en position d'autorité indue par rapport à un autre ; elle prendra toutes ses décisions importantes après discussion et vote, en recherchant la plus grande unanimité chaque fois que possible ; elle ne prendra jamais de mesures punitives personnelles et ne posera aucun geste qui puisse provoquer la controverse publique ; elle ne fera jamais acte de gouvernement, bien qu'elle soit du service des Alcooliques anonymes, et demeurera toujours, à l'image de l'association qu'elle sert, démocratique en pensée et en action.



Groupe Sillery
SAINTE-FOY



Groupe Vivre heureux,
LACHUTE



Groupe Mercredi Liberté
CAP-AUX-MEULES

Sur cette page, nous publions des photos des salles où les membres, nouveaux et anciens, sont accueillis à bras ouverts et comblés d'amour fraternel.

Des endroits pleins d'amour

Vos photos*
sont les bienvenues.

* Envoyer vos photos à :
redaction@lavigneaa.org

Les photos doivent être de bonne résolution 300 DPI, (par exemple, au moins de 1,5 méga pixels)

Important: Joindre à votre photo votre nom, le nom et la localisation du groupe.



Groupe retour à la vie
SOREL-TRACY

Groupe Anonyme
VICTORIAVILLE



Les Douze Traditions

- 1 Notre bien-être commun devrait venir en premier lieu : le rétablissement personnel dépend de l'unité des AA.
- 2 Dans la poursuite de notre objectif commun, il n'existe qu'une seule autorité ultime : un Dieu d'amour, tel qu'Il peut se manifester dans notre conscience de groupe. Nos chefs ne sont que des serviteurs de confiance, ils ne gouvernent pas.
- 3 Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour être membre des AA.
- 4 Chaque groupe devrait être autonome, sauf sur les points qui touchent d'autres groupes ou l'ensemble du Mouvement.
- 5 Chaque groupe n'a qu'un objectif primordial : transmettre son message à l'alcoolique qui souffre encore.
- 6 Un groupe ne devrait jamais endosser ou financer d'autres organismes, qu'ils soient apparentés ou étrangers aux AA, ni leur prêter le nom des Alcooliques Anonymes, de peur que les soucis d'argent, de propriété ou de prestige ne nous distraient de notre objectif premier.
- 7 Tous les groupes devraient subvenir entièrement à leurs besoins et refuser les contributions de l'extérieur.
- 8 Le mouvement des Alcooliques Anonymes devrait toujours demeurer non professionnel, mais nos centres de service peuvent engager des employés qualifiés.
- 9 Comme mouvement, les Alcooliques Anonymes ne devraient jamais avoir de structure formelle, mais nous pouvons constituer des conseils ou des comités de service directement responsables envers ceux qu'ils servent.
- 10 Le mouvement des Alcooliques Anonymes n'exprime aucune opinion sur des sujets étrangers; le nom des AA ne devrait 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 personnel dans la presse écrite et parlée de même qu'au cinéma.
- 12 L'anonymat est la base spirituelle de toutes nos traditions et nous rappelle sans cesse de placer les principes au-dessus des personnalités.

Les quatre régions de services du Québec ont uni leurs efforts afin de réaliser un site Internet moderne et dynamique. Il suffit de quelques clics de souris pour trouver tout ce qui concerne les Alcooliques Anonymes au Québec.

Vous y trouverez des informations générales sur le Mouvement et des renseignements spécifiques à chacune des régions comme les horaires et les emplacements des réunions, les services, les districts et bien sûr, les congrès.

Assurez-vous d'ajouter cette adresse à vos favoris :

aa-quebec.org, votre porte d'entrée aux Alcooliques Anonymes sur le Web!



LA VIGNE EN MP3



Les gens disent que tu as une belle voix ? Peut-être voudrais-tu la mettre au service des membres en enregistrant des textes à chaque parution. Nous avons besoin de gens qui ont une prononciation claire et une bonne capacité à lire des partages de façon dynamique. Si tel est ton cas, fais parvenir tes coordonnées au responsable de l'audio, Raoul C., à l'adresse audiomix@lavigneaa.org. Il serait intéressant que tu joignes un échantillon d'un court texte que tu auras choisi.

Merci de vouloir partager tes talents.

Documents d'archives: Notre archiviste est à la recherche de documents d'archives reflétant les faits et gestes des Éditions de La Vigne depuis leurs débuts. Si tu possèdes de tels documents et que tu es prêt à nous en faire bénéficier, laisse-nous-le savoir par courriel ou par la poste. Notre archiviste entrera en communication avec toi et vous pourrez alors prendre arrangement. Je me souviens!

Un événement à ne pas manquer !

Afin de faire connaître à tous *La Vigne* en format numérique (PDF, Archives et Mp3), il y aura **grand débrouillage** du site pendant tout le mois de

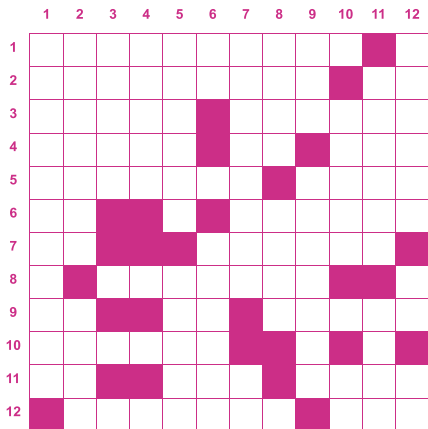
février 2018.

Avisez vos amis !



Mots croisés

Horizontal



1. Alcoolisme.
2. Elles arrivent au Mouvement. – Infinitif
3. Avec l'alcool, tu te ... lentement, mais sûrement. – Elle est essentielle à l'aide que tu apportes.
4. Supprime une voyelle. – Cuivre. – Auparavant, tu te sentais souvent ...
5. Fourrure d'été de l'hermine. – Les longues nuits à boire t'en creusent plus d'un.
6. Préposition. – Les principes de AA le sont souvent.
7. Sécurité sociale. – Ancienne mesure de longueur (pl.)
8. Incalculable.
9. Période. – Champion. – Phase de notre évolution.
10. Parties plus dures et plus sombres dans le bois et dans la vie. – Face du dé.
11. Toi. – Après quelques bières. – Va sans but.
12. Ton partage peut l'être pour un nouveau. – Allez, en latin.

Vertical

1. On fait souvent des conneries pour se rendre ...
2. Nous sommes dans le Mouvement parce que nous ... demeurer abstinents. – Pronom.
3. Dans ton ancienne vie, tu ... souvent dans les brancards.
4. Poète latin.
5. Psychologue américain. – Inventif et retors, comme nous l'étions souvent.
6. Nouvelle lune. – Pièce de bouteille brisée.
7. Nomination. – Technétium.
8. Partage ce que tu as ... – Chez nous, l'honnêteté est de ...
9. Échelle. – Petit sourire.
10. Notre rétablissement en dépend. – Rigolé.
11. Elles ne préviennent pas l'alcoolisme. – Faire ma ... chez les AA polit ma sobriété.
12. Longues et minces. – Blessée.



(solution page 48)

Production :

Collaborateurs à l'écriture et aux photos : les membres des AA signés à la fin des textes. Saisie des textes manuscrits : Geneviève P., Suzanne C. Choix des textes et des photos : Pauline C.; Graphisme : Lucien J.; Webmestre : Yan T.; Expédition (no 316) : Jean-Pierre B., Gilles B., Aïcha B., François M., Claude R., Yvon L. et Louis-Georges T.; Mots croisés : Alex. Diffusion : merci à tous les RLV, RLVD et LVR des quatre régions du Québec.

Administration :

Les membres du conseil d'administration : les délégués des quatre régions du Québec : Lucien J. (Région 87), Jean-Noël L. (88), Benoît B. (89) ? vice-président, Éric P. (90), ? président, l'administrateur de l'Est du Canada, Richard B., le secrétaire du conseil, Yvon L., la trésorière, Kathleen R., la rédactrice, Pauline C., le responsable de l'expédition, Louis-Georges T.

Autres collaborateurs :

Les RLVR : André V. (87), Alain C. (88), André B. (89), Luc S. (90). L'archiviste, Yvon H., l'adjointe administrative, Aïcha B..

Collaborateurs à La Vigne audio

Technicien audio, Raoul C.; lectrices et lecteurs : Philippe D., Donald D., Suzanne C., Jacques L., Valérie V., Pauline C., Yvon L., Paule R., Alain D., Jacques M., Caroline B., Harold R., Marie B., Lorraine M.

Photos et illustrations :

Elles nous parviennent de : André L., Lucien J., Cris L., Camille D., Suzanne R. Inconnue.

Extrait du rapport de la 64e Conférence des Services généraux :

«Note : Suite à l'excellent exposé de Donald sur La Vigne, Tery Bedient a demandé aux membres de la Conférence d'informer les francophones de leurs régions, de leurs districts et de leurs groupes à propos de La Vigne. Les membres de la Conférence se sont ralliés en reconnaissance de La Vigne comme étant le magazine des AA francophones de la structure de notre Conférence, et que le magazine pourrait servir les membres des AA de langue française aux É.-U. et au Canada.»

HORAIRE D'EXPÉDITION DE LA VIGNE (2018) :

No 317 (février-mars) : 11 janvier; No 318 (avril-mai) : 22 février; No 319 (juin-juillet) : 19 avril;

No 320 (août-septembre) : 14 juin; No 321 (octobre-novembre) : 16 août;

No 322 (décembre-janvier) : 18 octobre

Partagez-vous !

Nous avons grandement besoin de votre partage pour faire bénéficier de « votre expérience, votre force et votre espoir » tous ceux qui en ont besoin, et ils sont nombreux. Vous pouvez nous le faire parvenir par courrier, par courriel, par le site Web de La Vigne, par télécopieur, au format audio... comme bon vous semble.



Solution des mots croisés (p. 47)

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| E | T | I | | E | C | N | E | M | S | E | S | | 12 |
| E | R | R | | E | O | T | R | O | | | T | U | 11 |
| | A | | T | | | S | | U | D | E | O | N | 10 |
| E | P | | A | | E | A | S | | | | A | N | 9 |
| L | | | E | | N | S | E | M | | I | M | | 8 |
| | | S | E | S | | O | I | S | | T | | S | 7 |
| | | S | | | | I | M | | | L | | E | 6 |
| | | E | S | | | R | I | D | E | | S | O | 5 |
| | | E | | | | R | I | D | E | | L | I | 4 |
| | | L | | | | U | | | | | | T | 3 |
| | | | | | | O | U | T | E | | | | 2 |
| | | | | | | E | | | | | | | 1 |
| G | | | | | | E | R | I | E | | | | 1 |
| | | | | | | | | | | | | | 1 |
| | | | | | | | | | | | | | 2 |
| | | | | | | | | | | | | | 3 |
| | | | | | | | | | | | | | 4 |
| | | | | | | | | | | | | | 5 |
| | | | | | | | | | | | | | 6 |
| | | | | | | | | | | | | | 7 |
| | | | | | | | | | | | | | 8 |
| | | | | | | | | | | | | | 9 |
| | | | | | | | | | | | | | 10 |
| | | | | | | | | | | | | | 11 |
| | | | | | | | | | | | | | 12 |

COMME RÉSULTAT DE CES ÉTAPES...

À la page 94 de la quatrième édition du livre *Alcooliques Anonymes* (affectueusement appelé le « Gros Livre » par les membres des AA), dans le chapitre intitulé *À l'œuvre*, on peut lire le passage suivant qui s'insère dans le texte explicatif de la Neuvième Étape. Plusieurs groupes font lecture de ce passage à leurs réunions sous le titre informel « Les douze promesses » :

« Si nous sommes sérieux et appliqués dans les efforts que demande cette phase de notre évolution, nous serons étonnés des résultats, même après n'avoir parcouru que la moitié du chemin. Nous connaîtrons une nouvelle liberté et un nouveau bonheur. Nous ne regretterons pas plus le passé que nous ne voudrions l'oublier. Nous comprendrons le sens du mot sérénité et nous connaîtrons la paix. Si profonde qu'ait été notre déchéance, nous verrons comment notre expérience peut profiter aux autres. Nous perdrons le sentiment d'être inutiles et cesserons de nous apitoyer sur notre sort. Mettant nos propres intérêts de côté, nous nous intéresserons davantage à nos semblables. Nous ne serons plus tournés exclusivement vers nous-mêmes. Désormais nous envisagerons la vie d'une façon différente. La crainte des gens et de l'insécurité financière disparaîtra. Notre intuition nous dictera notre conduite dans des situations, qui auparavant, nous déroutaient. Soudain, nous constaterons que Dieu fait pour nous ce que nous ne pouvions pas faire pour nous-mêmes.

Est-ce que ce sont là des promesses extravagantes? Nous ne le croyons pas. Ces promesses se réalisent parmi nous parfois rapidement, parfois lentement. Mais elles se matérialisent toujours si nous travaillons dans ce sens. »

Copyright © 2003 Alcoholics Anonymous World Services, Inc (AAWS). Reproduit avec la permission du Bureau des Services mondiaux des Alcooliques Anonymes.

Je suis responsable

Si quelqu'un quelque part, tend la main en quête d'aide, je veux que celle des AA soit toujours là...

et de cela, je suis responsable.

*Je suis responsable ...
Si quelqu'un, quelque part,
tend la main en quête d'aide,
je veux que celle des AA
soit toujours là ... et de cela,
JE SUIS RESPONSABLE.*

Vous cherchez les AA?

Consultez les pages centrales de ce numéro
ou l'annuaire téléphonique à la rubrique
ALCOOLIKES ANONYMES

N° 317



www.lavigneaa.org

NOTE: Retrouvez le sommaire de votre Vigne aux pages 2 et 3