

EXPÉRIENCE, FORCE ET ESPOIR

# Vous croyez-vous différent ?

Publication approuvée par la  
Conférence des Services généraux.

*LES ALCOOLIQUES ANONYMES*<sup>md</sup> sont une association de personnes qui partagent entre elles 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 membre 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 et ne contestent aucune cause.

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

*Copyright © par AA Grapevine, Inc.  
Traduit et reproduit avec permission.*

*Titre original:*  
**Do You Think You're Different?**

Les droits d'auteur© des témoignages aux pages  
10, 15, 18, 20, 21, 22 et 30 sont détenus  
par AA Grapevine, Inc. et sont reproduits  
avec autorisation

Copyright © 2018  
par Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

Tous droits réservés.  
Traduction examinée et révisée, 2018.

*Adresse postale:*  
Box 459, Grand Central Station  
New York, NY 10163, USA

[www.aa.org](http://www.aa.org)

**Vous croyez-vous différent ?**



Beaucoup d'entre nous pensions être différents	7
Je m'appelle Gloria et je suis une alcoolique (noire)	9
Je m'appelle Louis et je suis un alcoolique (79 ans)	11
Je m'appelle Patrick et je suis un alcoolique (homosexuel)	13
Je m'appelle Édouard et je suis un alcoolique (athée)	15
Je m'appelle Paul et je suis un alcoolique (Autochtone)	16
Je m'appelle Diane et je suis une alcoolique (15 ans)	19
Je m'appelle Michel et je suis un alcoolique (prêtre)	20
Je m'appelle Marie et je suis une alcoolique (lesbienne)	22
Je m'appelle Georges et je suis un alcoolique (Juif)	23
Mon nom est célèbre et je suis une alcoolique (vedette de cinéma)	25
Je m'appelle Philippe et je suis un alcoolique (clochard)	28
Je m'appelle Jacques et je suis un alcoolique (n'a pas tout perdu)	30
Je m'appelle Jeanne et je suis une alcoolique (agnostique)	31
Aujourd'hui, nous sommes tous différents ensemble	34



## **Beaucoup d'entre nous pensions être différents**

« AA ne peut rien pour moi, je suis rendu trop loin ». « C'est très beau pour ces gens-là, mais je suis président de l'association Parents-Maîtres ». Je suis trop vieux. Trop jeune. Pas assez religieux. Je suis homosexuel. Ou juif. Un professionnel. Un prêtre. Trop instruit. Ou pas assez.

À l'heure actuelle, un grand nombre de personnes pensent que le mouvement des AA ne peut probablement rien faire pour elles, pour une ou plusieurs de ces raisons. Peut-être êtes-vous de celles-là?

Nous, membres des AA, croyons que l'alcoolisme est une maladie qui ne respecte pas l'âge, le genre, les croyances, la race, la fortune, la profession ou l'éducation. Elle frappe au hasard. Notre expérience semble démontrer que n'importe qui peut être alcoolique. Sans l'ombre d'un doute, toute personne qui veut arrêter de boire est bienvenue chez les AA.

Notre cofondateur Bill W. a écrit en parlant des premiers temps des AA :

« Au début, il se passa quatre années entières avant que les AA apportent une sobriété permanente à une première femme alcoolique. Tout comme « ceux qui n'ont pas tout perdu », les femmes se disaient différentes. Le mouvement des AA ne pouvait pas être pour elles. Au fur et à mesure de la communication du message, surtout par les femmes elles-mêmes, tout a changé.

« Ce procédé d'identification et de partage alla en s'améliorant. », disait Bill. Les alcooliques des bas-fonds se disaient différents. Les jeunes, les artistes, et les banquiers aussi; les agnostiques, les vétérans et les détenus pensaient de même.

« Aujourd'hui, tous ceux-là, et une multitude d'autres, admettent simplement comment nous, alcooliques, sommes tous pareils quand nous admettons que rien ne va plus. »

Dans les récits qui suivent, vous pourrez retrouver des hommes et des femmes de la même race, du même âge et de la même orientation sexuelle que vous, ou de tout autre trait de similitude. Ils sont venus chez les AA et ont prouvé que les Alcooliques anonymes avait réussi aussi bien pour eux que pour des centaines de milliers d'autres parmi nous qui se croyaient « différents ». Nous avons trouvé de l'aide et nous avons rencontré des amis avec qui nous pouvions nous identifier et partager nos expériences.

***Je m'appelle Gloria  
et je suis une alcoolique (noire)***

Dernièrement, je devais rencontrer une amie membre des AA dans une grande réunion. Quand elle est entrée, elle a traversé la foule jusqu'à moi. J'étais debout en train de converser. La salle était pleine et j'étais surprise qu'elle m'ait vue si vite. Lui ayant fait part de mon étonnement, elle me dit qu'elle m'avait reconnue tout de suite; je n'y ai plus pensé.

Ce ne fut qu'au milieu de la réunion, environ une heure plus tard, que je compris: elle m'avait vue tout de suite parce que j'étais l'une des trois seules personnes de couleur dans cette grande foule. Moi, avec ma couleur noire et ma tête « afro », m'étonnant qu'elle m'ait vue si vite...

Cette histoire peut vous paraître banale, mais pour moi elle est absolument fantastique. Voyez-vous, la première fois que je suis venue aux AA il y a environ 14 ans, la plupart des personnes étaient de race blanche et je me suis toujours sentie différente. Ça allait pourvu que nous parlions de sobriété, mais quand elles commençaient à parler coiffure, je me sentais perdue. Je me souviens d'une réunion où la présidente avait raconté qu'elle était allée en Europe et avait vendu des actions durant une perte de mémoire; une autre racontait qu'elle avait eu une journée terrible parce qu'elle avait égaré ses billets d'admission au concert symphonique. Je me demandais alors si j'étais à la bonne place.

J'ai pris mon premier verre à 15 ans. Un monsieur m'avait offert deux dollars pour faire son déjeuner et j'avais accepté. Il m'a donné un rye. J'ai aimé l'effet. Pour la première fois de ma vie, je me suis sentie très bien. Jusqu'alors, j'avais toujours été mal à l'aise et troublée par mon entourage. J'ai vite réalisé que l'individu voulait plus que déjeuner, et j'ai refusé. Mais je venais de découvrir une sensation nouvelle qui devait durer des années.

J'étais très malheureuse à la maison. C'était tranquille. Personne ne buvait beaucoup et mes

parents étaient très religieux. J'avais une sœur qu'on disait plus jolie que moi, et je me souviens que je me rendais malade exprès pour attirer l'attention de ma mère. Mais maintenant, j'avais la boisson comme alliée et quand je buvais, je me sentais bien, jolie et aimée, du moins pour un temps.

J'ai continué ainsi, même si j'étais malade presque chaque fois que je buvais. Je décidais vite que j'avais besoin d'alcool pour fonctionner. Au bureau, j'étais certaine que la boisson m'aidait à dactylographier plus rapidement. Je m'échappais pour des cocktails à la pause-café et plus tard, pour un « dix onces ». C'était une cuite toutes les fins de semaine et le dimanche soir, j'étais ivre morte.

Un jour, j'en ai eu assez. J'ai appelé une collègue de bureau, une fille de race blanche. Elle m'avait déjà montré une publication des AA après m'avoir trouvée malade dans les toilettes. Sur le moment, je l'avais détestée, mais finalement le jour est arrivé où j'ai été prête à apprendre à vivre sans la boisson.

Elle m'a donné l'adresse de son groupe et m'a offert de me rencontrer là-bas si je voulais y aller. J'ai accepté, mais quand j'ai su que c'était dans un sous-sol d'église, j'ai presque reculé. Il y avait longtemps que je n'avais pas mis les pieds dans une église et à mon avis, tous ceux qui se réunissaient dans de tels endroits étaient sûrement des gens très louches. Mais j'étais vraiment malade. Après trois jours où je n'ai pu avaler que du bouillon clair, j'ai pu finalement absorber une soupe au poulet le jour de la réunion. J'y suis allée. Où d'autre pouvais-je me rendre ?

Comme je vous l'ai dit, j'ai adhéré aux AA tout de suite, mais pendant quelque temps, je me suis sentie différente. La plupart des membres de ce groupe étaient de race blanche ; cependant, je n'étais pas beaucoup plus à l'aise dans un autre groupe à majorité noire. Rien n'avait changé, sauf que je ne buvais pas. J'étais mal dans ma peau. Je n'avais jamais été bien et c'est peut-être la raison pour laquelle je me suis habituée si vite à l'alcool.

Finalement, j'ai trouvé une marraine et à partir de là, tout est allé pour le mieux. Je pense que nous, membres des AA, portons tous un parapluie avec lequel nous protégeons notre voisin quand la pluie tombe trop dru sur lui ; la couleur de sa peau n'a aucune importance.

Ma meilleure amie aujourd'hui est une

membre des AA de race blanche, venant d'une famille riche. Elle avait une gouvernante, sa mère étant toujours prise à des réunions mondaines. La mienne était toujours absente, soit au travail ou à l'église. Toutes les deux, nous avons éprouvé le même sentiment de n'avoir pas été aimées. Elle avait peut-être eu des centaines de jouets; moi, une seule poupée, mais nous éprouvions le même sentiment. Maintenant, elle pense exactement comme moi et moi comme elle. Elle dit tout haut ce que je pense tout bas, et vice versa. Nous nous sentons mieux ensemble qu'au milieu de nos propres familles.

Aujourd'hui, je vais aux réunions des AA. Je ne remarque pas si les membres sont en majorité blancs ou noirs; ce sont des AA. Pour moi, il est important de m'intégrer. Je me sentirais étrangère si je ne le faisais pas. Je suis certaine qu'AA va au-delà de toutes ces différences qui m'ont tant tracassée.

### ***Je m'appelle Louis et je suis un alcoolique (79 ans)***

Je crois que j'ai toujours été un alcoolique. Tout au moins, j'ai toujours bu de l'alcool. Quand j'étais bébé, ma mère mettait quelques gouttes de whisky dans mon biberon d'eau chaude. Il y a de cela très, très longtemps.

J'ai laissé l'école jeune pour aller travailler sur des tramways à chevaux comme conducteur et contrôleur. À cette époque, six billets coûtaient vingt-cinq cents, le même prix que dix onces de rye. Tous les jours, c'était le même problème. Devrais-je garder le premier vingt-cinq cents ou le second? Les bons jours, je laissais le premier à la compagnie et j'attendais d'avoir vendu douze billets avant d'arrêter la voiture devant une taverne. Les mauvais jours je prenais les premiers.

Quand j'entrais à la taverne, ma voiture n'était plus disponible. Le cheval attendait patiemment, les passagers n'avaient plus d'importance pour moi. La compagnie de transport ne l'a pas vu ainsi; après un certain temps, elle me fit surveiller. Je n'ai jamais été pris. J'ai laissé mon emploi avant.

Ensuite, j'ai vraiment descendu la pente. J'ai mendié et j'ai bu. Je pouvais me tourner les yeux de telle façon que je paraissais vraiment aveugle.

Les gens ont pitié d'un aveugle, surtout si jeune, alors je recueillais assez d'argent pour continuer à boire. Un jour, j'ai échappé une pièce de cinquante cents qu'une femme venait de me donner; je courus jusqu'à la bouche d'égout où elle était tombée. J'étais démasqué et elle a alerté la police. J'ai couru prendre le premier train pour un autre endroit. Dans la ville où j'ai abouti, j'ai vécu dans les taudis et j'ai bu. Je couchais dans des asiles de nuit, sous les porches ou en prison.

À vingt et un ans, j'ignore pourquoi, j'ai décidé de travailler. Je me suis engagé dans une compagnie de chemin de fer et j'y suis resté jusqu'à ma retraite, à l'âge de 73 ans. J'étais conducteur de convois de fret. Une fois enfermé dans mon fourgon, personne ne pouvait me voir ou savoir ce que j'y faisais. Je buvais tout ce qui me tombait sous la main: whisky, gin, alcool solide, alcool dénaturé, piquette, liquide à embaumer, et même du parfum. Les aphtes ont maintenant disparu, mais j'en garde encore les cicatrices.

Je ne sais pas combien de fois j'ai été arrêté durant ma vie — 30 ou 40 fois peut-être. La première fois fut pour mendicité. Après ma retraite, j'ai été arrêté 17 fois pour ivresse. Je recevais une pension des chemins de fer et n'avais rien d'autre à faire que de boire. Ma femme était morte. Ma fille mariée ne voulait même pas m'adresser la parole. Je vivais seul, sans amis, à l'exception de quelques ivrognes comme moi.

À 79 ans, je fus encore arrêté. Cette fois-ci, ce fut différent. Un agent de probation m'a demandé si je voulais arrêter de boire. J'ai dit oui et il m'a parlé des Alcooliques anonymes et du programme de réhabilitation de la cour municipale. Il m'a demandé si je voulais l'essayer: je pensais n'avoir rien à perdre et je suis allé aux réunions à la cour municipale.

Je suis arrivé une fois avec une bouteille de vin cachée sous ma chemise. Un homme aux cheveux gris, nommé Jim, m'a dit qu'il était alcoolique et qu'il avait bu longtemps, mais qu'avec les AA il était devenu abstinent et avait commencé à vivre. Il m'a demandé si j'avais quelques questions à poser. Je lui ai demandé si cette association s'attendait à ce qu'un homme de 79 ans, ayant bu toute sa vie, puisse arrêter de boire aussi facilement. Jim m'a répondu que si lui l'avait fait, je le pourrais aussi. J'ai pensé qu'il avait peut-être raison, alors j'ai pris

la bouteille de vin sous ma chemise et l'ai donnée à mon voisin. Depuis ce temps, je n'ai pas pris un seul verre d'alcool.

Dès mon entrée dans les AA, de bonnes choses me sont arrivées. Des gens merveilleux sont devenus mes amis. Ils sont mes vrais frères et sœurs. Récemment, dans une réunion des AA, j'ai eu une attaque cardiaque. J'ai été transporté à l'hôpital, mes amis sont restés à mon chevet et leur amitié m'a tiré de la mort, même si le diagnostic des médecins ne laissait pas d'espoir. Je dois la vie à mes amis. Ma fille m'aime maintenant et c'est une joie de connaître mes petits-enfants et arrière-petits-enfants.

Les années s'écoulent, une journée à la fois. Je pense qu'il me reste peu de temps à vivre, mais je ne m'en fais pas. La seule chose qui m'importe est de mourir abstinente. En attendant, j'essaie d'aider les plus jeunes à trouver la sobriété et le bonheur comme je l'ai fait. Je leur dis : « Si je peux le faire, vous le pouvez aussi. »

### ***Je m'appelle Patrick et je suis un alcoolique (homosexuel)***

Il y a dix-sept ans, je regardais la télévision dans un hôtel des plus minables de notre ville lorsque mon voisin, un étranger portant la barbe, me demanda à brûle-pourpoint si j'avais un problème d'alcool. « Qu'est-ce qui vous fait penser cela ? » fut ma réponse, sachant que j'étais sobre à ce moment-là, même si je tremblais un peu et manquais de coordination.

Sans répondre, il fouilla dans une poche de son veston usé pour en sortir un livret tout taché de marques de doigts et me parla d'une réunion à laquelle je pouvais assister le soir même. Il y aurait là des gens aimables qui me comprendraient. Il mentionna qu'il y aurait du café et des gâteaux gratuits. Cela m'a décidé.

Pour cette conversation, aujourd'hui, je remercie Dieu, que j'ai choisi d'appeler mon Être Suprême. Si engourdi et insensible que j'étais, j'ai réussi à me ressaisir et à me rendre à l'adresse indiquée. C'était évidemment une réunion des AA. J'ai ressenti là mon premier vrai contact humain depuis nombre d'années, avec l'homme qui deviendrait un jour mon parrain.

Quelques semaines plus tard, je suis retourné boire. J'ai souffert pendant sept autres années. Mais je suis revenu (encore une intervention de l'Être Suprême) et récemment, j'ai célébré mon dixième anniversaire de sobriété dans notre groupe gaie des AA, dans ma ville natale.

Mon alcoolisme remonte à aussi loin que mon homosexualité. Un de mes premiers souvenirs d'enfance est d'avoir subtilisé des gorgées à même la cannette de bière de mon père adoptif, et de l'avoir remplie d'eau pour qu'il ne s'en aperçoive pas. Puis dans mon adolescence, j'ai commencé à fréquenter les bars gaies. J'ai tout de suite aimé l'effet de chaleur que m'apportait la boisson, même si j'en ai toujours détesté le goût.

L'effet néfaste de l'alcool s'est presque tout de suite fait sentir. Je m'en servais tantôt comme d'une béquille, tantôt pour me donner de l'audace. J'ai bu pour avoir le courage de faire des choses dangereuses. Je ne savais pas ce que je faisais à ce moment-là, mais je sais maintenant que dès le début, je buvais d'une façon anormale. Je me souviens entre autres du dégoût d'un ami sur ma façon de boire alors que j'étais à peine un adulte. Je me voyais comme quelqu'un de sophistiqué à la recherche de partenaires sexuels, comme tous les autres qui fréquentaient ces bars. Je sais aujourd'hui que l'alcool avait pris le dessus et était devenu mon seul but.

Avant de connaître les AA, ma vie se résumait à l'alcool et au sexe. Pour me satisfaire, j'abusais machinalement des gens. N'importe qui. Je ne respectais personne, encore moins moi-même. Mon parrain a été le premier être humain « réel ». Et il m'a vraiment aidé à me retrouver. Il a coupé court à mes inquiétudes quant à mon homosexualité ou autres. Le soir de mon arrivée chez les AA, il m'a simplement donné la main, d'un être humain à un autre, et dans cette main, il y avait la vie.

Aujourd'hui, je crois que nous, dans les AA, vivons une vraie relation de famille. Je pense que tous les membres des AA, homosexuels ou pas, sont mes frères et sœurs. L'abstinence nous donne la chance de nouer de nouvelles amitiés sincères pour remplacer celles que nous avons détruites auparavant. Nous apprenons à vraiment connaître les membres, à les aimer, à nous soucier d'eux, à partager leurs souffrances et même à contester leurs idées de temps à autre, toujours dans un

esprit d'amour. C'est un vrai partage, un partage honnête, que je n'avais certainement jamais connu à la maison.

Je suis très heureux de me sentir si près des hétérosexuels, ce qui me semblait impossible auparavant. En fait, depuis des années, je suis abstinent et je garde mes emplois tout en allant à des réunions où la majorité des membres sont hétéros. Je connais des membres des AA parmi les « blousons de cuir », les travestis ou toute autre orientation sexuelle. Mais chez les AA, la seule chose importante est que nous sommes tous des êtres humains, des alcooliques, et que nous sommes dans les AA tous ensemble.

Personnellement, je n'ai jamais caché le fait que je suis gaie, ni dans les AA ni ailleurs. Pour moi, c'était la bonne décision; mais je sais que si je l'avais caché, cela n'aurait pas eu d'importance. Notre vie privée et la manière dont nous en parlons ne relèvent pas des AA. Notre Troisième Tradition dit: « Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour être membre des AA. » Elle a été ma bouée de sauvetage dès le premier jour. Croyez-moi, s'il y avait eu d'autres conditions, j'aurais échoué.

### ***Je m'appelle Édouard et je suis un alcoolique (athée)***

Je m'adresse aux alcooliques qui ont éprouvé des difficultés à admettre les dimensions spirituelles du programme des AA. À ceux qui n'acceptent pas l'idée d'un être surnaturel, je peux vous affirmer que ce sont toujours les humains qui m'ont soutenu quand j'ai eu besoin d'aide.

J'admets que j'ai besoin d'une force plus grande que la mienne pour dissiper le besoin de boire. Je reçois cette force de la puissance du bien générée dans les AA. Pour moi, le mot « Dieu » dans les Douze Étapes et ailleurs n'est autre que la force qui me vient d'autres personnes.

Après un an et demi d'abstinence continue (j'avais essayé péniblement pendant trois ans de m'accrocher au programme des AA), j'ai été victime d'un malheur. Je ne considère pas cette épreuve comme une punition de mes fautes passées, et je n'ai pas non plus la prétention de penser qu'une divinité m'ait choisi comme martyr. C'est sûrement une ironie du sort que je sois devenu

infirmes après une période de vraie sobriété et non pas pendant une cuite. Mais ce n'est rien de plus — une simple ironie du sort.

Je crois beaucoup à la morale humaine. J'ai la conviction que le mal peut être combattu par le bien. Les AA font ressortir le bien et c'est une force extraordinaire. À mon avis, la somme de ces bonnes actions constitue la « Puissance Supérieure ».

Voici ce que dit un ministre de l'Église unitarienne: « Dans un monde qui a perdu, ou qui perd très rapidement, toute conviction de la divine providence à l'œuvre ou d'un Dieu qui contrôle les actes de l'humanité, il n'est pas nécessaire, pour celui qui aime l'univers, de croire que la seule alternative est un monde hostile ou satanique. Il y a cette école de pensée plus vraisemblable d'un univers neutre où l'homme vit et travaille fort pour son salut, sans l'espérance du ciel ou la peur de l'enfer. L'homme peut trouver une valeur à la vie, non pas par ordre divin, mais parce que les réalisations des hommes et des femmes de bonne volonté, travaillant ensemble dans l'amour et le respect mutuel, y trouvent leur propre valeur et récompense. »

Pendant plus de deux ans, j'ai été pour ainsi dire un isolé, ne pouvant assister à des réunions qu'une ou deux fois par année. Heureusement, ma femme comprend le problème de l'alcoolisme (elle faisait autrefois partie d'un groupe familial) et je pouvais en discuter presque tous les jours avec elle. Depuis, nous avons formé un groupe des AA dans notre région et nous réunissons chez moi toutes les semaines.

Je n'ai pas pu accepter le mouvement des AA ou l'aide réelle qu'il pouvait m'apporter jusqu'à ce que j'interprète son programme avec rationalisme. Je suis encore un athée, mais un athée reconnaissant.

Je ne veux pas changer les AA. Pour moi, ça fonctionne. Je veux seulement qu'il réussisse à exercer de l'attrait pour les rationalistes. Leur appartenance aux AA pourra grandement aider le mouvement.

### ***Je m'appelle Paul et je suis un alcoolique (Autochtone)***

J'ai été élevé dans une petite réserve autochtone dans un des États de l'Ouest américain, et ma vie a été influencée par les bons et les mauvais côtés

des deux cultures. Ma première cuite remonte à l'été de mes 12 ans, lors d'une visite à la ville avec quelques amis. Nous avons acheté une bouteille et trouvé un endroit pour la boire. Je me suis soulé, j'ai perdu la mémoire, j'ai été malade et nous sommes retournés en acheter une autre. La mentalité d'alors était « quand tu bois, tu dois te souler. »

Plus tard, on m'a envoyé dans un pensionnat du gouvernement où la boisson était difficile à obtenir. J'ai appris à la remplacer par de la colle, de l'essence à briquet, de l'essence, de la peinture, du vaporisant à cheveux, de la lotion après-rasage, du rince-bouche ou du tonique pour cheveux. J'ai été renvoyé de l'école et je suis retourné chez mes grands-parents, dans la réserve.

Mon grand-père, quoique sans instruction, était un homme très sage ; il m'a prévenu des difficultés que je rencontrerais dans la vie sans éducation. J'ai alors écrit à l'école, leur demandant de m'accorder une autre chance. Je promettais de changer. J'ai appris par des camarades, de retour chez eux pour les vacances de Noël, que le principal de l'école, à la réception de ma lettre, avait convoqué une réunion des élèves pour leur en faire la lecture. Les seules personnes qui avaient ri dans l'auditoire étaient mes propres amis. Alors que j'essayais pour la première fois de ma vie de faire quelque chose de bien, mes amis s'étaient moqués de moi. J'en fus profondément blessé et j'ai décidé que dorénavant, je n'aurais besoin ni de la confiance ni de l'aide de personne.

À 16 ans, je quittai la réserve et m'enrôlai dans la marine. À mon premier congé, je fus emprisonné une première fois à cause de la boisson. Mon alcoolisme augmentait ; j'avais plus d'argent et il me semblait que tout le monde buvait. Au début, mes compagnons de boisson étaient les nouvelles recrues ; ensuite, les hommes de ma section. Finalement, je me retrouvai seul comme ça devait arriver.

Car j'étais différent. Quand je buvais, je n'avais pas de plaisir et je ne ressentais pas les bienfaits d'une soirée de détente entre amis. Quand je buvais, il y avait toujours des ennuis. J'attribuais mes problèmes au fait d'être autochtone. Mes camarades de bord me répétaient ce que j'avais dit ou fait sous l'influence de la boisson. Je ne les ai jamais crus tout à fait. Ils riaient de l'Indien et son eau de feu ; on me surnomma « Wahoo ». J'ai déve-

loppé des sentiments de culpabilité et la perte du respect de moi-même. J'avais peur des gens, peur d'être seul et de tout ce qui m'entourait.

À 18 ans, je me suis retrouvé à San Francisco, avec cinquante cents en poche et un billet de train pour Los Angeles; presque pas d'instruction et un renvoi moins qu'honorable de la marine. J'étais sûr que cette pénible situation était due au fait que j'étais un autochtone forcé à vivre entouré de blancs. J'ai vagabondé pendant un bout de temps, ne buvant presque pas. Un soir, dans un refuge pour mendiants de Chicago, un voisin de dortoir est mort en pleine crise de delirium tremens. Je me souviens d'avoir pensé que cet homme n'aurait pas dû boire autant. (« Par la grâce de Dieu ».) Je me suis établi dans la ville où je vis maintenant, et j'ai été arrêté 40 fois pour ivresse.

Je m'y suis marié. Ma femme a été l'une des meilleures influences de ma vie. Après avoir lu un article sur les AA dans le journal local, nous avons téléphoné et sommes allés à une première réunion. J'ai été très impressionné par les gens, et j'ai cité des passages du Gros Livre pendant sept mois. Mais dans mon for intérieur, je n'étais pas prêt.

Un jour, c'est arrivé — la pire cuite que j'ai jamais eue, et la plus belle, parce que ce fut ma dernière. La peur et les remords n'avaient jamais été aussi cuisants; j'avais laissé tomber les AA, mon groupe, ma femme, et détruit la nouvelle image de moi que j'avais essayé de construire. Mais une pensée claire et précise me vint à l'esprit: « La seule personne que tu as laissé tomber, c'est toi. » Alors je suis revenu à vous et j'ai recommencé à neuf.

Le chef Joseph Nez Percé a regardé son peuple et vu qu'il avait froid, qu'il était destitué, sans patrie, seul et défait. Et il dit : « Nous ne pouvons plus vivre la vie que nous avons connue jadis. Il nous faut commencer une nouvelle vie. Prenez le meilleur de ce que l'homme blanc peut offrir, le meilleur de ce que l'homme autochtone peut donner, et vivez cette nouvelle vie. »

Je frappai de nouveau à la porte des Alcooliques anonymes, rempli de peur, de culpabilité, et de remords, confus et battu. La porte s'est ouverte et j'ai été bien accueilli. À mesure que mon esprit s'éclaircit et que l'enseignement de mes ancêtres me revient à la mémoire, je constate que j'ai retrouvé le meilleur de ce que l'homme rouge a à donner. Aujourd'hui, je bénéficie du programme des

Alcooliques anonymes et du soutien de ma merveilleuse épouse. Je sais que j'ai trouvé ce que l'homme blanc a de meilleur à offrir !

***Je m'appelle Diane  
et je suis une alcoolique (15 ans)***

La première fois que je suis venue aux AA, je ne pouvais pas être alcoolique. À 15 ans ! C'est impossible, voyons !

J'ai pris mon premier verre à 6 ans. Étant la seule fille, et la cadette de surcroît, d'une famille de trois, j'obtenais tout ce que je voulais. Je crois aujourd'hui que j'étais alcoolique dès ce premier verre parce qu'à partir de là, ma vie s'est déroulée comme celle d'une alcoolique. Je vivais dans la crainte du jour, dans la haine, dans le ressentiment et dans un monde irréel. Je rêvais que j'avais six placards pleins de vêtements et que toutes les filles me jalousaient. En réalité, j'étais grosse, autoritaire et envieuse. Je détestais ma mère parce qu'elle me battait et me défendait de sortir sans chemise, comme les garçons.

Nous avons déménagé de cette ville juste avant ma quatrième année scolaire. Je me suis retrouvée seule, sans amis et incapable de m'en faire. J'ai alors rencontré des jeunes qui fumaient, buvaient et se droguaient. Mes parents me suppliaient, me battaient, me réprimandaient, mais au diable ! Ils m'avaient eue, mais jamais désirée. Ils étaient responsables de mes années de malheur. C'était le temps de les faire payer, avais-je décidé.

J'ai commencé à me droguer et à boire. L'apitoiement sur mon sort était terrible. La boisson et les drogues m'ont aidée à me libérer de tout ça. Incroyable ! C'était vraiment étrange. Le sexe aussi est devenu très important parce que je voulais de l'amour, beaucoup d'amour.

J'ai pensé que ma vie familiale était le problème. J'ai alors commencé à voir des conseillers, des prêtres, des psychiatres, toutes sortes de gens, mais ça n'a pas réussi. Alors j'ai eu de nouveau recours à la boisson.

J'avais toujours voulu appartenir à quelque chose. Tout ce que la bande me disait de faire, je le faisais. Mais je n'aimais pas ça et j'ai essayé de me retirer. C'est alors que j'ai connu le bas-fond de plein fouet.

J'ai eu un premier contact avec les AA par une amie droguée. Elle voulait seulement passer le temps, alors elle n'est pas restée. Pour ma part, j'avais apprécié l'amour que j'y ai reçu. J'en avais tellement besoin. J'y suis restée, même si je continuais à boire, voulant faire partie du groupe et non vivre à part.

Après 11 mois, j'ai commencé à travailler le programme. Les choses ont commencé à changer et c'était vraiment beau. Les relations avec mes parents et les autres sont devenues formidables. L'amour que je reçois, je le transmets aux alcooliques qui souffrent encore. Dieu — mon Dieu — est très patient. Je L'en remercie. Je perds du poids et me sens très bien. (Je pesais 200 livres.)

Certains membres plus âgés me jettent encore des regards inquisiteurs, mais moi, je sais que je suis une alcoolique et c'est tout ce qui compte. Je me sens rejetée parfois parce que les jeunes de mon groupe sont mariés et se rencontrent souvent sans moi. Si Dieu le veut, dans à peu près quatre ans, je serai mariée moi aussi et j'espère me souvenir d'inviter la jeune célibataire seule à se joindre à nous.

Mon père boit encore, mais je dois « lâcher prise et laisser Dieu agir ». Peut-être qu'un jour, Dieu lui tendra la main. Je suis une alcoolique, et dans deux mois, j'aurai seize ans.

### ***Je m'appelle Michel et je suis un alcoolique (prêtre)***

Je suis un prêtre de l'Église catholique, pasteur des âmes avec le titre de monseigneur. Je suis aussi alcoolique. Il y a quelques mois, je célébrais un anniversaire d'ordination. Un mois auparavant, j'en avais célébré un beaucoup plus important: mon quatrième comme membre des AA.

Pourquoi dire que mon anniversaire dans AA est plus important que celui de mon ordination? La réponse est que par le biais des AA, ma Puissance Supérieure, Dieu, m'a non seulement sauvé la vie et redonné la raison, il m'a aussi donné un nouveau mode de vie et immensément enrichi ma prêtrise. De ce fait, grâce à Dieu et aux AA, je m'efforce aujourd'hui, avec honnêteté et sincérité et malgré de nombreuses imperfections, de remplir ma vocation de prêtre selon les intentions de Dieu. La

sobriété doit être la chose la plus importante dans ma vie. Sans elle, je retournerais immédiatement à la vie que je menais durant les dernières années de mon alcoolisme — la vie de celui qui allait dans une seule direction, la descente.

Je crois m'être adonné au travail par amour de celui-ci, avec une activité excessive en tout — n'importe quoi pour m'empêcher de regarder au-dehors de moi-même. L'alcool est devenu une récompense à mes efforts intenses. Avec l'excuse facile, « je travaille fort, je mérite de me distraire », j'ai essayé de justifier les périodes de boisson plus fréquentes et plus prolongées qui m'avaient conduit à l'absentéisme, au mensonge, à la déception et à la négligence de mes devoirs.

Poussé par des accès répétés de remords, de culpabilité et de dépression, j'ai demandé l'aide de médecins et de confrères-prêtres, mais en vain. J'ai essayé les retraites fermées, la prière, l'abnégation, l'abstinence d'alcool pour un certain temps, maisons de repos, cures géographiques. Rien ne fonctionnait.

J'étais profondément découragé et désespéré. Ainsi donc, mes grands idéaux, mon enthousiasme débordant et mon énergie indomptable étaient presque totalement annihilés par le besoin de boire. Le prêtre, l'homme de Dieu, s'abaissait devant un maître différent, l'alcool.

Finalement, du fond de mon gouffre, plongé dans le noir, sans ressource et sans espoir, j'ai crié au secours. J'étais enfin prêt à aller jusqu'au bout pour ne plus boire. Dieu m'a entendu et a répondu.

Après un séjour à l'hôpital, je suis allé à une première réunion des AA. Ensuite, je me suis intégré à un groupe de prêtres alcooliques et j'ai assisté régulièrement aux réunions. J'ai aussi fréquenté les groupes laïques, ouverts et fermés. J'écoutais avec un esprit ouvert. J'ai pris des responsabilités dans les groupes. De plus, j'ai passé six mois en traitement psychiatrique.

Jour après jour, un jour à la fois, je me suis éloigné de ce premier verre. AA est devenu mon mode de vie. Je réalise, et c'est paradoxal, que je garde ma sobriété en la donnant. Je suis responsable, où que je sois et chaque fois que quelqu'un tend la main en quête d'aide. Ce que j'ai reçu gratuitement, de la même façon, je dois le donner.

Je suis certain d'une chose : Dieu veut qu'aujourd'hui, je sois abstinent durant ce 24 heures. Il

prendra soin du reste. Si je demeure ainsi fidèle au mode de vie des AA, une journée à la fois pour le reste de ma vie, je prie — et j'ai confiance, avec toute la prudence nécessaire — que Dieu, dans sa grande miséricorde, fera de moi le prêtre qu'Il a toujours voulu que je sois.

### ***Je m'appelle Marie et je suis une alcoolique (lesbienne)***

Je suis une alcoolique. J'ai 27 ans Je suis homosexuelle. Je suis abstinente depuis 17 mois grâce au merveilleux Mouvement des AA. Pour la première fois depuis des années, je me surprends à sourire, à rire et à véritablement aimer les autres.

Après dix années d'alcoolisme, cette vie d'horreur, de solitude et de désespoir m'a conduite à la porte de ma première réunion des AA. Dans les tout premiers mois de ma sobriété, j'ai essayé de suivre les suggestions, j'ai assisté à plusieurs réunions, je me suis jointe à un groupe et j'ai choisi une marraine dont l'abstinence me plaisait. Mais durant tout ce temps, j'ai vécu dans la peur — peur que mon homosexualité soit connue, peur d'être rejetée par les membres des AA et peur d'être à nouveau seule pour faire face à mon alcoolisme. Cette peur m'a menée si près de mon premier verre que j'ai cru ne pas pouvoir maintenir la sobriété dont j'avais tant besoin et que je désirais tant. Je suis devenue méfiante envers mes compagnons AA. La peur m'apparaissait un plus grand problème que l'alcoolisme.

Finalement, j'ai entendu un conférencier dire : « êtes-vous prêt à faire n'importe quoi pour demeurer abstinents ? » Étais-je prête ? Qui comprendrait ma situation ? En qui aurais-je confiance ?

En désespoir de cause, je suis allée voir ma marraine. J'ai pleuré, sué et tremblé. Mais les mots que je détestais prononcer sont finalement sortis de ma bouche, lentement et péniblement. J'attendais une parole ou un regard de rejet.

Ma marraine m'a répondu en souriant qu'elle était une alcoolique comme moi et c'était pour cette unique raison qu'elle pouvait et devait m'aider.

Tous les soirs, je remercie mon Être Suprême pour ce mode de vie qui m'a sauvé la vie, pour ce programme qui met les « principes avant les personnalités ». « Le désir d'arrêter de boire est

la seule condition pour être membre des AA », dit notre troisième Tradition, et tous ceux qui le veulent peuvent obtenir de l'aide. Il y a une place pour moi. Je pensais être unique, différente et ne pouvoir trouver d'aide nulle part. Mais grâce aux AA, j'ai trouvé une vie comblée et heureuse.

### ***Je m'appelle Georges et je suis un alcoolique (Juif)***

Il y a quelque temps, on voyait partout une affiche frappante dans le métro de New York. Regardant fixement le spectateur, un « policier typiquement irlandais » s'apprêtait à déguster un sandwich appétissant fait de pain de seigle Levy's, et la légende se lisait : « Pas besoin d'être juif pour aimer les Levy's. »

Les stations de métro défilaient l'une après l'autre et mon cerveau rouillé s'activait. Cette vision d'un policier irlandais (désormais, dans ma tête, il était catholique, s'appelait O'Toole, avait l'accent irlandais très prononcé, 14 enfants et une grand-mère à Kilkenny) prit soudain une toute nouvelle signification.

Un soir, pendant que je parlais à mon meilleur ami AA (son nom est tellement irlandais qu'il me faut omettre ses initiales pour préserver son anonymat) après une réunion où trois membres, une femme et deux hommes, avaient parlé à la manière des acteurs d'une pièce de Lady Gregory produite par Abbey Theater, j'ai eu une idée géniale.

J'ai dit à mon ami : « Je vais demander à l'agence publicitaire responsable de l'affiche du policier irlandais de faire, à mes propres frais, une affiche géante que je distribuerai dans tous les groupes des AA de ma région. » Cette photo en couleur me représentera ivre, buvant une bouteille de scotch. Sous l'image de mes traits levantins (« tête d'Abraham », comme avait dit une fois un ami) on pourra lire : « Pas besoin d'être Irlandais pour être alcoolique. »

À mon avis, le mythe « il n'y a que très peu de Juifs alcooliques » est complètement faux. Dans la ville où je vis, il y a plus de Juifs que dans tout l'État d'Israël et l'assistance juive aux réunions des AA est en proportion. Bon nombre de groupes dans cette partie du pays comptent plus de 50% de membres juifs. Ils vont aussi dans beaucoup

d'autres groupes et se retrouvent même dans des quartiers peu habités par les Juifs.

Un autre mythe dit que la boisson et l'abus d'alcool social n'est pas tradition chez les Hébreux et qu'ainsi, les Juifs n'ont pas « ce qu'il faut » pour transformer le buveur social en alcoolique. C'est faux ! Le yiddish a un mot parfait pour décrire un ivrogne : *shicker*. Dans cette ville, si vous dites de quelqu'un qu'il est un « *shicker* », tous les juifs sauront de quoi vous voulez parler.

Aujourd'hui, je pense sérieusement que nous, Juifs alcooliques, avons tendance à être trop susceptibles quant à notre identité juive. Nous cachons ce malaise devant un paravent d'indifférence. Cette attitude peut contribuer à tenir plus d'un Juif alcoolique en souffrance éloigné de notre Mouvement.

Je pense à l'instant même à une jeune femme que l'alcool est en train de détruire progressivement. Depuis deux ans, ma femme (également membre) et moi-même essayons de l'amener chez les AA. Tous ses préjugés contre les AA se résument à une seule phrase : « Les femmes juives bien élevées ne sont pas alcooliques. »

Il se peut, Ruth, que plusieurs jeunes Juives bien élevées ne soient pas alcooliques, pas plus que les « jeunes Juifs bien élevés », pas plus que les bonnes luthériennes, les bonnes méthodistes, les bonnes Italiennes, les bonnes Russes ou simplement « les filles bien élevées » ou « les garçons bien élevés ».

Il n'y a rien d'un « bien élevé » chez l'alcoolique en prise avec cette maladie. Chez les AA, peu importe à quel point vous vous pensez « bons », ou que vous soyez Juif, chrétien, musulman ou agnostique. Il est vrai que nous terminons généralement nos réunions par le Notre-Père, mais même nos membres athées ne s'opposent pas souvent à cette formalité. Le conférencier dit souvent : « Que ceux qui le désirent se joignent à moi pour réciter le Notre-Père ».

En état d'ébriété, je n'étais ni Juif ni Américain ; je n'étais pas un homme. J'étais juste un ivrogne, incapable d'aimer et d'être aimé, ne respectant rien ni personne, encore moins moi-même.

Non, Ruth, « tu n'as pas besoin d'être juive ». Mais ça peut aider. Je pense que cela m'a aidé à accepter cette vérité : j'appartiens à plus d'une minorité, et aujourd'hui je fais partie de la

minorité des gens abstinentes. Merci au Dieu de mes pères et merci aux personnes de toutes sortes qui sont membres des Alcooliques anonymes.

***Mon nom est célèbre et je suis une alcoolique (vedette de cinéma)***

À mes débuts, j'ai fait n'importe quoi comme travail, uniquement pour pouvoir manger et payer le loyer en apprenant le métier d'actrice. Je n'étais pas encore très préoccupée par l'alcool. Puis il y a eu ce film, et tout a changé. C'était grisant d'entendre tous ces gens célèbres dont j'avais entendu parler m'appeler soudainement par mon prénom et m'inviter à leurs réceptions, à déjeuner, ou à les rejoindre au « 21 », à Cannes ou à Venise. La première phrase était presque toujours « Qu'est-ce que tu bois? »

Parfois, je buvais trop, mais beaucoup d'autres faisaient de même. Habituellement, je ne buvais pas pendant le tournage, sauf à l'occasion d'événements professionnels ou de courtes vacances entre deux films. Mais graduellement, je remarquai qu'au retour à la maison après les longues journées au studio, quelques schnaps et une pilule m'aidaient à dormir. Un de ces affreux matins, j'ai crié à mon maquilleur d'aller plus vite. Il m'a fixé longuement avec un regard sévère, puis il m'a répondu: « Peut-être que je vieillis, ma chère; c'est impossible que ce soit les cernes sous tes yeux qui grossissent, n'est-ce pas? »

Ça m'a donné un coup, mais en y repensant, j'ai décidé que j'avais besoin de vacances. Par la suite, après chaque crise, il y avait toujours une solution facile — une nouvelle diète, une autre sorte de pilules, un nouvel amant, plus de travail, ou un court séjour dans un centre de remise en forme.

Un potin dans un journal m'a encore plus secouée. Il commençait comme suit: « Quelle actrice d'Hollywood donne du fil à retordre à son directeur et à son producteur à cause de ses retards, de ses crises de nerfs et de ses trous de mémoire? » On ne nommait personne, mais d'après la suite, on savait qu'il s'agissait de moi. Folle de rage, j'ai pris une bonne cuite et je me suis retrouvée à l'hôpital pour la première fois — tout cela par la faute du journaliste, comme de raison. J'ai été admise sous un faux nom. Dix minutes plus tard, je criais à l'infirmière, « Savez-vous qui je

suis? » Et je lui ai dit mon nom.

À l'hôpital, encore fortement sous l'effet des médicaments, j'ai reçu la visite de deux femmes membres des AA. Je crois que ma renommée les a impressionnées tout autant que moi. Je les ai écoutées poliment, mais une fois suffit. Je n'ai plus voulu la visite de telles bonnes âmes.

Mon impresario et mes amis étaient d'accord. Mon cas était différent, disaient-ils. Durant des années, ils m'ont protégée contre les conséquences de ma conduite. Aujourd'hui, je crois qu'ils ont ainsi prolongé ma maladie, mais je ne les blâme pas. Ils ont fait ce qu'ils pensaient être le mieux pour moi et c'était ce que je souhaitais.

J'ai ensuite été engagée pour jouer le premier rôle dans une pièce de théâtre. Je me suis abstenue d'alcool, mais non de pilules. Il y a eu trois avant-premières pour la presse. En lisant les différentes critiques, on pouvait deviner qu'un soir j'avais pris des stimulants, un autre, des tranquillisants et le troisième, ma propre recette d'hallucinogènes. Après ce rôle, les offres de contrats ont cessé. Je n'intéressais plus les agents, ni au théâtre ni au cinéma.

Sur les instances d'un ami, je suis allée voir un psychiatre (une femme merveilleuse, réputée dans le domaine de l'alcoolisme, je le sais maintenant). Malgré mes airs présomptueux, j'avais réellement peur et je voulais de l'aide. Longtemps auparavant, j'avais suivi la psychanalyse hollywoodienne parce que c'était la mode; beaucoup d'entre nous pensaient que cela pouvait nous aider en tant qu'acteurs. La psychiatre new-yorkaise a pris une approche différente. Alors que je commençais à aimer cette femme et à avoir confiance en elle, elle a lâché une bombe: mon traitement consistait à prendre de l'Antabuse, à me joindre aux AA et à suivre une thérapie de groupe. L'Antabuse, ça pouvait aller, mais AA et une thérapie de groupe? Qu'est-ce que les gens diraient?

Pourtant, j'étais terrifiée. Ma vie était finie. Affublée d'une perruque et de verres fumés, je suis donc allée m'asseoir, malheureuse, dans des salles de réunions des AA et je m'esquivais avant la fin. Lors d'une séance de thérapie de groupe, j'ai expliqué « que mon travail m'obligeait à manger et à boire du vin dans de grands restaurants et qu'en plus, il m'arrivait souvent de parler affaires avec des gens importants que je recevais à dîner dans

mon château français, réputé pour sa cave à vins. Mon cas était donc spécial, leur ai-je dit, et dans ces circonstances, cette façon de boire civilisée était réellement une obligation d'affaires ».

Un des patients m'a longuement regardée, puis il m'a dit: « Votre raisonnement est stupide ». Il y eut un long silence. Je souriais, mais avec difficulté. « Au moins, poursuivit-il, ces pauvres gens des AA ne sont pas stupides. Ils ont l'intelligence de reconnaître qu'ils ont un problème d'alcool et qu'ils doivent faire quelque chose pour y remédier. À vous entendre, juste là, on vous croirait dépourvue de tout bon sens, comme s'il ne vous restait plus aucun courage. »

Il s'est tu un moment, puis il a ajouté avec douceur: « Mais je crois que vous êtes capable. Ne voulez-vous pas vous sentir mieux? Voulez-vous être heureuse? »

Ces paroles éveillèrent un peu de bon sens en moi. Il avait raison. Qu'importe ce que je pensais des membres des AA. De toute évidence, ils savaient comment rester abstinents alors que je l'ignorais. Je me rappelai ce fameux conseil aux acteurs: « Joue comme si! » Et j'ai commencé dès lors à jouer comme si je voulais apprendre de chacun des alcooliques au sein des AA. Ce serait un nouveau rôle pour moi que de faire partie de l'auditoire plutôt que d'être la vedette.

Maintenant, je n'ai plus à faire « comme si ». Je n'ai pas besoin de jouer de rôle dans les AA; je sais que je ne suis rien d'autre qu'une autre femme en voie de rétablissement. Oui, il y a eu des moments pénibles. Ça prend un peu de temps à certains autres membres pour me considérer une alcoolique comme eux. Au début, certains d'entre eux sont éblouis par l'image de vedette qu'ils collent à mon nom (étiquette dont je n'ai plus besoin maintenant); certains demandent mon autographe. Pour mon propre bien-être, j'ai appris à ne pas me gonfler d'orgueil (j'en ai déjà bien assez) ni à me laisser déranger par ces marques d'attention. J'essaie d'être polie et de tourner la conversation vers les AA. Ça fonctionne merveilleusement dans le monde entier, et même avec les nouveaux lorsque je fais du bénévolat dans un bureau central. Quelquefois, on me demande « N'êtes-vous pas...? »

Je dis: « Oui, c'est moi et je suis aussi une alcoolique en voie de rétablissement. »

Ma carrière est redevenue florissante, avec des tournants inattendus, et même un ou deux nouveaux triomphes. Je suis à l'aise comme jamais dans les réceptions d'Hollywood ou dans les restaurants de Paris, en sirotant mon Perrier. En fait, j'ai remarqué bien d'autres personnes qui ne buvaient pas d'alcool — moi qui croyais que c'était le propre de tous les artistes.

Un soir, j'ai vu à la télévision un film que j'avais tourné en Europe durant mes pires années d'alcoolisme. J'en avais doublé la bande sonore à New York, après un an d'abstinence chez les AA. J'ai ri en le regardant parce que je voyais le jeu d'une personne ivre, mais j'entendais la voix de quelqu'un de parfaitement sobre. Je fais décidément beaucoup mieux mon travail quand je ne bois pas.

### ***Je m'appelle Philippe et je suis un alcoolique (clochard)***

Il y a presque sept ans, je venais à ma première réunion des AA. J'étais effrayé, arrogant, enragé et rempli de ressentiment contre les hommes, Dieu et l'univers entier. (Malgré tout, j'avais un peu d'espoir, car ces étranges personnes, qui proclamaient avoir trouvé un moyen d'arrêter de boire, pourraient peut-être m'aider.)

J'étais effrayé parce que mes années d'alcoolisme et de désillusion m'avaient réduit à cette vie terrifiante du clochard à la dérive, vivant de mendicité, souffrant d'ulcères et couchant sous les portes-cochères. Je puais. Je n'avais pas de vêtements de rechange et je n'en voulais réellement pas. Tout était perdu, anéanti, ma carrière de professeur et les centaines d'autres emplois que j'avais essayé de garder. Il n'y avait plus de raison de vivre, mais j'avais trop peur de mourir.

Mon arrogance venait de la ferme conviction que j'étais supérieur à mon entourage. Après tout, j'étais un écrivain talentueux, n'est-ce pas? Je n'avais pas écrit une ligne valable depuis des années, mais je pensais que mes écrits n'étaient pas publiés parce que j'étais incompris et que j'étais victime de discrimination. Il en avait été ainsi toute ma vie. Unique en mon genre, je n'avais jamais été compris par qui que ce soit. Personne n'avait pressenti le degré d'angoisse, de souffrance et de solitude qui m'habitait. Parce que j'étais noir et intelligent, le monde m'avait rejeté systéma-

tiquement. Je détestais ce monde punitif, la vie et le Dieu qui étaient son lot. Ma rage détruisait tout; c'est seulement parce que mes souffrances et ma maladie étaient encore plus fortes que j'ai pu assister à ma première réunion parmi un groupe d'hommes dignes, apparemment heureux, la plupart de race blanche, qui se disaient alcooliques.

Ils m'ont entouré et m'ont donné du café. Ils étaient assez francs pour ne pas faire semblant d'ignorer que mes mains tremblaient. Ils ont ri en m'assurant que ça irait mieux. Péniblement, je les ai écoutés. Ils ont dit que l'alcoolisme est une maladie physique, mentale et spirituelle, une maladie qui se traite et dont on peut se relever. J'ai bu toutes ces paroles avec la reconnaissance enthousiaste d'un homme mourant de soif.

Pourtant, ces paroles d'espoir avaient un goût amer et un doute persistait: est-ce que ça fonctionnerait pour moi? Après tout, contrairement à ces personnes, la société m'avait condamné à vivre la vie d'un clochard noir et mal en point. La thérapie pratiquée dans les ailes psychiatriques de nombreux hôpitaux avait confirmé mes premiers soupçons: mon alcoolisme provenait de mon incapacité à m'ajuster au monde hostile dans lequel je devais vivre. La religion m'avait étranglé depuis l'enfance; elle ne m'avait apporté que peurs et restrictions. En somme, des raisons de boire. Le mot « Dieu » s'étalait sur les murs de la salle de réunion qui se trouvait dans une église. Je me demandais sérieusement si tous ces alcooliques dévots, blancs et de classe moyenne, pouvaient de quelque façon comprendre les graves problèmes qui avaient conduit à l'alcool cet ivrogne noir unique en son genre plein d'intelligence.

Beaucoup plus tard, j'ai compris certains principes de base qui non seulement m'ont sauvé la vie, mais l'ont graduellement changée. J'ai appris que nous tous, alcooliques, peu importe qui nous sommes ou d'où nous venons, n'avons bu que pour une seule raison — parce que nous sommes des alcooliques. Nous souffrons d'une maladie qui nous porte à boire sans arrêt dès que nous prenons notre premier verre. Cette maladie est profonde et puissante; elle accapare littéralement toute notre énergie mentale et spirituelle. Nous devons la combattre constamment avec le programme des AA si nous voulons nous rétablir et rester abstinents.

La sobriété apporte de nombreuses récompenses, qui sont aussi progressives que la maladie qu'elles neutralisent. Le plus grand de ces bienfaits est sans doute la délivrance de l'effroyable prison intérieure qui me portait à me croire unique au monde.

***Je m'appelle Jacques et je suis un alcoolique (n'a pas tout perdu)***

J'étais un de ces ivrognes qui n'ont jamais connu la prison ou reçu de contravention à cause de leur consommation d'alcool. Je ne suis jamais allé à l'hôpital, pour quelque raison. Je n'ai jamais perdu ni emploi, ni ma femme à cause de l'alcool.

Je disais à qui voulait l'entendre « Je peux arrêter de boire quand je le veux ». J'en étais venu à y croire. Chaque année, pendant le carême, je m'abstenais d'alcool. Sauf pendant celui qui a précédé mon entrée chez les AA. Je croyais que Dieu me punirait plus dans l'au-delà si je ne faisais pas pénitence sur terre. M'abstenir d'alcool était la plus grande pénitence que je pouvais faire. Ma détermination absolue, mon entêtement, ma force de caractère et mon égoïsme m'y aidèrent.

L'entêtement faisait partie de ma nature. Quand j'avais décidé de faire quelque chose, plus rien ne m'arrêtait. Plusieurs fois durant le carême, ma femme me suppliait de boire, simplement parce que je devenais trop désagréable envers elle et les enfants quand je ne prenais pas d'alcool.

Tous mes amis savaient que je ne buvais pas pendant le carême. Leur admiration envers ma force de caractère me soutenait jour et nuit pendant cette abstinence forcée. La peur de perdre leur estime, si je manquais à ma promesse, me maintenait abstinent jusqu'à Pâques. Les femmes de mes compagnons d'alcool m'aidaient également quand elles me disaient: « Je voudrais que mon Pierre (ou Paul ou André) puisse arrêter comme toi ». Ma femme, elle, se disait probablement: « Si seulement elles savaient ce que j'endure au nom de son abstinence! »

J'étais aussi l'homme le plus intelligent du monde, autant dans les différents rayons du magasin où je travaillais qu'à la maison, comme chef de famille.

Je n'avais qu'un seul problème, un peu difficile

à comprendre, si ce n'est à résoudre. Après m'être réveillé tant de matins malade et mal en point, après m'être promis maintes fois de n'être plus aussi stupide, pourquoi recommencer? Pourquoi ne pas me limiter à un verre ou deux, comme certains de mes amis? Pourquoi étais-je tellement obsédé par l'alcool? Comment se fait-il que je ne pouvais pas m'endormir sans être à moitié ivre?

Que ferais-je de mes journées si je ne buvais pas? Si j'arrêtais, que diraient ou penseraient les gens? Et les clients? Noël, le jour de l'an, et mon anniversaire sans boisson? Comment se fait-il que je ne pouvais pas arrêter quand je le voulais alors que je m'étais toujours vanté du contraire? Pourquoi tous ces mensonges? J'étais fatigué de mentir, fatigué de vouloir être quelqu'un d'autre. Ça me faisait mal de penser que j'étais esclave de la boisson, comme un drogué de sa drogue.

Par un beau samedi après-midi de juillet, j'avais alors 34 ans, j'ai révélé à un prêtre que la boisson pouvait être la source de mes problèmes. Je n'avais jamais auparavant admis pareille chose à qui que ce soit. Le prêtre m'a suggéré les AA.

Je crois que les AA m'ont conquis par un principe extraordinaire et simple à la fois: je ne me sentais pas tenu d'arrêter de boire — dans le sens où je l'entendais — avant d'adhérer au programme. Je pense que si le programme avait exigé l'arrêt de la boisson comme je l'entendais comme condition d'admission, je ne serais pas abstinent aujourd'hui.

AA nous enseigne comment vivre sans alcool, combien il n'est pas nécessaire et comment il intensifie nos problèmes.

Pour la plupart d'entre nous, il est normal de dire merci quand on reçoit quelque chose. C'est pourquoi il est important pour moi de dire merci pour le don le plus précieux que je peux recevoir: 24 heures d'abstinence.

### ***Je m'appelle Jeanne et je suis une alcoolique (agnostique)***

Mes parents m'ont transmis une foi que j'ai perdue plus tard. Mais ce n'était pas une foi religieuse. Même si j'aurais pu suivre les enseignements de deux cultes différents.

Aucun ne me fut imposé. J'ai tout simplement

glissé dans l'ennui, et ma foi en Dieu était si fragile et superficielle qu'il n'en restait plus rien quand j'essayai de m'en souvenir. C'est la foi dans les gens que mes parents m'ont léguée — en m'aimant et en me respectant comme un être libre de faire ses propres choix.

Pourtant, après avoir quitté la maison, j'avais encore l'impression de jouir d'une protection bienveillante. Mes patrons immédiats (hommes et femmes) semblaient m'accorder la même protection que mes professeurs. Aussi étrange que cela puisse paraître, cette bonne fortune me dérangeait parfois. « Qu'arrive-t-il, me demandais-je ? Est-ce que je suscite l'instinct maternel ? » Car j'éprouvais un sentiment conflictuel quant à ma confiance envers les humains : c'était une fierté folle et obstinée, un besoin d'indépendance totale. Avec ceux de mon âge, j'étais toujours très timide et déjà là, j'interprétais ce handicap à juste titre comme un symptôme d'égoïsme, une crainte que les autres ne soient pas d'accord avec la haute estime que j'avais de moi-même.

Gonflée de cette estime, je ne me voyais pas comme ivrogne. Souvent, je crois que l'orgueil tue autant d'alcooliques que la boisson elle-même. Demander de l'aide ? Quelle idée ! Le jour vint où ma fierté fut écrasée (pour un temps) ; j'ai dû demander de l'aide. J'ai fait appel à des gens, des inconnus. Mais mon orgueil, qui augmentait au rythme de mon retour à la santé, me fit rater mes deux premières rencontres avec les AA. Après un autre échec à retrouver ma capacité de boire socialement, j'ai finalement compris et j'ai suivi le programme des AA pour de bon.

Par bonheur, je me suis jointe à un groupe dont les réunions fermées étaient consacrées à l'étude des Étapes. La plupart des membres avaient leur propre conception de Dieu ; ce souffle de foi autour de moi était si intense qu'à certains moments, j'ai été sur le point de croire. Mais ça ne s'est pas produit. Malgré tout, chaque discussion me permettait d'approfondir le sens profond des Douze Étapes.

Dans la deuxième Étape, « la Puissance supérieure à nous-mêmes » signifiait tous les membres des AA, pas seulement ceux que je connaissais. C'était nous tous, partout, s'intéressant les uns aux autres et créant par le fait même une ressource spirituelle plus forte que celle qu'aucun de nous ne pourrait fournir individuellement.

Au début, la troisième Étape, c'était simplement la façon dont je me sentais, sans « lendemain de cuite », au début de ma sobriété, regardant par la fenêtre le ciel qui paraissait toujours ensoleillé, n'ayant aucun travail en vue et me trouvant très confiante et heureuse malgré tout. Ensuite, cette Étape m'a permis d'accepter joyeusement la place que j'occupe dans l'univers. J'ignore qui ou quoi gouverne l'univers, mais je sais que ce n'est pas moi. Et je pourrais également considérer la troisième Étape comme une attitude positive et efficace devant la vie. Nageant dans l'eau salée, si je panique et combats la vague, elle me noiera. Mais si je me détends et lui fais confiance, elle me maintiendra à flot.

Bien que la quatrième Étape ne fasse pas mention d'une Puissance Supérieure, pour moi, le mot « moral » implique péché qui, dans mon esprit, signifie offense à Dieu. J'ai donc considéré l'inventaire plutôt comme un essai dans la connaissance de soi; du côté rouge j'ai inscrit les traits de caractère qui pouvaient blesser les autres.

Je ne sais pas si j'ai fait les Étapes comme il fallait, mais elles agissaient sur moi. Vers ma quatrième année de sobriété, un incident banal m'a fait réaliser que ma gêne incontrôlable avait disparu. « Je suis bien dans ma peau », découvrais-je avec surprise. Aujourd'hui, quelque 18 ans plus tard, c'est encore la même chose. Dans la vie dans son ensemble, les dividendes tirés de l'expérience AA dépassent de beaucoup les dommages de l'alcoolisme.

Qu'est-ce qui a pu me faire triompher de mon orgueil (pour le moment) et m'ouvrir au monde ? La meilleure réponse que je peux trouver est celle que mon père appelait « la force de la vie ». (C'était un médecin de famille à l'ancienne, et il avait souvent vu cette force agir ou faillir.) Elle est en chacun de nous, je crois; elle anime toutes choses vivantes; elle fait tourner les galaxies. La métaphore de l'eau salée appliquée à la troisième Étape ne m'est pas venue par hasard, car pour moi, la mer est un symbole de cette force. Je ne suis jamais plus près de la onzième Étape que lorsque je contemple l'infini depuis le pont d'un navire. Je me sens à ma mesure; avec sérénité, je sais que je suis une infime partie d'un tout vaste et inconnu.

L'océan n'est-il pas un symbole plutôt froid ? Oui. Est-ce que je pense qu'il prend soin du viron,

qu'il s'inquiète du sort de chacun? Est-ce que je peux lui parler? Non. Une fois, vers la fin de ma période alcoolique, j'ai dit trois mots à quelque chose de non humain. Dans l'obscurité d'avant l'aube, je me suis agenouillée près de mon lit, j'ai joint les mains et dit, « S'il te plaît, aide-moi ». J'ai alors haussé les épaules et me suis dit: « À qui est-ce que je parle? » et je suis retournée dans mon lit.

Quand j'ai raconté l'incident à une de mes confidentes, elle m'a dit: « Mais Il a effectivement répondu à ta prière ».

C'est possible. Mais je ne le sens pas. Je n'ai pas discuté avec elle et je ne cherche plus à expliquer ce mystère par pure logique. Si vous pouviez me prouver logiquement que Dieu existe — et je pense que vous ne le pouvez pas —, je ne serais toujours pas portée à parler à une présence que je ne sens pas. Si je pouvais vous prouver logiquement que Dieu n'existe pas — et je sais que je ne le peux pas —, votre foi n'en serait pas ébranlée. En d'autres mots, la foi n'a rien à voir avec la raison! Y a-t-il quelque chose au-delà de la raison humaine? Oui, je le crois... Quelque chose.

En attendant, nous sommes tous ensemble — je veux dire tout le monde, pas seulement les alcooliques. Nous avons tous besoin les uns des autres.

### **Aujourd'hui, nous sommes tous différents ensemble**

Aussi uniques que le sont les histoires relatées dans cette brochure, avez-vous remarqué un thème commun qui se profile à travers plusieurs d'entre elles? Dans quatre témoignages, on peut lire:

Louis: « Ils sont mes vrais frères et soeurs. »

Patrick: « Nous sommes tous des êtres humains, tous des alcooliques et dans AA tous ensemble. »

Marie: « Tous ceux qui le veulent peuvent obtenir de l'aide. »

Georges: « ... aux personnes de toutes sortes qui sont membres des Alcooliques anonymes. »

C'est un thème que vous entendez constamment dans nos réunions et qui est écrit un peu

partout dans nos publications: le thème d'unité, de partage. Gloria dit: « Nous, membres des AA, portons tous un parapluie avec lequel nous protégeons notre voisin. » Tôt ou tard, la plupart d'entre nous constatons cette réalité sur notre association.

Dans certaines grandes villes, vous trouverez certaines réunions des AA spécialisées — pour policiers, membres du clergé, jeunes, médecins, membres de la communauté LGBT, hispanophones, débutants ou encore des réunions réservées aux femmes. Au début, assister à ces réunions spéciales peut faciliter les choses. Mais il semble que ceux qui se rétablissent le mieux et qui y trouvent le plus grand épanouissement sont les personnes qui assistent à toutes sortes de réunions des AA, pas seulement celles qui s'adressent à une catégorie particulière.

Nous avons trouvé qu'il n'était pas sage de limiter notre cercle AA aux seules personnes qui sont comme nous. La ségrégation donne à notre caractère unique une dimension malsaine. Nous nous rendons vite compte qu'il est plus agréable et plus profitable d'entrer dans le Mouvement des AA et de côtoyer tout le monde, pas seulement ceux qui sont « différents ».

Voilà. Nous sommes tous « différents ». Nous sommes tous des gens spéciaux. Mais nous sommes aussi tous alcooliques en rétablissement au sein des AA. En cela, nous sommes plus identiques que différents. Ici, chez les AA, nous trouvons le partage humain qui nous permet de vivre nos vies si dissemblables et de poursuivre chacun sa propre destinée. Bienvenue parmi nous !

## LES DOUZE ÉTAPES DES ALCOOLIQUES ANONYMES

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.

## LES DOUZE TRADITIONS DES ALCOOLIQUES ANONYMES

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 questions 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.



**PUBLICATIONS DES AA.** Voici une liste partielle des publications des AA. On peut obtenir un bon de commande complet en s'adressant à : Le Bureau des Services généraux des Alcooliques anonymes, Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163. Téléphone : (212) 870-3400. Site Web : [www.aa.org](http://www.aa.org)

---

#### LIVRES

LES ALCOOLIKES ANONYMES  
LES DOUZE ÉTAPES ET LES DOUZE TRADITIONS  
RÉFLEXIONS QUOTIDIENNES  
RÉFLEXIONS DE BILL  
NOTRE GRANDE RESPONSABILITÉ  
LE MOUVEMENT DES AA DEVIENT ADULTE  
DR. BOB ET LES PIONNIERS  
'TRANSMETS-LE'

---

#### LIVRETS

VIVRE... SANS ALCOOL  
NOUS EN SOMMES VENUS À CROIRE  
LES AA EN PRISON : UN MESSAGE D'ESPOIR

---

#### BROCHURES

##### **Expérience, force et espoir :**

AA POUR LA FEMME  
LES FEMMES HISPANIKES CHEZ LES AA  
LES AA ET LES AUTOCHTONES D'AMÉRIQUE DU NORD  
LES JEUNES ET LES AA  
LES AA POUR L'ALCOOLIQUE PLUS ÂGÉ — IL N'EST JAMAIS TROP TARD  
LES AA POUR L'ALCOOLIQUE NOIR OU AFRO-AMÉRICAIN  
LES ALCOOLIKES LGBTQ DES AA  
LE MOT « DIEU » : MEMBRES AGNOSTIQUES ET ATHÉES CHEZ LES AA  
LES AA POUR LES ALCOOLIKES ATTEINTS DE MALADIE MENTALE —  
ET CEUX QUI LES PARRAINENT  
L'ACCÈS AUX AA : DES MEMBRES RACONTENT COMMENT ILS ONT  
SURMONTÉ DES OBSTACLES  
LES AA ET LES FORCES ARMÉES  
VOUS CROYEZ-VOUS DIFFÉRENT ?  
DIFFÉRENTES AVENUES VERS LA SPIRITUALITÉ  
MESSAGE À L'INTENTION DU DÉTENU  
DERRIÈRE LES MURS : UN MESSAGE D'ESPOIR  
(Brochure illustrée pour les personnes en détention)

##### **Informations sur les AA :**

FOIRE AUX QUESTIONS SUR LES AA  
LES AA SONT-ILS POUR MOI ?  
LES AA SONT-ILS POUR VOUS ?  
UN NOUVEAU VEUT SAVOIR  
Y A-T-IL UN ALCOOLIQUE DANS VOTRE VIE ?  
VOICI LES AA  
QUESTIONS ET RÉPONSES SUR LE PARRAINAGE  
LE GROUPE DES AA  
PROBLÈMES AUTRES QUE L'ALCOOLISME  
LE MEMBRE AA FACE AUX MÉDICAMENTS ET AUTRES DROGUES  
L'AUTONOMIE FINANCIÈRE : ALLIANCE DE L'ARGENT ET DE LA SPIRITUALITÉ  
L'EXPÉRIENCE NOUS A APPRIS :  
UNE INTRODUCTION À NOS DOUZE TRADITIONS  
LES DOUZE ÉTAPES ILLUSTRÉES  
LES DOUZE CONCEPTS ILLUSTRÉS  
LES DOUZE TRADITIONS ILLUSTRÉES  
COLLABORATION DES MEMBRES DES AA À D'AUTRES TYPES  
D'AIDE AUX ALCOOLIKES  
LES AA DANS LES CENTRES DE DÉTENTION  
LES AA DANS LES ÉTABLISSEMENTS DE TRAITEMENT  
FAVORISER LE RAPPROCHEMENT  
LA TRADITION DES AA ET SON DÉVELOPPEMENT  
COLLABORONS AVEC NOS AMIS  
LE SENS DE L'ANONYMAT

##### **Pour les professionnels :**

LES AA DANS VOTRE MILIEU  
PETIT GUIDE PRATIQUE SUR LES AA  
VOUS VOUS OCCUPEZ PROFESSIONNELLEMENT D'ALCOOLISME ?  
LES AA : UNE RESSOURCE POUR LES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ  
MESSAGE AUX PROFESSIONNELS D'ÉTABLISSEMENTS CORRECTIONNELS  
Y A-T-IL UN BUVEUR À PROBLÈME DANS VOTRE MILIEU DE TRAVAIL ?  
LES LEADERS RELIGIEUX S'INFORMENT SUR LES AA  
SONDAGE SUR LES MEMBRES DES AA  
POINT DE VUE D'UN MEMBRE SUR LES AA

---

#### VIDÉOS (disponibles sur [www.aa.org](http://www.aa.org), sous-titré)

VIDÉOS DES AA POUR LES JEUNES  
LES AA : UN ESPOIR  
UNE LIBERTÉ NOUVELLE  
LA TRANSMISSION DU MESSAGE DERRIÈRE CES MURS

##### **Pour les professionnels :**

VIDÉO DES AA POUR LES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ  
VIDÉO DES AA POUR LES PROFESSIONNELS DU MILIEU JUDICIAIRE  
ET CORRECTIONNEL  
VIDÉO DES AA POUR LES PROFESSIONNELS DE L'EMPLOI  
ET DES RESSOURCES HUMAINES

---

#### PÉRIODIQUES

AA GRAPEVINE (mensuel, [www.aagrapevine.org](http://www.aagrapevine.org))  
LA VIÑA (bimensuel, en espagnol, [www.aalavina.org](http://www.aalavina.org))

# DÉCLARATION D'UNITÉ

Parce que nous sommes responsables de l'avenir des AA, nous devons : placer notre bien-être commun en premier lieu et préserver l'unité de l'association des AA, car de cette unité dépendent nos vies et celles des membres à venir.

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.**

ISBN 978-1-644270-15-8



9 781644 270158