

REVUE BIMESTRIELLE DE LANGUE FRANÇAISE DES ALCOOLIQUES ANONYMES

AOÛT - SEPTEMBRE 2015

la Vigne

2,25 \$

VOLUME 51 - N° 3



DERRIÈRE LES MURS

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. Téléphonnez-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 :
230, boul. Henri-Bourassa Est, bureau 105,
Montréal (Québec) Canada H3L 1B8

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 inc.

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

Un mot de la rédaction

DERRIÈRE LES MURS

«C'est là que j'ai vraiment connu les AA. J'avais rejeté les AA à l'extérieur, mais les AA sont venus à moi en prison. Aujourd'hui, je remercie ma Puissance supérieure de m'avoir donné une autre chance de vivre et de connaître les AA, et d'être capable d'essayer d'aider d'autres alcooliques» (Tiré du Gros Livre, page 595, UNE AUTRE CHANCE.)

Pour ma part, lorsque je buvais, je pensais que les hommes et les femmes en milieu carcéral devaient se sentir plus libres que moi. À la fin de la journée, je voyais des barreaux aux fenêtres, je vivais dans une prison intérieure; je souffrais tellement, remplie de remords et de culpabilité. Avec AA, je me sens libre maintenant à l'intérieur de moi!

Le service en AA m'a permis d'aller en milieu carcéral, de me rendre en réunion afin de porter des messages d'espoir aux hommes et aux femmes dans ce milieu. Ce fut une expérience très enrichissante!

Je désire remercier tous ceux et celles qui nous ont fait parvenir leurs témoignages sur le thème. JE SOUHAITE À TOUS UNE AUTRE CHANCE VERS LA LIBERTÉ ET UNE NOUVELLE VIE!

Merci à vous aussi, pour les autres témoignages qui ont complété cette Vigne.

Bonne lecture,

Pauline C., rédactrice en chef

AVIS DE RECHERCHE

Technicien audio

Notre technicien audio a dû terminer son mandat abruptement pour des raisons personnelles.

Nous sommes donc à la recherche d'une personne capable de prendre la relève le plus tôt possible pour effectuer le mixage audio des textes enregistrés sur fichiers mp3 par des bénévoles à chaque parution. L'expérience démontre que ce travail peut exiger de 30 à 35 heures sur une période de trois semaines à tous les deux mois.

Si cette fonction peut vous intéresser, faites-nous connaître votre intérêt le plus tôt possible, de même que les habiletés qui vous permettront de bien remplir cette tâche gratifiante, à l'adresse suivante : info@lavigneaa.org.

Il faut être membre des AA et avoir au moins deux ans d'abstinence continue.

Adjointe ou adjoint administratif

Cette fonction demande huit heures de bénévolat par semaine, réparties sur deux jours, le lundi et le jeudi, de 10h à 14h. Une compensation pour les frais de déplacement est prévue.

Le poste consiste à assurer le suivi administratif des décisions du conseil d'administration, de la correspondance et des appels téléphoniques ou télécopies reçus, la préparation de la documentation requise pour l'expédition de la revue aux deux mois, le suivi des abonnements et toutes autres tâches connexes à ces activités.

Une bonne connaissance de l'informatique est essentielle, en particulier des logiciels Word et Excel. La connaissance de Simple comptable est un atout certain. Au moins deux années d'abstinence sont requises.

Congrès des AA, août - septembre 2015 • N° 302

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.

- **1^{er} août 2015 – Héraultville, QC** – Congrès Plein-Air, de 13h à 19h. Camp Val Notre-Dame, 100, chemin Val Notre-Dame, G0X 1J0. *Favorisons le rapprochement.*
- **8 et 9 août 2015 – Ottawa, ON** – 42^e congrès du district 90-05 (Hull, Ottawa, Aylmer). Centre Pauline-Charron, 164, rue Jeanne-Mance, K1L 6M3. Participation Al-Anon et Alateen. Inf. : Louise S., (819) 931-3941. 9005congres2015@gmail.com *De l'Espoir pour Toi.*
- **14 et 15 août 2015 – Granby, QC** – 37^e congrès du District 87-21. Centre Jean-Paul Régimbal (Les Pères Trinitaires), 200, boulevard Robert, J2H 0R2. Participation Al-Anon. Inf. : Daniel F. (450) 775-1515. fleurancedor@hotmail.ca *Plus jamais seul.*
- **14 au 16 août 2015 – Mont-Laurier, QC** – 25^e congrès AA de Mont-Laurier; district 90-20. Centre collégial de Mont-Laurier, 700, rue Parent. J9L 2K1. Participation Al-Anon. Inf. : Guy B. (514) 237-7089.
- **15 août 2015 – Salaberry-de-Valleyfield, QC** – Congrès AA, Cegep de Valleyfield, 169, rue Champlain, J6T 1X6. Inf. : Marc B., (514) 947-0176.
- **15 août 2015 – Témiscouata-sur-le-lac, secteur Cabano.** 9^e mini-congrès AA du district 88-16. Club de 50 ans et plus de Cabano, 38, rue du vieux chemin, G0L 1E0. Participation Al-Anon. Inf. : Serge V. (418) 859-2893. *La clef de l'Espoir.*

(suite des annonces à la page suivante)

Annnonce 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, août - septembre 2015 • N° 302

- **21 au 23 août 2015 – Papinachois (près de Pessamit), QC** – 15^e congrès autochtone de Papinachois. Inf. : (418) 567-8522. *Aianishkat (De génération en génération).*
- **29 août 2015 – Contrecoeur, QC** – 31^e congrès de Sorel-Tracy, district 87-14. Colonie de vacances des grèves, 10350, route Marie-Victorin, J0L 1C0 – Participation Al-Anon. *Entretenir la flamme.*
- **4 au 6 septembre 2015 – Saguenay, QC** – Congrès AA du Saguenay. Cegep de Jonquière, 2505, rue St-Hubert, G7X 7W2. Participation Al-Anon et Alateen. Inf. : Gérald, (418) 944-9453. *S'épanouir avec AA.*
- **5 et 6 septembre 2015 – Rivière-au-Renard, QC** – 31^e congrès AA du district 88-07. École Aux Quatre Vents, 87, rue Renard est, G4Z 5K7. Inf. : Henri S. (418) 368-2088; Georges B. : (418) 269-3007. *Un pas vers le bonheur et la liberté.*
- **11 et 12 septembre 2015 – Lévis (secteur Saint-Romuald), QC** – 25^e congrès AA du district 89-05, Lévis. Juvénat Notre-Dame, 30, rue du Juvénat, G6W 7X2. Participation Al-Anon. Inf. : Serge L. (581) 989-2649. Congres8905@aa89.org *Plus jamais seul.*
- **11 et 12 septembre 2015 – Sainte-Ursule, QC** – 35^e congrès AA du district 89-17, Louiseville, Centre communautaire de Sainte-Ursule, 215, rue Lessard, J0K 3M0. Inf. : Daniel S. (450) 836-3662. *Grandir dans l'Amour.*
- **11 et 12 septembre 2015 – Saint-Jérôme, QC** – Congrès du district 90-09, Saint-Jérôme. Polyvalente Saint-Jérôme, 535, rue Fillion, J7Y 5L3. Participation Al-Anon. Inf. : (450) 438-5799. *AA, 80 ans de Rétablissement.*
- **11 au 13 septembre 2015 – La Tuque, QC** – 48^e congrès AA de La Tuque, district 89-03. Complexe culturel Félix-Leclerc, 725, Boulevard Ducharme, G9X 3B4. Participation Al-Anon. Inf. : Émile D. (819) 523-5347. *Déployer ses ailes.*
- **18 au 20 septembre 2015 – Gatineau, QC** – 17^e congrès du district 90-22, Gatineau. Centre l'Escale, 85, rue du Barry, J8T 3G5. Participation Al-Anon et Alateen. Inf. : (819) 561-2002; congres22@aa90.org *J'ai le goût de liberté.*
- **19 septembre 2015 – Sainte-Marie-de-Beauce, QC** – 31^e Mini-congrès de Beauce Nord. École l'Éveil, 717, rue Étienne-Raymond, G6E 3R1. Participation Al-Anon. Inf. : (418) 386-7267. *Espoir d'une Vie nouvelle.*
- **19 septembre 2015 – Saint-Marc-des-Carrières, QC** – 16^e congrès de Portneuf, Salle communautaire, 170, boul. Bona-Dussault, G0A 4B0. Participation Al-Anon. Inf. : (418) 529.0015. *La simplicité avec AA.*
- **26 septembre 2015 – Saint-Hyacinthe, QC** – 36^e congrès AA de Saint-Hyacinthe. Polyvalente Hyacinthe-Delorme, 2700, avenue TD Bouchard, J2S 5H7. Participation Al-Anon. Inf. : Yvan, (450) 252-4722. *Ni saoul, ni seul.*
- **26 septembre 2015 – Grenville, QC** – Mini-congrès des Deux-Rives, Centre communautaire de Grenville, 21, rue Tri-Jean, J0V 1J0. *À l'unisson.*

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 imprimée et services en ligne



Forfait «AVANTAGE»

Pour 2 ANS

65.50\$



Version en ligne* seulement



Pour 1 AN
25.00\$

Pour 2 ANS
45.00\$

* (sans la version imprimée)

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, 230, boul. Henri-Bourassa Est, bureau 105, Montréal,
QC, Canada H3L 1B8**

Voir : www.lavigneaa.org pour les abonnements multiplateformes

L'arrivée des AA au Québec

Collection des archives

L'ASCENDANT D'UN AMBASSADEUR



Le livre relatant l'arrivée des AA au Québec
est en vente au prix suggéré de 10\$

« Du bonbon! »

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

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

Ce sont les commentaires
que nous avons le plus souvent entendu.

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

Also is available in English



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 trouvions 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 avions 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 pourrai 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)

Notre Méthode

J'ai trouvé la lumière

Salut, je m'appelle Luc D. et je suis un alcoolique ; j'ai 47 ans. Je suis né de père inconnu et de mère sûrement très populaire. Je suis peut-être le bébé d'une famille de cinq conçus avec quatre pères différents. Abandonné à un ou deux mois de ma naissance chez la gardienne (crèche), je suis heureusement adopté à 18 mois par une famille adorable et pleine d'amour. Je n'ai pas connu la violence ni de problèmes d'alcoolisme dans toute cette grande famille paternelle et maternelle « adoptive ».

J'ai vécu une enfance normale sur une ferme maraîchère ; ça fait un grand carré de sable pour jouer ; malheureusement, lorsque nous allions vendre tous ces bons produits aux Marchés Jean-Talon et Central, les toilettes publiques sont devenues, sans le savoir, un calvaire, car c'était le lieu de rencontre par excellence pour les abuseurs (pédophiles). J'ai été victime de cinq ans à ??? et à de nombreuses reprises. Je n'en parlais pas à ma mère, car je ne savais pas que c'était mal puisqu'il n'y avait aucune violence, mais ce fut un calvaire qui a duré trop longtemps et je lui ai caché le tout très longtemps de peur qu'elle se culpabilise.

Pour ce qui est de l'école, je détestais et en plus, j'étais hyperactif avec un besoin d'attention démesuré en plus d'être bouffon ; j'ai donc terminé mon école en secondaire 2, coïncidant avec ma rencontre l'alcool et des substances douces. J'ai acheté cela tout de suite et j'ai aimé (j'étais encore plus bouffon).

À 13 ou 14 ans, un autre événement marquant : mon père doit commencer d'urgence des traitements d'hémodialyse (filtrage du sang) de cinq heures et plus, trois fois par semaine, à Montréal. Mon père avait un moral à toute épreuve, même que parfois, c'est lui qui nous remontait le moral à nous, sa famille. La plus belle preuve d'amour de sa part, est qu'il s'est battu 12 ½ ans avec un total de 1620 traitements.

Donc, mon adolescence à moi et mon frère aîné s'est passée dans un hôpital à attendre la fin de chaque traitement pour revenir à la maison où l'ouvrage se continue. Ma consommation grimpe en flèche. L'alcool, les substances et les problèmes judiciaires commencent. La révolte s'installe, amplifiée par toute cette merde, ce n'est pas beau!

C'est de ma cellule, en ce samedi

Mes parents se voient obligés de vendre les deux fermes pour prendre leur retraite très jeunes. J'avais oublié de mentionner que la maladie de mon père coûtait très cher (médicaments, voyages, etc...). Mes parents s'installent donc à Joliette, à proximité de l'hôpital où il va continuer ses éternels traitements.

C'est à partir de ce moment que ça se gâche. La consommation est à son meilleur, en plus, un ami me suggère un emploi dans la disco-mobilité comme maître de cérémonie et décorateur pour des mariages. Tout cela égale fêtes + fêtes avec un patron qui consomme et m'initie à la «poussière magique» et tout cela va durer de 17 à 35 ans.

Un certain dimanche de juillet 2004, j'aide un ami au casse-croûte dans un marché aux puces quand je vois une dame âgée qui semble vouloir me parler. Après quelques secondes, je la reconnais. Il s'agit de Madame B. qui m'a gardé lorsque j'étais à la crèche. Elle s'approche et me demande : «Aimerais-tu connaître ta mère biologique ? ». Crois-moi, j'ai eu un méchant choc ! Si oui, je dois faire vite, car j'apprends qu'elle est sur son lit de mort. Alors j'y pense et je décide de ne pas y aller en me disant : «Elle s'est débarrassée de moi, qu'elle mange de la m... ». La semaine suivante, j'aurais eu la chance de

connaître ma sœur et mes trois frères au salon funéraire et, pour les mêmes raisons, j'ai décidé de ne pas y aller.

À mon grand étonnement, la semaine suivante, Mme B. vient me porter la photo mortuaire. Quelle ne fut pas ma surprise en me rendant compte que je la connaissais. Je la connaissais sous le nom de X et je dansais et prenais un coup avec elle dans un bar de Joliette et je ne le savais pas. Un dur choc marquant qui m'a conduit tout droit à une rechute (surconsommation, justice, etc...) pour finalement me ramasser avec une sentence de deux ans, dont 16 mois pleins dans l'abstinence. J'ai aussi été six mois abstinent à l'extérieur et la rechute revient de plus belle en ayant la brillante idée d'aller fêter mes 40 ans dans un camping tout en étant en libération conditionnelle. Ce ne fut pas une très bonne idée et ce fut une méga rechute de trois ans et demi qui, cette fois-ci, me coûte très cher, soit une sentence de 10 ans de pénitencier. Ça cogne dur !

Je connais le mouvement des AA depuis l'âge de 17 ou 18 ans et je suis ici au C.F.F. en train de vous écrire des passages de ma vie sans toutefois oublier que, malgré tout, j'ai eu du plaisir dans toutes ces années de musique à amuser le monde dans les réceptions. Heureusement, j'ai eu un autre

employeur, qui ne consommait pas et qui m'a beaucoup aidé, car je serais probablement mort ou pas fort.

C'est de ma cellule, en ce Samedi matin du 26 juillet, que je termine ce témoignage de ma vie. Je vais prendre un jeton de deux ans en novembre. En terminant, je m'envoudrais de ne pas remercier tous les bénévoles qui donnent de

leur temps, qui est précieux pour nous dans toutes les prisons, provinciales et fédérales, comme ici au C.F.F.

Merci de m'avoir lu. Bonne fin de 24 heures et toi, NE LACHE PAS!

J'ai hâte de vous revoir,

Luc D. Joliette



Ma méthode n'a jamais marché

Bonjour, mes amis AA; j'avais envie de vous partager d'où je viens. Je suis un garçon qui vient d'une famille dysfonctionnelle. Ma mère m'a dit un jour qu'elle ne serait pas là à mon arrivée de l'école, elle serait partie avec papa faire l'épicerie. Alors, quand je suis arrivé, j'ai attendu mon frère et ma sœur et mon père est entré du travail. Ma mère était partie et elle est revenue trois mois plus tard pour avoir la garde des enfants.

C'est là que tout a commencé, où l'autorité des adultes était de la merde. Pour geler mes émotions, je volais de la bière à ma mère. Quelques années plus tard, je suis retourné chez mon père et je lui volais de l'alcool et de l'argent pour payer ma consommation. Mais ce n'était pas assez, alors j'ai commencé à voler dans les dépanneurs et les maisons et je me suis fait prendre. Le juge m'a condamné à six mois de centre d'accueil et à une autre année ensuite.

Plus tard, j'ai eu une amie de coeur qui est tombée enceinte ; je l'ai laissée. Je m'en suis fait une autre avec laquelle j'ai eu deux beaux garçons. Elle m'a foutu à la porte à ma sortie de prison. J'ai alors voyagé pendant quatre ans avec

une autre fille qui a eu deux belles petites filles. J'étais tellement dans la consommation que je ne les connais même pas.

Aujourd'hui, j'ai une autre petite fille qui a 13 ans, mais je suis encore en prison à cause de la drogue et de l'alcool. Ma fille m'a écrit une lettre en me disant que le fait que je sois en prison lui fait l'effet d'une bombe dans le cœur. Je me suis alors mis à genoux dans le fond de ma cellule et je Lui ai demandé de m'aider, car ma méthode n'a jamais marché. Tous les soirs, je Lui dis merci d'être où je suis maintenant et j'attends ma sortie, car ma fille a besoin de son père.

Je vais aux réunions et je m'implique, je lis la littérature. Je n'ai plus soif, ni envie de consommer. Je me sens bien avec moi-même et je vous dis merci pour tout ce que vous faites.

Merci, AA.



Rémi S.,
Saint-Jean-sur-Richelieu

Ne prends pas ton premier verre!

Je suis un peu comme un cerf pris au piège qui se sent aveuglé par les phares d'une voiture; au lieu d'aller vers les bois où je pourrais y trouver refuge et sécurité, je fige sur place et je suis incapable d'aller à gauche ou à droite...

Je m'appelle Yves. Je suis un alcoolique. Ici, encore une fois, en cellule à Cowansville, il m'arrive d'être triste et angoissé par la vie. Je me sens comme le Christ au jardin de Gethsémani à la veille de son arrestation à prier le Créateur de garder loin de lui le calice, tel que moi à genoux le priant de me garder loin de mon premier verre.

De faire une croix sur mes actions du passé, de m'éloigner de ma culpabilité, alors de cette façon en le partageant, je trouve un apaisement, c'est pour cette raison que la Vigne vit...elle apporte là où personne d'autre que toi peut comprendre. Je me souviens d'avoir déjà dit à ma belle-mère: «J'ai soif.» Elle m'avait répondu : «Bois de l'eau»

Ne connaissant pas la souffrance et la soif intérieure de l'alcoolisme ainsi que les symptômes de cette maladie, il était difficile pour elle d'en comprendre le sens, alors que toi, tu sais! Aucun médicament,

aucun traitement de faveur ne peuvent me délivrer de l'alcoolisme, il n'y a que le Créateur ainsi que mes efforts qui peuvent arriver à une trêve, cela fait de cette maladie une maladie sacrée... Il n'y a qu'avec le Créateur, moi, toi et les autres alcooliques que je puisse vivre une vie conditionnelle, celle de ne pas prendre mon premier verre. C'est de cette façon qu'aujourd'hui, je reste en vie et je peux te partager mon moment présent.

Finalement, je me sens mieux, cela a pris quelques minutes de mon temps et ça en valait la joie... Cette méthode que l'on pratique chez les AA : les réunions, le parrainage, ainsi que le partage, font que tous les Laurent, Isabelle, Éric, Michelle et Jacques... ainsi que tout ceux qui se sont donné la chance de vivre cette vie conditionnelle, ont la force de ne pas prendre leur premier verre...

C'est donc une façon pour moi de te dire merci, d'être là, là pour moi, pour toi et pour les autres n'ayant qu'un seul désir, être libres...

Yves.S., Cowansville 11

J'étais en plein naufrage

Aujourd'hui, je prends le temps d'écrire une partie de ma vie, en gratitude au mouvement des *Alcooliques anonymes*. Je considère que d'une certaine façon, le mouvement m'a sauvé la vie.

J'ai d'ailleurs connu le mouvement à l'intérieur des murs d'une institution pénale du Canada, autrement dit un pénitencier, il y a de cela plus de trois décennies (38 ans). J'ai pris le 27 février 2011, un gâteau de 12 ans seulement, car j'ai connu les rechutes, et des périodes de consommation de tous ces paradis artificiels qui, j'espérais, pouvaient me faire fuir la réalité et la douleur interne. J'étais en plein naufrage, ignorant comment faire pour m'en sortir. C'était périodique, mais la douleur interne était presque permanente. En 1990, je prenais un gâteau de sept ans que j'ai fêté durant les neuf années suivantes, avant de me rendre compte de mon type de comportement : alcool = arme à feu = extrême violence.

Durant la dernière année, j'ai partagé à au moins 15 reprises dans des réunions et des congrès, des partages pour ou sous le vocable des institutions pénales. Je ne suis pas un orateur ou un

spécialiste, simplement un être humain, qui a connu un alcoolisme qui l'a mené à subir des peines d'emprisonnement sur une très longue période. J'ai tenté du mieux que j'ai pu de survivre dans ces jungles, à sortir sans avoir de graves séquelles de l'emprisonnement, ce que je crois avoir réussi; par contre, il y a des conséquences graves, dont la propension à la violence, dont je devrai me débarrasser, car je ne peux pas faire vivre à qui que se soit, et surtout pas à ma compagne, une violence apprise en milieu carcéral.

D'autres séquelles, ce sont la réinsertion dans la société, avec les préjugés négatifs et les qu'en dirait-on des autres, un dossier criminel qui me ferme certaines portes, dû à l'ignorance des gens qui m'entourent qui ne désirent que justice soit faite, disent-ils, mais cela est de l'ordre plus de la vengeance, que de la justice. Que Dieu les protège des reflets du miroir, qu'ils n'aient pas à subir à leur tour les mêmes circonstances. Je ne souhaite pas même à mon pire ennemi de connaître sur une longue période l'incarcération, le combat pour survivre.

Depuis un peu plus d'un an, je suis



libre, avec certaines conditions d'un tribunal. Présentement, la fin de ces conditions est arrivée. Je peux maintenant espérer de reprendre une vie en tant que citoyen libre et respectueux des lois, même celles qui ne font pas mon affaire. Avec ma compagne, la vie sentimentale, sensuelle et sexuelle, va passablement bien, avec des hauts et des bas, comme dans chaque couple. Elle connaît mon passé, je ne lui ai rien caché, car si je veux être heureux avec une femme, une famille, je me dois d'être aussi honnête que possible. Lui donner ma confiance, ma fidélité et mon Amour sans restriction aucune. Je crois qu'elle fait exactement la même chose avec moi, sans rien me cacher et ce, malgré nos défauts à chacun.

Par la grâce de Dieu, l'aide du mouvement des Alcooliques anonymes et mes propres efforts à me rétablir et à vivre une vie saine,

je suis présentement en train de réaliser non pas un rêve, mais des projets que je traîne depuis des décennies, en suivant une formation en transport routier dans une école reconnue par le Ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport du Québec, qui m'emmènera au D.E.P. du transport par camion. J'ai dû quitter Montréal pour pouvoir suivre cette formation, je me suis installé à environ 8 kilomètres de l'école. Et lorsque je pourrai avoir un travail, dans la région ou ailleurs dans le Québec, j'irai chercher ma compagne, afin de vivre pleinement à chaque jour, une vie de couple.

Tout cela, grâce à mes implications dans le Mouvement.

Merci!

J. M. Normand L., Saint-Jérôme

Après toutes ces années...

Bonjour! Je m'appelle Alain et je suis un alcoolique. Je connais AA depuis maintenant 22 ans, à ma première année passée en prison. Je me suis rendu compte que j'avais un problème d'alcoolisme, puisque depuis l'âge de neuf ans, je n'ai jamais passé une semaine complète sans consommer alcool ou drogue. Au début, je consommais par plaisir, mais le plaisir est vite disparu et a été remplacé par l'obsession de boire.

Ma première réunion à laquelle j'ai assisté à l'intérieur des murs carcéraux était juste pour fuir ma réalité, sans intérêt et par curiosité, en vous avouant même que je n'aimais pas vraiment. D'ailleurs, je n'aimais rien, car j'étais en mode destruction, inconscient et ignorant à l'époque. Mais surtout je souffrais sans le savoir.

Au fur et à mesure que les années passaient, je lisais en avant les Étapes sans vraiment comprendre ce que je lisais. Les présences avec les années étaient de plus en plus nombreuses. Les rechutes et les années de prison s'accumulaient aussi. J'écoutais les partages, les lectures, j'assistais aux anniversaires, à l'accueil du nouveau, aux remises de jetons, sans jamais vraiment m'impliquer

personnellement, puisque j'étais trop égoïste et lâche. Mais pendant toutes ces années de pratique, j'enregistrais ce qui se disait dans ces réunions.

Puis l'entendement s'est produit. Grâce à notre fraternité! J'ai réussi à faire concrètement les douze Étapes de notre programme de rétablissement. Tout bonnement, je suis passé à l'action à l'intérieur de ma cellule. J'ai procédé sans crainte à écrire un inventaire moral approfondi de moi-même.

J'ai cru et j'ai décidé de confier ma volonté et ma vie aux soins de Dieu tel que je le conçois. J'ai avoué à Dieu et à un autre être humain ainsi qu'à moi-même la nature exacte de mes torts. J'ai été prêt à ce que Dieu élimine tous ces défauts. Je lui ai humblement demandé de faire disparaître mes défauts. Dressant une liste des personnes lésées, j'ai consenti à réparer mes torts envers chacune d'elles. J'ai réparé mes torts directement envers ces personnes dans la mesure du possible, sauf lorsqu'en se faisant, je risquais de leur nuire ou de nuire à d'autres. J'ai poursuivi mon inventaire personnel et promptement admis mes torts dès que je m'en suis aperçu. J'ai cherché par la prière et la méditation à

améliorer mon contact conscient avec Dieu tel que je le conçois, lui demandant seulement de connaître sa volonté à mon égard et de me donner la force de l'exécuter.

Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes, j'ai alors transmis ce premier message à d'autres alcooliques et mis en pratique ces principes dans tous les domaines de sa vie. Ainsi mes pardons et deuils accomplis, ma qualité de vie s'est grandement améliorée.

Aujourd'hui, je continue mon travail en me donnant la pénitence que j'assume entièrement pour la première fois grâce à notre Mouvement. Puisque maintenant j'ai la sagesse d'en connaître la différence, je sais que seul le

combat est inutile et compte sur vous, chers membres AA, pour continuer à soutenir le malheureux d'hier qui n'était pas honnête avec lui-même, sa nature ne le lui permettait pas à l'époque.

Je serai présent et je m'investirai dans ce programme de rétablissement avec une attitude de gagnant, car au bout du compte, notre fraternité est venue à bout de mon alcoolisme aujourd'hui.

Merci de votre patience et indulgence à mon égard durant toutes ces années!

Ma gratitude s'exprime.

Alain D., alcoolique



De l'ombre à la lumière

Depuis le temps où je suis incarcérée, j'ai eu le « loisir » de réfléchir longtemps sur la leçon de vie que j'avais à apprendre ici, parce qu'on le sait tous que la vie (Dieu) nous met à l'épreuve, ébranle notre édifice, pour nous réveiller quelquefois de notre torpeur !

Je connaissais déjà le mode de vie des 12 étapes des AA et j'avais « réussi » à accumuler 10 ans d'abstinence, jusqu'au jour où, laissant tout

t o m b e r (réunions et tout le reste), arriva ce qui devait arriver, j'ai rechuté.

Cette « banale » rechute m'a conduite en prison !

Étant donné la libération que je savais recevoir le jour où on abandonnerait sa défaite (première étape), n'ayant fait 10 ans auparavant face à l'alcool, malgré ma rechute dramatique, j'ai accepté mon impuissance face aux barreaux !

Le mode de vie des AA est un jeu d'enfant à l'extérieur des murs, mais ici, c'est tout autre chose... À l'extérieur, je pouvais quitter les lieux du chaos, de la discorde, de la violence, et de la folie que peut

représenter une détenue en crise, mais pas ici, en prison.

Il m'a fallu abdiquer, me recueillir, et surtout me recentrer sur l'important d'abord ! Ce n'est pas nos possessions (biens matériels), notre statut social et/ou matrimonial, non, ce qui est important, c'est notre senti... donc, en quelque part, notre vie spirituelle (âme/émotions). Ce que l'on ressent intérieurement peut nous « libérer » de cette souffrance

que l'on s'impose trop souvent. Le ressentiment et l'amertume sont très mauvais conseillers...

J'ai beaucoup de gratitude aujourd'hui

pour avoir ainsi bénéficié d'un mode de vie spirituel à l'extérieur (avant) comme à l'intérieur (maintenant) des murs. Un jour, je serai « libre » de marcher dans les rues, mais surtout libre de choisir : soit un mode de vie de bien-être ou la consommation et son mode de vie de misère ; le choix est donc assez facile à faire et, un jour à la fois, tous les morceaux du casse-tête seront en place.

Il m'aura fallu la prison pour comprendre ce simple mode de vie !

Johanne B., Maison Tanguay



Le message a fait son chemin

Mon nom est Isabelle et je suis définitivement une alcoolique. Je suis née dans les années 60 dans une famille dysfonctionnelle. Ayant des problèmes de santé, j'étais le centre d'attention tant à l'hôpital qu'à la maison.

Suite au décès de mon père, en juin '68, mon noyau familial a éclaté, car nous avons été enlevés à ma mère épileptique. À trois ans, je connais le rejet, l'abandon, puis c'est la loi du silence et la misère. C'est là que le mensonge et la honte sont apparus.

Adolescente, en plus des sévices physiques et moraux, je vis les abus.

À 18 ans, je pars enfin de cet endroit et je consomme à plein (je mélange alcool et drogues). Un jour, en septembre 2010, alors que je cuvais ma cuite, la juge m'a condamnée à 42 mois de pénitencier fédéral.

La consommation a trois issues, si tu ne réagis pas : « la folie, la prison ou la mort. » Ce jour-là fut pour moi la meilleure chose qui me soit arrivée dans la vie. Merci, mon Dieu, de m'avoir, à travers ces personnes de loi, donné une autre vie.

Arrivée en prison depuis peu,

j'entendis qu'il y avait une réunion AA à la chapelle. J'y suis allée pour satisfaire ma curiosité. Il y avait des bénévoles et, dans ma tête, je me suis dit que ces personnes devaient être « dérangées » pour aller en prison visiter un rejet de société comme moi. Et eux, avec Amour, venaient nous dire qu'il y a de l'espoir si tu fais ce que tu as à faire dans AA.

Le message a fait son chemin. En janvier 2013, je suis allée à la maison de transition. J'ai pris une marraine et essayé leur suggestion de poursuivre les réunions, de m'impliquer (dans la mesure de mon talent), de lire mes livres AA et de faire le tout pour moi et mon bien-être.

AA ne fait pas de miracles, mais l'Amour des membres m'a permis de m'aimer assez pour quitter un conjoint contrôlant, de passer de membre à responsable dans les services comme RSG, de changer de ville et de me rapprocher des gens qui sont devenus ma nouvelle famille qui m'encourage et m'aime à travers mon parcours un jour à la fois.

En mars dernier, je suis allée faire une réunion intensive; je partage dans des congrès, des réunions; je fais des animations, du café, de

l'accueil et, pour toute récompense, en septembre, le 20, je fêterai mon plus important anniversaire : cinq ans d'abstinence.

Et si je me lève de ma chaise pour vous serrer la main, ce n'est qu'un petit effort pour vous remercier

d'être là pour moi. Merci, AA, de m'avoir permis de croire que, 24 heures par jour, on peut briser tous les murs intérieurs et extérieurs qui façonnent notre propre prison...

Isabelle, Lavaltrie.

À ma sortie de prison

Un bon jour de juillet 2011, à ma sortie de prison, je me suis retrouvé les deux pieds sur l'asphalte avec moi-même et une envie de mourir; je suis allé dans un centre d'hébergement.

Mes comportements étaient toujours présents, alors ils m'ont mis à la porte. L'alcool et d'autres substances sont subitement revenus à moi en me disant que c'était ma seule porte de sortie. Au début, j'y croyais, mais j'avais une volonté extrême de vivre et de vouloir être heureux. Un bon jour, quand j'étais défoncé, surtout rempli de toutes mes peurs, les larmes coulaient sur mon visage. Je marchais dans la rue rempli de honte, de désespoir et de ressentiment.

J'ai décidé de demander de l'aide, MERCI, MON DIEU, j'ai réussi à en

avoir. J'ai fait quatre thérapies, dont une seule vraiment pour moi et les trois autres pour avoir un toit et pour être apte à avoir de la nourriture. La dernière thérapie m'a fait reprendre ma vie en main et aussi à comprendre que maintenant, je ne serai plus jamais seul.

DIEU, MON RÉTABLISSEMENT ET MOI SONT MES TROIS BESOINS PRIMAIRES!

Aujourd'hui, je m'entoure de gens positifs, de gens en qui j'ai confiance. Aujourd'hui, j'ai décidé d'être heureux, de ne pas me laisser entraîner dans le négatif et de vivre le moment présent!

Merci!

Sylvain de Laval

L'amour de la vie tous les jours dans les réunions.

Cela fait déjà plus de 44 ans que je connais les AA qui m'ont guidé vers ce merveilleux mode de vie.

J'ai vécu une vie très heureuse avec mes parents. À l'âge de 13 ans, j'ai commencé à boire. J'ai travaillé sur les machineries lourdes jusqu'à l'âge de 37 ans. Je travaillais huit mois par année et quatre mois par année, c'était la fête. Je suis devenu alcoolique. Avec le temps, j'ai développé une mentalité de grandeurs démesurées et l'ambition de devenir riche rapidement, d'avoir du plaisir au maximum dans la vie et beaucoup d'argent pour tout ce plaisir.

J'ai donc personnellement décidé de faire le trafic de l'héroïne et je me suis fait prendre par la GRC. J'ai eu une sentence de 30 ans à purger au pénitencier maximum de Sainte-Anne-des-Plaines, au Québec. C'est à cette institution que j'ai fait la connaissance des Alcooliques anonymes le 13 novembre 1971.

Les membres des AA m'ont enseigné d'accepter ma sentence. Il y avait une réunion par semaine et deux fois par année, il y avait une journée intensive sur les Étapes et les Traditions. J'ai ouvert mon cœur et mon esprit afin de recevoir

ce que les membres m'offraient gratuitement, sans rien exiger en retour, pour laisser l'amour et l'amitié cicatriser mes blessures et mes frustrations.

Après 44 ans de sobriété à apprendre à vivre avec moi-même, à m'accepter avec mes défauts et mes qualités, j'ai demandé à Dieu, ma puissance supérieure, de mettre sur mon chemin une amie afin de partager ce merveilleux cadeau qu'est l'amour. Je l'ai rencontrée lors d'une réunion AA en maison de transition. Par la grâce de Dieu, cette rencontre a été la plus grande joie de ma vie.

Je suis un alcoolique en rétablissement tous les jours. Je suis rempli de gratitude envers le mouvement des AA. Présentement, je suis en libération conditionnelle et, par la grâce de Dieu, je partage ma vie avec une amie.

Je remercie tous les membres AA pour ce mode de vie ; c'est extraordinaire de participer aux réunions des AA.

Merci sincère,

Clément L., 80 ans.

Pour la dernière fois

J'ai pensé que je n'avais plus aucune chance ; mon avocat m'a demandé s'il pouvait appeler mon patron; j'ai lui dit oui, de toute façon, je n'avais plus rien à perdre. Il a téléphoné à mon patron qui a répondu sur son cellulaire de la Floride. Mon avocat voulait savoir quand j'étais supposé de retourner au travail. Il lui a répondu : pour le début d'avril. Mon patron a aussi mentionné que j'étais un excellent travailleur et qu'il me donnerait deux dollars de plus pour 2012.

Dieu était de mon côté. Le juge, l'avocat de la couronne et mon avocat ont discuté de mes possibilités de sentence. Ils en sont venus à une entente : si je plaçais coupable à trois chefs d'accusation, ils annuleraient les trois autres. J'avais de la difficulté à dire « coupable », à réaliser ce que j'avais fait. En prenant en considération le temps que j'avais servi, ils m'ont donné 107 jours de prison avec plusieurs conditions dont un an de probation, 16 semaines de programme sur la colère et l'agressivité, une thérapie sur l'alcool, la restitution à mon épouse des choses que j'avais brisées, même si elles étaient les miennes.

J'ai prié Dieu avant, pendant, et



même après la cour. J'étais très satisfait de ma sentence. C'était comme si Dieu m'avait donné ma dernière chance.

Après 27 ans avec mon épouse, elle a décidé de me laisser tomber. Je la comprends très bien, c'était de ma faute. Encore une fois, je suis redevenu seul, à l'exception de Dieu qui est vraiment la seule famille qui me reste avec les membres des AA.

Pour la dernière fois, j'ai compris, j'ai presque 50 ans. J'ai très hâte de retourner aux rencontres des AA. Avec mes conditions, mon emploi et le fait de recommencer une vie, je vais être très occupé. Je n'aurai pas de problème à garder ma sobriété et encore, je prie toujours Dieu. J'y vois une différence.

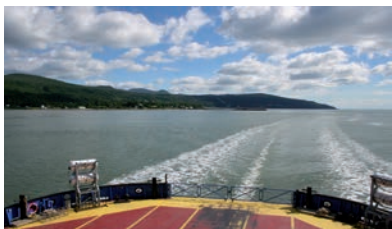
Éric V., Ottawa, Ontario

Un rêve oublié

Je ne me rappelle pas quand j'ai perdu la tête pour la première fois, mais je me rappelle très bien que lorsque j'étais ti-cul, j'avais des rêves et des buts dans la vie. Mais avec le temps, tout ce dont je rêvais a pris le bord pour quelque chose de malsain qui, aujourd'hui, m'a amené ici, dans cette prison, éloigné de ceux que j'aime. Je le regrette beaucoup, car j'ai perdu une partie de ma vie à faire le mal. Cependant je peux très bien me reprendre en main avec du vouloir et remettre ma vie dans le droit chemin. Ce serait une façon de me faire pardonner indirectement par la société, en étant une personne honnête, en pratiquant la rigoureuse honnêteté.

Dernièrement, j'ai rêvé à mon moi quand j'étais petit. «Plus tard, je voudrais être pompier, ambulancier, astronaute, hockeyeur, et ça, et ci, et ça... Et avoir le plus d'amies possible et être le meilleur et ci, et ça...»

Mon moi à l'âge de 6 ans, haut



comme trois pommes, me regardant avec un sourire triste et me disant : «Ils sont rendus où, tes rêves, Dan ? Pourquoi consommes-tu ? C'est quoi, la prison ? Pourquoi tu ne joues plus ? As-tu fini l'école ?»

Et plein d'autres questions qui à son âge me font rappeler que je posais pleins de question de ce genre pour apprendre de la vie ; que je voulais être grand sans savoir vraiment pourquoi... Je peux vous dire que ça m'a frappé, car je m'ennuyais de ce temps-là. Pouvoir revenir en arrière et me rattraper sur mes rêves d'avenir au lieu de m'enfoncer dans la gueule du loup. Me prouver à moi-même une bonne fois pour toutes que je peux réussir à être ce que je veux être.

J'ai assez souffert, j'ai assez perdu. Maintenant je me bats pour moi et pour être heureux sans faire du tort aux autres. Même si ça va être dur à faire, je vais laisser ma Puissance supérieure me guider et continuer à participer à des meetings, car j'en ai besoin, grandement besoin.

Le temps est long, comme on dit, mais ce temps long là, je vais m'en servir pour me rattraper et devenir celui que je voulais être lorsque j'étais ti-cul...

Moi.

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	1-855-805-0801	
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	418-391-3443	
	1-800-463-6155	
Bromptonville	819-564-0070	
C		
Cap Chat	418-723-6224	
Cap-aux-Meules	418-986-4474	
Cap-d'Espoir	418-391-3443	
	1-800-463-6155	
Cap-de-la-Madeleine	819-376-6279	
Caplan	418-391-3443	
	1-800-463-6155	
Causapsal	418-723-6224	
Chandler	418-391-3443	
	1-800-463-6155	
Charlemagne (als)	450-581-4011	
Charlevoix	1-866-376-6279	
Châteauguay	514-376-9230	
Chibougamou / Chapais	1-866-376-6279	
Chicoutimi	418-549-2183	
Chicoutimi Le Fjord	418-549-2183	
Coaticook	819-564-0070	
Coleraine	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	
Fortierville	819-758-3959	
Frontenac	418-221-3560	
G		
Gascon	418-391-3443	
	1-800-463-6155	
Gaspé	418-360-6623	
	anglais 418-368-2778	
Gatineau (als)	819-561-2002	
Granby		450-405-9321
Grande-Rivière		418-391-3443
		1-800-463-6155
H		
Havre-Aubert		418-986-4474
Hull (als)		819-595-1916
I		
Îles-de-la-Madeleine		418-986-4474
Iqaluit		1-888 616-4011
J		
Joliette (als)		450-759-6000
Jonquière		1-866-376-6279
K		
Knowlton (Anglais)		450-242-2611
L		
L'Isletville		418-354-2178
		1-800-463-8174
La Baie		418-549-2183
La Guadeloupe		418-221-3560
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 Etchemin		418-386-7267
Lac Mégantic		819-564-0070
Lachenaie (als)		450-581-4011
Lachute		450-495-1925
Lamarte		418-723-6224
		1-866-923-6224
Lanaudière Nord		450-759-6000
Laval		450-629-6635
Laviolette		819-376-6279
Legardeur (als)		450-581-4011
Lennoxville		819-564-0070
Les Méchins		418-723-6224
		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		
Maqoq		819-868-0707
Malartic		1-855-805-0801
Maria		418-391-3443
		1-800-463-6155
Matane		418-723-6224
Matapédia		418-723-6224
Mont-Joli		418-723-6224
Mont-Laurier		1-888-523-5422
Montmagny		418-354-2178
		1-800-463-8174
Montréal (Français et anglais)		514-376-9230
Montréal (Espagnol)		514-273-9921

N	
New-Richmond	418-391-3443
	1-800-463-6155
Newport	418-391-3443
	1-800-463-6155
Notre-Dame-du-Bon-Conseil	819-478-7030
	1-888-478-7030
Nunavik-Nunavut (Inuktitut-Anglais)	1-888-616-4011
O	
Oka	450-629-6635
P	
Paspédiac	418-391-3443
	1-800-463-6155
Piedmont (als)	450-227-4420
Pierreville	819-478-7030
	1-888-478-7030
Plessville	819-758-3959
Portneuf	418-529-0015
	418-529-0016
Princeville	819-758-3959
Q	
Québec (et les environs)	418-529-0015
	418-529-0016
R	
Rawdon (als)	450-831-5858
Repentigny (als)	450-581-4011
Réserve Gesgapegiag	418-391-3443
	1-800-463-6155
Richmond	819-564-0070
Rimouski	418-723-6224
Rivière-au-Renard	418-360-6623
	anglais 418-368-2778
Rivière-du-Loup	418-867-3030
Roberval	1-866-376-6279
Rock Forest	819-564-0070
S	
Saint-Calixte	1-866-831-5858
Saint-Côme de Beauce	418-221-3560
Saint-Elzéar	418-386-7267
Saint-Ephrem de Beauce	418-221-3560
Saint-Eustache	450-629-6635
Saint-Fabien-de-Panet	418-354-2178
	1-800-463-8174
Saint-François d'Assise	418-723-6224
Saint-François du Lac	819-478-7030
	1-888-478-7030
Saint-François-Xavier-de-Brompton	819-564-0070
Saint-Gabriel-de-Kamouraska	418-354-2178
	1-800-463-8174
Saint-Georges	418-221-3560
Saint-Georges Ouest	418-221-3560
Saint-Guillaume	819-478-7030
	1-888-478-7030
Saint-Hyacinthe	450-774-1511
Saint-Isidore	418-386-7267
Saint-Janvier	450-602-0220
	514-710-0020
Saint-Jean-sur-Richelieu	514-376-9230
Saint-Jean-de-Dieu	418-867-3030
Saint-Jean-Port-Joli	418-354-2178
	1-800-463-8174
Saint-Jérôme (als)	450-438-5799
Saint-Léon-le-Grand	418-723-6224
Saint-Léonard d'Aston	819-478-7030
	1-888-478-7030
Saint-Lin-Laurentides	1-866-831-5858
Saint-Majorique	418-360-6623
	anglais 418-368-2778
Saint-Marc-du-Lac-Long	418-863-3490
Saint-Maurice	418-360-6623
	anglais 418-368-2778
Saint-Pascal	418-867-3030
Saint-Prosper	418-221-3560
Saint-Sauveur (als)	450-227-4420
Saint-Tite	819-376-6279
Saint-Victor	418-221-3560
Sainte-Adèle (als)	450-227-4420
Sainte-Agathe-des-Monts	819-429-7416
Sainte-Anne des Monts	418-723-6224
Sainte-Anne-des-Plaines	450-602-0220
	514-710-9024
Sainte-Eulalie	819-758-3959
Sainte-Françoise	819-758-3959
Sainte-Julienne	450-831-5858
	1-866-831-5858
Sainte-Justine-de-Dorchester	418-221-3560
Sainte-Marie-de-Beauce	418-386-7267
Sainte-Monique de Nicolet	819-478-7030
	1-888-478-7030
Sainte-Sophie	450-602-0220
	514-710-9024
Sainte-Thérèse	450-629-6635
Sayabec	418-723-6224
Sept-Îles - Port-Cartier	1-866-376-6279
Shawinigan	819-376-6279
	1-866-376-6279
Sherbrooke (Français et anglais)	819-564-0070
Sorel-Tracy	450-742-4922
Squatec	418-863-3490
Stanstead	819-868-0707
Sully Pohénegamook	418-863-3490
T	
Témiscouata-sur-le-lac	418-863-3490
Terrebonne	450-629-6635
Theford-Mines	418-338-2724
Tourelle	418-723-6224
Trois-Rivières	819-376-6279
V	
Val d'Or	1-855-825-0801
Valcourt	819-564-0070
Valleyfield	1-877-790-2526
Vaudreuil-Dorion	514-376-9230
	1-877-790-8526
Victoriaville	819-758-3959
W	
Warwick	819-758-3959
Waterville	819-564-0070
Weedon	819-564-0070
Windsor	819-564-0070
Aide téléphonique à l'extérieur du Québec	
Floride – Intergroupe francophone	954-695-8073
Ontario – Hawkesbury	613-872-1925
Ontario – Ottawa (als)	819-595-1916

PARTAGE RÉTRO

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

Neuf mois de miracles

(Reproduction d'un texte paru en 1966, volume 2, no 2, août-septembre, pages 14 et 15)

Neuf mois se sont écoulés depuis mon dernier verre et j'ai vu plusieurs changements merveilleux survenir dans ce court laps de temps.

L'autre soir, j'étais assis à l'arrière à l'assemblée de notre groupe AA, lorsque le président fit appel inopinément à mes services afin de raconter comment AA m'avait aidé.

Pendant que je m'avançais vers la tribune, j'essayais de me concentrer et plusieurs exemples du bien effectué par les AA me vinrent à l'esprit. Ainsi :

Il y a de cela neuf mois, j'avais une épouse qui était intolérante, hargneuse, critiqueuse et extrêmement difficile à supporter. Elle assiste maintenant à des assemblées AA avec moi et est bien renseignée sur le programme AA. Les choses qu'elle a apprises dans AA ont produit un effet remarquable, car elle a été transformée en une personne tolérante, agréable et charitable.

Il y a de cela neuf mois, j'avais une belle-mère stupide, intrigante et vraiment désagréable. Je lui ai tranquillement expliqué le programme AA et, comme résultat de ce que je lui ai inculqué, elle est devenue une petite dame gentille et aimante qui me comprend.

Il y a neuf mois, ma mère avait une influence troublante et nocive sur mon comportement. Elle a lu et étudié le programme AA et cela l'a tellement changée que ses visites à notre foyer sont maintenant des événements plaisants ; elle collabore à notre vie sereine et heureuse.

Il y a neuf mois, j'étais le père de trois garçons (trois monstres) qui à eux seuls auraient incité n'importe quel homme à boire. Naturellement, ils ont beaucoup entendu parler du programme AA et, quoique jeunes, ils ont changé d'attitude au sujet de leurs responsabilités.

Il y a de cela neuf mois, j'avais des voisins bavards et malveillants. Ma belle-mère, qui vit avec nous, entretenait de bonnes relations avec nos voisins, même si c'était une bande d'imbéciles. Par son entremise, mes voisins ont appris quelque chose de la méthode AA et l'information qu'ils ont acquise, même obtenue d'une troisième personne, a été suffisante pour les transformer en un groupe indulgent, utile, aimable et désireux de me voir réussir.

Il y a neuf mois, j'avais un patron qui n'avait aucune confiance dans le genre humain et ne croyait personne. Je me suis

PARTAGE RETRO

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

donné de la peine afin de l'initier au mode de vie AA; il me doit maintenant une fière chandelle, car il s'améliore de toutes les manières possibles ainsi que le prouve la nouvelle confiance qu'il manifeste aux autres.

Il y a de cela neuf mois, je possédais une voiture qui ne se laissait pas conduire en ligne droite et qui ne pouvait arrêter sans délai. Plusieurs prétendent que notre état psychologique peut subjuguer la matière – et j'y crois, car en conduisant, je me suis rappelé plusieurs idées du programme AA et ces idées ont affecté ma voiture. Elle se conduit maintenant comme tout véhicule qui se respecte.

Il y a neuf mois, beaucoup de nigauds s'attroupaient dans les églises où ils étaient induits en erreur par des prédicateurs ignorants qui étaient déterminés à leur faire voir les feux de l'enfer afin d'extirper leur argent durement gagné. Mais ce clergé s'est rapidement familiarisé avec le programme AA et ce sont maintenant des gens sincères. La sagesse et la compréhension qu'ils ont acquises ont de bons résultats parmi leurs ouailles.

Il y a de cela neuf mois, mon groupe AA était formé de gens ennuyeux à idées fixes. Le programme AA nous parle d'un réveil spirituel, et je crois fermement que ce réveil peut se produire dans une foule,

car ce même groupe a été métamorphosé en une foule de gens sincères, intéressants et pleins de vie.

Il y a de cela neuf mois, le monde était rempli de gens impolis, indifférents, envieux, égoïstes et avides. Le mouvement AA a reçu beaucoup de publicité par l'entremise de la radio, des magazines et d'autres moyens de communication. Il est étonnant de se rendre compte du nombre de gens qui ont apprécié le nouveau mode de vie révélé par le programme AA. Dans le court espace de temps de neuf mois, j'ai la preuve incroyable que le monde entier commence à comprendre le sens de cette méthode et partout je rencontre des gens qui ont de l'entregent, qui sont aimables, charitables et veulent rendre service sans attendre de récompense pécuniaire.

Tout en avançant vers la tribune, ces idées me traversaient l'esprit au sujet de toutes ces personnes que les AA avaient aidées; humiliant pour moi de ne pouvoir que murmurer que j'ignorais comment les AA m'avaient aidé moi-même, sauf que je me rendais compte qu'ils avaient aidé d'autres gens. Cela m'a rassuré. Je me suis dit qu'un jour ou l'autre, le mouvement m'aiderait probablement à moi aussi si je persistais à vivre selon la méthode AA.

Charlie W., Beaumont, Texas.

Sobre pour avoir été honnête

Je suis alcoolique depuis l'âge de 12 ans. L'alcool, à cet âge, m'a ouvert plusieurs portes, comme je pouvais demander une fille à danser et je n'avais plus peur de rien. À 16 ans, j'arrête l'école. Je n'ai pas d'éducation ni de place où rester, parce que mes parents alcooliques ne me veulent plus avec eux. Voici donc que l'alcool remplace l'amour dont j'avais besoin.



Je connais le programme des Alcooliques anonymes depuis l'âge de 16 ans, car le juge me donne deux ans avec sursis et il faut que je commence le programme des AA. Ça ne dure pas parce qu'à cet âge, je veux faire comme mes amis alcooliques, boire et avoir du plaisir.

À 19 ans, à nouveau, je reçois une sentence de prison : six mois pour vol et chicane, et conduite sans permis. C'est la première fois que je fais de la prison.

À 25 ans, je rencontre une très jolie demoiselle que je marie. Nous aurons deux belles filles, Nadia et Tina. J'avais toujours voulu me marier, avoir des enfants, et arrêter

de boire. Mais j'ai fêté pendant des années. À 39 ans, je demande à Dieu de mourir parce que je n'en peux plus. Mais plutôt que de mourir, je prends une sentence de 15 ans pour homicide involontaire.

Aujourd'hui, à l'âge de 50 ans, je suis encore en prison, mais finalement sobre depuis 2012, pour avoir été honnête avec le programme des Alcooliques anonymes et avec moi-même et mes amis alcooliques.

Mes amis, je peux vous en dire plus sur mon chemin de l'alcoolisme, mais je peux vous promettre que si mon Dieu à moi peut me donner une deuxième chance, il le veut aussi pour vous. Alcooliques anonymes, ça marche, si on veut que ça marche.

Arthur C.

Le bon choix

Je m'appelle Carl et je suis alcoolique. Je suis incarcéré au pénitencier de Drummonville, je fais une sentence de sept ans et demi à cause de mon alcoolisme; j'ai commis des crimes pour consommer, j'avais besoin d'argent vite fait.

Ma souffrance dure depuis des années. J'ai commencé à boire à 13 ans et j'en ai 34, ça peut te donner une idée. Ça fait cinq mois que je ne consomme plus, abstinence totale; c'est la première fois que je suis abstinent aussi longtemps. J'assiste à la réunion une fois par semaine, je m'occupe de la littérature et je parle souvent de l'importance de La Vigne;

c'est important à mes yeux, je lis à chaque jour des partages de gens comme moi, qui me racontent des parcours difficiles et parfois des parcours heureux qui me montrent que ça marche, AA. Il faut juste un peu d'ouverture d'esprit et voir que j'ai assez souffert.

À toi, le nouveau ou le renouveau qui me lis, sache que tu n'es pas seul. Tu es condamné au bonheur, à toi de choisir. N'oublie pas : LA PRISON, LA FOLIE OU LA MORT, ce n'est pas le bon choix. Par contre, j'en connais un choix qui veut ton bien et c'est AA.

Carl, Drummonville

Expérience dans un établissement carcéral

Ma première expérience dans les prisons a été faite suite à la demande d'un membre à mon premier groupe d'attache. La première fois où je suis allé en prison, mes peurs sont tombées.. Les détenus m'ont montré qu'ils avaient besoin de nous, les membres AA de l'extérieur des murs, pour s'en sortir.

En écoutant ces gens et en discutant avec eux, je me suis aperçu que mon abstinence dépendait de l'aide que

j'apportais aux autres. Le bien-être ressenti et l'amour donné en milieu carcéral m'ont rendu heureux.

J'ai vécu cette expérience extraordinaire il y a presque 15 ans, c'est ce qui m'a poussé à devenir un serviteur de confiance dans le comité des centres de détention de ma région.

Ronald G. Région 87

Qu'est-ce qui peut me ramener à la vie?

Je m'appelle Bertrand, je suis un alcoolique. J'ai blessé l'existence, alors je demande que mes paroles soient une prière pour tous ceux qui ont souffert à cause de moi, et ceux qui en souffrent encore. J'ai connu Alcooliques anonymes à l'âge de 22 ans par le biais d'un dépliant qu'une de mes sœurs avait mis sous mon oreiller; le matin, en me réveillant, je l'ai découvert. Je relevais d'une cuite monumentale; les yeux brouillés, j'ai vu sur la première page un homme battu, sur la dernière, celui-ci était souriant, appréciant la vie. J'ai appelé le numéro et le soir même j'assistais à ma première réunion.

Je sortais de prison, j'avais fêté cette liberté dans l'alcool durant plus de quatre semaines avec mon groupe de motards. J'étais à bout de souffrances, mon entourage aussi. Je ne voulais pas arrêter de consommer, j'espérais simplement que ces gens me montrent comment boire socialement. J'ai reçu un accueil surprenant, attendu que je viens d'une petite ville où tout le monde te connaît. Même si j'étais en état d'ébriété avancé, que je n'avais compris un traître mot, j'ai été attiré par le bonheur que ces gens avaient; j'ai donc décidé de

fréquenter les A.A. Par instinct, j'ai changé mon entourage, je me suis retrouvé un emploi, et je me suis occupé de ma famille.

Il m'a fallu neuf ans avant d'aller chercher un gâteau d'un an. Mes rechutes ne dureraient plus longtemps, je persévérais grâce aux membres qui, au lieu de juger, m'accordaient leur soutien. J'ai aimé le mouvement, je me suis impliqué dès le début. Je me suis refait une existence agréable en changeant les choses que je pouvais. J'avais l'ambition de redonner ce que j'avais reçu.

J'ai travaillé pour la maison du Père à Montréal à aider les itinérants. J'ai connu Dernier Recours Montréal, un lieu où les gens sans abri pouvaient aller s'abriter, une misère noire et j'ai œuvré dans différentes maisons de thérapie. Après bien des années, j'ai délaissé le mouvement pour consacrer plus de temps à ma nouvelle conjointe. J'ai arrêté de prendre mes gâteaux, je n'avais plus de temps pour la littérature. L'impact: la tranquillité intérieure que j'avais connue s'est estompée, j'ai repris mes défauts de caractère et le doute que je sois toujours un alcoolique me harcelait continuellement.

Alors je suis retourné boire; ce qui suit n'est pas beau. J'ai eu un accident en état d'ébriété; par malheur, j'ai tué deux enfants, Marie-Pier et Mathieu. J'aurais voulu mourir, m'ouvrir les trippes, je n'étais plus personne, pour moi-même et pour les autres. Il n'y a pas de désespoir plus grand que la perte de vie, ni pour les victimes, ni pour la personne en cause; les souffrances encourues sont énormes, la dépression indescriptible, l'être n'existe plus qu'à travers un mince fil qui ne dépend même plus de toi.

Le suicide semble la solution, cependant, c'est transférer mes responsabilités à mes proches qui souffrent déjà trop de la honte, de la culpabilité, de la peine, ne sachant même plus qui comprendre, le frère ou les victimes. Tout l'environnement ne devient que souffrances, ressentiment nourri amplement par les médias. La première journée en prison, j'ai essayé de grimper la clôture pour aller me pendre sur les barbelés de celle-ci.

Après une bagarre, on m'a placé au trou, nu dans une pièce sans meuble où il n'y a qu'un trou pour les besoins physiques. Un gardien de prison m'a apporté une Vigne AA. Je n'étais pas en mesure de lire un seul mot, j'étais en état de choc, me considérant comme mort dans toute ma personne. Seul au monde

avec la désolation, j'ai regardé cette Vigne qui me remémorait le mode de vie qui m'avait tant aidé. Et si... je pouvais trouver suffisamment de forces pour réparer mes torts, peut-être pourrais-je reconsidérer ma décision de mourir. Qu'est-ce qui peut réparer la mort de deux enfants, qu'est-ce qui peut me ramener à la vie? Les Étapes.

J'ai commencé à aider les détenus afin qu'ils aient des plans de séjours en thérapie, cela même si, à tous les jours je me questionnais sur ma motivation à vivre, questionnement qui dura plus de deux ans. Un détenu comme moi me mentionna qu'il avait trouvé une force de vivre en se mettant à genoux, puis en demandant pardon du haut du ciel à ses victimes. Cela m'a pris des journées de prières afin d'arriver à parler à Marie-Pier et Mathieu, et une prière s'est construite pour eux, leurs parents et amis, que je dist tous les soirs.

Pour réparer la mort, il n'y a qu'à semer la vie par la bonté, la générosité que ces enfants auraient cultivées. La solution n'est pas facile à appliquer pour un homme vide d'amour, rempli de solitude, cependant il y a dans les murs de la prison des réunions de plusieurs fraternités. C'est à travers toutes les poignées de main des bénévoles qui viennent

nous dire en prison que l'on est des individus qui valent encore la peine d'être considérés comme faisant partie intégrante de la société, et qu'il y a encore de l'espoir pour qui veut se prendre en mains, que j'ai trouvé la force d'une journée à la fois passer à travers la souffrance.

Sur neuf ans de prison, j'en ai fait six, et tout ce temps, j'ai fait des réunions tout en m'impliquant à différentes tâches qu'impliquent la préparation des réunions, des congrès à l'intérieur des murs. Je me suis choisi un parrain A.A. à travers les bénévoles, qui a même pris le temps d'assister à mon audience des libérations conditionnelles, qui s'est occupé de moi à ma sortie de prison, à faire des réunions A.A., des congrès et des intensifs. N'ayant plus de permis de conduire pour une période de 15 ans, c'est lui qui m'a permis d'aller porter le message à travers la province de Québec; il m'a appuyé tout au long de mon cheminement sans relâche.

À ma sortie de prison, alors que j'étais en transition, j'ai entendu des enfants rire, et s'amuser tout à côté du bâtiment où je résidais. J'ai vécu une telle souffrance de remords que la pensée de caler une bouteille de téquila m'est venue à l'esprit. C'en était trop, mais la compréhension de mon parrain qui s'est empressé de m'amener

aux réunions m'a permis de passer à travers. Je ne m'aimais pas assez pour rester abstinent seul, mais je considérais que les efforts que les gens avaient mis sur moi ne valaient pas la misère d'une rechute qui m'aurait présenté le suicide.

Cela fait 12 ans que je suis abstinent, au cours desquels j'ai essayé de trouver mon propre pardon. J'ai tenu ma promesse de semer à tous les jours la vie à travers la joie, la gratification, l'honnêteté et toutes les valeurs qui donnent vie. J'ai trouvé tellement de gens qui m'ont aimé que j'ai fini par m'aimer. Il y a tant d'amour autour de moi, tant de gens qui m'ont aidé à me retrouver qu'aujourd'hui, je prends ce temps pour dire merci à tous les membres A.A. qui prennent le temps pour dire à ceux et celles qui doutent encore de leur mérite de vivre que l'existence peut encore en valoir la peine, qu'elle peut être source de bonheur et que les promesses des A.A. sont à qui veut bien faire l'effort d'aller les chercher.

Merci à tous les gens qui ont fait de moi un homme meilleur à travers l'humilité, l'amour, le partage

Bertrand, Montréal

Se faire un cadeau

Bonjour, mon nom est Benoît, de Laval, abstinent depuis 30 mois.

Je veux dire merci à La Vigne, cela fait deux ans que je suis abonné à ce qu'on appelle le trio. Wow! Peu importe où tu es et quand tu veux, lire une histoire est positivement correct. Et les archives, c'est

merveilleux!

Merci, je renouvelle, je suis en manque!

Je vous le recommande : vous vous faites un cadeau et pourquoi pas, aussi à un ami!

Benoît

Tendre la main à mon tour

Je suis alcoolique et je m'appelle René. Il y a déjà huit ans que je suis sorti du pénitencier après avoir passé 26 ans derrière les murs. J'ai connu le programme des 12 étapes quand j'étais là-bas, des jours où j'étais désespéré, révolté, rempli de peur, englouti par la tristesse. Ma vie était pire que l'enfer, enfermé dans mes remords. Je ne voyais aucune issue, attendant la mort comme délivrance.

Un jour, en faisant les 100 tours dans la cour de la prison, un homme m'a tendu la main ; je ne pouvais savoir que cette main tendue me guiderait vers la liberté. Je suis allé à ma première réunion.

L'accueil, l'amour, les rires, les témoignages ont fait que même si je ne croyais pas au concept de changement, tellement j'étais dans le noir, j'ai eu le goût d'y retourner.

Tranquillement, à force d'y retourner, de lire, d'échanger, il y a quelque chose d'inexplicable en mots qui s'est passé ; c'est comme si j'étais revenu à la vie.

Comme résultat de l'étude des Étapes, quand je suis sorti, j'ai emmené avec moi cette liberté que j'avais acquise en dedans des murs.

Maintenant, je carbure à la vie. Je suis rempli d'amour, de paix et d'espoir. Tant que je reste vigilant, eh bien, « ça n'arrête plus d'aller bien! » Je ne sais pas pourquoi la vie est si bonne pour moi, je suis vraiment privilégié.

J'essaie de rester connecté sur le programme et je sais que cette nouvelle liberté ne va pas sans la responsabilité de tendre la main d'AA à mon tour.

René, Région 90

L'essentiel d'un membre AA

Depuis mon entrée dans ce Mouvement en octobre 2000, de Montréal, de Québec, maintenant de Cowansville, je perçois une réalité de certains membres qui ont la problématique du « Je » (ressentiment) « Me » (orgueil) « Moi » (apitoiement) plutôt prononcée; hélas, ça se vit dans plusieurs groupes des AA! Ce positionnement en pleine conscience de la relation entre nous, les alcooliques, ne sert qu'à filtrer le mal qui pourrait surgir de nous-mêmes. J'en reviens à la Genèse du mouvement des AA, « L'héritage de Bob et Bill » qui se définit par: le Rétablissement, l'Unité et le Service.

Lorsque vous adhérez au mouvement des AA, voilà trois bonnes occasions de reconnaître la place que les AA vous demandent de réaliser, d'aller partager là où souvent vos préjugés vous dominant totalement dans votre propre vie. Je sais bien que chaque alcoolique et autre est différent de vous et moi, et je l'accepte sans condition, la diversité des opinions fait partie intégrante de l'alcoolique. L'accès à la sobriété, c'est d'abord une question d'engagement total au mouvement

des AA. Pour moi aussi, ce n'est pas tous les jours joie et harmonie, en moi-même ou dans ma relation avec les autres. Mais en même temps, il y a des moments où, grâce à l'apport de la prière, ma quête d'humilité fait jaillir en moi des moments d'espérance et de calme. Au-delà des circonstances qui diffèrent les uns des autres membres des AA, il faut parfois accepter ce qui nous blesse pour arriver à nous guérir nous-mêmes. Que les apparences sont trompeuses et que je me trompe si je pense qu'il n'existe que ce que vois! Car le ressentiment, l'apitoiement et l'orgueil sont à la mesure de notre propre fermeture. Pour résumer le tout, la vraie valeur du mouvement fondé par Bill et Bob, c'est essentiellement d'être présent, d'être actif, de contribuer et de trouver les moyens d'être disponible pour l'alcoolique, peu importe son adresse, car nous avons tous ce même problème, peu importe ton nom.

À vrai dire, n'est-ce pas essentiellement par manque d'intériorité et d'engagement que plusieurs membres vivent encore dans leurs préjugés envers un autre alcoolique? Je répète souvent la prière de la Sérénité pour qu'elle

creuse son chemin en moi et ouvre mon écoute aux autres membres des A.A.

Bill et Bob nous rappellent, humblement et avec respect, qu'ils se sont rapprochés des alcooliques plus petits et plus pauvres qu'eux pour leur apprendre à redécouvrir leur sobriété dans leur dignité et leur transmettre l'espoir d'être

sobres, un jour à la fois.

Merci à tous ceux celles qui correspondent, qui transmettent, qui partagent, qui se déplacent pour porter leur message à l'alcoolique que je suis.

Merci d'être là.

Daniel B., La Macaza

La boisson m'a emmené en prison

Bonjour, je vais vous parler de ma vie qui n'a pas été facile avec l'alcool.

En 2006, j'ai commencé à boire la fin de semaine avec mes amis; à ce moment-là, je trouvais cela bon de boire! J'ai commencé à sortir dans les bars, cela me coûtait très cher! Après quelques années, j'ai rencontré une fille, j'ai passé une année et demie avec elle et j'ai eu un beau garçon. En juillet 2013, elle m'a laissé pour un autre; là j'ai

recommencé à boire, mais boire beaucoup plus.

Je prenais ma voiture en état d'ébriété, la police m'a arrêté. J'ai perdu mon permis, cela ne m'a pas ouvert les yeux. Je suis retourné au bar une semaine après et j'ai repris ma voiture. La police m'a poursuivi, mais je ne me suis pas arrêté. J'ai été poursuivi par la police sur une distance de 40 km, et j'ai fait de la prison pendant neuf mois.

En prison, j'ai connu les AA! Je me suis dit qu'à ma sortie, j'irais dans les réunions. Les AA M'ONT SAUVÉ LA VIE. Je suis sobre depuis 10 mois, je suis fier de moi!

MERCI, AA! Je vais continuer avec vous!

Tommy, Landrienne



Par amour pour elles!

Il me fait plaisir de partager avec vous mon expérience au niveau des Centres de Détention.

Quel privilège que de servir à ce niveau pour tout serviteur dans AA! Tellement que si c'était juste de moi, je servais encore au sein de ce Comité, mais la vie m'a amenée vers quelque chose d'encore plus merveilleux et que pour rien au monde je voudrais y changer quoi que ce soit.

J'ai été appelée à servir à ce Comité à titre de «co-marraine» quand le Centre correctionnel de Joliette, une prison fédérale pour femmes seulement, a ouvert ses portes en 1997. Je peux vous dire que la première fois que j'y ai mis les pieds, je me suis tout de suite sentie chez moi dans ce Centre-là. J'ai servi pendant cinq ans et, dans les dernières années, j'y allais de deux à trois fois par semaine et ce, sur une base régulière. Car après avoir servi comme «co-marraine» et «marraine» par la suite, j'ai aussi été «escorte». Cela signifiait que j'avais l'autorisation et la permission de sortir une ou quelques détenues de prison pour aller vivre des réunions AA à l'extérieur de l'établissement.

J'ai aussi fait partie de la «Société Elizabeth Fry du

Québec» dédiée à l'aide aux femmes confrontées à la Justice pénale. J'ai également suivi les différents cours offerts par le Centre correctionnel. J'ai eu beaucoup de plaisir à servir au sein de cette équipe-là, des membres du personnel dévoués et avec qui il faisait bon me retrouver à chaque fois. J'ai tout aimé de ce que j'ai vécu pendant ces cinq belles années. Un monde duquel je n'avais pas peur et avec qui je me sentais en totale confiance et ce, autant avec les détenues que le personnel. Intérieurement j'ai été capable d'aller au-delà des préjugés et des clôtures barbelées. J'ai été capable aussi d'aller au-delà des différences et de trouver CE lien qui nous unissait toutes, c'est-à-dire la maladie de l'alcoolisme et pour moi, je peux vous dire que c'était tout ce qui comptait! Rien d'autre n'avait d'importance. Wow! Ils'en est vécu des choses à l'intérieur de ces murs, trop de choses! D'abord, ce sont les filles qui ont trouvé le nom du groupe «Les Tenaces». Soit dit en passant, elles ne pouvaient trouver mieux comme qualificatif, un nom qui les représentait vraiment, ne serait-ce que pour la durée de

leur incarcération qui, en prison fédérale, signifie deux ans plus un jour.

Pour ma part, ces filles m'ont appris beaucoup, mais entre autres, l'importance de MA responsabilité envers elles :

1. Elles avaient besoin de voir que ce que je disais était plausible dans l'action, donc tout ce que je disais, je le faisais, pour faire en sorte de ne pas les décevoir, car les déceptions sont grandes dans ce genre de milieu.

2. De ne pas les juger. De chercher à comprendre plutôt qu'à être comprise. À chaque fois que je franchissais le seuil du Centre, il n'y avait qu'elles qui comptaient pour moi. À chaque fois, je me demandais ce que je pouvais faire de plus pour leur apporter ne serait-ce qu'un petit brin d'espoir dans leur cœur souvent assombri.

3. De leur donner une belle image de la femme que j'étais et qu'elles aussi pouvaient devenir ces femmes qu'elles auraient toujours voulu être et qu'elles ne sont jamais devenues à cause de leur consommation et tout cela dans le but de renforcer leur estime d'elles-mêmes. Qu'elles aussi avaient le droit d'être quelqu'un pour quelqu'un.

Enfin et ce dont je vais toujours me souvenir, c'est qu'un jour, une femme membre des AA m'a donné un tas de documents en me disant que si cela pouvait servir pour les filles du Centre, de leur en faire cadeau. Et comme par hasard, je suis tombée sur une pensée que je trouvais tout à fait de convenance, mais que j'ai gardée pour moi, pour la simple et bonne raison que ce n'était pas approuvé par les Services Mondiaux et cette pensée disait ceci :

«PERSONNE NE PEUT ME FAIRE SENTIR INFÉRIEUR SANS MON CONSENTEMENT!»

Une Mimi émue,
Sainte-Béatrix



Laisser le temps au temps

J'ai perdu la soif grâce à internet. J'ai eu la chance d'être accompagnée et respectée dans mon besoin de passer inaperçue, le temps de guérir. C'est devant mon ordinateur que j'ai eu le courage de faire du service, sans avoir mis le pied dans une salle. À l'époque, j'avais trop honte et trop peur pour fréquenter un sous-sol d'église. Ma première implication fut d'animer une réunion AA sur un site en écrivant en direct.

Après deux ans d'abstinence, j'ai commencé à fréquenter des salles de réunions. Je rasais les murs comme une voleuse en espérant que personne ne me parlerait. Je ne suis jamais allée chercher mon jeton du nouveau, car je ne voulais pas être remarquée. Nous avons chacun nos blessures et il m'a fallu du temps avant de me laisser apprivoiser par un groupe. J'ai vécu du harcèlement durant mes années d'école. J'avais besoin de temps pour refaire confiance.

On entend souvent dire dans les salles qu'il ne faut jamais refuser une demande de service pour AA. Si j'avais dit oui à la première demande de service qu'on m'a faite, je me serais sentie très mal, car je n'étais pas prête. J'ai vu des membres qui n'étaient pas prêts à accepter une tâche par culpabilité,

pour ne pas décevoir, ou par peur d'être jugés, ce qui les a retardés dans leur rétablissement.

J'ai commencé à faire du café dans une salle, puis dans une autre. J'ai fait mon petit bonhomme de chemin en faisant plusieurs tâches, jusqu'à être prête à partager, au bout de six ans d'abstinence. Je n'ai pas vécu le fameux nuage rose. Par contre, une sérénité que je ne croyais pas possible s'est installée en moi; une joie d'exister, une sensation de vivre avec quelque chose de lumineux, que je ne cherche pas à expliquer, et qui fait de chaque matin une aventure passionnante.

J'ai fait plusieurs tâches, dont RSG. Un jour j'ai réalisé que cette tâche ne me convenait plus, alors j'ai laissé la place à un membre et je suis retournée aux tâches qui convenaient mieux à mes capacités et à mes goûts. Je suis capable de discerner, sans émotions malsaines, ce que je peux faire de bien pour aider un groupe ou non. Il y a le service qui paraît dans une salle de réunion et il y a le service qui se fait dans l'ombre, comme écouter quelqu'un qui ne va pas bien, peu importe si c'est un membre ou non. La recherche de tâches dans une salle de réunion n'est pas un concours pour avoir

l'air d'un bon membre, ni nécessairement un garant béton de sobriété. C'est quelque chose qui vient du cœur, qui ne se mesure pas et qui existe au-delà des apparences. C'est une des façons de

partager cette lumière de vie qui accompagne le rétablissement. Il n'y a pas de mauvaises façons de grandir.

Anne, alcoolique, Montréal



Si tu veux

À mon adolescence, vers l'âge de 14-15 ans, j'ai touché à l'alcool avec mes amis, c'est là que commença mon calvaire. Je me suis accroché à l'alcool toute mon enfance et c'est ainsi que d'autres substances sont entrées dans ma vie et une maladie de schizophrénie a été découverte dans la trentaine.

Ma vie a été remplie de hauts et de bas. J'ai eu une compagne environ dix ans, j'ai été capable d'être abstinente pendant environ cinq belles années. J'ai fait une rechute d'un an en allant au bout de la souffrance et de la maladie qui était présente. Voilà mon cheminement pendant toutes ces années.

En 1991, j'ai arrêté de consommer, mais je suis resté avec ma maladie sans médicaments, ce qui

m'emmena à commettre un délit en 1995. C'est là que j'ai connu l'institut Pinel pendant cinq ans. Après être allé en maison de transition, je suis retourné à la vie normale. Je n'ai toujours pas consommé de ces substances.

Je ne voudrais pas oublier mon frère de sang et AA, un certain bon membre, pour m'avoir fait faire 90 jours, 90 réunions. Aujourd'hui, j'ai un groupe d'attache que je visite toutes les semaines et je prends des tâches. Avec mon Être Supérieur je réussis à rester abstinente.

Je veux dire au nouveau : si tu veux, il est possible de rester sobre avec AA et l'Amour de ses membres.

Bonnes 24 heures,

Mario D., Baie des Chaleurs,
Gaspésie

La soif

Telle une ombre qui s'allonge, elle s'est emparée de ma vie, me noircissant le cœur et l'âme. Je ne cessais de vomir mon fiel envers des fantômes et des spectres, déversant ma colère dans le vide.

Je n'avais plus qu'envie de mourir. J'étais déjà morte et desséchée à l'intérieur de moi, ma soif, inextricable.

Le 11 mai 2014 au soir, à l'issue de ma dernière année de formation collégiale, j'ai pris ma dernière cuite. C'est à ce moment-là que je me suis prosternée au sol. Affalée ainsi au plancher, entre deux soubresauts de tristesse éthylique, je me suis avouée vaincue.

J'ai dû m'admettre qu'elle n'avait jamais été mon amie. Ce n'était qu'une bouteille qui m'a ôté toute raison et tout entendement.

J'étais une alcoolique qui s'est menti à elle-même depuis des années.



Aujourd'hui, je n'ai nullement envie de boire. Pour les prochaines 24 heures, j'ai demandé la sobriété. Cela fait bientôt quatre mois que je suis abstinente. J'ai ravalé tout mon orgueil et mes principes pompeux et j'ai tendu la main lors de ma première réunion avec Alcooliques anonymes. Plusieurs mains se sont avancées vers moi, plusieurs numéros de téléphones se sont inscrits dans mon carnet du nouveau. On m'a acceptée comme je suis.

Je remercie la vie de me donner une nouvelle chance, et j'éprouve une sincère gratitude pour Bill et Bob de nous avoir ouvert la voie! Je commence tout juste à comprendre ce qu'est le programme des 12 étapes et j'en récolte déjà les dividendes. Je ne demande qu'à progresser et à comprendre davantage!

Petite chandelle à la main, les ténèbres se dissipent toujours un peu plus à chacun de mes pas. Je n'ai plus peur à présent. Je sais que je ne suis plus seule.

Claudia, Saint-Jean-sur-Richelieu

Lâcher prise

À l'instant où j'écris cet article, je me trouve dans ma chambre d'hôpital avec plein de questions et d'incertitudes, mais aussi plein d'espoir sur ce que seront les résultats des examens coronariens et de la résonnance magnétique du cerveau que je dois vivre demain.

Je suis humain, donc normal que je m'inquiète du résultat que j'aurai demain. Avant que je sois dans les AA, je paniquais énormément jusqu'à passer des nuits blanches. Une fois les résultats reçus, je m'apercevais que je m'étais inquiété pour rien. Il est normal que je m'inquiète, mais j'avais tendance à multiplier mes craintes par 100.

Avec vous, mes amis, j'ai appris à lâcher prise et à m'en remettre à Dieu. Un jour à la fois, je me dois de vivre, car c'est la seule façon que vous m'avez montrée de ne pas devenir fou et mettre en jeu ma sobriété. Pour ce faire, j'utilise le parrain que Dieu a placé sur ma route. Ce n'est peut-être pas celui que j'aurais choisi, mais Dieu l'a fait pour moi et c'est ainsi que cela doit être.

Ce n'est pas parce que j'arrive à 24 ans d'abstinence que je suis à l'abri d'un manque de foi. Je dirais même que c'est plus subtil qu'il y a

quelques années. J'ai pris de l'assurance avec le temps, si je me dis qu'il n'y a rien là, je risque de me donner de la misère pour rien. Je dois appréhender avec autant de sérénité que possible que « Dieu fera pour moi ce qu'il y a de mieux peu importe les résultats des examens. » Ma responsabilité sera de passer par l'acceptation des résultats, demander à Dieu de m'éclairer à faire les bons choix de traitement, sachant que Dieu passe par les médecins pour me soigner. Ces derniers ont reçu le talent que Dieu leur a donné pour faire sa volonté à mon égard.

J'en parlais avec mon épouse ce soir dans ma chambre d'hôpital et elle m'a dit : « CONFIE TON SOUCI À DIEU ». C'est que ce j'ai fait ce soir, je suis convaincu que peu importe le résultat « Dieu me donnera ce dont j'ai besoin pour passer au travers! »

Sur ce, je vous souhaite de passer un bon 24 heures rempli de foi.

Claude Q., Sherbrooke

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 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. A 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 induite 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, et demeurera toujours, à l'image de l'association qu'elle sert, démocratique en pensée et en action.

Les Douze Concepts des Services Mondiaux

Le coin de l'humour...



© AAGrapevine

Ne me demande pas comment je sais

Je protège mon anonymat au travail, non seulement pour moi, mais par égard pour nos clients qui sont aussi dans le programme. Un jour, un de mes patrons m'a demandé comment épeler «anonymat.»

J'ai répondu : « A N O N Y M A T. »

«Ça ne m'apparaît pas correct,» m'a-t-il dit.

À cela, j'ai répondu : «Faites-moi confiance.»

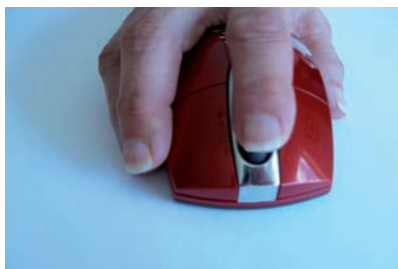
Jean M., Export, Penn

©AAGrapevine, Mars 2010

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.

Extrait du livre : Le Manuel du service chez les AA, pp. S103-S104)



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!

Bonjour le monde

Une membre des AA a formé un groupe pour répondre à des besoins différents.

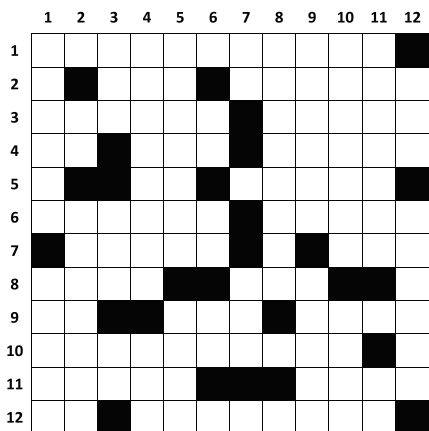
Ce groupe fonctionne comme les groupes réguliers, mais les échanges, les partages se font par correspondance. Cette formule existe aux États-Unis depuis plusieurs années et elle a fait ses preuves.

La réunion par la poste est utile à ceux qui sont isolés ou ne peuvent assister aux réunions à cause de certaines responsabilités qui les retiennent à la maison; quelques-uns sont physiquement handicapés ou d'une timidité malade, d'autres désirent élargir leurs horizons tout en mettant en pratique la douzième étape. Bref, cette invitation s'adresse à tous. Si tu veux partager avec nous tes expériences dans le Mouvement, écris dès aujourd'hui à :

Bonjour le monde
CP 89006, Ile-Bizard (Québec)
Canada H9C 2Z3

Mots croisés

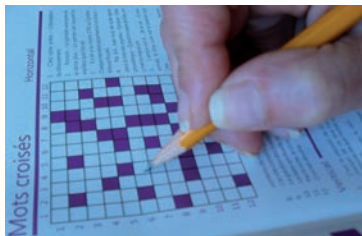
Horizontal



1. Établissement de détention.
2. Choisi. – Action de rechercher quelqu'un.
3. Mise à l'écart des autres. – Peu communs.
4. Pronom personnel. – Colère. – Employé de notaire.
5. Pronom personnel. – Chagrin.
6. Partie du nez. – Sorte de caribou.
7. Fruit. – Et le reste.
8. Procédé utilisé pour venir à bout d'un adversaire. – Bière anglaise.
9. Aluminium. – Boisson enivrante. – Divise une unité par 10^9 .
10. Utilisation d'un téléphone mobile sur un autre réseau.
11. Renonciation. – Moyen d'attaque.
12. En matière de. – Destin.

Vertical

1. Lieu où on se sent enfermé. – Difficile à plier.
2. Pronom personnel. – Parvenues à maturité.
3. Préfixe signifiant nouveau. – Très court. – Institut universitaire.
4. Infini. – Répare.
5. Mirent à mort. – Mettre bas (en parlant d'une vache).
6. Voyelles doubles. – Voyelles doubles. – Infinitif.
7. Nota bene. – Recueil de bons mots.
8. Relatif au système pénitentiaire.
9. Pays d'Europe. – Enchères.
10. Utilise pour la première fois. – Ventile.
11. Se précipitèrent sur... (se...). – Pronom personnel.
12. Abréviation d'escompte. – Naître en sortant de l'œuf.



(solution page 48)

Collaborateurs

N° 302

DERRIÈRE LES MURS

Volume 51 No 3,
Août - septembre 2015

Production :

Collaborateurs à l'écriture et aux photos : les membres des AA signés à la fin des textes. Saisie des textes manuscrits : Suzanne C. Choix des textes et des photos : Pauline C.; Graphisme : Lucien J.; Webmestre : Alain B.; Expédition (no 301) Lucille L., France r., Agnès G., Brian M., Réjean B. et Guy L. Diffusion : merci à tous les RLV, RLVD et RLVR des quatre régions du Québec.

Administration :

Les membres du conseil d'administration: les délégués des quatre régions du Québec : Raymond D. (Région 87), Michel B. (88), Diane P. (89), Luc T. (90 et président du Conseil); 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, Guy L.

Autres collaborateurs :

Les RLVR : Normand L. (87), Louis-Georges T. (88), André F. (89), Yvon D. (90). L'archiviste, Yvon H., l'adjoint administratif, Raymond D.

Collaborateurs à La Vigne audio :

Technicien audio, Lucien J.; lectrices et lecteurs : Philippe D., Ginette D., Pascal B., Donald D., Suzanne C., Francine L., Jacques L., Raoul C.

Photos et illustrations :

Elles nous parviennent de : René B., Chris L., Pierre V., Lucien J. et inconnu.

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 francophone 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 (2015) :

no 302 : 18 juin; no 303 : 20 août
no 304 : 22 octobre

Solution des mots croisés (p. 47)

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

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.

Vous cherchez les AA?

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



N° 302 Sommaire

www.lavigneaa.org

Un mot de la rédaction	02
Congrès des AA (août - septembre 2015)	03
Notre Méthode	07
Une rechute qui coûte cher à tout coup	09
Ma méthode n'a jamais marché	12
Ne prends pas ton premier verre	13
J'étais en plein naufrage	14
Après toutes ces années	16
De l'ombre à la lumière	18
Le message a fait son chemin	19
À ma sortie de prison	20
L'amour de la vie tous les jours dans les réunions.	21
Pour la dernière fois	22
Un rêve oublié	23
Appelle à l'aide	24-25
Rétro: Neuf mois de miracles	26
Sobre pour avoir été honnête	28
Le bon choix	29
Expérience dans un établissement carcéral	29
Qu'est-ce qui peut me ramener à la vie?	30
Tendre la main à mon tour	33
Se faire un cadeau	33
L'essentiel d'un membre AA	34
La boisson m'a emmené en prison	35
Par amour pour elles!	36
Laisser le temps au temps	38
Si tu veux	39
La soif	40
Lâcher prise	41
Les Douze Concepts des Services Mondiaux	42
Le coin de l'humour	44
Les Douze Traditions	45
Annonces Site Web / Bonjour le monde	46
Mots croisés	47
Collaborateurs / Solution Mots croisés	48