

Aperçu de nos publications...

Où commence le rétablissement?

Chez les Alcooliques anonymes, le rétablissement s'opère en premier lieu dans un groupe des AA. Au bout d'un certain temps, les nouveaux adoptent naturellement un groupe où ils se sentent à l'aise. Ils y vont régulièrement pour y retrouver la chaleur et le bien-être. Ce groupe, c'est leur port d'attache, l'endroit où ils découvrent qu'ils peuvent être aimés tels qu'ils sont, où ils apprennent à mettre en pratique le mode de vie des AA.

Ce groupe est tellement important qu'on a consigné l'expérience des membres dans un petit livre d'au plus 140 pages. Il s'intitule **Le groupe d'attache: le battement du cœur des AA**. C'est une collection d'articles du *Grapevine* répartie en quatre volets. À la section *Les joies du service*, le témoignage intitulé « Si vous ne pouvez ni vivre ni mourir, faites le café » est particulièrement révélateur de notre mode de vie. Il contient une des recettes essentielles pour le rétablissement. Il parle d'action: « Donne ce que tu as reçu, de peur de le perdre ».

Ce livre est tout à fait approprié. Il nous amène à réfléchir sur le sens de la vie et de nos valeurs. Faites-vous plaisir, lisez-le et découvrez les joies de la sobriété.

Les Alcooliques anonymes et nos amis

Bill W., en 1958, a publié un article dans AA Grapevine sur la collaboration avec les gens de professions qui s'intéressent à l'alcoolisme. Cet article est reproduit dans un tiré à part qui s'intitule **Collaboration avec nos amis – nos amis œuvrant en milieu alcoolique**.

Au début de l'article, Bill décrit l'attitude des premiers membres face aux initiatives des médecins, psychiatres et autres, pour comprendre et traiter l'alcoolisme. Il attribue à nos amis de l'extérieur le nombre de personnes qui arrivent chez les AA plus jeunes et rapporte que cela est dû à l'abondance des informations qui circulent sur la maladie grâce aux amis de l'extérieur.

Il est intéressant de lire les progrès réalisés à l'extérieur des AA dans les domaines de la recherche, du traitement, du rétablissement et de l'éducation. On parle du Dr Jellinek, que les alcooliques du temps appelaient « l'alcoolique sec » parce qu'il s'identifiait tellement à eux.

Cette petite brochure de huit pages nous incite à collaborer avec les gens de l'extérieur qui s'intéressent à l'alcoolisme. À titre privé, on peut très bien « transmettre le message des AA » à son médecin, aux professeurs de nos enfants ou tout autre professionnel que nous connaissons et qui est en contact avec des alcooliques.

Quelles sont les publications approuvées?

Que sont les publications approuvées par la Conférence? Souvent, il y a confusion chez les membres des AA sur la signification des mots *Approuvé par la Conférence*, qui paraît dans les publications des AA.

Ces mots cachent un long travail de la part de serviteurs de confiance. Ils signifient que les publications et le matériel audiovisuel qui portent cette marque d'authenticité ont été étudiés à fond et approuvés par la Conférence des Services généraux des États-Unis et du Canada avant d'être produits et distribués par AA World Service, Inc., la maison d'édition qui veille à produire les écrits des Alcooliques anonymes.

Vivre... sans alcool

Voilà que tu arrives au mouvement des AA. Tu n'as pas bu depuis quelques vingt-quatre heures et tu voudrais bien rester abstinente. Tu assistes à des réunions, mais tu es quand même inquiet et anxieux. Tu as adopté des habitudes de vie difficiles à changer. Comment vivre sans alcool?

Il existe justement un petit livre intitulé **Vivre... sans alcool!** C'est l'outil idéal pour un nouveau qui veut arrêter de boire. Tu y trouveras différents moyens à prendre pour changer tes vieilles habitudes. On te parle de la fatigue, de la colère et des formes qu'elle emprunte. On te suggère des activités nouvelles. Il y a un chapitre sur un mot familier aux alcooliques, le mot « si », comme dans les expressions « Si seulement j'avais plus d'argent », « Si j'avais moins de dettes », etc.

Un alcoolique, moi?

Nous nous sommes tous posé la question à un moment ou à un autre avant d'adhérer au Mouvement des Alcooliques anonymes. Nous ne savions pas que nous étions malades et que certains de nos comportements indiquaient clairement que nous étions des candidats de première qualité pour les AA. Dans la brochure **Les AA sont-ils pour moi?**, on présente les fameuses 12 questions auxquelles plusieurs d'entre nous ont répondu avant de comprendre que nous n'étions pas les seuls à connaître des difficultés avec l'alcool. Il y a dans notre entourage des gens qui vivent le même problème et qui ne savent pas qu'il existe de l'aide. Nous sommes un peu gênés parfois d'aborder directement la question avec eux. La brochure **Les AA sont-ils pour moi?** présente les douze questions d'une façon simple, illustrée, facile à comprendre. Pour chaque question, on développe une situation telle que nous la vivions avant notre arrivée aux AA et que nous comprenons maintenant.

On y aborde un bon nombre de rationalisations que seuls les alcooliques peuvent inventer pour éviter de répondre aux vraies questions. En le relisant, nous nous apercevons que nous avons fait un bon bout de chemin dans l'honnêteté envers nous-mêmes. Pourquoi ne pas faire partager cet acquis avec un ami, une connaissance, un conjoint dont la vie est rendue impossible à cause de l'alcool?

On a tous été prisonnier

Nous connaissons peu de personnes qui peuvent mener une vie droite tout en consommant de l'alcool. Si, dans notre vie d'alcoolique actif, nous avons évité la prison, c'est souvent par chance. Un grand nombre de membres cependant ont connu AA alors qu'ils purgeaient une peine en prison.

Comme on peut se reconnaître en lisant une petite brochure intitulée **Message à l'intention du détenu qui pourrait être alcoolique!** Des ex-détenus jettent un regard sur leur passé, qui n'est pas différent de ceux qui ont été épargnés de la prison, trouvent la solution, sans y croire au début, comme tout alcoolique qui refuse d'admettre son problème, et trouvent l'espoir et le moyen de s'en sortir grâce au mode de vie des AA.

Les témoignages racontés dans la quatrième partie de la brochure prouvent bien que les détenus ne sont pas différents. En fait, nous avons tous été prisonniers de notre maladie et c'est pourquoi le fait de lire ce petit document nous fait prendre conscience à quel point nous avons été épargnés par la vie. Nous avons une dette de reconnaissance énorme envers le Mouvement des AA et la seule façon de payer cette dette est de donner ce que nous avons reçu, de peur de le perdre.

Message à l'intention du détenu qui pourrait être alcoolique, une lecture qui donne à réfléchir.

Alcool et drogues font-ils bon ménage?

Un non-alcoolique qui abuse de drogues ou de médicaments peut-il devenir membre des AA?

Et quand un toxicomane souffre aussi d'un problème d'alcool, peut-il devenir membre des AA?

Des membres qui ont connu la drogue et l'alcool peuvent-ils former des groupes spécialement pour les alcooliques qui sont toxicomanes?

L'alcoolisme et la toxicomanie sont reliés de très près et c'est une question complexe.

Il existe un dépliant intitulé **Problèmes autres que l'alcoolisme**, qui apporte le point de vue approfondi et réfléchi de Bill W. sur cette question.

Si quelqu'un dans la salle est aux prises avec un double problème, pourquoi ne pas lire ce dépliant?

Il y a aussi des membres dont le seul problème est l'alcool et qui ne comprennent pas ce problème de double dépendance, ou ne savent pas quel comportement adopter face à des personnes qui en sont atteintes. Ce dépliant est tout indiqué pour les éclairer et démystifier la question.

Un langage universel

Quand on se retrouve entre membres des AA, peu importe la langue, on comprend. Pourquoi? Tout simplement parce qu'on apprend à parler le « langage du cœur ». **Le langage du cœur**, un livre qui reprend tous les articles de Bill W., cofondateur des AA, publiés originalement dans la revue *AA Grapevine* de 1944 jusqu'à 1970.

On y trouve des articles sur le début du Mouvement, sur le principe de l'anonymat, la provenance des Étapes, l'élaboration des Traditions, etc. De nombreuses anecdotes y sont rapportées, tantôt amusantes, tantôt émouvantes. À la lecture de ce livre, on connaît mieux Bill, l'homme qui a l'âme du mouvement des AA et le premier gardien de notre héritage sans prix: la philosophie des AA.

Hâtez vous de le lire. Il ne pourra que vous aider à vivre le mode de vie des AA.