

# Point de vue d'un membre sur les Alcooliques anonymes



*LES ALCOOLIQUES ANONYMES*<sup>sm</sup> sont une association de personnes qui partagent entre elles leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'aider d'autres alcooliques à se rétablir.

Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour devenir membre des AA. Les AA ne demandent ni cotisation ni droit d'entrée; nous nous finançons par nos propres contributions.

Les AA ne sont associés à aucune secte, confession religieuse ou politique, à aucun organisme ou établissement; ils ne désirent s'engager dans aucune controverse; ils n'endossent et ne contestent aucune cause.

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

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

Titre original  
*A Member's Eye View  
of Alcoholics Anonymous*

Copyright © 2017  
par Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

Tous droits réservés.

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

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

**Point de vue d'un  
membre sur les  
Alcooliques anonymes**



Cette brochure a pour objectif d'expliquer le fonctionnement des Alcooliques anonymes aux gens actifs en milieu social. Bien que la méthode des AA soit fondée sur le partage de notre expérience, de notre force et de notre espoir comme alcooliques, le processus de rétablissement lui-même est très personnel et chaque membre l'adapte à ses propres besoins. En conséquence, le programme tel qu'il est décrit ici est la conception personnelle d'un membre, mais le contenu de la brochure reflète la pensée du Mouvement des AA puisqu'elle a été approuvée par la Conférence des Services généraux des AA.

L'auteur a tout d'abord présenté cet exposé aux étudiants en aide psychosociale sur l'alcoolisme d'une de nos grandes universités. AA World Services, Inc., tient à le remercier de nous avoir accordé si généreusement la permission de reproduire et de distribuer le texte de sa causerie.



CE QUE J'AI À VOUS DIRE CE soir est consigné sur papier. En voici la raison : depuis mon adhésion aux AA, je me suis adressé à des membres du Mouvement et à d'autres organisations connexes comme Al-Anon ou Alateen. J'ai participé à une thérapie dont j'étais moi-même le sujet. Donc, plus la causerie est *subjective*, mieux cela vaut. On m'a demandé de vous parler de cette thérapie et la différence devient immédiatement apparente. Il me semble que je dois essayer d'être aussi *objectif* que possible et pour y arriver, je devais m'y préparer et réfléchir. J'ignore jusqu'à quel point il est possible à un membre d'être objectif envers un mouvement qui lui a sauvé la vie et rendu la raison, mais je vais tout de même essayer.

Ce soir, ma tâche est plus difficile qu'elle m'a paru au premier abord, car, comme ceux d'entre vous qui sont membres des AA le savent déjà, il n'existe pas d'interprétation *officielle* que je peux vous citer allégrement. Il n'existe pas de « discipline de parti », pas d'organe officiel de dogme ou de doctrine auxquels les membres souscrivent, ni de credo à réciter. Même si le survivant des cofondateurs des AA était lui-même\* devant vous ce soir, il pourrait seulement vous donner sa propre conception. Je considère personnellement cette absence de conformisme chez les AA comme un de ses principes les plus forts et les plus thérapeutiques. J'espère qu'un jour il me sera possible d'approfondir ce sujet avec vous, mais ce n'est pas l'objet du présent exposé. Il n'empêche que tout ce que je vous dirai ce soir constitue une interprétation personnelle et c'est ainsi qu'il faut l'entendre. Ma causerie pourrait très bien s'intituler : « Point de vue d'un membre sur les Alcooliques anonymes ». Comme je vais la prononcer dans l'enceinte d'une université, je vous demande seulement d'écouter avec un désir sincère et impartial d'information.

Je crois que vous savez déjà *pourquoi* on m'a demandé de vous donner mon point de vue sur les AA. Puisque l'une des Traditions les plus importantes chez les AA dit que « la politique de nos relations publiques est basée sur l'attrait plutôt que sur la réclame », je ne suis donc pas ici pour

---

\* Bill Wilson est décédé le 24 janvier 1971.

essayer de vous « vendre » quelque chose, que vous soyez un futur conseiller en alcoolisme ou un alcoolique. L'expérience des AA comparée aux autres méthodes de rétablissement de l'alcoolisme parle d'elle-même. Je suis convaincu que vous savez cela depuis longtemps.

Il est tout à fait logique de croire que si une méthode pour résoudre un problème produit des résultats meilleurs et plus spectaculaires que d'autres, elle doit alors contenir un ou des éléments uniques qui la distinguent et sont la cause de sa supériorité. Est-ce vrai pour les Alcooliques anonymes? Si oui, d'où provient cette unicité?

On pourrait peut-être interrompre immédiatement notre recherche en donnant une définition des Alcooliques anonymes. Voici celle qui pourrait être considérée comme « officielle » et qui est lue dans plusieurs réunions des AA :

« Les Alcooliques anonymes sont une association de personnes qui partagent entre elles leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'aider d'autres alcooliques à se rétablir. »

« Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour devenir membre des AA. Les AA ne demandent ni cotisation ni droit d'entrée; nous nous finançons par nos propres contributions. Les AA ne sont associés à aucune secte, confession religieuse ou politique, à aucun organisme ou établissement; ils ne désirent s'engager dans aucune controverse; ils n'endossent et ne contestent aucune cause. Notre but premier est de demeurer abstinents et d'aider d'autres alcooliques à le devenir. »

Cette définition est sans doute longue et, comme la plupart des formules courantes utilisées partout dans le monde, elle réussit assez bien à éviter de dire ce que sont les AA en soulignant ce qu'ils ne sont pas.

Voyons si nous pouvons faire mieux avec le livre de base des AA, *Les Alcooliques anonymes*, publié pour la première fois en 1939 et rédigé par Bill W., avec l'aide et les conseils des 100 premiers membres qui avaient réussi à compléter une année d'abstinence continue. Au cinquième chapitre intitulé « Notre méthode », il est dit :

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

« (a) Nous étions alcooliques et incapables de prendre notre vie 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. »

Ces idées, bien qu'elles soient plus spécifiques, ne sont certainement pas uniques aux Alcooliques anonymes. Depuis la création, l'homme a été contraint de plier l'échine et d'avouer son impuissance personnelle. Depuis toujours, il a cru qu'un être surnaturel conjurerait son sort s'il accomplissait certains rites et observait certaines règles. Il n'y a ici évidemment aucun facteur nouveau ou différent. Cependant, les trois « idées » que nous venons d'énumérer sont les véritables pierres angulaires de la philosophie des AA. Où pouvons-nous maintenant diriger nos efforts pour souligner le caractère distinctif des AA?

La phrase initiale de la première définition que je vous ai lue est le seul endroit où j'ai pu trouver une assertion « d'état » dans toute la documentation des AA. Reprenons-la de nouveau :

« Les Alcooliques anonymes sont une association de personnes qui partagent entre elles leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'aider d'autres alcooliques à se rétablir. »

Encore une fois, y a-t-il quelque chose de complètement nouveau ici? Les expériences des alcooliques sont essentiellement les mêmes. Bien qu'elles puissent varier selon les circonstances, le thème, lui, ne varie pas : une détérioration progressive de la personnalité humaine. Les degrés de force et d'espoir que possèdent ces hommes et ces femmes varient de jour en jour, autant en intensité qu'en substance. Quel est donc le facteur *constant*? Quelle est la différence unique des AA?

Pourrions-nous trouver notre réponse dans la *façon* de partager cette expérience, cette force et cet espoir ainsi que, et c'est le plus important, la

*personne* qui les partage? Comme la plupart des secrets, celui des AA se trouve-t-il dans la façon dont le Mouvement des AA a pris naissance?

Bien avant qu'il existe une définition des AA, avant qu'il y ait un livre, des Étapes, des Traditions ou un programme de rétablissement, il faut se rappeler ce qui s'est produit un certain soir à Akron, Ohio, il y a à peine quelque 33 ans\*. Ce même soir où un homme appelé Bill W., seul dans une ville étrangère, effrayé et tremblant, en est venu à la conclusion que son seul espoir de maintenir sa sobriété durement gagnée était de parler à un autre alcoolique et d'essayer de l'aider. À ma connaissance, c'était le premier cas reconnu où un alcoolique, *consciemment* et *délibérément*, se tournait vers un autre alcoolique, non pas pour boire avec lui, mais pour demeurer abstinent avec lui.

Le lendemain de la mémorable rencontre de Bill W. et du docteur Bob, a-t-on finalement trouvé une réponse à la question posée par le Christ il y a 2000 ans : « Si un aveugle conduit un autre aveugle, ne tomberont-ils pas tous les deux dans le précipice? » Et en 1935, assez singulièrement, la réponse n'était-elle pas « non »? Mais l'événement survenu ce soir-là ne contredisait peut-être pas la parabole du Christ. Celui qui était un peu moins aveugle, celui qui pouvait au moins distinguer des contours et des formes vagues, pouvait sans doute décrire les choses qu'il voyait à celui qui vivait toujours dans les plus profondes ténèbres.

Ce soir-là, les *paroles* avaient bien moins d'importance que la *personne* qui les prononçait. Bien avant que l'alcoolique n'assiste à sa première réunion des AA, il a recherché de l'aide auprès d'autres personnes ou bien on lui en a offert, certaines fois malgré lui. Mais ces secours proviennent toujours d'êtres *supérieurs* : des conjoints, des parents, des médecins, des employeurs, des prêtres, des ministres, des rabbins, des guides spirituels, des juges, des policiers et même des barmen. La culpabilité morale de l'alcoolique et la supériorité morale de l'intervenant sont toujours parfaitement ressenties, sans qu'il en soit fait mention. Il y a un rappel constant de la désapprobation parentale de la discipline que représentent ces influences

\*Au moment où cette causerie a été prononcée; l'année de référence est 1935.

dominantes. Pour la première fois il y a 33 ans, un alcoolique a soudain entendu un autre son de cloche. Au lieu du constant et menaçant « tu devrais faire ça », il a entendu une voix qu'il a reconnue immédiatement et qui disait, « voici ce que j'ai fait ».

Pour ma part, je suis convaincu que l'aspiration fondamentale de chaque être humain, du berceau à la tombe, est de trouver au moins une autre personne avec qui il peut être tout à fait lui-même, sans prétention ni défense, une personne de confiance qui ne le blessera pas puisqu'elle s'est placée dans la même situation. Le tout premier contact avec les AA peut combler cette aspiration.

Puisqu'il est désormais admis que l'alcoolisme est une maladie, cette caractéristique propre au Mouvement ne s'applique donc plus. Même si on peut discuter indéfiniment de la nature exacte de cette maladie et de sa guérison possible, aucun être sensé ne semble plus contester cette conclusion. Cependant, l'impact de cette révélation par un alcoolique à un autre alcoolique demeure toujours aussi puissant. Pour un grand nombre d'alcooliques envahis par la honte et la culpabilité, apprendre qu'ils ont une maladie et qu'il existe un moyen d'en arrêter le cours constitue une absolue immédiate; d'autres entrevoient l'espoir de l'obtenir un jour.

J'ai l'impression que l'alcoolique qui découvre le Mouvement des AA prend conscience qu'il a été invité à *partager* l'expérience de rétablissement. Le mot clé dans cette phrase est « partager ». À ce moment-là, il n'est pas important qu'il réponde immédiatement à l'invitation ou même qu'il y réponde un jour. L'essentiel est qu'il sache qu'en tout temps, il peut partager d'égal à égal et non comme un mendiant. Peu importe sa réaction première, même l'alcoolique le plus atteint trouve difficile de nier le fait qu'on lui a offert la compréhension, l'égalité et un moyen éprouvé de s'en sortir. On lui fait prendre conscience qu'il a *droit* à tout cela; il le mérite, simplement parce qu'il est un alcoolique.

S'il répond à cette invitation, il rencontre alors ce que je crois être le deuxième facteur unique des AA : traiter le *symptôme* en premier lieu. Il peut surprendre certaines personnes que depuis

seulement quelque 30 ans, alors que l'idée était encore assez révolutionnaire, le Mouvement des Alcooliques anonymes a constamment affirmé sa conviction que l'alcoolisme est, dans ses propres termes, « le symptôme de malaises plus profonds. » Cependant, les AA croient aussi que le diagnostic le plus éclairé de ces malaises ne profite aucunement si le patient meurt. Les autopsies n'apportent rien à ceux sur qui elles sont pratiquées. Tôt ou tard, les AA semblent être en mesure de faire comprendre aux nouveaux que le principe de l'abstinence totale est la règle du jeu. Chez les AA, on met la charrue devant les bœufs. Le premier pas est toujours la Première Étape. On laisse clairement entendre au nouveau que son rétablissement dépend de sa décision de « s'éloigner du premier verre ». Il apprend bientôt que lui seul peut prendre cette décision et qu'elle ne dépend que de lui. Il aura tôt fait de découvrir que s'il la prend, personne ne peut l'obliger à y donner suite. Chez les AA, l'alcoolique est toujours maître de ses actes.

Je crois que le désir autant que la capacité de prendre cette décision provient de ce qu'on pourrait appeler la troisième qualité unique des AA : la compréhension intuitive que reçoit l'alcoolique, tout en étant compatissante, n'est pas indulgente. Les « thérapeutes » dans le Mouvement possèdent déjà leurs doctorats dans les quatre domaines où l'alcoolique règne en maître : le mensonge, le désabusement, la fuite et l'apitoiement. On ne lui *demande* pas ce qu'il pense. On lui *dit* ce qu'il pense. Personne n'attend le moment de le prendre en délit de mensonge. On lui dit quels mensonges il se prépare à raconter. À la fin, il commence à devenir honnête faute de pouvoir agir autrement. Il n'y a guère à gagner en essayant de tromper ceux qui ont peut-être inventé le jeu auquel vous jouez.

Il existe encore un quatrième facteur chez les AA qui, je crois, ne se retrouve nulle part ailleurs : c'est l'empressement constant, inlassable et enthousiaste de l'alcoolique rétabli de parler de l'alcoolisme, sous toutes ses facettes, de ses « pourquoi » et de ses « parce que », de sa nature et de ses raisons. Sans que le nouveau s'en rende bien compte, sa fascination pour l'alcool, sa soif, son désir, oui, même son obsession de boire sont

complètement anéantis par son besoin de parler. Il m'a toujours semblé parfaitement logique que des gens qui autrefois se servaient de leur bouche pour devenir malades, l'utilisent maintenant pour se rétablir.

Enfin, il y a le mode d'éducation révolutionnaire utilisé par les AA. On demande au nouveau, non pas tant d'assimiler des valeurs nouvelles que de désapprendre celles qu'il possède déjà; non pas tant de se choisir de nouveaux objectifs que d'abandonner ceux qu'il avait avant. À mon avis, l'une des phrases les plus significatives contenues dans le livre *Les Alcooliques anonymes* est celle-ci : « 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. » Il est incroyable de constater jusqu'à quel point certains alcooliques abstinents demeurent ancrés dans des opinions, des croyances et des principes qu'ils avaient au moment de leur arrivée aux AA. L'un des objectifs majeurs de la thérapie des AA est d'aider l'alcoolique à finalement reconnaître ces idées et à consentir à les abandonner pour de bon.

Et maintenant, vous vous demanderez sans doute où trouver ces facteurs distinctifs chez les AA. Où sont-ils mis en pratique? Quand se produisent-ils? La réponse se trouve-t-elle toujours dans telle ou telle réunion, à telle ou telle adresse et à tel moment? Non. En réalité, cette thérapie agit lorsque deux alcooliques se rencontrent : à la maison, autour d'un repas, dans la rue, en auto, sur le trottoir, sur un balcon et évidemment, au téléphone. Il n'y a qu'une condition absolument essentielle : un des deux alcooliques doit être abstinant. Je suis moi-même une preuve vivante que deux alcooliques ivres — une fois qu'ils ont connu les AA — peuvent se convaincre l'un et l'autre d'y retourner.

À ce point précis, vous pouvez peut-être demander : mis à part ce caractère unique des AA, qu'arrive-t-il ensuite? J'admettrai que c'est bien là le cœur du sujet et j'aimerais que la réponse soit aussi facile à trouver que la question. À bien y penser, il existe une réponse facile. Je pourrais répéter une maxime qui, depuis longtemps, a fait son chemin dans les coulisses des AA : « Le miracle des AA s'accomplit ». Ces mots me permettraient

sans aucun doute de m'en sortir — de façon poétique et magnifique. Mais je ne pense pas que l'un ou l'autre d'entre nous serait plus renseigné si je me contentais de vous donner cette réponse.

Il existe une croyance fort répandue dans le Mouvement voulant que si un nouveau persiste à assister à des réunions des AA, « quelque chose l'atteindra tôt ou tard ». Et cela signifie, bien sûr, qu'il aura été l'objet du soi-disant miracle des AA. Il ne fait aucun doute dans mon esprit que de nombreux membres des AA acceptent tout à fait cette croyance. Je les ai observés pendant des années. Ils assistent fidèlement aux réunions et attendent en toute confiance que « quelque chose les atteigne ». Le plus curieux, c'est que « quelque chose » les atteint : la mort. Ils demeurent assis là, semaine après semaine, mois après mois, année après année, pendant qu'une rigidité mortelle, mentale, spirituelle et physique les gagne lentement.

Je crois que le vrai « miracle des AA », le « quelque chose » qui influence, c'est simplement la volonté *d'agir* de l'alcoolique. J'espère bien être en mesure plus tard de dire quelques mots sur la *raison* qui dispose l'alcoolique à agir. Pour le moment, concentrons-nous sur les choses qu'il accepte de faire.

On a qualifié les AA, à juste titre, de « programme d'action ». En fait, l'aphorisme le plus souvent répété chez les AA est « l'action est le mot magique ». Quand le nouveau l'entend, il s'imagine assistant à des réunions, transmettant le message à d'autres alcooliques pour la Douzième Étape, partageant son expérience, donnant des conférences dans les réunions et se joignant à des comités; en somme, il entrevoit un va-et-vient constant d'activités. Voyons si c'est réellement ce qui se produit.

Pour ce faire, reportons-nous au cinquième chapitre du livre *Les Alcooliques anonymes* :

« 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. »

Vous venez d'entendre les fameuses Douze Étapes des AA. Plusieurs membres leur ont donné divers qualificatifs à différentes périodes, tels que : « L'escalier d'or menant au bonheur », et « un tas de bondieuseries ».

Je vais maintenant essayer de poser quelques questions susceptibles de nous aider à comprendre la portée des Douze Étapes sur la vie de milliers d'alcooliques, ainsi que leur efficacité éprouvée en ce qui a trait au problème de l'alcoolisme.

Premièrement, n'est-il pas surprenant, pour vous comme cela l'a été pour moi de constater qu'il n'existe rien de physique dans ce programme : ni légumes, ni salades, ni vitamines, ni séance de callisthénie quotidienne? Je pense que ceci provient du fait que dès ses débuts chez les AA, l'alcoolique s'est rendu compte que les aspects de notre maladie auraient eu peu d'effet s'ils n'avaient pas été accompagnés par une égale détérioration spirituelle progressive. Si l'allergie physique à l'alcool avait été notre seule préoccupation, je crois que le Mouvement des AA n'aurait jamais existé parce qu'on n'en aurait pas eu besoin. À certains moments, j'ai été moi-même fortement allergique à divers aliments : aux fraises par exemple, mais je n'ai jamais eu à me joindre aux Fraises anonymes; j'ai eu également une allergie à la viande de porc, mais je n'ai pas eu à changer de religion pour m'en abstenir.

Si l'alcoolisme est donc en grande partie une maladie d'ordre spirituel nécessitant un remède spirituel, n'êtes-vous pas surpris, comme je l'ai été, de constater qu'il n'y a rien de nouveau au sens spirituel, ni rien de tellement différent ou unique dans ce programme? La plupart de ces principes existaient déjà aux temps antédiluviens. Plusieurs étaient appliqués même dans les sociétés primitives et chaque alcoolique, quel que soit son degré d'indifférence religieuse ou d'amoralisme, a sans doute eu recours un jour à quelques-uns ou à tous ces principes, et s'en est inspiré pour se mesurer lui-même. Il est totalement insensé de penser que l'alcoolique qui vient au Mouvement des AA est un barbare sans principes et sans éducation, soudainement transformé par l'illumination des Douze Étapes qu'il ne connaissait pas avant.

Je le répète, nous parlons d'un aspect de la thérapie des AA qui a eu un impact tout à fait inhabituel sans en apparence représenter de nouveauté fondamentale. Où alors se situe cette différence?

Je crois qu'elle se manifeste dans *la façon dont les Étapes sont présentées* plutôt que dans leur contenu. Elles représentent des expériences vécues plutôt que des lois qui ne doivent pas être transgressées sous peine de se remettre à boire.

Je me suis souvent demandé quel aurait été le cours de l'humanité si on avait présenté ainsi

les Dix Commandements au lieu de préceptes sentencieux exprimés de façon négative : « Nous avons honoré notre père et notre mère. » « Nous nous sommes souvenus de sanctifier le jour du Seigneur. » « Nous avons honoré le nom de Dieu et n'avons pas prononcé Son nom en vain. »

« Nous n'avons pas fait de faux témoignages envers notre prochain. »

Chez les AA, l'énoncé est clair et sans équivoque. Les premiers membres ont dit : « Voici les Étapes que nous avons suivies ». Le nouveau constate qu'il doit aussi pratiquer les Étapes avant de pouvoir en parler. Dans un contexte où on ne parle que de « ce que j'ai fait » et « ce que je pense », aucun névrosé ne peut résister longtemps à l'envie d'agir. Dans une association où tous les membres sont secrètement convaincus qu'ils sont uniques, aucun névrosé ne se contentera longtemps d'entendre raconter l'expérience des *autres*. Que ce soit par accident, à dessein ou par orientation surnaturelle, les Douze Étapes sont établies et présentées de façon à ce que l'alcoolique puisse les ignorer complètement, les pratiquer s'il le souhaite ou les accepter pleinement. Dans tous les cas, il ne peut rapporter que *son* expérience. Jusqu'à ce qu'il s'engage, il a conscience d'être un invité plus qu'un membre des AA et cette situation lui devient finalement intolérable. Il doit au moins entreprendre quelques-unes des Étapes ou s'en aller. À mon avis, c'est ce qui déteint finalement sur le membre des AA passif, souvent hostile et inactif. C'est également la *raison* pour laquelle il se décide à agir.

La présentation des Douze Étapes comme compte rendu de notre expérience plutôt que de commandements à observer constitue également la base de l'absence apparente de tout système établi, de dogme ou de doctrine chez les AA. Jamais il n'est dit à un membre qu'il *doit* suivre ces Étapes ou reprendre sa vie de buveur. Quiconque se dit membre des AA, l'est automatiquement, peu importe la façon dont il pratique les Étapes. Les membres vont de ceux qui proclament fortement et inlassablement : « Je suis demeuré abstinent pendant X années en pratiquant uniquement la Première et la Douzième Étapes », jusqu'à ceux qui répètent, tout aussi inlassablement : « Les

Étapes sont à pratiquer et non à analyser ». Les membres du premier groupe semblent ignorer totalement le trait caractéristique de la Douzième Étape : « Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes », et ces mêmes membres semblent apparemment satisfaits de ce que d'autres peuvent qualifier de sobriété tristement restreinte et appauvrie. Les membres de l'autre groupe semblent également capables d'ignorer le fait que l'exhortation même à *ne pas* analyser les Étapes provient du résultat de leur propre analyse.

Puisque je m'adresse à vous en votre qualité de professionnels actuels et futurs du traitement de l'alcoolisme plutôt qu'à titre d'alcooliques, je ne veux pas m'attarder longtemps sur les Étapes. Mais elles comportent certains aspects qui ne doivent pas être ignorés, car je suis certain que maintes et maintes fois, vous aurez à y revenir dans l'exercice de votre profession.

Le premier aspect est souvent appelé, à tort ou à raison, « l'élément de Dieu ». Comme le Mouvement des AA devient de plus en plus international, comme il progresse constamment, à partir de l'éthique judéo-chrétienne de la société américaine sur laquelle il a été fondé et qu'on en fait de plus en plus l'essai ici, ce principe de base du programme de rétablissement des AA fera sans doute l'objet d'études de plus en plus poussées et de questions de plus en plus débattues.

Il est évident que les fondateurs des AA ont constaté que les alcooliques avaient besoin de l'aide d'une Puissance supérieure à eux-mêmes. Mais encore une fois, que ce soit par accident, à dessein ou par orientation spirituelle, ils se sont sagement abstenus de définir rigoureusement cette Puissance. Bien que dans les publications des AA on ait employé (et on emploie toujours) le pronom personnel qui décrit le concept d'une divinité personnelle, il n'est absolument pas obligatoire d'y croire. En fait, je suis convaincu que plus un membre accumule d'années au sein des AA, moins la *nature* de cette Puissance supérieure devient importante. Moi-même et la plupart des membres que je connais semblent transposer, au cours des années, la recherche d'un Dieu que nous pouvons comprendre à la croyance en un Dieu qui nous comprend.

Les fondateurs des AA se sont également empressés de clarifier l'usage originel des expressions « expérience spirituelle » et « réveil spirituel » pour décrire le changement de personnalité qu'ils croyaient indispensable à un rétablissement permanent. Dans l'appendice du livre *Les Alcooliques anonymes*, nous trouvons les mots suivants :

« Parmi les milliers de membres de notre association en croissance rapide, les transformations de ce genre [un retour soudain et spectaculaire de nature religieuse], bien que fréquentes, sont loin d'être la règle. La plupart de nos expériences sont, ainsi que le désigne le psychologue William James, du type "éducatif", parce qu'elles se font, lentement, sur une certaine période de temps... il [le nouveau] constate finalement qu'il a subi un profond changement face à sa réaction à la vie, et qu'il aurait difficilement pu y arriver uniquement par ses propres moyens. »

Dans les Douze Traditions des AA, il est dit : « qu'il n'existe qu'une seule autorité ultime... un Dieu d'amour tel qu'Il peut se manifester dans notre conscience de groupe ». Cependant, je dois vous rappeler que ces groupes sont composés d'alcooliques et que jusqu'au moment où peut être déterminé ce que la conscience collective a décidé, même le plus athée des militants ou l'agnostique le plus endurci peut s'être maintenu abstinent pendant de nombreuses années.

Il peut aussi s'avérer à quelques-uns d'entre vous que, dans ses Quatrième et Cinquième Étapes, on peut fort bien accuser les AA de s'exprimer avec ambiguïté. Si vous vous souvenez, ces Étapes sont les suivantes :

« 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. »

Il semblerait que c'est une organisation qui, d'un côté, proclame qu'il n'y a pas de culpabilité morale dans la maladie de l'alcoolisme, et de l'autre côté, suggère à ses membres que le rétablissement nécessite un compte rendu approfondi et sans crainte de cette culpabilité à Dieu et à un autre être humain. J'ai la conviction personnelle

que ce paradoxe apparent résulte de la connaissance empirique qu'avaient les fondateurs des AA. Je crois qu'ils ont découvert, comme nous tous par la suite, que quoi que l'on puisse dire au nouveau sur la maladie de l'alcoolisme, il se *sent* toujours coupable. Il ne peut se cacher à lui-même les *conséquences* morales qu'entraîne sa façon de boire : l'influence néfaste qu'elle a eue autour de lui et la honte et la dégradation qu'il s'est infligées à lui-même. Ce fardeau de culpabilité conventionnelle — et j'utilise le terme « conventionnelle » sciemment — aussi bien que le désir tenace et pervers de l'alcoolique de s'y accrocher, est la plus ancienne de ses « vieilles idées ». C'est la plus ancienne parce qu'elle a débuté en premier et, dans la plupart des cas, elle sera la dernière à disparaître. Mais elle devra disparaître si l'attitude de l'alcoolique envers lui-même, et conséquemment envers le monde qui l'entoure, doit subir même un changement des plus basiques. C'est pourquoi je crois que les fondateurs des AA ont appris par leur propre expérience qu'on doit donner à l'alcoolique des moyens *conventionnels* de se départir de ce fardeau de culpabilité *conventionnelle*. De là viennent les Quatrième et Cinquième Étapes.

J'espère que vous comprenez maintenant que le programme d'action des AA n'est pas le va-et-vient continu si souvent imaginé par le nouveau, ni même l'obligation de transmettre inlassablement le message à d'autres alcooliques. Son action porte plutôt en grande partie sur la vie intérieure de l'homme, faisant appel à sa conscience et à ses valeurs les plus profondes. Seulement trois Étapes (la Cinquième, la Neuvième et la Douzième) parlent d'autres personnes. Les neuf autres traitent de la vie intérieure de l'alcoolique. Pourtant, le but ultime de leur mise en pratique est de transformer l'alcoolique : son égocentrisme deviendra de l'altruisme.

On cite souvent une phrase du livre *Les Alcooliques anonymes* : « l'égocentrisme... est la source de nos problèmes ». Une des premières constatations du changement initial dans la personnalité de l'alcoolique en voie de rétablissement se manifeste par la disponibilité lente, hésitante, craintive, mais persistante de lui-même envers les autres. Les alcooliques sont reconnus

pour être les plus grands « quémandeurs » du monde. « Donne-moi une chance... donne-moi l'occasion... donne-moi le temps... donne-moi de l'attention... donne-moi de l'amour ». Chez les AA, ces mêmes quémandeurs en viennent à être considérés comme étant ceux qui donnent le plus et, chose surprenante, quelques-uns d'entre eux apprennent même à ne rien vouloir en retour.

Le Mouvement des AA aide l'homme à bâtir une maison différente pour chaque occupant, ce dernier étant son propre architecte. Pour de nombreuses personnes, les AA représentent en quelque sorte un retour à la maison, tout comme l'enfant prodigue est revenu à la foi de ses pères. Pour d'autres, c'est un voyage sans fin à travers des régions dont ils ne soupçonnaient même pas l'existence. Peu importe la maison, l'important est que le Mouvement a démontré hors de tout doute que la bâtisse qu'il construit peut loger le rebelle aussi bien que le conformiste, le radical aussi bien que le conservateur, l'agnostique aussi bien que le croyant. L'absence de dogme précis, de règlements et de commandements, son credo aux normes floues et sa structure flexible, toutes ces choses dont nous avons parlé jusqu'à présent, contribuent à ce dénouement incroyable et bénéfique.

Je crois cependant que ce qui confirme le résultat et retient l'alcoolique rétabli au sein des AA, toujours de son plein gré, se situe dans l'un des principes les plus importants qui animent le Mouvement, bien qu'il soit souvent ignoré. Les mêmes facteurs que je viens de mentionner signifient que tout alcoolique, n'importe quel jour, à n'importe quelle heure, peut trouver quelqu'un dans les AA qui, en toute bonne foi, sera d'accord avec ce qu'il a déjà décidé de faire. Inversement, n'importe quel jour et à n'importe quelle heure, ce même alcoolique peut trouver quelqu'un dans les AA qui, en toute bonne foi, sera en désaccord avec ce qu'il a déjà décidé de faire. Ainsi, tôt ou tard, le membre des AA en voie de rétablissement est vraiment forcé de prendre lui-même ses décisions. Tôt ou tard, il devra penser par lui-même. Il sera comme la tortue, cette créature effacée qui n'avance que lorsqu'elle sort la tête de sa carapace. La flexibilité des principes des AA,

telle qu'interprétée par ses différents adhérents, pousse finalement notre alcoolique vers un point où il ne doit se servir que de lui-même comme cadre de référence pour ses actions. En retour, cela signifie qu'il doit être prêt à en accepter les conséquences. À mon avis, c'est ce que l'on appelle la maturité émotive.

Il serait merveilleux si je pouvais maintenant terminer cette causerie et vous quitter dans un rayonnement de douceur et de clarté, laissant aux beaux principes précédemment mentionnés le soin de se défendre eux-mêmes. Si j'agissais ainsi, je vous rendrais un mauvais service comme futurs intervenants en alcoolisme. Pour chaque membre des AA, il vient un moment — gardé secret par quelques-uns, mais avoué par d'autres — où il se pose une question inquiétante et troublante : « Le Mouvement des AA est-il suffisant? » En d'autres circonstances, la question prend une tournure plus fataliste : « N'y a-t-il rien de plus que les AA après ça? » Ou encore, il se dit : « Qu'est-ce qu'on fait maintenant? »

Une de ces âmes troublées peut se présenter un jour à votre bureau en invoquant les objections suivantes :

« Les AA sont une organisation de personnes malades et continuer à les fréquenter plus longtemps ne peut que me nuire. »

« Les AA sont toujours orientés vers le nouveau. On ne se préoccupe pas du vieux membre qui continue à fréquenter le Mouvement. »

« Les AA sont réellement une sorte de sous-culture qui risque de vous éloigner du courant normal de la vie ».

Pourquoi ces questions me viennent-elles si spontanément à l'esprit? C'est parce que je me les suis posées à moi-même et l'expérience indique que ce fut le cas pour ceux qui m'ont précédé et ceux qui m'ont suivi.

Si par hasard vous entendez de tels propos, de grâce, ne les traitez pas à la légère. La raison même de leur persistance est justement qu'ils sont lourds de vérité.

À mon avis, la culpabilité, la crainte et l'inquiétude que ces pensées soulèvent chez un membre des AA sont dues en majorité à ce simple

facteur : bien avant que nous n'osions admettre ces pensées dans notre subconscient, plusieurs défenseurs du Mouvement nous ont dit que « les AA sont tout ce dont tu as besoin ». Il ne semble pas leur venir à l'esprit, non plus incidemment qu'à ceux qui les écoutent, qu'un simple changement de pronom dans cette exhortation la rendrait beaucoup plus précise : « Les AA sont tout ce dont j'ai besoin »; elle deviendrait une affirmation personnelle qui peut en renforcer plusieurs et ne troubler personne.

Dans toute la documentation des AA, je ne peux trouver aucune justification au précepte, quelquefois supposé et quelquefois préconisé, que l'alcoolique en voie de rétablissement ou déjà rétabli ne devrait plus s'intéresser à rien d'autre qu'à la thérapie des AA. En fait, les témoignages de milliers de membres révèlent exactement le contraire. Je suis moi-même catholique depuis ma naissance et j'ai pratiqué ma religion à différents degrés de ferveur et à différents niveaux de vertu. J'ai été psychanalysé pendant plusieurs années après 11 ans d'abstinence avec les AA. Je cherche encore lequel de ces intérêts ou démarches pourrait exclure l'autre. Il me semble que cela revient toujours au rappel biblique : « Il y a un temps et un lieu pour chaque chose ». Si quelqu'un parmi vous me demandait ce soir de l'aider à résoudre son problème d'alcool, je ne lui dirais certainement pas : « Aimerais-tu venir à la messe avec moi dimanche prochain? » Je ne lui proposerais pas une entrevue avec mon ancien psychiatre, mais je lui *demanderais* sans hésitation : « Aimerais-tu assister à une réunion des AA avec moi? »... « Il y a un temps et un lieu pour chaque chose ». À mon avis, le danger réel réside dans l'hypothèse que si un alcoolique désire explorer un autre domaine, il doit nécessairement abandonner les AA. Rien ne peut être plus faux; rien ne peut être plus injustifié.

La phrase tant entendue « les AA sont tout ce dont tu as besoin » emprunte la voie de la crainte, la crainte que si un membre refuse d'admettre que le Mouvement des AA est la seule et unique solution, la seule et unique réponse à tous les maux de l'alcoolique, alors tous les autres membres périront avec lui. Je me suis une fois buté à cette

même attitude au sujet de ma religion. En fait, je suis arrivé chez les AA en m'agrippant obstinément à cette théorie. Comme il aurait été triste s'il m'avait fallu apprendre à abandonner une « vieille idée » seulement pour en substituer une autre à sa place.

Cette quête de la perfection et de la réponse parfaite est le propre du névrosé. Depuis la création du monde, l'homme a sans cesse supplié : « donne-moi un rituel; donne-moi des mots; donne-moi une prière; donne-moi un chant; donne-moi une croix, une relique ou un chapelet; donne-moi un mantra; donne-moi une parabole; donne-moi quelque chose; donne-moi n'importe quoi, pourvu que ce soit une formule magique ou mécanique que je peux palper, tenir, dire ou faire, et tout sera parfait ».

Appliquer aux AA cette même mesure irréaliste est aussi injuste envers le Mouvement que ce le serait ou que cela a été pour toute autre institution humaine. La vraie liberté réside dans la prise de conscience et l'acceptation sereine qu'il n'y a peut-être pas de réponse *parfaite*. Il reste alors à chaque homme de découvrir et de partager ce qui convient le mieux à chacun.

En dernière analyse, je suis convaincu que j'ai choisi, comme beaucoup d'autres, de rester dans les AA parce que c'est seulement là que nous pouvons revivre l'expérience authentique du rétablissement. C'est le seul endroit où nous pouvons participer activement à l'effort quotidien de tous les membres — un effort parfois meilleur, parfois pire, parfois puissant, parfois faible —, mais toujours un effort quotidien d'hommes et de femmes qui veulent devenir meilleurs que le jour précédent. Si vous n'êtes pas alcoolique ou n'êtes pas un membre des AA, je peux presque vous entendre dire : « Cet homme doit sûrement savoir que cet effort quotidien est pratiqué également dans d'autres groupes ou d'autres organisations ». J'en suis très conscient. J'ai appartenu et j'appartiens toujours à quelques-uns de ces groupes et organismes. Mais c'est seulement chez les AA que je peux *partager* cet effort à un niveau si intense qu'il a donné un nouveau sens à ma vie. De plus en plus, au fil des ans passés au sein des AA, partout où je vais et partout où je regarde, le mot clé,

l'agent motivant, le catalyseur suprême semblent être ce simple mot : « partager ».

Cependant, si bienfaisante soit-elle, cette force dans le partage, ce penchant d'un alcoolique pour un autre alcoolique, comporte un danger équivalent. Il peut aussi éveiller subtilement le besoin toujours présent et sournois de l'alcoolique d'abandonner le courant normal de la vie pour se renfermer sur lui-même. Apprendre à substituer un groupe, si grand soit-il, à son propre égo, ne constitue qu'une partie du rétablissement.

Les AA compteront probablement toujours parmi leurs membres des personnes qui, en raison de leur crainte et de leur ressentiment, voudront faire du Mouvement une sorte de ghetto spirituel, un genre de monastère où les alcooliques se cacheraient pour panser leurs plaies, invoquant des mots protecteurs et enfantins tels que « les normaux » et « les alcoolos », et pointant un doigt accusateur vers les méchants « de l'extérieur ».

Il me semble qu'il doit y avoir un temps où chaque alcoolique, au sein du Mouvement ou à l'extérieur, devra affronter ses ennemis. Quand ce moment arrivera, il sera surpris de découvrir qu'il assiste à une réunion composée d'un seul membre : lui-même. Le jour où l'alcoolique membre des AA découvre que son ennemi se cache en lui, que les méchants sont en grande partie des personnages de son imagination rôdant dans son propre subconscient, ce jour-là il sait que les AA représentent pour lui ce que je crois que ses fondateurs ont voulu que le Mouvement soit : un voyage *dans* la réalité.

J'étais à San Francisco peu de temps après avoir assisté à *ma* réunion avec *mes* ennemis et j'ai fait un tour sur un de ces ravissants petits tramways de la rue Powell, jusqu'au Fisherman's Wharf. C'est alors que quelque chose d'étrange et de merveilleux s'est produit : quand nous sommes arrivés au bas de la colline, tous les passagers du tramway sont descendus et sans même attendre les deux conducteurs, ils l'ont retourné eux-mêmes afin de le mettre en position de remonter la pente abrupte qu'il venait juste de descendre. Et j'ai remonté avec eux la même colline jusqu'en haut, vers cette vue magnifique du pont Golden Gate.

Il m'est apparu à cet instant que c'était ce que les AA ont été pour moi et ce qu'ils seront toujours, je l'espère, pour les autres : un véhicule ridiculement simple, bâti à la va-vite, bruyant, cliquetant, mais solide, ardemment et joyeusement aimé, qui m'a demandé à moi et à tous les autres passagers de le tourner et nous avec lui, afin que nous puissions tous remonter la colline jusqu'en haut afin de revoir le pont une fois de plus — le pont menant à une vie normale.

Ce soir, si j'avais l'audace de vouloir trouver un défaut aux AA, je dirais que nous n'avons pas encore commencé à exploiter le potentiel caché dans la dernière partie de la Douzième Étape : « mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie ».

J'ai constaté il n'y a pas très longtemps que lorsque je suis assis dans une réunion des AA, je ne m'attarde jamais à penser que mon voisin est un autre homme blanc ou noir, un autre catholique, un autre Américain ou un Français, un Mexicain, un juif, un Canadien, un musulman, un hindou ou un Chinois. Je suis conscient seulement d'être près d'un autre alcoolique. Il m'apparaît significatif que ce sentiment commun d'humanité, je l'ai acheté au prix de peines et de souffrances considérables.

Est-ce que cette compréhension durement acquise et ce sentiment d'aide envers les autres devraient se limiter aux murs d'une réunion et aux seuls membres des AA? Ou me reste-t-il à pratiquer les choses que j'ai apprises et dont j'ai fait l'expérience, non seulement au sein du Mouvement, mais dans tout autre domaine ou circonstance de la vie? Il me reste à relever la tête et à prendre la place qui me revient dans la grande famille des hommes. Puis-je, dans la maison de Dieu, comprendre que je ne suis pas assis auprès d'un autre homme blanc, d'un autre catholique, d'un autre Américain ou Français, d'un Mexicain, d'un juif, d'un musulman, d'un hindou, d'un homme de race noire ou jaune ou même d'un autre alcoolique...? Puis-je enfin, mon Dieu, revenir à la maison après toutes ces guerres et dire du plus profond de mon cœur : « Je suis assis auprès d'un autre être humain »?

Mesdames et messieurs, qui oserait tenter

d'analyser un phénomène, faire le diagramme d'une merveille ou découvrir le secret d'un miracle? Seul un fou l'oserait. J'espère que ce soir, je n'ai pas été ce fou. J'ai simplement essayé de vous dire dans quelles eaux j'ai navigué pendant les dernières 16 années, et de vous faire part de certaines choses auxquelles je suis arrivé à croire à travers mes cheminements.

Dimanche prochain, dans plusieurs de nos églises, on lira cette partie de l'Évangile de St-Matthieu qui raconte l'épisode où Jean-Baptiste languissait dans la prison d'Hérode et entendait parler de l'œuvre qu'accomplissait son cousin Jésus. Jean-Baptiste envoya deux de ses disciples demander à Jésus : « Es-tu Celui qui doit venir ou devons-nous en attendre un autre? » Et le Christ a agi comme c'était souvent son habitude. Il ne leur a pas donné une réponse directe; Il a laissé à Jean le soin de décider par lui-même. Ainsi, Il a dit aux disciples : « Allez et dites à Jean ce que vous avez vu et entendu : les aveugles voient, les infirmes marchent, les lépreux sont guéris, les sourds entendent, les morts ressuscitent et les pauvres se font prêcher l'Évangile ». Dans ma jeunesse, durant les cours de catéchisme, on m'a démontré que le « pauvre » dans ce cas-ci n'était pas seulement le pauvre au sens matériel, mais également le « pauvre d'esprit », celui qui brûlait d'une faim et d'une soif intérieures. On m'a dit aussi que le mot « évangile » signifiait littéralement « la bonne nouvelle ».

Il y a maintenant plus de 16 ans, quatre hommes — mon patron, mon médecin, mon pasteur et le seul ami qui me restait — travaillant tantôt séparément et tantôt ensemble, ont réussi à me diriger chez les AA. Ce soir, s'ils me demandaient : « Dis-nous ce que tu as découvert », je leur dirais exactement ceci :

« Je ne peux que vous parler de ce que j'ai vu et entendu : il semble que les aveugles voient, que les infirmes marchent, que les lépreux sont guéris, que les sourds entendent, que les morts ressuscitent et encore et encore, au milieu du jour le plus long ou de la nuit la plus sombre, les pauvres d'esprit se font prêcher la bonne nouvelle. »

Dieu fasse qu'il en soit toujours ainsi!

## LES DOUZE ÉTAPES DES ALCOOLIQUES ANONYMES

1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant l'alcool, que nous avons perdu la maîtrise de notre vie.

2. Nous en sommes venus à croire qu'une Puissance supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison.

3. Nous avons décidé de confier notre volonté et notre vie aux soins de Dieu *tel que nous Le concevions*.

4. Nous avons procédé sans crainte à un inventaire moral, approfondi de nous-mêmes.

5. Nous avons avoué à Dieu, à nous-mêmes et à un autre être humain la nature exacte de nos torts.

6. Nous étions tout à fait prêts à ce que Dieu élimine tous ces défauts.

7. Nous Lui avons humblement demandé de faire disparaître nos défauts.

8. Nous avons dressé une liste de toutes les personnes que nous avons lésées et nous avons consenti à réparer nos torts envers chacune d'elles.

9. Nous avons réparé nos torts directement envers ces personnes dans la mesure du possible, sauf lorsqu'en ce faisant, nous risquions de leur nuire ou de nuire à d'autres.

10. Nous avons poursuivi notre inventaire personnel et promptement admis nos torts dès que nous nous en sommes aperçus.

11. Nous avons cherché par la prière et la méditation à améliorer notre contact conscient avec Dieu, *tel que nous Le concevions*, Lui demandant seulement de connaître Sa volonté à notre égard et de nous donner la force de l'exécuter.

12. Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes, nous avons alors essayé de transmettre ce message à d'autres alcooliques et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie.

## LES DOUZE TRADITIONS DES ALCOOLIQUES ANONYMES

1. Notre bien-être commun devrait venir en premier lieu; le rétablissement personnel dépend de l'unité des AA.

2. Dans la poursuite de notre objectif commun, il n'existe qu'une seule autorité ultime : un Dieu d'amour tel qu'Il peut se manifester dans notre conscience de groupe. Nos chefs ne sont que des serviteurs de confiance, ils ne gouvernent pas.

3. Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour être membre des AA.

4. Chaque groupe devrait être autonome, sauf sur les questions qui touchent d'autres groupes ou l'ensemble du Mouvement.

5. Chaque groupe n'a qu'un objectif primordial : transmettre son message à l'alcoolique qui souffre encore.

6. Un groupe ne devrait jamais endosser ou financer d'autres organismes, qu'ils soient apparentés ou étrangers aux AA, ni leur prêter le nom des Alcooliques anonymes, de peur que les soucis d'argent, de propriété ou de prestige ne nous distraient de notre objectif premier.

7. Tous les groupes devraient subvenir entièrement à leurs besoins et refuser les contributions de l'extérieur.

8. Le Mouvement des Alcooliques anonymes devrait toujours demeurer non professionnel, mais nos centres de service peuvent engager des employés qualifiés.

9. Comme Mouvement, les Alcooliques anonymes ne devraient jamais avoir de structure formelle, mais nous pouvons constituer des conseils ou des comités de service directement responsables envers ceux qu'ils servent.

10. Le Mouvement des Alcooliques anonymes n'exprime aucune opinion sur des sujets étrangers; le nom des AA ne devrait donc jamais être mêlé à des controverses publiques.

11. La politique de nos relations publiques est basée sur l'attrait plutôt que sur la réclame; nous devons toujours garder l'anonymat personnel dans la presse écrite et parlée de même qu'au cinéma.

12. L'anonymat est la base spirituelle de toutes nos traditions et nous rappelle sans cesse de plaquer les principes au-dessus des personnalités.

## 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 les pleins pouvoirs aux administrateurs pour gérer et diriger les affaires des services mondiaux. Les statuts de la Conférence ne sont pas un document légal; ils dépendent de la tradition et des capacités financières des AA pour être pleinement efficaces.

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

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

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

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

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

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

---

**LIVRES**

LES ALCOOLIQUES ANONYMES  
LES DOUZE ÉTAPES ET LES DOUZE TRADITIONS  
RÉFLEXIONS QUOTIDIENNES  
LE MOUVEMENT DES AA DEVIENT ADULTE  
DR BOB ET LES PIONNIERS  
'TRANSMETS-LE'

---

**LIVRETS**

VIVRE... SANS ALCOOL!  
NOUS EN SOMMES VENUS À CROIRE  
LES AA EN PRISON : UN MESSAGE D'ESPOIR  
LES AA POUR L'ALCOOLIQUE PLUS ÂGÉ — IL N'EST JAMAIS TROP TARD

---

**BROCHURES**

**Expérience, force et espoir :**

LES AA POUR LA FEMME  
L'ALCOOLIQUE NOIR CHEZ LES AA  
LES AA ET LES AUTOCHTONES D'AMÉRIQUE DU NORD  
LES JEUNES CHEZ LES AA  
LES NOIRS CHEZ LES AA  
LES ALCOOLIQUES LGBTQ DES AA  
LE MOT « DIEU » : MEMBRES AGNOSTIQUES ET ATHÉES CHEZ LES AA  
LES AA POUR LES ALCOOLIQUES ATTEINTS DE MALADIE MENTALE —  
ET CEUX QUI LES PARRAINENT  
L'ACCÈS AUX AA : DES MEMBRES RACONTENT COMMENT ILS ONT  
SURMONTÉ DES OBSTACLES  
LES AA ET LES FORCES ARMÉES  
VOUS CROYEZ-VOUS DIFFÉRENT?  
DIFFÉRENTES AVENUES VERS LA SPIRITUALITÉ  
DERRIÈRE LES MURS : UN MESSAGE D'ESPOIR  
ÇA VAUT MIEUX QUE DE POIREAUTER EN PRISON  
(Brochure illustrée pour les personnes en détention)

**Informations sur les AA :**

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

**Pour les professionnels :**

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

---

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

VIDÉOS DES AA POUR LES JEUNES  
LES AA : UN ESPOIR  
UNE LIBERTÉ NOUVELLE

**Pour les professionnels :**

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

---

**PÉRIODIQUES**

AA GRAPEVINE (mensuel, en anglais, [www.aagrapevine.org](http://www.aagrapevine.org))  
LA VIÑA (bimensuel, en espagnol, [www.aalavina.org](http://www.aalavina.org))  
INFORMATIONS SUR LES AA (seulement en version numérique – [www.aa.org/fr/about-aa](http://www.aa.org/fr/about-aa))

# DÉCLARATION D'UNITÉ

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

Je suis responsable...

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

Et de cela : **Je suis responsable.**

ISBN 978-1-644270-39-4



9 781644 270394