

## **LES BIENFAITS D'UN ESPRIT OUVERT**

**- Le fait d'accepter notre impuissance demande souvent des efforts. D'abord, nous apprenons à écouter et ensuite nous écoutons pour apprendre -**

Si l'on m'avait dit il y a quelques années que je ferais aujourd'hui partie du mouvement A.A., je ne l'aurais pas cru. Et si vous m'aviez dit que le noir était blanc, je vous aurais traité de fou, surtout après le quatrième ou cinquième verre. Mais le noir est vraiment un blanc, il a à peu près le même âge que moi, et il demeure à Montréal. Je crois qu'il est de descendance allemande ou française.

Ceci n'est qu'un jeu de mots, mais j'essaie d'illustrer par cet exemple la différence qui existe entre un esprit fermé et un esprit ouvert et prêt à comprendre. Mon entêtement à garder mon esprit ouvert dans tous les sens possibles m'aurait permis d'écouter assez longtemps pour comprendre qu'un homme de race blanche pouvait s'appeler Lenoir, rendant ainsi cette affirmation véridique.

Un individu doit garder son esprit ouvert pour *l'administration et l'acceptation* s'il est résolu à reconnaître la différence entre ces deux idées. Je crois que nous admettons à contre coeur et que nous acceptons avec bonne volonté. La différence se trouve dans notre état d'âme. Nous admettons une chose que nous ne pouvons plus ignorer. Nous acceptons quelque chose parce que nous le voulons bien; alors notre esprit est réceptif. Nous pouvons admettre par contrainte. Il n'en doit exister aucune lorsque nous acceptons.

Pour ceux d'entre nous qui essaient de pratiquer les principes AA, la différence entre ces deux mots, admission et acceptation, est souvent la différence entre notre succès et notre échec par rapport à cette méthode - entre la sobriété et les cuites périodiques.

Aussi longtemps que nous avons été seulement disposés à admettre (même à contre-coeur) notre impuissance envers l'alcool, nous gardions nos esprits fermés. Nous n'avions pas besoin d'un gros effort de réflexion pour admettre notre condition. Il ne fallait qu'un peu de force de volonté ou une pensée ou peut-être seulement une petite larme. Pour la plupart d'entre nous, nous savions que la boisson nous attirait une foule d'ennuis, et cela longtemps avant d'être disposés à nous l'admettre à nous-mêmes tout

en étant certains que l'étiquette "alcoolique" ne pouvait s'appliquer à nous!!!

Mais le fait d'admettre notre condition n'était pas très efficace *par lui-même* pour notre amélioration. Il existe, dit-on, deux sortes de gens; ceux qui font partie du problème et ceux qui font quelque chose pour en sortir. Quand nous étions au stage de l'admission, nous prenions part au problème. Il nous fallait d'abord sauter la barrière et nous placer du côté du groupe qui fait quelque chose pour améliorer son sort. Et cela demandait un esprit *ouvert à l'action*.

L'esprit ouvert n'est pas quelque chose que vous avez ou que vous n'avez pas, c'est une chose relative que peu de nos membres obtiennent jamais complètement. Si je vous demandais de 'me prêter cinq dollars et que vous me répondiez "non" immédiatement sans plus y penser, vous seriez peut-être habile, mais votre esprit serait certainement fermé sur ce point tout en restant peut-être ouvert sur d'autres.

Ce qui nous intéresse ici, c'est de garder notre esprit ouvert en tout ce qui concerne *tout* le programme AA. Si nous pouvions parvenir à *l'humilité sincère* d'un esprit complètement ouvert, tout deviendrait tellement plus facile. Nous n'aurions plus aucune réserve préconçue. Malheureusement pour la plupart d'entre nous, nous trouvons difficile d'écouter une autre personne dans un effort pour apprendre quelque chose d'elle. Je crois que nous devrions d'abord apprendre à écouter et ensuite *écouter pour apprendre*. L'abbé Dimnet a dit que même le génie a besoin de l'information qui provient de ce que d'autres font ou ont fait. Si nous *écoutons pour apprendre*, nous prendrons bientôt une part active à ces leçons.

En ce qui a trait à notre problème commun, il n'y a pas de meilleur endroit que nos réunions A.A. pour mettre cette chose en pratique. A nos réunions il peut sembler parfois que nous labourons toujours le même terrain, mais si nous *participons en vue d'apprendre*, tôt ou tard ressortira une précieuse vérité, que plusieurs parmi nous ont tant cherchée. Il faut

du temps et de la patience pour pouvoir assimiler les vérités de notre programme et pour commencer à les comprendre avec un certain degré de satisfaction.

Un de nos membres a raconté sa détresse du début au sujet de la quatrième étape jusqu'à ce que quelqu'un lui démontre à une réunion que dans la comptabilité de chacun, il y a deux colonnes, la bonne et la mauvaise. Le fait de comprendre cette simple vérité fut important pour lui permettre de suivre notre programme avec succès. Il avait l'esprit ouvert.

Si nous assistons aux réunions AA régulièrement et si nous y *participons pour apprendre*, si nous lisons la Vigne AA, si nous relisons le volume Alcooliques Anonymes et si nous *ouvrons nos esprits* à ce qui est dit et à ce qui est écrit, alors nous pouvons "en venir à croire". Ceci ne veut pas dire que nous devons acquiescer à tout ce que nous voyons et entendons, cela signifie simplement que nous devons considérer chaque idée selon sa valeur, sans parti pris, avant de prendre position en la matière.

L'acceptation est notre affaire personnelle. Si nous n'acceptons pas de bon coeur, nous n'acceptons pas vraiment. Nous admettons tout simplement et nous n'avons pas développé notre façon d'avoir l'esprit ouvert, la volonté d'écouter, de participer, et *d'apprendre*. Nos épouses, nos médecins, nos parents, les autorités publiques: certains d'entre eux, tôt ou tard, auraient probablement réussi à nous faire *admettre* notre position envers l'alcool. Le fait est que ceci est arrivé à plusieurs d'entre nous. Mais chacun, individuellement et seul, peut *accepter* pour lui-

même une méthode de vie plus heureuse qui est offerte par le programme AA au buveur à problèmes. Pour cela, "nous en sommes venus à croire", c'est-à-dire que nous acceptons entièrement avec un esprit ouvert qui nous permet de mieux comprendre cette merveilleuse méthode.

Dans la deuxième étape il n'est pas dit que nous devons "admettre" qu'une Puissance supérieure à nous-mêmes peut nous rendre la raison. On dit "accepter" en se servant des mots "nous en sommes venus à croire". Si nous abordons la deuxième étape en voulant croire, nous avons donc un esprit ouvert. Il me semble que c'est ici que nous commençons à accepter d'une manière constructive, et, pour en venir là, notre esprit doit être ouvert un tant soit peu. Ce début de compréhension s'améliorera à mesure que nous progressons dans les étapes suivantes. Je pense que cette deuxième étape est le point tournant entre ceux qui ont essayé notre programme et n'ont pas réussi, et ceux qui ont réussi et qui continuent à être heureux, en "mettant en pratique ces principes dans tous les domaines" de leur vie.

Personne n'aime à se faire rabattre les oreilles avec le programme spécialement quand nous parlons du côté spirituel. A bien y penser il est plutôt difficile, de rabattre les oreilles de quelqu'un sur un sujet s'il est bien disposé à écouter. Je crois que lorsque nous commençons réellement à avoir l'esprit ouvert nous *éliminerons* les pierres d'achoppement que nous avons nous-mêmes érigées avec tant d'acharnement.

**B. D.**

#### **UNE PETITE FILLE DE SIX ANS A ECRIT CECI:**

"Le monde est composé de garçons et filles ainsi que d'hommes et de femmes. Les petits garçons ne valent rien jusqu'à ce qu'ils deviennent grands et se marient. Les hommes qui ne se marient pas ne valent pas grand'chose non plus. Les garçons sont assommants. Ils désirent tout ce qu'ils voient excepté du savon. Ma mère est une femme et mon père est un homme si gentil, que je crois bien qu'il devait être une fille lorsqu'il était petit garçon".

**ALVINOS**