

## L'IMPORTANCE DES RÉUNIONS

J'ai neuf ans d'abstinence continue dans les AA. Je viens de passer deux années sans fréquenter les réunions et je n'ai pas bu. Je savais, on le répète tellement souvent dans les AA, que bien des membres ont rechuté et ont souffert de façon extrêmement dangereuse en agissant de la sorte.

J'écris simplement pour confirmer une fois de plus à ceux qui ne le savent peut-être pas encore, ou qui en doutent, ou qui, comme moi, se pensent assez forts pour faire face à la vie sans s'impliquer dans les AA, ce qui est écrit dans la littérature: un alcoolique ne peut pas survivre s'il ne transmet pas le message.

Transmettre le message, ce n'est pas seulement dire des mots pour le nouveau, mais c'est démontrer un changement psychique complet, un demi tour total, une complète remise en question de la façon de penser de chacun d'entre nous. (*Les Douze Étapes et les Douze Traditions*, p. 146)

J'ai connu le bas-fond à sec. Après deux ans sans fréquenter les AA, je suis redescendu aussi démuni qu'à mon arrivée à ma première réunion. Ça fait très mal, croyez-moi. La dernière chose qui m'est venue à l'idée dans le creux de cette vague, c'est de retourner chez les AA. La seule différence avec ceux qui rechutent, c'est un minimum de lucidité et de force nécessaires pour

ne pas prendre le premier verre. J'aurais très bien pu retourner boire, mais rien ne m'a empêché de souffrir et d'oublier comment vivre de façon saine et utile sur cette planète, et tout d'abord avec mon entourage immédiat: ma famille.

Ma compagne et moi en étions venus à l'épaisseur d'un demi-poil de la rupture. Les conséquences d'une telle séparation auraient été dommageables. La première phrase entendue à ma première réunion, après deux ans d'absence, fut dite par quelqu'un que je n'avais jamais vu de ma vie: «J'ai neuf mois d'abstinence, je suis très heureux (c'était très visible) et je m'implique dans les AA. » Et paf! dans le museau. Moi, j'avais neuf ans d'abstinence, j'étais malheureux (c'était très visible) et je ne m'impliquais plus dans les AA.

Depuis mon retour, il y a presque trois mois, les morceaux du casse-tête qu'était devenue ma vie ont commencé à retrouver leur place. Ma compagne a, de son côté, commencé à fréquenter les Al-Anon. Elle fait ses efforts, et moi, les miens. De toute façon, il ne m'est pas permis de ne pas croire à cette fameuse lumière au bout du tunnel et j'en perçois déjà les rayons ...

**Claude, Bellefeuille**