

**l'acceptation était la réponse**

Aujourd'hui, l'acceptation est la réponse à *tous* mes problèmes. Quand je suis perturbé, c'est parce qu'à mes yeux, il y a une personne, un endroit, une chose ou une situation -un aspect de ma vie- que je trouve inacceptable, et je n'ai pas la sérénité tant que je n'accepte pas cette personne, cet endroit, cette chose ou cette situation comme étant exactement ce qui doit être à ce moment-là. Rien, absolument rien n'arrive par erreur dans ce monde créé par Dieu. Tant que je n'ai pas accepté que j'étais alcoolique, je n'ai pas pu rester abstinent ; je ne peux pas être heureux à moins d'accepter la vie telle qu'elle est. Je dois m'appliquer à changer ce qui ne va pas dans mon esprit et dans mes attitudes au lieu de vouloir changer ce qui ne va pas dans le monde.

p 464 du BB 4ème édition

- nos semblables.
8. Nous ne serons plus tournés exclusivement vers nous-mêmes.
  9. Désormais nous envisagerons la vie d'une façon différente.
  10. La crainte des gens et de l'insécurité financière disparaîtront.
  11. Notre intuition nous dictera notre conduite dans des situations qui, auparavant, nous déroutaient.
  12. 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.

P 94-95 du Big Book, 4ème édition

groupe AA Rennes Centre

**L'humilité**

L'humilité est une perpétuelle tranquillité du cœur. C'est n'avoir aucun problème. C'est ne jamais être fâché, vexé, irrité ou blessé ; c'est ne m'étonner de rien qui puisse m'arriver, c'est ne pas sentir les attaques des autres. C'est rester calme, quand personne ne me louange, et si je suis blâmé ou méprisé, c'est trouver en moi un lieu béni où je puisse me retirer, refermer la porte, m'agenouiller devant mon Père en secret et être en paix, comme dans une mer profonde de calme, quand tout autour de moi semble trouble.

Plaque du Dr Bob

**RIEN QU'AUJOURD'HUI**

Il y a, dans chaque semaine, deux jours pour lesquels on ne devrait pas se tracasser ...

L'un de ces jours est "HIER", avec ses erreurs et ses soucis, ses fautes et ses bévues, ses maux et ses peines.

HIER s'échappe à jamais de nos mains.

L'autre jour, c'est "DEMAIN", avec ses larges espérances et ses pauvres accomplissements. DEMAIN est aussi hors de notre portée.

Il ne reste qu'un jour : "AUJOURD'HUI".





Tout homme peut livrer les combats d'un seul jour... Ce ne sont pas les épreuves d'un seul jour qui rendent les hommes fous, c'est le remords ou la rancœur d'un incident qui est arrivé HIER et la crainte de ce que DEMAIN peut apporter ...

**VIVONS DONC UN SEUL JOUR  
A LA FOIS,  
JUSTE AUJOURD'HUI.**

**l'acceptation était la réponse**

Aujourd'hui, l'acceptation est la réponse à *tous* mes problèmes. Quand je suis perturbé, c'est parce qu'à mes yeux, il y a une personne, un endroit, une chose ou une situation -un aspect de ma vie- que je trouve inacceptable, et je n'ai pas la sérénité tant que je n'accepte pas cette personne, cet endroit, cette chose ou cette situation comme étant exactement ce qui doit être à ce moment-là. Rien, absolument rien n'arrive par erreur dans ce monde créé par Dieu. Tant que je n'ai pas accepté que j'étais alcoolique, je n'ai pas pu rester abstinent ; je ne peux pas être heureux à moins d'accepter la vie telle qu'elle est. Je dois m'appliquer à changer ce qui ne va pas dans mon esprit et dans mes attitudes au lieu de vouloir changer ce qui ne va pas dans le monde.

p 464 du BB 4ème édition

<p style="text-align: center;">groupe AA Rennes Centre</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em; color: blue;">24 h à la fois</p>  <p style="text-align: center; font-size: 2em;">Garde ça simple !</p>	<p style="text-align: center;">groupe AA Rennes Centre</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em; color: blue;">24 h à la fois</p>  <p style="text-align: center; font-size: 2em;">Garde ça simple !</p>	<p style="text-align: center;">groupe AA Rennes Centre</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em; color: blue;">24 h à la fois</p>  <p style="text-align: center; font-size: 2em;">Garde ça simple !</p>	<p style="text-align: center;">groupe AA Rennes Centre</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em; color: blue;">24 h à la fois</p>  <p style="text-align: center; font-size: 2em;">Garde ça simple !</p>
---	--	---	---

1. 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.

2. Nous connaissons une nouvelle liberté et un nouveau bonheur.

3. Nous ne regretterons pas plus le passé que nous ne voudrions l'oublier.

4. Nous comprendrons le sens du mot sérénité et nous connaîtrons la paix.

5. Si profonde qu'ait été notre déchéance, nous verrons comment notre expérience peut profiter aux autres.

6. Nous perdrons le sentiment d'être inutiles et cesserons de nous apitoyer sur notre sort.

7. Mettant nos propres intérêts de côté, nous nous intéresserons davantage à

Le travail est de l'amour rendu visible.

Le travail est de l'amour rendu visible.

Le travail est de l'amour rendu visible.