

Lettre à un nouveau membre

Te voilà enfin assis parmi nous. Je sais que tu veux quand même qu'on te fiche un peu la paix... Tu es là pour voir comment ça marche chez nous et tu n'es pas trop sûr de toi. Nous faisons semblant d'ignorer la façon dont tu es tordu sur ta chaise et mal à l'aise. Tu as un gros chat dans la gorge, et nous connaissons tous cette espèce de point d'angoisse que tu as là, au milieu de la poitrine.

En te regardant discrètement, nous avons presque envie de pleurer, car nous nous rappelons nos premières heures dans les A.A.. Ne cache pas tes mains ainsi, ici, tu n'as pas à avoir honte, même si tu trembles, car nous comprenons ce que sont ces « lendemains de veille » ...

Évidemment, nous ne sommes pas tous des personnes d'un physique hollywoodien. Nous sommes des gens qui avons souffert dans notre moral et notre physique, et peut-être que quelques-uns de nos visages te découragent un peu. Mais si tu regardes attentivement, tu verras de la lumière dans nos yeux, et tu constateras que nous voulons tous t'accueillir dans nos cœurs.

Écoute bien ce qu'on va te dire pendant la réunion. Tu ne comprendras pas tout du premier coup, mais quelque chose te restera. Ne tombe pas de ta chaise si tu entends prononcer le nom de dieu. Vois-tu, dans les A.A., nous avons découvert que nous ne pourrions y arriver seulement par l'aide des hommes. Pour bien comprendre, il faudrait que tu lises l'histoire des A.A. et comment l'un des plus grands psychiatres du monde, le docteur Jung, a admis avec Bill W., notre cofondateur, qu'un alcoolique ne pouvait être traité par des moyens cliniques habituels, mais qu'il fallait qu'il éprouve une « expérience spirituelle » qui le transformerait. Et c'est pour-quoi nous avons dieu dans les A.A.

Si tu es patient et si tu essaies de prier un peu, (qu'est-ce que tu as à y perdre ?), un jour, toi aussi, tu auras cette expérience spirituelle et alors, tu comprendras que nous ne pouvons exclure un être suprême de notre sobriété. Tous ceux qui te diront qu'ils ont eu des rechutes, ce sont ceux qui n'auront pas encore eu cette expérience spirituelle.

Toi qui arrives parmi nous, massacré par la vie et l'alcool, qui es désœuvré, découragé, et peut-être sans espoir, tu sais maintenant qu'on ne peut pas toujours compter sur les hommes, qu'ils ne sont pas toujours disponibles. Si tu commences par mettre une puissance supérieure dans ta vie, tu prends une assurance de survivance au cas où, un jour, même dans les A.A., tu pourrais ressentir de solitude. Si tu écoutes, et si tu lis attentivement, tu ne seras plus jamais seul.

Repose-toi, détends-toi, arrête de ressasser des idées sombres. Nous sommes là pour t'aider et te soutenir. Ne t'inquiète pas surtout du matériel, cela va s'arranger. Comme tu nous ressembles, tu as dû dépenser tes derniers dollars dans un de tes bars favoris où tu as payé la « traite » plus souvent qu'à ton tour. Tu constates peut-être maintenant que tu essayais alors inconsciemment de t'acheter de l'amitié. Ici, nous ne te demandons rien, sauf de nous aimer un peu.

Aujourd'hui tous les gens se plaignent que l'amour est difficile à trouver. C'est peut-être que dans notre société actuelle, on ne sait plus qu'aimer, c'est aussi donner de soi-même. En ce jour de ton entrée chez les A.A., tu te sens fatigué et déprimé, et nous compatissons avec toi ; mais, demain, nous te prions de passer à l'action. Nous te suggérons de ne pas demeurer passif dans notre beau mouve-

ment, car l'activité, c'est la clé de ton rétablissement. Tu peux faire le café pour les réunions, placer les chaises, occuper les fonctions d'animateur, de représentant de La Vigne AA, ou, plus tard, de secrétaire. Il y a mille choses que tu pourras faire et tu te sentiras de plus en plus heureux.

Ne te laisse jamais abattre par les paroles négatives que tu pourrais entendre. Tu sais, ici, nous sommes tous en voie de rétablissement et quelques-uns sont peut-être plus malades que d'autres. Il est possible qu'en ce moment, tu ne puisses le réaliser, mais dès ton arrivée parmi nous, tu reçois un cadeau merveilleux, un cadeau de vie: les Douze étapes. Tu t'apercevras que si tu suis soigneusement ces principes l'un après l'autre, tu seras en train de devenir un autre être humain, beaucoup plus acceptable que celui qui est assis là, près de nous, et que tu peux voir dans ton miroir.

Que ton cœur et ton esprit s'ouvrent à de bonnes et belles choses. Nous t'aiderons et tu pourras constater qu'après tout notre planète n'est pas aussi désespérante. Essaie d'oublier ton passé le plus vite possible. Ce qui est fait ne peut se défaire et les gestes que tu as posés sont figés dans le temps. Ce qui est important, c'est ce que tu vas faire maintenant. Cesse surtout d'avoir peur, car maintenant, si tu veux bien te laisser un peu, dieu te guidera avec nous. De cette façon, rien de mal ne pourra t'arriver et tu pourras affronter tous les orages ou toutes les tempêtes. Souviens-toi que tu as besoin d'un parrain ou d'une marraine dans les A.A. ; c'est un être de lumière qui t'aimera beaucoup et te soutiendra. Même celui qui t'écrit ces suggestions a dû se trouver plusieurs soutiens.

Un jour, après un certain temps, alors que tu seras devenu une autre personne dans les A.A., tu sentiras le besoin d'aider d'autres alcooliques et c'est là que tu verras ta mission, toi aussi. Tu retireras des dividendes incroyables de tes efforts présents, et ce qui est encore plus grandiose, c'est que tu pourras sauver des vies.

En ce jour de ton arrivée parmi nous, nous serions portés à te demander, comme un psychiatre, s'il y a longtemps que tu as pleuré. Nous qui parlons souvent du contrôle de nos émotions, nous avons appris qu'à nos débuts dans les A.A., il fallait avouer notre impuissance devant la vie, et parfois pleurer en secret comme de petits enfants. Nous avons alors ressenti un grand soulagement et vu un grand espoir s'installer dans nos cœurs, car nous réalisions tout à coup, que, demain, il y avait une autre assemblée des A.A. et que, dans deux minutes, si nous le voulions, nous pourrions rejoindre par téléphone des membres disponibles...

Enfin nous te conjurons d'essayer de t'aimer toi-même. Il faut qu'un jour tu te regardes dans ton miroir et que tu te trouves beau, même « derrière tes yeux »...

N'oublie jamais qu'il faut commencer par s'aimer soi-même avant d'aimer les autres.

Alors toi, le nouveau, assis là près de nous, mal à l'aise sur ta chaise, paix soit sur toi et puisse notre amour pour toi atteindre ton cœur à l'instant même où nous te regardons avec nos yeux plein larmes et de lumière.

Merci d'être venu aux A.A. en quête d'aide.

Article paru dans La Vigne, revue AA Québec