

1- Si nous désirons de l'aide, nous en trouverons malgré la maladie de notre parrain ou son absence temporaire, ou pour toute autre raison.

(Vivre sans alcool p.30)

2- Dès que tu te dis toi-même membres des A.A., tu l'es. C'est à toi de te déclarer membre; personne ne peut te l'interdire.
(12/12 p.159).

3- L'expérience montre que rien n'immunise mieux contre l'alcool que de travailler intensivement auprès d'autres alcooliques. Cette méthode fonctionne là où d'autres sont inefficaces.

(Alcoolique Anonyme p.101).

4- Avoir besoin d'aide n'est pas une marque de faiblesse et il ne faut pas en avoir honte. Se priver << **par fierté** >> du soutien précieux d'un professionnel dénote un orgueil mal placé. Ce n'est que de la vanité et un obstacle au rétablissement.

(Vivre sans alcool p. 64).

5- Pour atteindre le résultat tant espéré, il ne faut rien de moins qu'une application soutenue de ces étapes comme mode de vie.

(12/12 p.46).