

## Pensées de la semaine

### *Février 2025*

---

1) Une seule chose distingue vraiment l'alcoolique : son sens de l'humour. Il s'agit d'un sens de l'humour tout particulier, un sens de l'humour positif où le raconteur est lui-même la source, la victime et le sujet principal.

*(Heureux, joyeux et libres, p.10)*

2) Nous avons compris que pour être valable l'effet de notre sacrifice devait profiter à la fois au donneur et au bénéficiaire. Nous avons donc commencé à pratiquer ce don de soi tout à fait gratuit.

*(Le mouvement des alcooliques anonymes devient adulte, p.345)*

3) Notre premier objectif sera d'acquérir de la maîtrise de soi. Cet objectif doit être prioritaire. Lorsque nous parlons trop vite ou sans réfléchir, nous perdons sur-le-champ toute chance d'être équitable et tolérants.

*(Réflexions de Bill, p.113)*

4) Au fil des années, toutes les contrefaçons possibles de nos 12 étapes et nos 12 traditions ont été essayées. Il ne pouvait en être autrement, vu qu'en général, nous ne sommes qu'une bande d'individualistes.

*(Les 12 étapes et les 12 traditions p.167)*

5) Tranquillement, j'ai appris à avoir confiance en moi, c'est un processus lent qui s'est amorcé à travers l'implication dans le Mouvement et que j'ai progressivement transporté à l'extérieur de AA.

*(Un cœur rempli de gratitude, p.75)*