

## ALTERNATIVE AUX AA ?

---

Par **Profil supprimé** Posté le 17/10/2018 à 10h42

Bonjour,

Les AA (alcooliques anonymes) sont une aide importante à prendre en compte par le malade. Vraiment j'invite le malade à se rendre aux réunions AA, tout simplement. Franchissez simplement le pas de la porte, vous serez TOUJOURS TRÈS BIEN ACCUEILLI et jamais jugé. JAMAIS !

Sauf que les AA ont une orientation spirituelle, pour ne pas dire religieuse (mais en aucun cas versée vers l'une ou l'autre religion). Et ça, je n'y arrive pas. Je suis profondément athée. Je n'y peux rien 😞  
Je ne parviens pas à faire mien le 2e principe des AA : une force supérieure te sauvera.

Bref existe-t-il des cercles de réunion, de discussion alternatifs aux AA, sans cette dimension religieuse ?

Prenez soin de vous et de votre entourage et profitez de la belle vie sans alcool.

papa74

### 4 RÉPONSES

---

**Profil supprimé - 17/10/2018 à 12h11**

Bonjour Papa74,

Rien ne se perd tout se transforme, notre espèce est en voie de disparition lol.

Pour répondre à votre question, et je parle pour moi...je n'éprouve pas le besoin de me rendre chez les AA, cependant et je le reconnais, je ressens le besoin d'échanger, de discuter.

Lorsque j'ai décidé de me prendre en main, je suis venue ici...et j'ai appris énormément en lisant, en discutant.

Néanmoins le fonctionnement du forum m'a frustrée. En effet les messages mettent un petit moment à apparaître (Madame, Monsieur le modérateur, cela n'est pas une critique ! vous devez et nous devons respecter les règles du forum) ... Le week-end, nous sommes un peu livrés à nous-même...Ce qui est normal puisque ce site fonctionne grâce au bénévolat, merci aux modérateurs.

Sur un fil j'ai rencontré des personnes ressentant le même besoin que moi...et comme le monde n'est tout de même pas rempli que de barjot mais également de gens sincères, nous avons décidé de créer un groupe sur Facebook, ou nous échangeons, je rassure les modérateurs, nous nous montrons prudents...Cela m'aide

Un petit mot chaque jour est réconfortant, chacun est libre de se découvrir ou pas, nous nous soutenons avec bienveillance..

Voici notre alternative

Bonne journée

---

**Québécoise - 17/10/2018 à 16h37**

Bonjour papa 74,

J'ai eu le même feeling que toi en allant à Alanon, je n'arrivais pas à me mettre en tête le côté catho. Avec les prières et le reste que je trouve dépasser.

Rien est parfait et c'est ce qui fait que ça l'ai 😊.

Ds tout il y aura des côtés qu'on aime moins.

Je trouve aussi que AA et Alanon devrait actualiser par rapport à ça. Il ont justement très besoin de personnes qui s'impliquent. Mais je ne suis pas prête à faire cet effort. donc....

Dans chaque religion il y a eu du bon. Et à l'époque que ça a été créé, le catholicisme était très fort. Si tu décortiques la prière de la sérénité, sans penser au mal et abus que les religions ont pu faire, ça a du bon sens 😊.

Parfois, je ne me sentais pas du tout concerné lors d'une réunion. J'en ai profité pour pratiquer l'écoute et la patience 😊.

On peut prendre ce qui y est bon pour soi et chercher le reste ailleurs, comme dans toute chose.

Je te souhaite de trouver tes trucs 😊

X

---

**Québécoise** - 17/10/2018 à 16h49

Haaaa oui ..... la puissance superieur pour moi , c'est lacher prise et faire confiance a la vie .  
X

---

**patricem** - 17/10/2018 à 16h55

Il faut prendre du recul par rapport au principe religieux des AA. Par exemple, la prière de fin est en fait une réécriture d'une réflexion de l'empereur Marc Aurèle, réflexion athée et non destinée à la postérité : que la force me soit donnée... Extrait de ses réflexions intimes.

Bref, prenez y ce qui vous aide, ignorez ce qui vous gêne et n'oubliez pas que cela à été écrit dans les années 30 dans un pays très croyant.

Mettez sur puissance supérieure ce que vous voulez, ou rien. C'est libre à vous....

Courage,

Patrice

---