

## Al-Anon/ Alateen

### Un programme spirituel mais non religieux

Lorsque nous devons présenter Al-Anon soit à de nouveaux membres soit à des professionnels (media, santé, social, éducation...) ou à un public nous pouvons être amenés à expliquer ce qu'est notre programme spirituel non affilié à quelque religion ou secte que ce soit.

Voici quelques propositions pour rassurer nos interlocuteurs :

Al-Anon/ Alateen est une association loi 1901 déclarée à la Préfecture de Police de Paris depuis plus de 60 ans...

- Pas de cotisation ni d'inscription.
- Anonymat des membres (aucune liste)
- Aucune obligation dans l'assiduité aux réunions.
- A tous les niveaux, nos dirigeants sont des membres de l'Association élus (en général à la majorité des 2/3) et renouvelables tous les trois ans. Il n'y a pas de « gourou ».
- Une vérification est possible auprès des services de lutte contre les sectes auprès de secte- info et de A.D.F.I. (association de défenses des familles et des individus contre les sectes).
- Nous ne cherchons pas à isoler les individus de leur famille et de la société. Al-Anon et Alateen cherchent au contraire à aider les familles déchirées et isolées par l'alcoolisme d'un de leurs membres.
- Nos réunions sont ouvertes à tous. Il y a parmi nous des personnes appartenant à différentes religions, des agnostiques et des athées. Notre philosophie est spirituelle.

Le partage d'expériences peut nous permettre de mesurer l'effet bénéfique d'un changement d'attitude et d'accéder à une vision souvent plus positive de la vie.

- Sortir de notre volonté de toute-puissance pour nous en remettre avec confiance à ce que d'autres peuvent nous apporter, voilà une attitude spirituelle.
- Ce programme spirituel respecte les principes de laïcité de notre République.
- Oui mais diront certains : « vous avez le mot " Dieu " dans votre programme et souvent répété ! »

Chacun peut comprendre le mot " Dieu " à sa façon, la démarche spirituelle essentielle étant de ne plus se reconnaître soi-même tout puissant. Ensuite, chacun suit son chemin, à son rythme, en toute liberté.

Cette notion de " *Puissance Supérieure qui peut nous rendre la raison* " est une croyance à plus grand que soi qui nous aide à sortir de la solitude. Elle peut prendre des aspects très divers et être *n'importe quoi ou n'importe qui.*" Exemples : les forces de la nature, une personne chérie et disparue, la bienveillance de mon groupe, une puissance d'amour... ou « Dieu tel que je le conçois ».

« Bien que d'inspiration religieuse, les Douze Etapes et les Douze Traditions ne sont pas basées sur une discipline religieuse spécifique. Elles embrassent non seulement les philosophies nées du judéo-christianisme et des nombreuses religions orientales, mais aussi d'autres pensées non confessionnelles s'inspirant d'éthique morale. Le terme " Dieu " ne se rapporte pas non plus à un être, une force ou un concept en particulier, mais seulement à l'idée de "Dieu " telle que chacun conçoit ce terme. De sorte que ceux qui n'adhèrent à aucune religion peuvent aussi trouver dans ce programme une façon de vivre sereine et satisfaisante, pourvu qu'ils puissent croire en une Puissance supérieure à eux-mêmes, quelle qu'elle soit. »

Extrait de " Les Douze Etapes et les Douze Traditions d'Al-Anon "