

Les Douze Traditions des Sexoliques Anonymes

1. Notre bien-être commun devrait passer en premier lieu; le rétablissement personnel dépend de l'unité des S.A.
2. Dans la poursuite de notre ultime objectif, il n'existe qu'une seule autorité: un Dieu d'amour tel qu'Il peut Se manifester dans notre conscience de groupe. Nos chefs ne sont que des serviteurs de confiance; ils ne gouvernent pas.
3. Le désir d'arrêter la luxure et de demeurer sobre sur le plan sexuel est la seule condition pour être membre des S.A.
4. Chaque groupe devrait être autonome, sauf sur les points qui touchent d'autres groupes ou l'ensemble du mouvement des S.A.
5. Chaque groupe n'a qu'un seul objectif primordial: transmettre son message au sexolique qui souffre encore.
6. Un groupe S.A. ne devrait jamais endosser ou financer d'autres organismes, qu'ils soient apparentés ou étrangers à S.A., ni leur prêter le nom de Sexoliques Anonymes, de peur que les soucis d'argent, de propriété ou de prestige ne nous distraient de notre objectif premier.
7. Tous les groupes S.A. devraient subvenir entièrement à leurs besoins et refuser les contributions de l'extérieur.
8. Le Mouvement des Sexoliques Anonymes devrait toujours demeurer non professionnel, mais nos centres de service peuvent engager des employés qualifiés.
9. En soi, le Mouvement des S.A. ne devrait jamais avoir de structures formelles, mais nous pouvons constituer des conseils ou des comités de service directement responsables envers ceux qu'ils servent.
10. Le Mouvement des S.A. n'exprime aucune opinion sur des sujets qui lui sont étrangers; le nom des S.A. ne devrait donc jamais être mêlé à des controverses publiques.
11. La politique de nos relations publiques se fonde sur l'attrait plutôt que sur la réclame; nous devons garder l'anonymat dans la presse écrite et parlée de même qu'au cinéma.
12. L'anonymat constitue la base spirituelle de toutes nos Traditions et nous rappelle sans cesse de placer les principes au-dessus des personnalités.



Sexoliques
Anonymes

S.A. Renseignements utiles pour les nouveaux membres

**S.A. vous souhaite la bienvenue
et se réjouit de votre présence!**

Bienvenue à S.A.

Nous sommes heureux que vous soyez là. Si vous vous reconnaissez dans la dynamique que nous décrivons dans ce dépliant et que vous croyez avoir le problème, nous aimerions partager notre solution avec vous.

Sans doute, à l'instar de tous les nouveaux membres, vous posez-vous de multiples questions sur notre programme. Nous espérons que vous trouverez les réponses à celles-ci dans ce dépliant.

Qu'est-ce que S.A. ?

S.A. est une fraternité regroupant des hommes et des femmes qui partagent leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'en aider d'autres à se rétablir. Notre but premier réside dans le fait que nous demeurions sobres sur le plan sexuel et que nous en aidions d'autres à le devenir.

Qu'est-ce que la sobriété sexuelle ?

Notre définition de la sobriété sexuelle ne s'applique qu'à nos membres. La sobriété sexuelle pour un sexolique membre de S.A. signifie ne pas avoir de sexe, ni avec soi-même ni avec d'autres partenaires que son époux ou son épouse. Selon la définition de la sobriété sexuelle de S.A., le terme «époux (épouse)» s'applique à l'un ou l'autre des partenaires dans le cadre d'un mariage contracté entre un homme et une femme. Nous incluons aussi dans notre définition de la sobriété sexuelle l'affranchissement progressif des différentes formes de fantasmes sexuels, de stimulation et de luxure qui peuvent s'immiscer dans nos vies. L'affranchissement devient possible en restant sobre tout en appliquant dans notre vie quotidienne les principes des douze (12) Étapes et des douze (12) Traditions.

Comment vivre sans ces «à-côtés» sexuels ?

Notre expérience commune nous incite à croire que la sobriété sexuelle nous affranchira de notre compulsion sexuelle. Nous voulons permettre à l'instinct et son besoin d'intimité sexuelle de retrouver sa fonction première qui est celle de la reproduction et de l'établissement de liens sains avec son époux ou son épouse. L'arrêt des stimulations sexuelles et de la luxure entraîne la disparition de l'obsession sexuelle.

Peut-on comparer S.A. à un groupe de thérapie ?

S.A. n'est d'aucune façon une thérapie sexuelle ou une thérapie de groupe. Les réunions sont dirigées par des membres de la fraternité selon l'usage prescrit. Aucun membre ne participe à titre professionnel.

S.A. est un programme de rétablissement vis-à-vis de la luxure et de la dépendance sexuelle axé sur les principes des Alcooliques Anonymes.

Peu importe les problèmes soulevés, nous partageons une solution commune, soit le programme de rétablissement axé sur les douze (12) Étapes et les douze (12) Traditions, que nous pratiquons sur la base de l'entraide et de la sobriété sexuelle.

Comment puis-je devenir membre ?

Tous ceux et celles qui croient que la luxure constitue pour eux un problème peuvent se présenter à une réunion fermée de S.A. et éventuellement devenir membre de ce groupe d'entraide s'ils ont le désir d'arrêter la luxure et de devenir sobres sur le plan sexuel.

Combien en coûte-t-il ?

Les réunions de S.A. sont gratuites. Aucuns frais ne sont exigés. Nous sollicitons à chaque réunion une contribution volontaire, ceci afin de défrayer les coûts du local, de la documentation, du café, etc. En conformité avec la Septième Tradition, chaque groupe doit subvenir à ses propres besoins à l'aide de la contribution de ses membres.

J'admets avoir abusé du sexe. Et si en diminuer la fréquence, cela suffisait ?

S.A. s'adresse à ceux et celles qui ont perdu le contrôle dans ce domaine. Nous faisons appel à S.A. car nous ne pouvons plus nous arrêter, quels que soient les types de comportement sexuel à l'oeuvre. Nous avons perdu la faculté de choisir de mettre fin à notre comportement.

Comment savoir si je suis accroc au sex ?

Vous seuls pouvez en arriver à ce constat. La reconnaissance de notre impuissance, c'est ce que nous appelons dans notre jargon « le travail de la première étape ». Comme le mentionne la première étape, « nous avons admis que nous étions impuissants devant la luxure, que nous avons perdu la maîtrise de nos vies ».

Beaucoup de temps peut s'écouler avant que nous puissions admettre notre défaite. Tôt ou tard, nous finissons par céder et par réclamer de l'aide tout en admettant que nous ne pourrions pas nous en sortir par nous-mêmes. Ce n'est qu'à ce moment précis que nous admettons véritablement être impuissants devant la luxure.

C'est la raison pour laquelle vouloir devenir sobre pour quelqu'un d'autre que soi-même (un membre de la famille ou un employeur, par exemple) ne fonctionne pas. Il faut d'abord s'avouer soi-même vaincu avant de commencer à chercher de l'aide.

Test pour savoir si ce problème vous concerne

Avez-vous déjà songé ou vous a-t-on déjà suggéré de solliciter de l'aide en raison de vos pensées ou de votre comportement sexuels ?

Avez-vous déjà essayé de limiter ou de diminuer, sans succès, vos pensées et vos comportements sexuels ?

Sentez-vous que vos pensées et comportements sexuels nuisent à vos relations avec votre conjoint ou votre conjointe ou interfèrent avec vos responsabilités ?

En dépit des conséquences négatives de vos comportements sexuels – humiliations, mensonges, maladies, pertes d'emploi, arrestations, divorces ou actes immoraux – avez-vous quand même continué de répéter ces comportements ?

Ne vous êtes-vous jamais dit que vous étiez accroc au sexe ? N'avez-vous jamais été incriminé pour délit sexuel ?

Je sais qu'il m'est impossible d'arrêter par ma propre volonté. Après plusieurs tentatives infructueuses, est-ce encore possible ?

Oui, c'est possible. On retrouve des membres sobres à S.A., tout aussi bien des célibataires que des gens mariés, partout dans le monde. Ensemble, nous pouvons, au sein de S.A., devenir sobres et le demeurer en appliquant le programme un jour à la fois.

Que dois-je faire pour devenir sobre ?

Puisque le programme de S.A. ne propose rien d'absolu en la matière, nous vous suggérons les moyens que nous connaissons afin de devenir sobre : aller aux réunions, mettre en pratique les étapes, lire la documentation (S.A. et A.A.) et trouver un parrain à qui nous pourrions rendre compte de notre cheminement sur une base régulière. Enfin, plusieurs d'entre nous en sont venus à croire en une Puissance supérieure pour nous aider à demeurer sobres.

D'accord, je suis prêt à l'essayer. Qu'est-ce que je dois faire maintenant ?

- Joignez S.A. Consultez l'annuaire pour obtenir un numéro local ou joignez le centre principal du mouvement.
- Assistez aux réunions, revenez-y aussi souvent que possible.
- Échangez avec des sexoliques sobres, informez-vous auprès d'eux comment ils y sont parvenus.
- Consultez la documentation disponible sur notre programme : dépliants, *Sexoliques Anonymes*, *Le Rétablissement se poursuit*, *Alcooliques Anonymes*, *Les Douze Étapes* et *Les Douze Traditions*.
- Le mouvement S.A. publie périodiquement un bulletin, *l'Essay*.
- Jumelez-vous à un parrain. Celui-ci doit être un membre dont la sobriété constitue un modèle pour vous.

Il est recommandé d'appeler son parrain régulièrement, chaque jour si c'est possible. Prenez en considération ses suggestions.

- Appliquez les étapes. Votre parrain vous indiquera comment vous y prendre.
- Dressez une liste de numéros de téléphone d'autres membres. Prenez l'habitude de les appeler pour vous aider à capituler devant vos « tentations » et pour vous permettre de vous soulager de vos moments d'angoisse ou de panique.
- Adonnez-vous à la prière. Le matin, demandez à votre Puissance supérieure de vous aider à demeurer sobre toute la journée. Le soir, remerciez -La pour votre journée de sobriété. Continuez de prier, même sous l'influence de la luxure.
- Mettez en pratique les slogans contenus dans notre programme :

*Commencez toute chose par le commencement
Nul n'est tenu à l'impossible
Une journée à la fois
Aide-toi et le Ciel t'aidera
Garde ça simple*

Rappelez-vous que nous avons tous été à la place du « nouveau » un jour ou l'autre et que nous avons vécu ce que vous ressentez aujourd'hui. Présentez-vous et demandez de l'aide. Joignez-vous à nous, car « nous serons avec vous dans votre communion d'esprit, et vous allez sûrement faire la connaissance de certains d'entre nous qui se dirigent sur la route d'une heureuse destinée. Puisse Dieu vous bénir et vous garder jusqu'à ce que cela se produise ».

S.A. International Central Office (SAICO)

PO Box 3565
Brentwood, TN 37024-3565 USA
Bureau : 615.370.6062
Télécopieur : 615.370.0882
Courriel : saico@sa.org
Site Internet : www.sa.org

S.A. Intergroupe Montréal, Québec

Téléphone : 514.254.8181
Site Internet : www.sa-quebec.org

Le logo en page couverture est la marque déposée de Sexoliques Anonymes.
Copyright ©2000 par Sexoliques Anonymes Inc.
Tous droits réservés

Les Douze Étapes des Sexoliques Anonymes

1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant la luxure, que nous avons perdu la maîtrise de nos vies.
2. Nous en sommes venus à croire qu'une Puissance supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison.
3. Nous avons décidé de confier notre volonté et nos vies aux soins de Dieu tel que nous Le concevons.
4. Nous avons courageusement procédé à un inventaire moral, minutieux de nous-mêmes.
5. Nous avons avoué à Dieu, à nous-mêmes et à un autre être humain la nature exacte de nos torts.
6. Nous avons pleinement consenti à ce que Dieu élimine tous ces défauts de caractère.
7. Nous Lui avons humblement demandé de faire disparaître nos déficiences.
8. Nous avons dressé une liste de toutes les personnes que nous avons lésées et consenti à leur faire amende honorable.
9. Nous avons réparé nos torts directement envers ces personnes partout où c'était possible, sauf lorsqu'en ce faisant, nous pouvions leur nuire ou faire tort à d'autres.
10. Nous avons poursuivi notre inventaire personnel et promptement admis nos torts dès que nous nous en sommes aperçus.
11. Nous avons cherché par la prière et la méditation à améliorer notre contact conscient avec Dieu, tel que nous Le concevons, Lui demandant seulement de connaître Sa volonté à notre égard et de nous donner la force de l'exécuter.
12. Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces Étapes, nous avons alors essayé de transmettre ce message à d'autres sexoliques et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie.

(Les extraits tirés de *Alcooliques Anonymes* sont publiés avec la permission de *Alcoholics Anonymous World Services Inc. (AAWS)*. L'usage ultérieur de ces extraits ne relève plus de la responsabilité de A.A.W.S en ce qui concerne le contenu et son approbation et peut même s'écarter du point de vue initial de A.A.. A.A. est un programme de rétablissement s'adressant aux alcooliques seulement; par conséquent, l'usage d'extraits adaptés à d'autres programmes peut prendre d'autres significations).