

Le nordet : vent qui souffle du nord-est

LE NORDET

Bulletin AA de la Région Nord-Est du Québec

Vol. 25, n° 1, février - mars 2007



SOMMAIRE

Mot de la rédaction	2
Retour sur le forum territorial.....	2
Mot des services régionaux.....	3
Journée de partage sur la 57 ^e Conférence Les questions	4
Atelier sur la communication.....	4
Séminaires offerts par la Région	6
L'humilité.....	6
Les réflexions du penseur.....	7
La petite histoire du Nordet.....	8
Nouveau membre – futur serviteur Des mots bizarres.....	9
Origine de la prière de sérénité..	10
Le Concept de la confiance	11
Atelier : les districts, la Région et les comités de service	11
Calendrier	12

MOT DE LA RÉDACTION

Des nouveaux serviteurs nous quittent ; au comité du Nordet, Lucille L. responsable du comité nous laisse non sans un pincement de cœur après quatre années de bons et loyaux services à ce comité, dont les deux dernières années en qualité de responsable du comité. Nous avons pu apprécier sa bonne humeur et son dévouement sans limite et son savoir-faire si indispensable à ce poste. Merci Lucile tu nous manques déjà. Nous sommes certains de rencontrer ta binette bientôt dans une autre branche des services, un tel talent ne doit pas se perdre. Donc ce N'EST QU'UN AUREVOIR.

Le nouveau comité est composé de Bernard C., responsable, qui a trouvé en Louissette D. une indispensable aide pour la mise en page et les travaux informatiques. L'incontournable Jeannot B. qui est au comité depuis déjà quelque temps, et dont l'expérience et les conseils sont un atout indispensable, Marie-Pierre qui s'est jointe à nous il y a quelques mois et l'exécutif de la région a mandaté France J. que nous serons honorés de recevoir bientôt. Et nous voilà fin prêt pour un mandat. Merci de la confiance que vous placez en nous, nous ferons tout en notre pouvoir pour l'honorer.

Cette publication Vol 25 no 1 vous présente :

- Retour sur le forum territorial – résumé de deux ateliers
 - Un mot des serviteurs régionaux par notre nouvelle déléguée France J. et notre trésorière Fabienne S.
 - Le délégué adjoint Alain D. nous exhorte à assister à la journée de partage sur la 57^{ième} Conférence ainsi que les questions qui seront débattues lors de cette journée
 - Deux rapports d'ateliers tenus lors de la dernière assemblée régionale du 9 décembre 2006 à La Madone
 - Une description des séminaires offerts par la Région
 - Le penseur termine sa trilogie sur la sérénité, le courage et la sagesse
 - Une nouvelle chronique « Nouveau membre – futur serviteur » Des mots bizarres entendus dans les meetings...
 - La petite histoire du Nordet
 - Divers articles sur : l'humilité ; l'origine de la prière de la sérénité ; un exposé de Bill A. Groupe 46. Sud-Ouest du Québec sur le concept de la confiance
 - Finalement le calendrier des événements et diverses annonces
 -
- Bonne lecture !

Bernard C., responsable du comité du Nordet

RETOUR SUR LE FORUM TERRITORIAL DE L'EST DU CANADA QUI S'EST TENU À SUDBURY, ONTARIO, DU 15 AU 17 SEPTEMBRE 2006

FAUSSES VÉRITÉS (Atelier français)

Aux dires d'une personne qui s'est exprimée dans l'atelier, il y a certaines soi-disant vérités qui circulent chez les membres des AA et qui sont fausses, notamment que les AA sont « gratuits ». Dans *Le Mouvement des AA devient adulte*, le conférencier a cité des paroles de Bill : « Il serait stupide d'éliminer des services essentiels sous le prétexte que nous devrions garder notre Mouvement simple et spirituel ». Bill a aussi dit que les AA demandaient le sacrifice de beaucoup de temps et d'un peu d'argent. Une autre fausseté déguisée en vérité, c'est que chez les AA, on peut faire ce que l'on veut en autant que nous ne buvions pas. Le conférencier a souligné que Bill avait plutôt dit que cesser de boire n'était que le début.

LA SEPTIÈME TRADITION : Notre responsabilité

Supporter les AA et ses services est un geste de gratitude de la part de ceux qui ont trouvé la sobriété dans le Mouvement. Afin d'assurer la survie du Mouvement des AA et de son message de rétablissement, il faut que les membres prennent leur responsabilité financière. Les participants à l'atelier ont discuté de la répartition des fonds de la collecte, 60-30-10, pour supporter les entités AA locales aussi bien que le Conseil des Services généraux. Envoyer un RSG à une assemblée régionale est une autre façon de supporter le travail des AA. Bien sûr, les groupes sont responsables d'exercer une prudence financière – comme de maintenir une réserve prudente – afin qu'ils puissent survivre et être là pour les membres des AA de la localité.

Le Nordet, bulletin des membres AA de la Région Nord-Est du Québec, est une publication bimestrielle. *Le Nordet* publie des articles sur les services, la structure et les Traditions AA, des témoignages de serviteurs, anciens et actuels, etc. Le bulletin évitera, en général, de publier des témoignages de rétablissement.

Les articles publiés dans *Le Nordet*, directement ou sous forme de citation, sont rédigés par des membres AA. Ils n'engagent pas la responsabilité du Mouvement AA en tant qu'association, ni celle des membres AA de la Région Nord-Est du Québec.

Les lecteurs et lectrices qui ont des commentaires à formuler peuvent écrire au responsable du *Nordet*, à l'adresse du bureau régional. *Le Nordet* accorde un droit de réplique à toute personne se sentant lésée par un article publié dans ses pages. En règle générale, cependant, le bulletin ne publiera pas de réplique à une première réponse, afin d'éviter les polémiques.

Adresse du bureau régional :

Région Nord-Est du Québec
2350, av. du Colisée, bureau 2-17
Québec (Québec) G1L 5A1
Téléphone : (418) 523-9993
Télécopieur : (418) 523-9997
Courriel :

Abonnement : Nombre de numéros : 6 par année.
Coût de l'abonnement : 6\$.

MOT DES SERVITEURS RÉGIONAUX

C'est le cœur rempli de gratitude que je débute ce nouveau mandat. Malgré de nombreux défis à relever, je sais que j'y arriverai, car je crois en la force de notre Mouvement et à ma Puissance supérieure qui m'accompagne quotidiennement.

Comme le soulignait mon prédécesseur, si individuellement nous ne devons tirer aucun prestige des tâches qui nous sont confiées, collectivement nous pouvons être fiers de la qualité des serviteurs qui ont la responsabilité de nous représenter et nous servir, car tous le font dans l'esprit du service qui nous animent, frères et sœurs AA.

Je vous réitère donc ma plus entière collaboration, afin de garder bien allumée la flamme du service, et ce, à tous les niveaux (groupes, districts, comités de service). Dans un esprit de fraternité, de partage et d'espoir, nous pourrions transmettre notre message de rétablissement, héritage précieux reçu de nos co-fondateurs, Bill et Bob.

Puissions-nous travailler main dans la main, afin de toujours être présents pour le nouveau qui désire joindre notre belle grande fraternité.

Je suis bien consciente de l'immense privilège que vous m'accordez et soyez assuré que je demande l'aide de ma Puissance supérieure afin de vous représenter dignement au sein de notre association toute entière.

Votre déléguée, France J.

Bonjour à tous, je voudrais commencer par remercier les membres de mon district qui m'ont donné la chance de les servir comme RDR ce qui m'a permis de cheminer avec eux durant les deux années du mandat. Grâce à eux, j'ai eu le goût d'aller voir plus loin. Grâce à eux, j'ai eu le goût de continuer à progresser. Car, depuis que je chemine dans les services, c'est vraiment ce qui m'arrive : « une progression constante », avec bien des moments de souffrance, mais aussi des bénéfices immenses qui me conduisent vers l'amélioration de ma relation avec moi et avec les autres.

Maintenant, je vais vous parler de mon expérience au cours de la journée d'élection. Je suis arrivée le matin en étant aucunement décidée de me présenter. J'avais placé mon indécision dans ma méditation du matin et avais aussi confié que j'étais prête à accepter tout ce qui se passerait au cours de cette journée.

Les choses sont drôlement bien faites, car la première personne avec qui je converse en arrivant me demande si je me présente. Je lui réponds que je n'en ai encore aucune idée, que je n'ai pas réussi à prendre de décision. Alors, ce membre me dit : « T'as rien à décider. Tu places ton nom et ce sont les membres qui décident. Tu ne décides rien. »

Ensuite, il me dit : « Prends-le comme si tu allais passer une entrevue pour un travail. » Et là j'avais ma réponse. Je n'avais rien à décider. Je n'avais qu'à placer ma candidature et, si je n'étais pas acceptée, ce n'était pas grave ; ça m'aurait juste permis de vivre une belle expérience.

J'ai donc placé ma candidature pour le poste de la vice-présidence et j'ai été très heureuse que Roger soit élu. Ensuite, nous sommes allés dîner et, au cours de l'heure du dîner, en moi ça me disait propose-toi à la trésorerie. Quand j'ai constaté que Paul, RDR sortant du District 12, se présentait, j'étais convaincue qu'il l'emporterait et j'acceptais d'avance que ce soit ainsi. Mais, au cours du processus d'élection, j'ai remarqué que nous étions des candidats de valeur semblable. Ce qui m'amène à vous parler de la spiritualité que j'ai pu sentir dans le déroulement de la journée et qui m'a vraiment beaucoup impressionnée.

Nous avons pu voir que, quand la majorité des deux tiers devient impossible à obtenir, alors la pige au chapeau prend son sens. C'est le côté spirituel qui entre alors en action. Je vous avoue que j'ai été vraiment très étonnée d'être pigée dans le chapeau et que ça m'a fait un grand plaisir. Je sais aussi que Paul aurait fait un très bon trésorier.

Depuis les élections, j'ai vécu une quantité d'émotions face à cette nomination qui m'a presque amenée au bord de la panique. Quand j'ai participé à la régionale, à la Madone au mois de décembre, j'ai pu exprimer mon malaise et mes peurs, et j'ai vraiment été très étonnée des paroles et des gestes d'encouragement et d'amitié que j'ai reçus de la part des membres de l'exécutif. Je me suis sentie en famille. Là, j'ai vu ce que c'était, des frères et sœurs qui se soutiennent, j'en reviens pas ! J'ai assisté à ma première réunion d'exécutif. Je travaille en collaboration avec Gilles, l'ex-trésorier, qui m'aide énormément dans l'apprentissage de la fonction, et je l'en remercie.

J'apprends une foule de choses nouvelles, comme de me sentir unie à un groupe de personnes qui veulent travailler ensemble. Et surtout il m'arrive de croire ce que mes amis de l'exécutif me disent : « T'es capable de faire ce travail. » J'ai bien des choses à me prouver encore et surtout je constate que j'ai besoin de l'amitié et des encouragements des autres. Je sens que ce mandat va m'apprendre beaucoup. Je veux remercier toutes les personnes qui ont voté pour moi, merci de la confiance que vous me faites. Je vais faire de tout mon possible pour bien accomplir cette tâche.

Fabienne S., trésorière

JOURNÉE DE PARTAGE SUR LE THÈME DE LA 57^e CONFÉRENCE

« La valeur spirituelle de nos dollars AA »

Comme à tous les ans, la 57^e Conférence des Services généraux entreprendra ses travaux à New York, du 22 au 28 avril 2007. Précédemment, les membres de notre région auront la possibilité de s'exprimer afin de permettre à notre déléguée de transmettre à la Conférence les idées, les points de vue, le « langage du cœur » de notre belle région.

C'est donc sous ce thème que nous vous invitons à venir vous exprimer, le samedi 17 mars 2007 lors de la Journée de partage sur le thème de la Conférence (Journée du délégué).

Plusieurs questions seront soulevées, autant de questions auxquelles tous sont invités à réfléchir.

Dès le début 2007, les districts et les groupes recevront le programme définitif de cette journée. Comme par les années passées, nous solliciterons la présence de nos ex délégués pour animer cette importante journée dans divers secteurs de notre région.

Nous avons besoin de vous tous pour faire de cette journée une expérience stimulante pour chacun des participants. Chaque opinion, chaque point de vue est important. C'est pourquoi nous croyons qu'il faut déjà se mettre à l'œuvre afin de faire de celle-ci, un franc succès.

Les questions suivantes se veulent un moyen de faciliter une séance de partage complète et fructueuse sur le thème choisi.

Alain D., Délégué adjoint

Les questions :

1. Quels bénéfices pratiques et spirituels retire-t-on en contribuant à la collecte ?
2. Est-ce que j'hésite à demander à d'autres membres des AA de contribuer, ou de donner un peu plus s'ils le peuvent ? Pourquoi ?

3. Comment mon groupe s'assure-t-il que les dollars AA sont utilisés judicieusement, dans l'esprit de la transmission du message :

- ✓ au groupe;
- ✓ au district;
- ✓ au Bureau central ou à l'Intergroupe;
- ✓ à la Région;
- ✓ au Bureau des services généraux;
- ✓ au AA Grapevine.

ASSEMBLÉE RÉGIONALE À LA MADONE RÉSUMÉ DES ATELIERS

ATELIER SUR LA COMMUNICATION

Cet atelier est animé par Arthur H. et Roger B. lors de l'assemblée régionale le 9 décembre 2006 à La Madone.

En 2000, il y a eu des efforts pour améliorer les communications dans la Région. On a parlé de l'année de la communication. Qu'en est-il en 2006? Voilà le point de départ de plusieurs échanges.

Certains vous diront que «communiquer», c'est transmettre le message en douceur (éviter les cris) en utilisant le langage du cœur. C'est savoir se parler. Certains se rappellent d'une époque pas trop lointaine où les gens croyaient qu'il fallait parler fort pour que le message passe. Depuis 2 ans, ce n'est plus ça.

«Communiquer», c'est suggérer et c'est faire appel à l'ouverture d'esprit des gens. Il faut avoir le goût d'échanger. Sans ce désir, il y a peu de chance que la communication soit efficace.

«Communiquer», c'est aussi savoir écouter. On peut entendre un message de travers mais avec de l'écoute, on peut mieux comprendre le propos. Bien sûr, le principe d'honnêteté a toute sa place en communication. Il faut vouloir transmettre la bonne information et le faire le plus clairement possible.

«Communiquer», c'est faire que les bottines suivent les babines. En d'autres mots, elle doit être en concordance avec les gestes. Le langage non verbal

en dit souvent davantage que le mot. Il est souvent plus subtil, plus efficace.

«Communiquer» implique que les gens qui s'adressent à d'autres, le feront dans le plus grand respect en ayant le plus d'écoute pour le point de vue de l'autre. C'est surmonter ses craintes, accepter de revoir ses positions, vouloir évoluer. Chacun a sa vérité et sa perception de la réalité.

Techniquement, «communiquer» dans AA, pour un RDR, c'est accepter d'être une courroie de transmission d'informations vers les RSG et vers le délégué. Bill disait que les nouveaux sont les enfants. Dans une famille, les enfants devaient écouter. Il pensait que d'écouter, cela permettait à l'enfant de devenir adulte. Écouter pour un nouveau équivalait à grandir et devenir un adulte. Il faut se rappeler que dans l'actif, nous utilisons une avalanche de mots qui provenaient d'un désert d'idée.

«Communiquer» dans AA, c'est le mot d'accueil bien choisi, la poignée de main chaleureuse. C'est beaucoup échanger un à un dans la pleine confiance et avec les élans du cœur. Le regard vif et clair est tout aussi communicatif. Il parle de rétablissement et transpose le bien être.

«Communiquer» dans AA, ça se passe au niveau du senti. Dans les services, il est possible d'échanger de manière à parfaire nos connaissances et notre compréhension du Mouvement. C'est donner à l'autre son expérience. Il faut être là toutefois et profiter des opportunités. Il faut assister aux différentes rencontres : forums, rassemblements, régionales, générales, interrégionales...bref! Toutes ces occasions favorisent le développement d'une conscience éclairée et du désir de faire mieux.

Selon Arthur H., notre premier rôle en communication est de devenir attrayant pour la relève. Il faut savoir utiliser à bon escient la communication en utilisant les outils à notre disposition – le Manuel de service, par exemple.

Il faut démystifier les tâches pour enlever la peur de servir. Il faut permettre aux nouveaux serviteurs de s'exprimer et de les inciter à dire, à donner leurs opinions. Il faut les amener à questionner sur le mandat, leur implication. Il faut les référer à la bonne information contenue dans la littérature. La «communication» n'est pas qu'une affaire d'émotion. Elle doit être organisée si on veut que la transmission du message soit efficace. Il faut structurer notre esprit. Combien de fois on entend

véhiculer de l'information dans les groupes, les réunions et réaliser pour les avertis, qu'il se dit des énormités qui n'ont pas de sens.

Bien sûr, une bonne communication part d'un désir de savoir, d'un désir de connaître. Si nous avons ce désir, nous n'aurons plus le goût d'écourter une réunion, d'en zapper les étapes pour qu'elle soit la plus courte possible. On prendra le temps car, bien communiquer, c'est prendre le temps de se dire, de s'expliquer les choses.

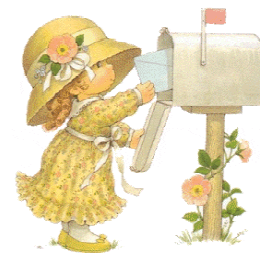
Certains traitent la 7^{ième} Tradition comme une façon de «communiquer» sa gratitude. C'est une autre façon de permettre l'échange, permettre les rencontres, faire en sorte que les idées se croisent et finissent en plan d'action pour favoriser le développement de AA et pour l'aider à demeurer une source de rétablissement indéniable. On se rend bien compte que nous avons une responsabilité très grande face à la communication vue sous cet angle.

Selon Robert P., notre vécu de la fin de semaine à la Madone permet d'enrober notre cadeau (le rétablissement) pour le rendre plus attrayant. Communiquer=com=être avec! Communiquer dans AA, c'est vouloir apprendre, c'est vouloir redonner, c'est atteindre la maturité, c'est aussi notre responsabilité car nous devons transmettre. On ne fait pas du temps, nous servons. Bill a d'abord communiqué avec le docteur Bob. Il avait besoin de parler et d'écouter. Voilà la pierre angulaire de la communication chez les AA.

Finalement, c'est la sagesse qu'il faut tenter de transmettre. Elle vient avec le temps et beaucoup d'écoute. Elle vient de nos lectures. Des outils comme le Nordet ne sont pas à négliger. La Vigne en est un autre. La littérature est source de la bonne information à transmettre. Mais, tout cela ne peut exister sans le diseur, sans l'écouter, sans l'émotion, sans le goût de «communiquer».

*Texte rédigé
par Célyne L.,*

responsable du
comité des centres de
traitement



BRÈVE DESCRIPTION DES SÉMINAIRES OFFERTS PAR LA RÉGION

1. Le séminaire sur « Les fonctions du RSG et les structures du Mouvement des AA »

Ce séminaire s'adresse à toutes les personnes que le service intéresse, ou qui aimeraient connaître les structures de notre association. Nous aimerions lancer une invitation spéciale aux serviteurs, qui vont entrer en fonction, ou qui sont entrés en fonction récemment. Les membres des AA qui ne s'engagent jamais dans les Services généraux perdent beaucoup. Ils ne tirent pas de notre programme tous les avantages qu'ils devraient.

2. Le séminaire sur « Les Douze Traditions »

Ce séminaire vise tous ceux qui voudraient connaître ces principes rédigés simplement, qui devraient présenter des solutions éprouvées aux divers problèmes vécus par les AA dans leurs efforts pour vivre et travailler ensemble ; pour nous mettre en association, en relation avec le monde extérieur. Ce séminaire contient aussi une brève explication des Douze Concepts des Services mondiaux. Tous nos membres peuvent assister et participer à ce séminaire. Il est le complément du séminaire sur « Les fonctions du RSG et les structures du Mouvement des AA ».

3. Le séminaire sur « Le parrainage »

Ce séminaire nous démontre ce qui a donné naissance aux Alcooliques anonymes. Il s'adresse à tous ceux qui veulent progresser dans leur rétablissement. C'est le message transmis dans l'amitié, grâce au pouvoir de l'exemple. Dans ce séminaire, vous trouverez une section réservée au parrainage de groupe, une autre au parrainage de service.

4. Le séminaire sur « La 12^e Étape »

Ce séminaire nous montre comment le message s'est transmis de façon continue depuis les débuts jusqu'à ce jour et le sera toujours, si nous savons nous rendre disponibles et responsables. Ce séminaire s'adresse à tous les membres sans exception.

5. Le séminaire sur « La 7^e Tradition : alliance de l'argent et de la spiritualité »

Ce séminaire nous apprend pourquoi les pionniers ont établi le principe voulant que notre Mouvement,

Les Alcooliques anonymes en action requiert le sacrifice de beaucoup de temps et d'un peu d'argent. Dans ce séminaire, vous comprendrez que le panier de la collecte n'est pas qu'une question d'argent, mais surtout le meilleur moyen de tendre la main vers celui qui souffre. Ce séminaire s'adresse à tous les membres que la survie du Mouvement intéresse.

6. Le séminaire sur « Les 12 concepts des Services mondiaux »

Nos publications nous disent que nos 12 concepts nous explique le « pourquoi » de notre structure toute entière, les leçons à tirer de l'expérience, ce que sont les éléments de la structure et par-dessus tout, les principes spirituels qu'ils contiennent.

L'humilité

C'est une quiétude perpétuelle du cœur.

C'est de n'avoir aucun trouble, ne jamais me tourmenter, vexer, ou devenir irritable ou susceptible.

C'est d'être serein quand personne ne me félicite, ou quand je suis blâmé ou méprisé.

C'est d'avoir en moi un lieu béni dans lequel je puis entrer et fermer la porte, m'agenouiller en secret devant mon Père et d'être en paix ; comme dans une mer profonde de tranquillité quand autour de moi tout ne semble qu'agitation et inquiétude.

« La tâche qui nous attend n'est jamais aussi grande que la puissance qui nous soutient »

[Bob, co-fondateur AA]

LES RÉFLEXIONS DU PENSEUR

*Suite des articles sur la sérénité.
Le courage et la sagesse.*

La sérénité, on l'a vu, dans les deux articles précédents se définit par sept lois. Ces lois ne sont pas d'application rigide : dans le sens que si on ne les observe pas... pas de sérénité. De chaque membre AA on exige rien... on suggère, il n'y a pas de but ultime à rejoindre coûte que coûte... mis à part l'abstinence.

Il est évident que c'est par l'application de certains principes que nous réussissons à accepter les choses que nous ne pouvons pas changer. Le courage de changer les choses que nous pouvons changer nous viendra aussi par la pratique de certains principes.

La sérénité, le courage et la sagesse ne nous sont pas donnés comme option avec notre abstinence, il nous faut travailler pour les obtenir par de multiples efforts au quotidien. Si la sérénité est une approche vers la spiritualité : que dire du courage ? Cette force morale qui soulève et transporte l'âme humaine et fait agir un individu de la simple audace à l'héroïsme en passant par la hardiesse, le culot, le stoïcisme, la vaillance et l'intrépidité. Tout un cheminement n'est-ce pas pour un alcoolique. Lorsque nous savons que dans notre vie active ces qualités morales étaient enfouies sous une épaisse couche d'égoïsme, d'égoïsme et d'égotisme. Mes besoins, mon plaisir venaient en premier lieu. Désormais nous envisageons la vie de façon différente.

Ce qui m'amène à poser la question. Quelles sont les choses que nous pouvons changer ? La plupart de nous ne serons jamais appelés à accomplir des actes de pur héroïsme, des actes où nous aurons à décider instinctivement de mettre notre vie en péril pour sauver celle de d'autres personnes : l'héroïsme est la sublimation du courage et peu de personnes sont mises en position de devoir prendre une décision qui force leur courage à la sublimation, et ce sont des gens que si on avait pu suivre leur cheminement au quotidien, on aurait été en mesure de constater que leur 24 heures ont été rempli et comblé de décisions au quotidien qui entraînaient leur force morale à poser des actes courageux dans tous les aspects de leur vie quotidienne. Pas d'actes sublimes mais de petits actes bénins, comme changer ses attitudes face aux autres, ne pas essayer de changer les autres pour qu'ils répondent plus à leurs désirs. Demander l'aide

de la Puissance supérieure pour changer un défaut de caractère qui rend la vie difficile à un proche. Etre disposé à accepter la critique fondée ou non. Il est étonnant de constater que dans notre cheminement tout se passe au quotidien. Le passé avec ses réussites, ses fiascos et ses faillites n'est qu'une expérience de vie et demain sera fait de l'expérience acquise hier, des actions posées aujourd'hui, c'est ce qui forge l'avenir et c'est ce que l'on fait aujourd'hui qui prépare notre demain.

L'être humain est réfractaire au changement, Il se rebelle face aux changements. Le statu quo est le grand ami du subconscient et le plus petit changement est une souffrance, et c'est là que notre force morale que nous nommons courage est nécessaire pour permettre ce changement et prospérer. Toutes ces petites décisions prises au jour le jour pour progresser dans notre cheminement et changer les choses sont des actes de courage et nous préparent à poser des actes de plus en plus courageux qui deviendront empreintes d'abnégations et nous conduirons à l'héroïsme si appelé à se rendre à ce niveau, si non nous deviendrons des êtres qui font ce qu'ils doivent faire.

Une autre évidence est que les choses que nous devons changer sont toutes relatives à nous, à notre perception des choses et des gens, à notre égo qui est l'opinion que nous avons de nous-même et à notre façon de penser et d'agir face aux autres personnes. Nous ne pouvons rien changer dans les autres, dans ce qui est, dans ce qui a été et dans ce qui sera. Et notre force morale ne pourra jamais grandir si on ne s'en tient pas à nous.

J'en arrive à la sagesse. On n'entend pas souvent parler de la sagesse dans AA. Je ne sais pas si c'est l'humilité des membres qui n'osent pas en parler de peur d'être mal jugé. Probablement pas, personne ne juge dans A.A. n'est-ce pas. Je crois plutôt que la plupart des membres AA ne parlent pas de la sagesse parce qu'ils sont convaincus qu'ils n'en ont pas et n'en auront pas et qu'ils perçoivent la sagesse comme inaccessible. Pour en avoir il faut être âgé, avoir les cheveux blancs ou les avoir tous perdus pour que la sagesse puisse entrer en nous. FOUTAISE... Je ne crois pas que la sagesse soit inaccessible à des hommes et des femmes qui tout au long de leur vie dans AA font des efforts quotidiennement pour devenir meilleurs. Allons par définition « Qu'est-ce la sagesse ? » D'après le dictionnaire c'est une philosophie, c'est la conduite du sage par une prudence éclairée, une modération et une prudence dans la conduite. C'est la RAISON

(ça vous rappelle quelque chose) un sage limite ses désirs, il est prudent dans ses innovations. J'ai aussi découvert que si on recherche la définition de la maturité on arrive presque au même point. La maturité est l'art de vivre en paix avec ce que nous ne pouvons pas changer. La maturité c'est d'être adulte, c'est la qualité qui permet d'équilibrer l'intelligence et les émotions. Les personnes qui ont acquis de la maturité ne tombent pas dans les extrêmes, elles ont une image réaliste d'eux-mêmes. Elles ont appris à accepter la responsabilité de leurs propres actes, elles ne font qu'un seul inventaire, le leur.

Pour pouvoir être sage il faut donc avoir acquis de la maturité par des étapes de vie tout comme un fruit. Il faut avoir appris des intempéries des expériences de vies. C'est ce qui nous conduira à un certain niveau de sagesse qui nous permettra de faire la différence entre les choses que nous devons accepter et celles que nous devons changer.

Je connais des membres AA qui sont des puits de sagesse, ils ne sont ni très âgés et n'ont pas tout perdu leurs cheveux, l'attrait qu'ils dégagent nous attire irrévocablement dans leur sillage, ils servent plus par leurs exemples que par leurs paroles. Ils sont les GAGNANTS...LES CŒURS VAILLANTS.

Ils sont ceux qui laisseront ce monde plus beau et meilleur qu'ils ne l'ont trouvé. Ils sont des guides sûrs, à leurs contacts on ne peut que devenir meilleur.

Le penseur.

LA PETITE HISTOIRE DU « NORDET »

Au printemps 1983, Gaston H. alors président de la Région Nord-Est du Québec (89) a eu l'idée de relancer un bulletin d'information à l'intention des membres de la région. Il chargea alors Jean-Baptiste L., de recruter des membres qui formeraient un comité provisoire dont le mandat serait d'organiser cette relance ou la création d'un nouveau bulletin.

Une réunion fut tenue le 12 mai 1983 au 790 Place d'Youville à Québec. Les personnes suivantes y assistaient : Micheline D., Jean-Baptiste L., Louisette P. membres de l'exécutif de la Région, Bernard C., Claude S., de la Rive-Sud, Claude A. et Yves D. Il

fut convenu que le bulletin serait consacré aux nouvelles et partages reliés aux services AA, qu'il paraîtrait aux deux mois, qu'il porterait comme son prédécesseur le nom de « Nordet » et enfin que Yves D. en serait le responsable. Le secrétariat fut confié à Louisette P et l'impression à Claude S.

L'impression sur la Rive-Sud risquant d'occasionner des délais, nous décidâmes de recourir à la photocopie. Nous restions deux sur le comité : Louisette s'occupait de recevoir les partages, de la vérification du français, du secrétariat et de la distribution et Yves s'occupait de rédiger les articles, de la mise en page et de faire rapport mensuellement aux réunions régionales.

À l'assemblée générale de l'automne 1984, il fut décidé que les responsables des comités régionaux seraient élus et feraient partie de l'exécutif de la Région. L'élection eut lieu le jour même et Yves D. fut élu premier coordonnateur du « Nordet ».

Membre de l'exécutif, coordonnateur du Nordet durant l'année 1985 jusqu'à sa démission motivée par son travail à l'extérieur, Yves D. nous a confié qu'il a vécu une expérience extraordinaire en interviewant des anciens membres sur les services AA des premiers temps et qu'il a grandi en cheminant avec ces membres expérimentés.

Le « Nordet », avait déjà existé, environ 10 ans avant que le bulletin soit relancé. Nous ne possédions plus rien, sauf le souvenir de certains.

Bravo pour le « Nordet » d'aujourd'hui qui est un bulletin moderne, bien fait et intéressant ! Merci à tous ceux qui concourent à ce magnifique instrument.



NOUVEAU MEMBRE... FUTUR SERVITEUR!

C'est quoi tous ces mots bizarres qu'on entend dans les meetings? »

Cette question, si je ne l'ai pas prononcée à voix haute, j'y ai pensé à plusieurs reprises dans mes débuts chez AA. Après quelque temps, lorsque j'ai commencé à sortir de mon brouillard, j'ai réalisé que je n'étais pas la seule à penser ça. D'autres membres, qui arrivaient, s'interrogeaient sur la signification de tous ces mots bizarres : RSG, district 89-14, RDR, région 89, etc.

Ainsi, le but de cette nouvelle chronique, **NOUVEAU MEMBRE... FUTUR SERVITEUR!**, est de démystifier certains aspects du Mouvement en général et de l'implication en particulier. Lorsque nous accueillons un nouveau membre, nous sommes plusieurs à l'encourager, entre autres, à s'impliquer. Et au début, ce simple mot, implication, peut nous paraître étrange et peut-être même épouvantable. Il s'agit donc ici de donner des outils aux nouveaux membres pour qu'ils puissent se familiariser avec cet aspect de leur rétablissement qui est si important.

Mais vous conviendrez qu'une telle chronique n'a pas de sens si elle n'est pas lue par les nouveaux membres. C'est ici qu'un aspect du parrainage entre en jeu : à vous, membres d'expérience, de diffuser cette chronique à vos filleuls, d'en faire des copies, de les mettre sur les tables lors des réunions régulières, etc. Si nous avons certaines responsabilités individuelles face aux nouveaux membres (Douzième Étape), nous en avons aussi en tant que collectivité (Cinquième Tradition). Alors, ensemble, mettons l'épaulé à la roue de AA.

Pour débiter cette chronique, je vais essayer d'éclaircir la question de l'organisation physique de AA. Tout d'abord, il y a le membre. Ensuite, lorsque quelques membres se réunissent, ils forment un **GROUPE**. Certains **GROUPE**s organisent des **RÉUNIONS** ouvertes et d'autres organisent des **RÉUNIONS** fermées. Drôle de choix de mot que de dire qu'une **RÉUNION** est fermée! Elle n'existe plus? On ne peut plus y aller? Ce n'est pas tout à fait ça. Une **RÉUNION** dite fermée est une **RÉUNION** réservée exclusivement aux membres AA. Autrement dit, dans les salles des **RÉUNIONS** fermées, il n'y a que des alcooliques contrairement aux **RÉUNIONS** dites ouvertes qui peuvent accueillir des non membres comme des gens qui travaillent auprès des alcooliques et qui veulent savoir ce qu'est Alcooliques anonymes. Ce peut être des médecins, des travailleurs sociaux, etc.

Ensuite, il y a le **DISTRICT**. Il s'agit d'un regroupement de groupes d'une même ville ou agglomération. Un **DISTRICT** compte généralement

un maximum d'environ 20 groupes. Lorsqu'un **DISTRICT** devient trop gros, il est recommandé de le diviser en deux. Par exemple, les groupes du Nord d'une ville peuvent former un **DISTRICT**, et les groupes du Sud de la ville pourront former un autre **DISTRICT**.

Dans les villes où il y a plusieurs districts, ces derniers peuvent choisir de se regrouper pour former un **BUREAU CENTRAL** ou un **INTERGROUPE**. Ces deux expressions veulent dire la même chose. Habituellement, lorsqu'un certain nombre de groupes décident de se réunir en **BUREAU CENTRAL** ou en **INTERGROUPE**, c'est pour éviter le dédoublement de leurs efforts pour rejoindre l'alcoolique qui souffre encore. À titre d'exemple, prenons le **BUREAU CENTRAL** de la ville de Québec. Il s'agit du **BCSQ** : Bureau Central de Services de Québec. La ville de Québec compte cinq districts. La raison la plus flagrante de ce regroupement est le service téléphonique offert aux alcooliques qui ont besoin d'aide. Au lieu qu'il y ait cinq numéros de téléphones (un par district), il n'y en a qu'un pour toute la ville de Québec. Cela réduit considérablement les coûts et en s'unissant ainsi, cela permet aux membres des cinq districts, de mieux se partager la responsabilité d'être là pour répondre au téléphone.

Venons-en aux **RÉGIONS** qui sont le résultat de la division d'un vaste territoire, comme un pays par exemple. Les **RÉGIONS** nord-américaines (excluant le Mexique) sont définies par le bureau de AA des États-unis et du Canada. La grandeur du territoire et la densité de la population sont les principaux facteurs qui définissent une **RÉGION**. Aux États-unis et au Canada, il y a actuellement 93 **RÉGIONS**. Elles sont toutes numérotées. La nôtre, qui s'appelle la **RÉGION** Nord-Est du Québec, porte le numéro 89. Elle s'étend de Louiseville à l'ouest jusqu'à Blanc-Sablon à l'est. Sa frontière nord est délimitée par Chibougamau jusqu'à Lévis, au sud.

Pour terminer, j'aimerais expliquer les « codes » suivants : 89-01, 89-02, 89-03 jusqu'à 89-23. En fait, il s'agit du numéro de notre région, 89, suivi du numéro de votre district. Ainsi, vous pouvez déduire que notre région compte 23 districts.

Suggestion : connaissez-vous le numéro et le nom de votre district? Faites l'exercice et discutez-en avec le RSG (on verra ce mot un peu plus loin dans la chronique) de votre groupe.

Marie-Pierre L.

Origines de la prière de la sérénité : un court résumé

Mon Dieu, donnez-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne peux changer, le courage de changer celles que je peux, et la sagesse d'en connaître la différence.

« On a attribué cette prière à presque tous les théologiens, philosophes et saints du monde. Elle a effectivement été écrite vers 1932 par le Dr Reinhold Niebuhr du Union Theological Seminary de New York, comme conclusion à une prière plus longue. Le Dr Niebuhr avait dit à cette époque qu'il croyait que cette prière pouvait dater de plusieurs années, sinon de plusieurs siècles... En 1934, l'ami et voisin du docteur, Dr Howard Robbins a demandé l'autorisation d'utiliser cette partie de la prière plus longue dans une compilation à laquelle il travaillait à l'époque. Elle a été publiée cette année-là dans le livre de prières du Dr Robbins.

Au début des années 1940, la prière est venue à l'attention d'un des premiers membres des AA. Il l'avait lue dans un avis de décès dans le New York Herald Tribune. Il l'a tellement aimée, qu'il l'a apportée au BSG, alors situé sur la rue Vesey, et l'a fait lire à Bill W. Quand Bill et le personnel eurent lu la petite prière, ils ont cru qu'elle convenait particulièrement bien aux besoins des AA. On l'a imprimée sur des cartes qu'on a distribuées. C'est ainsi que cette simple petite prière est devenue une partie des publications AA. » (Extrait de l'édition de juillet 1961 de Exchange Bulletin)

« Nous avons reçu d'un autre membre des AA une coupure de journal parue dans le Herald Tribune de Paris, de son correspondant à Koblenz (Allemagne de l'Ouest) qui écrivait : « Dans le hall d'entrée d'un hôtel plutôt minable sur le Rhin à Koblenz, entre les oriflammes des régiments prussiens rescapés du mémorial Tannenberg, il y a une autre plaque où on peut lire : « Mon Dieu, donne-moi le détachement nécessaire pour accepter les choses que je ne peux pas changer; le courage de changer les choses que je peux; et la sagesse de distinguer les uns des autres. » Ces paroles seraient de Friedrich Otenger, un piétiste du XVIII^e S.

Nous ne possédons pas le texte original en allemand de la plaque de Koblenz. D'autre part, nous avons une carte imprimée disant que la prière est celle d'un soldat du XIV^e S. Ainsi donc, dans l'avenir, nous pourrions trouver d'autres informations sur l'origine de la prière. Mais ne nous laissons pas distraire par une recherche archéologique c'est la prière qui me sera utile à moi, l'alcoolique. » (Extrait du AA Grapevine, novembre 1964)

Il existe plusieurs versions de la prière; en plus de celles déjà mentionnées, en voici quelques-unes :

« Mon Dieu, donnez-moi le calme pour accepter les choses que je ne peux changer; le courage de changer les choses que je peux; et la sagesse de distinguer entre les deux. »

Mon Dieu, accordez-moi le courage de changer les choses que je peux changer, la sérénité d'accepter celles que je ne peux changer et la sagesse d'en connaître la différence. Mais mon Dieu, accordez-moi le courage de ne pas renier ce que je crois être bien, même si je pense que c'est sans espoir. » de Chester Nimitz.

Mon Dieu, donnez-moi la détermination d'endurer les choses qui ne peuvent être changées, le courage de changer les choses qui doivent être changées et la sagesse d'en faire la différence. » de Monseigneur Oliver J. Hart.

« Mon Dieu, donnez-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne peux changer, le courage de changer les choses que je peux, et la sagesse de me la fermer quand je n'en connais pas la différence.. » d'Erma Bombeck, à quoi quelqu'un a suggéré cette autre fin : « ...et la sagesse de me la fermer même quand je sais que j'ai raison ».

Voici le texte entier de Reinhold Niebuhr :

Mon Dieu, donnez-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne peux changer, le courage de changer les choses que je peux, et la sagesse d'en connaître la différence.

Vivre un jour à la fois; profiter de chaque moment; accepter les difficultés qui font partie de la route vers la paix. Accepter, comme Lui, le monde avec ses péchés tel qu'il est et non comme je le voudrais; avoir confiance qu'il s'occupera de tout si je lui confie ma volonté; que je serai raisonnablement heureux dans cette vie et absolument heureux avec lui dans l'autre. Amen.

LE CONCEPT DE LA CONFIANCE

Dans une lettre, Bill W. écrivait : « Il n'y a pas de confiance là où il n'y a pas d'amour. Et il ne peut y avoir d'amour véritable là où règne la méfiance ». (Réflexions de Bill, p. 144)

La Deuxième Tradition est au centre des Douze Concepts car c'est par la mise en pratique des Concepts que nous en venons à vraiment faire confiance à Dieu, aux autres et au processus. Le premier Concept développe l'esprit de notre Deuxième Tradition, en ce qu'il dit que la responsabilité finale et l'autorité suprême devraient relever de la conscience collective du Mouvement tout entier. Tout comme dans la Deuxième Tradition, on nous invitait à faire confiance à Dieu tel qu'il s'exprimait dans la conscience de groupe. La mécanique de tout ce cheminement de confiance est expliquée dans les autres Concepts. Après avoir défini que le pouvoir réside dans une conscience collective inspirée par Dieu, nous voyons dans le Deuxième Concept que nous devons déléguer ou confier cette responsabilité ou cette autorité à une entité et à un processus qui dépendent de la conscience collective de l'ensemble du Mouvement.

On voit ce processus se manifester dans les Concepts qui définissent nos droits et dans le Douzième Concept qui contient nos garanties. Le « Droit de Décision » du Troisième Concept est le mécanisme qui permet aux AA de fonctionner. Mon expérience à la Conférence de cette année m'a permis de mieux comprendre et d'apprécier ce Concept et son sens de la confiance. À certains moments, j'ai dû faire face à des décisions difficiles que je n'avais pas envisagées lors des discussions avec les membres de ma région avant la Conférence. C'est à ce moment que j'ai compris le vrai sens de mon rôle de délégué et le geste d'amour et de confiance que ma région avait posé en me choisissant comme son délégué. Ils ont eu confiance que je ferais de mon mieux pour le Mouvement et son avenir.

Le droit de participation et le droit d'appel sont très importants pour l'efficacité et l'unité du Mouvement. J'ai été un peu intrigué lors de ma première réunion d'affaires par le sens d'appartenance que j'ai ressenti lorsque le groupe m'a demandé mon opinion et m'a invité à faire le café pour le groupe pendant les deux mois suivants. Plus tard, lors d'un inventaire de groupe, quelques membres ont lancé l'idée d'éliminer le Notre Père à la fin des réunions. C'est là que j'ai appris la leçon dont j'avais besoin sur la confiance que le Mouvement doit placer également dans ses minorités et ses majorités. J'étais un des deux seuls membres du groupe qui croyait que notre réunion devrait toujours se terminer de la même façon. Le groupe a sollicité l'opinion minoritaire et j'ai répété

mon opinion et le groupe, dans sa sagesse, a écouté l'expression de Dieu dans sa conscience. Depuis ce temps, tous les mercredis soir, *Sobriety and Beyond* termine ses réunions par un moment touchant de prière silencieuse pour l'alcoolique qui souffre encore. Le groupe m'a assez fait confiance pour m'écouter et j'ai fait assez confiance au groupe pour y rester.

Bill Archer, Groupe 46, Sud-Ouest du Québec

ATELIER 1 : LES DISTRICTS, LA RÉGION ET LES COMITÉS DE SERVICE (La madone, 9 déc. 2006)

LE RÔLE DU RDR

Représentant du district auprès de la région; il est un lien indispensable entre le RSG du groupe et le délégué. Le désir sincère de servir et la disponibilité sont les premières qualités. Le RDR doit participer à toutes les réunions d'affaires pour prendre le pouls des groupes et transmettre cette information à la région. Ce qui le guide c'est : l'amour des services; le sens du leadership (pour contrôler une salle); être au service de son district.

LES FONCTIONS DU RDR

Le RDR se sent responsable du comité régional. Donc, le RDR est un membre à part entière du comité régional. Il joue un rôle de au niveau des RSG; il partage les tâches avec son adjoint; il prépare ses réunions de district. Le RDR et non membres doivent surtout donner aux membres AA le goût de servir.

RÔLE DE L'EXÉCUTIF DE LA RÉGION

Il existe 2 illusions tenaces chez les AA : l'illusion de monter de grade; et AA, c'est libre. Je suis responsable de transmettre le message AA. Nous ne sommes que des serveurs.

LA COMMUNICATION versus les districts et la région et vice versa

Les RDR doivent essayer de valoriser le rôle du RSG. Un bon leader ne passe jamais sa responsabilité à un autre. Les services se préparent dans nos groupes, dans notre conscience de groupe. Ensuite, tu regardes les lignes de conduite.

COMITÉS DE SERVICES RÉGIONAUX

C'est par l'attrait que tu vas chercher un nouveau. Ce dernier n'est pas tenté de faire partie d'un comité ou de servir quand on n'arrête pas de lui répéter que ça va mal. S'il vous plaît, soyons positifs.

L'animateur clôt l'atelier par ces belles paroles : le RSG, le RDR et le délégué ne font pas les commissions, ils transmettent l'amour.

France J. et Leslie J.F.

Vous avez un événement d'intérêt local ou régional à faire annoncer ?

Faites parvenir toute information à ce sujet au moins trois mois à l'avance, afin de nous permettre d'en faire l'annonce à temps dans *Le Nordet*.

Veuillez utiliser ce coupon-réponse, écrire tous les renseignements en lettres moulées et le poster (ou le télécopier) au bureau régional : Région Nord-Est du Québec, 2350, av. du Colisée, bureau 0-17, Québec (Québec) G1L 5A1

– Télécopieur : 418-523-9997 ;

– Courriel : region89@qc.aa-quebec.org

– Adresse du site Web : www.aa-quebec.org/region89

Date de l'événement _____

Nom de l'événement _____

Thème (s'il y a lieu) _____

Lieu et adresse de l'événement

Contact (nom et numéro de téléphone)

Abonnement individuel ou de groupe

Bulletin d'information de la Région Nord-Est du Québec (89), *Le Nordet* est publié six fois par année.

Pour vous abonner (ou vous réabonner), veuillez utiliser ce coupon-réponse, écrire tous les renseignements en lettres moulées, joindre un chèque ou mandat, à l'ordre de la Région Nord-Est du Québec, au montant de 6 \$ pour un abonnement individuel, 12\$ pour deux exemplaires, 15\$ pour trois exemplaires et 20\$ pour quatre ou cinq exemplaires. (Si vous en voulez plus de cinq : comptez 4\$ par exemplaire) et poster le tout au bureau régional, à l'adresse ci-haut mentionnée.

Nombre d'exemplaires _____

Montant joint _____

Nom (au complet) _____

Adresse _____

Téléphone _____

Horaire du bureau régional

Mercredi, jeudi et vendredi : de 10h30 à 16h30

En dehors des heures de bureau, vous pouvez laisser un message sur le répondeur au (418) 523-9993. Une réponse vous sera transmise dans les meilleurs délais. Au besoin, vous pouvez également prendre un rendez-vous à l'avance pour rencontrer la responsable du bureau en dehors des heures d'ouverture.

Calendrier et événements régionaux

3 mars 2007 – 27^e anniversaire du 24 heures de Saint-Alexis-des-Monts – « Gardons ça simple » au Collège Sacré-Cœur, 21 rue des Collèges, Saint-Alexis-des-Monts

3, et 4 mars 2007 – Le 24 heures du district 89-07 « Sur le chemin de la sérénité » Cégep de Jonquière, 2505 rue St-Hubert, Jonquière

9, 10 et 11 mars 2007 – Congrès AA de Québec, « Apprendre à se choisir », Campus de Charlesbourg, 7600 3^{ième} Avenue Est (coin 76^e Rue) Québec. Participation Al Anon et Alateen. Info par Courriel : congresaaquebec2007@hotmail.com

14 et 15 avril 2007 – Congrès du district 89-02 « Une vie nouvelle », Collège Shawinigan, 2263 av. du Collège, Shawinigan.

28 avril 2007 – 10 heures de partage « Vivre sans alcool et heureux; c'est possible avec AA », au Club de l'Âge d'or Les Cœurs Vaillants, 170 rue de la Fabrique, Dolbeau-Mistassini. Avec la participation Al-Anon.

5 mai 2007 - 10 heures de partage « Tends la main », École secondaire Paul-Le-Jeune, 405 boul. St-Joseph, St-Tite (près de Grand-Mère).

5 et 6 mai 2007 – 23^e congrès AA Bois-Francs 88-03 au Collège Claretain, 663 boul. Gamache, Victoriaville.

2 juin 2007 – 23^e congrès AA, District 89-18, Cap-de-la-Madeleine sous le thème : « Servir avec cœur »
Nouvelle adresse : salle Félix-Leclerc, 1001 rang St-Malo, Sainte-Marthe-du-Cap
Participation Al-Anon – Contribution volontaire

À noter

La prochaine assemblée générale se tiendra le 9 juin à Baie-Comeau.

Pour accéder à l'édition électronique du *Nordet*, consultez le site web au www.aa-quebec.org/region89 et pointez *Le Nordet* tout au haut de la page.

Bonne lecture