le nordet : vent qui souffle du nord-est

LE NORDET

Bulletin AA de la Région Nord-Est du Québec Vol. 24, nº 4, août-septembre 2006



Mot de la rédaction

PUISQUE CE NUMÉRO est le dernier à paraître avant l'assemblée générale d'élections d'octobre, vous trouverez des informations pertinentes reliées à cet événement.

Le résumé de l'atelier du dernier inventaire régional restant à être publié (assemblée régionale et générale) est présenté par Richard M.

La majorité des articles de ce numéro concernent le rassemblement provincial de mai dernier. Après un résumé de la journée par France J., vous pourrez savourer l'allocution de Michel P., délégué de notre région, qui présente son dernier cadeau, et celle de Patricia M., déléguée de la région 88, qui élabore sur les bienfaits méconnus du silence. Par la suite, Robert P. élabore sur l'atelier basé sur la Déclaration de Responsabilité intitulé : Je suis responsable : une déclaration lourde de sens. Malheureusement, l'espace nous manque pour inclure les résumés des autres ateliers; ceux-ci vous serons présentés dans le prochain numéro du *Nordet*.

Le Penseur nous présente une réflexion sur le parallèle entre la confiance en soi, l'estime de soi et l'implication dans les services au-delà du groupe.

Nous avons également le plaisir de publier un article très intéressant concernant le rôle de l'attrait dans l'implication, qu'un lecteur (Jean C.) nous a fait parvenir.

Finalement, une annonce vous rappelle le prochain Forum territorial alors que le Dixième Concept est abordé selon divers points de vue.

Bonne lecture,

***Lucille L., responsable du comité du* Nordet**

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$.

LA GENERALE DE JUIN

Les Almatois nous recevaient pour cette assemblée générale printanière. Suite à la Conférence des Services généraux, Michel P. nous a remis un très beau rapport, qui a d'ailleurs suscité des félicitations. Après la présentation du rapport financier, le trésorier, Gilles L., a relaté son expérience au rassemblement provincial.

Plusieurs RSG se sont ensuite exprimés sur des sujets divers. Par exemple, il a été suggéré de gérer plus efficacement le remise des trousses de RSG afin d'économiser ; certains RSG la reçoivent en fin de mandat alors qu'ils n'en ont plus besoin, d'autres la reçoivent en double etc. On a aussi demandé d'harmoniser les prix de la littérature dans les différents districts de la Région.

Concernant la preuve d'assistance aux réunions : certains pensent que c'est le secrétaire qui doit signer alors que pour d'autres, c'est le RSG ou le président de groupe ; on a même souligné que personne n'est obligé de signer afin de conserver l'anonymat. Dans un groupe, on a fait fabriquer une étampe, avec les coordonnées du groupe, et le secrétaire y appose ensuite ses initiales. Dans les lignes de conduite sur la *Collaboration avec les tribunaux*, on suggère que « le secrétaire (ou un autre responsable) appose ses initiales sur un document fourni par le tribunal..» On y donne également d'autres moyens de collaboration.

Un sujet récurrent: le manque d'implication ; il n'y a pas de solutions miracle, mais on suggère de tenter de motiver les nouveaux à servir en mettant l'accent sur l'accueil, le parrainage de service, les contacts de personne à personne.

En terminant, Fernande demande de montrer notre gratitude envers nos fondateurs en cette journée du 71ième anniversaire de AA.

Merci au district-hôte (14) pour son organisation (et la signalisation), et à tous les participants. C'est un rendez-vous au district 04 pour l'assemblée générale d'élections le 14 octobre.

***Lucille L., responsable du comité du* Nordet**

SOMMAIRE

Mot de la rédaction; générale de juin	2
Mot des serviteurs régionaux : élections	3-4
Atelier de l'inventaire régional (assemblées)	4
Forum territorial	5
Rassemblement provincial	5-9
Réflexions du penseur	9
Parole aux lecteurs	10
Les Concepts (10e)	11
Calendrier	12

Mots des serviteurs régionaux

Élections régionales d'octobre 2006

Lors de l'assemblée générale du 14 octobre prochain, il y aura des élections régionales. Ces informations pourront vous être utiles lors de cette journée.

Postes à combler :
Délégué (e), délégué (e)-adjoint (e), président (e), vice-président (e), secrétaire et trésorier (e).

Qui est éligible?
Sont éligibles de façon automatique: - les membres sortants du comité exécutif s'ils se présentent à un autre poste, - les responsables des comités de service régionaux, - les responsables de districts (RDR) sortants, - les représentant (e)s aux services généraux (RSG) sortants. Ils n'ont pas à remplir de formulaire de mise en candidature et n'ont qu'à préciser s'ils désirent se présenter à un poste, le jour de l'élection.
Toute autre personne peut également poser sa candidature si elle répond aux critères suivants : - remplir un formulaire de mise en candidature et le déposer avant 10h le jour de l'élection, - avoir déjà été RDR, responsable de comités, membre de l'exécutif régional ou RSG, - avoir au moins 6 ans d'abstinence continue.
N'oublions pas qu'on ne se présente pas contre un(e) autre; on se présente au même poste.

Procédure d'élection :selon le 3ième Legs
Le déroulement du vote se fait selon la procédure du *Manuel du Service chez les AA* : le premier candidat qui obtient les deux tiers des voix est élu.

Qui vote? :
- les RSG, les RDR, et les membres du Comité exécutif de la région. En cas d'absence motivée, l'adjoint du RSG ou l'adjoint du RDR peut voter. S'il n'y a pas d'adjoint. Un autre membre du groupe pourra voter s'il est muni d'une procuration écrite, suite à l'approbation du président d'élection.

Responsabilité :
Chaque serviteur de confiance de notre région devrait prendre au sérieux son rôle et sa responsabilité vis-à-vis son groupe ou son district; ainsi, tout membre élu comme RSG, RDR ou membre de l'exécutif a le devoir de participer aux élections du comité régional. Ne laissons pas aux autres le privilège de décider qui ferait mieux l'affaire pour administrer nos services et nous représenter à la région.

Pour qui voter?
Dans la version intégrale des Douze Traditions, le Neuvième Tradition stipule que les représentants doivent être animés d'un esprit de service parce que chez les AA, les vrais chefs ne sont que des serviteurs de confiance et d'expérience; leur titre ne leur confère aucune autorité véritable, ils ne gouvernent pas, mais prêchent par l'exemple. Toutefois, nos serviteurs doivent avoir certaines qualités, dont un talent de leadership; un chef de file dans les services AA, c'est quelqu'un qui peut personnellement mettre en principe des principes, des orientations et des plans d'action avec suffisamment de dévouement et d'efficacité pour nous inciter tous à l'appuyer et à l'aider dans son travail. Il se souvient que toute idée ou projet intéressant pour améliorer notre mouvement et ses services peut venir de n'importe qui ou de n'importe où; par conséquent, il sait mettre de côté ses propres préférences au profit d'autres meilleurs, tout en laissant le mérite à ceux qui en sont les auteurs. ***L'important d'abord : l'humilité avant le succès, l'unité avant la gloire.*** En résumé, nous devrions choisir nos serviteurs en fonction des meilleurs talents disponibles tout en nous assurant de placer ces talents là où ils nous seront les plus utiles. Par exemple, élirions-nous un trésorier qui ne sait pas compter parce que *ça lui fera du bien*?

Principe de la rotation :
D'après l'expérience des AA, il est préférable de servir à un autre poste à la fin de notre mandat. L'expérience acquise lors de notre mandat nous permet d'accéder à un autre poste où nos ressources seront plus profitables à AA. En allant vers une plus grande responsabilité, nous continuons notre cheminement; nous avançons au lieu de rester sur place. Nous savons également à quel point il est facile pour quiconque d'entre nous de se leurrer à penser que nous sommes des experts, que nous avons de l'importance, que nous connaissons mieux; la rotation est donc la meilleure chose à faire. Et lorsque nous reprenons le même poste pour un 2ième mandat, nous empêchons un autre membre de servir et nous le privons d'un cheminement qui le ferait sûrement avancer dans le mouvement; nous privons également notre groupe, notre district ou notre région de progresser : quand tout va bien, pourquoi changer? Nous nous privons ainsi de servir à un autre endroit où nous pourrions aider encore plus l'alcoolique qui souffre, quelque soit son sexe, son âge, son statut social, son revenu, son éducation, sa nationalité ou sa religion, tout en nous aidant un peu plus.

Réf : Cahier Régional de la Région 89; *Manuel du Service chez les AA; L'Héritage* Vol. 24 no 4 (août-septembre 2005)

LEADERSHIP AU FÉMININ ET ÉLECTIONS

La 56e Conférence des Services généraux qui s'est tenue à New York en avril dernier avait comme thème ***Le parrainage, le service et l'autonomie financière dans un monde en évolution***. Il est sans contredit logique et souhaitable pour tous, qu'après 70 ans, nos serviteurs s'interrogent sur l'évolution de notre fraternité.

L'évolution de notre fraternité passe également par le leadership des serviteurs, à tous les paliers de service. Dans quelques mois, je terminerai mon second mandat à l'exécutif régional. Eh oui, ça fait maintenant 4 ans que j'ai le privilège de vous servir au sein de l'exécutif régional, tout d'abord à titre de secrétaire (2003-2004) et ces deux dernières années (2005-2006), à titre de déléguée adjointe.

Le 14 octobre prochain, les RSG (représentant aux services généraux) de tous les groupes de la région 89 auront à élire vos serviteurs de confiance au niveau régional, pour les deux prochaines années (2007 et 2008). Dans un monde en évolution, est-ce normal que la représentation féminine soit si faible au niveau de l'exécutif régional ? Je pense qu'il est pertinent de se demander pourquoi les femmes qui représentent pourtant un fort pourcentage au niveau du membership ne sont pas aussi bien représentées au niveau régional ? Dans un monde idéal, il serait souhaitable que les postes à l'exécutif régional soient plus représentatifs du membership féminin au sein de notre association. J'encourage donc fortement les femmes à se présenter à tous les paliers, soit comme RSG, RDR et particulièrement à l'exécutif régional, afin que le leadership au niveau de notre région nous représente le plus adéquatement possible. Je suis convaincue que chez la gent féminine, il y en a plusieurs qui sont aptes à occuper de tels postes avec compétence et efficacité. Alors, je ne peux qu'encourager mes collègues féminines à le faire. Si votre humble serviteure, mère monoparentale avec une jeune ado, a relevé ce défi depuis 2003, je suis convaincue qu'il y en a plusieurs qui le peuvent, et j'ose croire qu'elles le feront, à l'automne prochain.

Je vous remercie tous et chacun de la confiance accordée et de tout l'amour dont vous m'avez enveloppé durant toutes ces années. C'est le cœur rempli de gratitude et avec l'espoir de continuer à vous représenter, à titre de déléguée, que je vous remercie du fond du cœur.

France J., déléguée adjointe

Inventaire régional :
Résumé des ateliers

. Voici donc le résumé du dernier atelier de l'inventaire régional à être publié dans le *Nordet* : l'atelier A intitulé :

ASSEMBLÉE RÉGIONALE ET GÉNÉRALE

Déroulement du vote :
- Sur les points délicats, le groupe prend son temps, tâchant de retarder tout vote tant qu'un point de vue n'est pas partagé par la conscience du groupe (*Le Groupe des AA, là où tout commence,* p. 35).
- Minimum de 5 interventions avant de demander le vote et maximum de 5 après.
- On peut faut demander le 2/3 des votes à condition d'obtenir l'appui de 10 % des votants.

L'Assemblée générale est-elle une assemblée d'information ?
Le partage est très important car ce sont les échanges qui amènent l'unité; on doit inciter les RSG à ne pas se gêner pour poser des questions, préférablement en préparant les questions à l'avance et en les faisant parvenir à la Région via l'assemblée régionale précédant l'Assemblée générale. Les réponses devraient toujours être basées sur la littérature.

L'Ordre du jour :
L'ordre du jour pourrait être adapté, selon la situation; par exemple, les sujets délicats devraient être discutés en premier sur l'ordre du jour. Les RSG dont les dépenses sont défrayées par le groupe ont l'obligation morale de rester jusqu'à la fin de la réunion et le groupe devrait exiger un rapport de son RSG après une Assemblée générale.

Assistance aux assemblées régionales et générales.

Raisons d'absences
Manque de motivation par le RDR auprès du RSG et/ou manque de connaissance du *Manuel du Service* chez les AA et du *Cahier Régional.*

Suggestions d'améliorations
- Insister sur le parrainage de services.
- Bien choisir ses serviteurs : ne pas parachuter un RSG simplement pour combler le poste.
- Mieux préparer le RSG pour les assemblées par le RDR.
- Donner la parole aux RSG dans la première partie de l'assemblée.
- Essayer d'éviter les témoignages personnels.
- Respecter le temps d'intervention de trois minutes.
- Regrouper les personnes-ressources afin de permettre aux membres (RDR, RSG etc.) d'entrer plus facilement en contact avec eux.

- Les membres de l'exécutif et des comités devraient se séparer durant le dîner pour permettre de rencontrer le plus de membres possibles.
- S'adresser à l'assemblée pour répondre aux questions : (Qu'est-ce que vous en pensez ? Y a-t-il quelque dans la salle qui pourrait répondre ?).
- Donner plus de responsabilités aux ex-serviteurs : par exemple, minuter le temps des interventions, noter l'ordre de demandes d'intervention, etc.

Commentaires généraux

- Importance de la rotation.
- Retour des élections à tous les ans pour la moitié des membres de l'exécutif afin d'assurer une continuité et éviter les problèmes de communication.
- Reprendre la Journée du repas de gratitude où le délégué pourrait élaborer sur son rapport de la Conférence.
- L'inventaire régional est très apprécié.

Richard M., secrétaire d'atelier

FORUM TERRITORIAL DE L'EST DU CANADA 2006

15, 16 et 17 septembre
Sudbury, Ontario

Raison d'être de ce Forum

Ce Forum est organisé par le Conseil des Services généraux des AA et il est *ouvert* aux membres des AA et à toute personne qui s'intéresse aux AA. Les Forums ont été créés en 1975 à la suggestion du regretté Dr. Jack Norris, président du Conseil des administrateurs des Services généraux. Les Forums visent à améliorer la participation et la communication entre les membres des AA, le Conseil des Services généraux et le personnel du Bureau Conseil des Services généraux et du *Grapevine*. Les Forums sont une occasion de se rencontrer, de poser des questions et de faire jaillir de nouvelles idées pour aider à transmettre le message d'espoir des AA à l'alcoolique qui souffre encore.

Ce Forum est une occasion unique pour les membres AA du Territoire de l'Est du Canada de partager leur expérience, leur force et leur espoir.

Pour information : BSG à 212-870-3400 ; le site web à www.aa.org ou Terry M. à 705-669-0275.

RASSEMBLEMENT PROVINCIAL
AGIR AISÉMENT, MAIS AGIR….

C'est sous ce thème que le comité organisateur du district 02 et notre président régional ont accueilli plus de 200 membres venus des quatre régions du Québec pour échanger en ateliers, dans un esprit d'unité, de partage et de spiritualité à Shawinigan, le 27 mai dernier.

Les huit ateliers, tous aussi intéressants les uns que les autres, auront permis à plusieurs membres de venir s'exprimer sur des sujets qui nous tiennent à cœur et permettent à notre belle association d'évoluer. Pour ma part, j'ai choisi d'en visiter quelques-uns, n'étant pas capable d'arrêter mon choix sur un atelier en particulier. Malgré une assistance variant d'un atelier à l'autre, je peux vous dire que tous abordaient un thème dont les échanges étaient très enrichissants, que ce soit sur les bulletins régionaux, les centres de traitement, le site Web ou l'atelier sur notre Déclaration de responsabilité, chaque atelier offrait une mine incroyable de renseignements pertinents.

Les quatre délégués sont venus nous entretenir de préoccupations qui leur tiennent à cœur. Avant les ateliers, Luc R., délégué de la Région 87, est venu nous livrer son message sur les fausses vérités dans AA, le tout sur un ton humoristique ainsi que Linda B. de la Région 90.

En après-midi, les secrétaires d'atelier sont venus nous faire un résumé des échanges et ensuite, Patricia R. et Michel P., respectivement déléguée de la Région 88 et délégué de la Région 89, ont livré leur témoignage touchant sous les thèmes *Le Silence* et *Un dernier cadeau.* Denis V., notre nouvel administrateur territorial de l'Est du Canada, récemment élu, est également venu au micro pour se présenter et nous mentionner combien il était heureux de nous représenter pour les 4 prochaines années.

En terminant, chapeau aux membres du comité organisateur, dynamiques et très bien organisés, qui nous ont accueilli comme des Rois dans leur magnifique coin de pays et merci également à tous les membres de la Région 89 (une centaine) qui se sont déplacés pour venir fraterniser. C'est donc un rendez-vous l'an prochain, alors que la Région 90 nous accueillira, le 26 mai 2007.

France J., déléguée adjointe

Comme mentionné dans l'article précédent, chacun (e) des délégués (es) des quatre Régions ont fait une présentation portant sur un sujet de leur choix. En avant-midi, Luc R. (Région 87) a élaboré sur le thème *Gardons ça simple* en mentionnant entre autres les nombreuses fausses vérités qui ont cours dans AA. Comme exemple, « Fais n'importe quoi, mais bois pas »; ou encore « C'est gratis AA » ; Luc a même défié quiconque de trouver où c'était écrit dans notre littérature AA. Linda B. (Région 90) a poursuivi avec le thème *Avons-nous oublié?* Par exemple, « d'où venons-nous ? Comment avons-nous été accueilli à notre arrivée ? »

En après-midi, Patricia R. (Région 88) et Michel P. (Région 89) nous ont entretenu respectivement du silence et d'un dernier cadeau. Ces textes sont reproduits ci-dessous pour le plaisir de nos lecteurs qui n'ont peut-être pas pu assister à cette rencontre.

LE SILENCE

J'ai réfléchi longuement et profondément au concept du silence. Lorsque je suis allée à New York, lors d'un voyage organisé par des membres de ma région il y a trois ans, j'ai entendu un membre dire : Si les paroles que tu vas prononcer sont de moindre qualité que ton silence, alors tais-toi. Il m'arrive malheureusement de trop souvent l'oublier et je constate que je ne suis pas seule à le faire.

Le silence est une bénédiction dans les moments de réflexion. L'art de se taire est une discipline. C'est dans le silence que nous développons notre écoute. Mais l'usage que l'on peut en faire en d'autres occasions peut s'avérer être très peu bénéfique. La critique dévalorisante et malveillante peut amener un serviteur à remettre en question sa fonction. Un silence rempli de mépris ou de colère peut être plus écrasant et blessant que des paroles. Un tel silence est motivé par le désir de punir ceux qui, croyons-nous, nous ont fait du mal ou ne pensent pas comme nous. Souvent ces gens-là vont se défouler après les réunions auprès de membres aux oreilles avides de critiques ce qui a pour résultat de nourrir des membres aux cœurs souffrants.

Le silence est rempli de forces spirituelles car c'est dans le silence que ces forces travaillent. Le silence est un outil précieux pour le parrainage, souvent les membres n'ont besoin que d'être écouté dans leurs échanges avec le parrain ou la marraine. Surtout les plus vieux membres car ils connaissent leur mode de vie et savent quoi faire dans les moments de souffrance. Juste le fait d'être entendu soulage et nourrit notre estime personnelle.

Le silence peut être une lame à deux tranchants. Il nous blessera si nous nous en servons pour blesser quelqu'un d'autre. Le silence peut être une bénédiction si nous en profitons, avec amour et sérénité, pour faire le point et réfléchir à la façon dont nous pouvons nous améliorer, pour être à l'écoute de notre petite voix intérieure et pour entendre ce qui se cache derrière les paroles lors des réunions de services. Nous ne regretterons jamais de garder le silence mais nous risquons plus les paroles dites sous le coup de la colère, de la peur ou de la peine.

La fonction de déléguée me permet de voir et d'entendre beaucoup de choses qui me troublent, il m'a fallu me détacher de ces situations pour me concentrer sur l'esprit du mouvement. C'est par la Grâce de Dieu, dans le calme et le silence que ma Puissance Supérieure m'accorde ce détachement. Il faut peut-être un peu de maîtrise de soi pour se tenir éloignée des conflits qui affligent les groupes, les districts et la région, mais c'est une merveilleuse protection pour ma tranquillité d'esprit. J'ai prié mon Dieu afin d'être capable de servir le mouvement tout en étant détachée émotionnellement et je vous garanti que la Grâce vient toujours au bon moment.

Il est un temps pour se taire et un temps pour parler. Il est important de faire la sourde oreille aux critiques négatives et aux commérages en gardant notre esprit orienté vers la gratitude et l'amour. Il vaut bien mieux détourner nos yeux de ce qui nous déplaît que d'en être esclave. On doit cesser de se taire lorsqu'on a quelque chose à dire qui vaut mieux que le silence. On dit que le silence est d'or car il coûte moins que certaines paroles que nous prononçons. Le premier degré de la sagesse est de savoir se taire, le second, de savoir parler peu, le troisième, de savoir mettre de la mesure dans nos paroles.

Après la colère, le mépris, les reproches et l'amertume, reste le silence, qui est un appel de l'âme à nous recueillir en nous-même. Le silence c'est l'apaisement de la colère et de l'emportement. C'est un drapeau blanc devant l'adversité, un oasis de paix dans notre cœur. Quant notre âme se tait devant nos colères, nos ressentiments, notre haine, notre apitoiement, quant elle refuse de leur tenir tête, c'est qu'elle veut retrouver la paix. Il est très important de se rappeler que dans nos moments de souffrance, soit morale ou physique, nous habitons tous dans le cœur de Dieu, rempli de Silence, de Lumière et d'Amour. Merci d'être dans ma vie.

Patricia R. Déléguée, Région 88

UN DERNIER CADEAU : LAISSER SA PLACE

Le service a toujours été pour moi une école fabuleuse, une source surprenante d'expériences que j'appelle mes cadeaux. Imaginez, un alcoolique, à l'estime de lui-même complètement démoli qui retrouve peu à peu sa confiance, qui apprend à s'exprimer, à oser, à s'affirmer. Imaginez un être solitaire qui apprend à travailler avec les autres, un insécure qui apprend le droit à l'erreur, sans la culpabilité, un égoïste qui apprend à écouter les autres, un parfait qui apprend à demander de l'aide, sans se sentir jugé! Être libéré de l'obligation d'avoir raison, ne plus sentir le poids du monde sur ses seules épaules! Imaginez tous ces cadeaux, comment pourrais-je ne pas aimer les services!

Mais le service m'a aussi peu à peu fait découvrir un de ses aspects plus déroutant, plus fascinant! En elle-même, la tâche que nous accomplissons n'est pas le point important. Que je sois au café, à l'accueil, Représentant aux services généraux de mon groupe, Représentant de District à la Région, ou membre de comité, toutes ces tâches et fonctions sont importantes, essentielles même à la survie du mouvement. Comme RSG je représente la conscience de mon groupe et je suis le lien avec la conscience de mon district et de ma région. Cela est essentiel à la survie de mon groupe et du mouvement.

Mais en toute humilité, étrange paradoxe, nous ne sommes que des serviteurs, de simples rouages! Ce qui est réellement important c'est que nous agissions. Et nous agissons avec ce que nous sommes, avec nos expériences, nos forces et nos faiblesses. Nous apprenons à travers nos actions et c'est cette action qui nous transforme. Si je devais résumer en une phrase, je dirais que ce voyage est plus important que la destination. Ce n'est pas en nous cherchant que nous nous découvrons, c'est à travers l'action que nous devenons celui que nous sommes réellement!

Et l'un des derniers cadeaux que nous fait le service, c'est de nous apprendre à céder notre place. Difficile leçon! Après tout, après ces deux brèves années, nous commençons à peine à comprendre notre tâche, à la faire de façon acceptable. Et voila qu'il faudrait tout quitter, alors que nous pourrions enfin commencer à apprendre aux autres! Et la relève n'est pas là, n'est pas encore prête! Il n'y a jamais personne qui veut cette tâche, comment pourrais-je laisser ma place.

Ou pire! Celui qui a pris la tâche le fait de façon totalement différente. Ce que nous avions mis en place se transforme. Comment ne pas réagir, comment ne pas essayer de le ramener à la raison!

Nous sommes parfois rapide à oublier la foi qui nous guide, à ne pas laisser agir cette puissance supérieure que nous citons pourtant si souvent en d'autres circonstances. Ne pas céder sa place, rester en attendant que la relève se présente, c'est malheureusement la certitude qu'elle ne viendra jamais. Ne pas laisser sa place, s'y cramponner, c'est priver quelqu'un d'autre de la chance de connaître et de découvrir les joies du service, c'est le priver de la chance de se découvrir! Et c'est surtout se priver soi-même de la chance de faire d'autres décou-vertes, de développer d'autres aspects de soi-même!

Nous devons demeurer disponibles, nous pouvons et devons être des parrains, des guides, pas des maîtres! Nous pouvons partager notre expérience mais sans essayer d'imposer notre voie!

Nous ne devons pas avoir une peur obsessive du changement. Un seul individu ne pourra jamais à lui seul tout modifier. Notre puissance supérieure, la conscience collective, saura toujours équilibrer les choses. Lorsque nous refusons les changements, lorsque nous tentons de les empêcher, parce les choses ne sont plus faites à notre manière, ou que la structure est modifiée, nous privons les serviteurs de leur chance de découvrir, de se découvrir.

Les services sont une perpétuelle école, ou les mêmes leçons sont constamment réécrites, par des mains différentes, avec des couleurs différentes! Seules importent l'école et les leçons, les écoliers eux grandissent et passent.

Par leur brièveté même les services m'ont aussi appris la plus belle leçon, m'ont fait le plus beau cadeau : comme les services la vie est brève, nos noms y sont inscrits sur les sables du temps. C'est ce qui les rend si précieuses. Merci de m'avoir permis d'apprendre à en apprécier chaque instant et de le vivre pleinement, d'apprécier cette journée que nous avons passé ensemble, d'apprécier les rencontres, la chaleur humaine et l'amitié de mes frères et sœurs alcooliques. Merci et je vous souhaite de découvrir à travers les services les mêmes joies que vous m'avez permis de connaître.

Michel P., délégué, Région 89

Rassemblement provincial : Résumé des ateliers

Je suis responsable : une déclaration lourde de sens

Je suis responsable : une déclaration lourde de sens ! Tel était le titre de l'un des huit ateliers qui composaient le cœur du Rassemblement provincial 2006, en mai, à Shawinigan. Et les participants et participantes à cet atelier, mais aussi à l'ensemble du rassemblement l'ont reprise en chœur haut et fort, cette déclaration, le 27 mai dernier.

On parle ici de la Déclaration de responsabilité, qui a 41 ans cette année – elle a été adoptée en 1965, au premier Congrès international à Toronto – et que l'on risque d'entendre de plus en plus souvent. Nombreux, en effet, sont les groupes AA qui la reprennent à un moment ou l'autre de leur réunion.

Cette déclaration affirme :

Je suis responsable.
Si quelqu'un, quelque part, tend la main en quête d'aide, je veux que celle des AA soit toujours là, et de cela je suis responsable.

Et les membres présents à l'atelier l'ont endossée sans hésitation. C'est ce qu'ont montré, tout au long de la journée, leurs nombreuses et riches réponses aux diverses questions destinées à animer l'atelier.

Par exemple : « Quel sens a réellement pour nous cette déclaration ? » Les quelque 40 membres présents ont spontanément parlé d'accueil, de transmission du message AA, de parrainage, mais aussi de service. On a également parlé de prêcher par l'exemple, c'est-à-dire mettre en pratique les principes du mode de vie AA et en témoigner. Pour certains, le simple fait d'être présent aux réunions et de rester jusqu'à la fin, c'est se montrer responsable.

Et ce ne sont là que des grandes lignes, des énoncés généraux. Juste en parlant d'accueil, de nombreux participants et participantes ont abordé des préoccupations liées à l'arrivée de membres en état d'ébriété, par exemple, ou atteints d'autres désordres mentaux et qui dérangent. Plusieurs y sont allés de suggestions concrètes, telle la possibilité que deux ou trois membres du groupe sortent avec l'alcoolique bruyant et lui apportent à l'extérieur l'écoute et le réconfort nécessaire.

Il a aussi été question de ce qu'il est convenu d'appeler la « douzième étape », essentiellement l'écoute téléphonique. Pour plusieurs membres présents, cette activité est une nécessité vitale dans leur rétablissement, comme le dit bien la dernière de nos Étapes : pour rester sobre, redonner ce qu'on a reçu, transmettre le message d'espoir. On a moins parlé, cependant, des visites à domicile, ce qui reflète bien le fait qu'on n'en fait que rarement, aujourd'hui.

La part des services

Une autre question demandait : « Quelle part a le service dans mon rétablissement individuel ? » Dans un atelier bondé, où se trouvaient au moins deux délégués en exercice et plusieurs serviteurs régionaux, inutile de dire que la part du service dans le rétablissement individuel était presque unanimement jugée considérable. De nombreux témoignages l'ont démontré. Mais surtout, n'est-ce pas une des meilleures façons d'être responsable envers l'alcoolique qui souffre encore que de servir à tous les niveaux, dans le mouvement ?

Il y avait, parmi les participants et participantes, des gens qui avaient beaucoup servi, mais il y avait aussi des membres qui s'interrogeaient sur leur avenir dans le mouvement. Certains ont affirmé avoir entendu dans cet atelier une réponse claire à leurs interrogations : l'implication, l'engagement.

Beaucoup de serviteurs ont indiqué qu'après avoir été bien parrainés dans le rétablissement puis les services, ils ont graduellement appris ou réappris le sens des responsabilités, sont devenus plus responsables dans leur propre vie, auprès des leurs et auprès de leur groupe et du mouvement.

Rappelons que, même si certains services ne constituent pas un travail direct auprès de l'alcoolique qui souffre, ils permettent tous de mieux accomplir la mission AA : transmettre le message.

Pour la majorité, donner généreusement dans la « septième tradition », c'est aussi se montrer responsable. Certains ont mentionné qu'il ne s'agit pas de devenir des administrateurs, mais de faire confiance et de s'assurer que le mouvement ne manque pas de moyens pour atteindre l'alcoolique qui souffre, dans notre collectivité mais aussi partout dans le monde.

Une déclaration sérieuse

Ce n'est là qu'un très bref aperçu des questions et commentaires qui ont été entendus dans cet atelier tout au long de la journée, mais tous montrent l'importance qu'accordent généralement les membres AA à la Déclaration de responsabilité. Autre indication du sérieux de cette déclaration pour tous, à peu près tous les membres présents ont pris

la parole à un moment ou l'autre. Presque tout le monde avait quelque chose d'important à partager avec le groupe. Et c'est bien là toute la richesse de tels ateliers, de tels rassemblements.

Bref historique

Rappelons que les rassemblements provinciaux sont nés au début des années 1990 à l'initiative des membres de ce qu'on appelait alors le Comité provincial afin de répondre à un besoin toujours primordial et crucial dans le mouvement : partager son expérience. En s'inspirant des forums territoriaux, on a alors pensé réunir une fois par année, dans les quatre régions du Québec à tour de rôle, tous les membres, qu'ils soient serviteurs ou non, intéressés aux divers aspects de la transmission du message par le biais des nombreux services offerts dans les districts et les régions.

Comme dans les forums territoriaux, dès leur première participation, les membres prennent conscience de la grandeur du mouvement, comme on entend souvent, et de la diversité des approches pour servir, atteindre l'alcoolique qui souffre et transmettre le message AA. C'est toujours impressionnant de sortir de son patelin, de son groupe, de son district et même de sa région pour rencontrer d'autres alcooliques en rétablissement toujours prêts à en faire plus pour en aider d'autres, de rencontrer les délégués et serviteurs d'autres régions, notre administrateur territorial, membre du Conseil des Services généraux, etc.

Ce 27 mai dernier, particulièrement après les communications de la déléguée de la Région 88 et de notre délégué, Michel P., l'atmosphère en était une d'enthousiasme et de ferveur de la part de tous les membres présents. On sentait bien à quel point tous et toutes étaient prêts plus que jamais à renouveler leur engagement à perpétuer le mouvement, ce qui a été redit haut et fort, au moment de clore, en reprenant en chœur la Déclaration de responsabilité :

Je suis responsable.
Si quelqu'un, quelque part, tend la main en quête d'aide, je veux que celle des AA soit toujours là, et de cela je suis responsable.

Robert P., ex-délégué, groupe 41

N.B. Les résumés des sept autres ateliers du Rassemblement provincial paraîtront dans le prochain numéro du *Nordet*.

LES RÉFLEXIONS DU PENSEUR

ESTIME DE SOI… CONFIANCE EN SOI ET LES SERVICES

Il y a déjà quelque temps, un de mes amis que je tentais d'intéresser aux services, me dit qu'il ne pouvait pas dépasser certains niveaux d'implication. Poussant la curiosité plus loin, je lui demandai d'être plus explicite, et ce qu'il me déclara me donna à réfléchir sur une des raisons qui prive AA de nombreux futurs serviteurs. Certains de nos meilleurs membres ne dépassent jamais les tâches initiales de leur groupe ; à les observer cheminer, à les écouter parler, il nous semble pourtant qu'ils ont tout ce qui est nécessaire pour faire d'eux d'excellents serviteurs et faire d'eux des membres AA à part entière.

Qu'on me comprenne bien ; loin de moi l'idée de dénigrer les tâches de courte durée du groupe, ou de les voir comme anodines et sans grande importance. Ces tâches sont loin d'être insignifiantes ; sans elles, il n'y aurait pas de réunion AA et la plupart des membres délaisseraient les réunions, par ennui ou manque d'intérêt. Les groupes ne sont-ils pas « LA OU TOUT COMMENCE ?» Ces tâches, comme l'accueil, le café, les lectures, l'animation, les remerciements sont, avec la Douzième Étape, ce qui entretient la continuité de cette merveilleuse chose qu'est AA.. Ce sont les essentiels du mouvement.

Mon ami m'avoua d'un ton très convaincu qu'il était beaucoup trop gêné, pour s'exprimer en public même dans AA. Faire une erreur, que les gens rient de ses hésitations, provoquerait un mutisme et il ne pourrait poursuivre plus loin. Nous avons discuté quelque temps sur ce sujet, mais rien n'y fit. C'est la troisième fois qu'il fait le café à son groupe dans les derniers 6 mois.

Alors, à lui et à tous ceux qui comme lui, ne sont pas CAPABLES, qui sont rongés par une gêne incontrôlable, qui sont trop timides ou susceptibles (ou ORGUEILLEUX). .À ceux-là, je dédis ce travail en espérant leur montrer le chemin de l'estime de soi et la confiance en soi. Les services AA ont besoin de tous ces membres, ces ex-timides, ces volontairement diminués qui ne peuvent pas identifier l'orgueil à travers leur susceptibilité. Ceux-là ont un sérieux besoin de lire cet article.

D'abord la gêne, la timidité et la susceptibilité sont des peurs, et aussitôt que nous ajoutons le mot peur pour décrire un état d'âme ou d'esprit, on ne peut pas avoir raison. La vérité est ailleurs. La vérité est dans la foi. Rappelez-vous : *La peur vint frapper à ma porte; la foi alla répondre… il n'y avait personne* !
Pour se libérer de ces craintes, il nous faut cultiver l'inverse : *l'estime de soi et la confiance en soi.*

Evidemment, il faut avoir foi en un Dieu tel que nous le concevons. Une lecture et méditation des 6 et 7ième Étapes apporteront des changements nécessaires à cette maladie de l'âme. Un parrain digne de ce nom peut servir de guide et apporter une aide précieuse. Les deux prochaines colonnes sont de simples questionnaires, un peu comme le fameux questionnaire employé pour découvrir si on est alcoolique.

DÉFINITIONS :

L'estime de soi : C'est l'opinion que vous avez de vous-même. Elle peut être positive ou négative.

La confiance en soi : C'est l'assurance que détient une personne au sujet de ses capacités, de son potentiel, des ses actions et qui l'amène à se fier à elle-même.

Voici maintenant le questionnaire dont je vous ai parlé. Il est inutile de vous souligner d'être honnête dans vos réponses. Le résultat sera dans une autre page du journal.

QUESTIONNAIRE NO 1 :
Répondez par oui ou par non

1. Êtes-vous facilement blessé par les critiques ?
2. Êtes-vous très timide ou trop agressif ?
3. Essayez-vous de ne pas montrer vos sentiments ?
4. Avez-vous peur d'entretenir des relations intimes avec les autres ?
5. Essayez-vous de rendre les autres responsables de vos erreurs ?
6. Trouvez-vous toujours des excuses pour ne pas changer ?
7. Évitez-vous de nouvelles expériences ?
8. Pensez-vous très souvent : « Je ne me plais pas physiquement ? »
9. Êtes-vous trop modeste au sujet de vos réussites personnelles ?
10. Êtes-vous content lorsque les autres échouent ?

Si vous avez répondu oui à la plupart de ces questions, vous devriez probablement améliorer l'opinion que vous avez de vous-même.

Ce questionnaire comme la suivant n'a qu'un but une simple évaluation de l'opinion que vous avez de vous-même. Vous déciderez si cette évaluation vous empêche de servir efficacement.

QUESTIONNAIRE NO 2
Répondez par oui ou par non

1. Acceptez-vous les critiques constructives ?
2. Vous sentez-vous à l'aise quand vous rencontrez de nouvelles personnes ?
3. Exprimez-vous franchement et ouvertement vos sentiments ?
4. Êtes-vous heureux d'avoir des amis intimes ?
5. Êtes-vous capable de rire de vos erreurs et d'en tirer une leçon ?
6. Remarquez-vous et acceptez-vous les changements qui s'opèrent en vous ?
7. Recherchez-vous de nouveaux défis ?
8. Êtes-vous bien dans votre peau physiquement ?
9. Savez-vous reconnaître vos mérites ?
10. Êtes-vous content lorsque les autres réussissent ?

Si vous avez répondu oui à la plupart de ces questions, vous avez probablement une opinion positive de vous-même.

Quelque soit l'estime que vous avez de vous-mêmes, vous pouvez l'améliorer par une attitude positive et la lecture des publications AA.

Le Penseur

Parole aux lecteurs

OÙ EST PASSÉ L'ATTRAIT DANS L'IMPLICATION ?

J'entends souvent dire à notre réunion de district par quelques RSG qu'il manque de serviteurs, qu'il faut se battre pour avoir des serviteurs, que ce n'est plus comme avant, etc...

Je suis d'accord avec eux car à la dernière assemblée générale d'Alma et à celle de St-Aimé-des-Lacs, nous n'étions que 2 RSG sur 12 groupes de mon district... J'ai aussi trouvé qu'il manquait de serviteurs ! (des RSG)

Lorsque le délégué est venu nous voir, nous n'étions encore que les 2 mêmes RSG sur 12 de mon district, et pourtant le délégué était venu nous voir chez nous, nous n'avions pas à voyager de longues heures... Malgré tout, nous avons manqué de serviteurs... (des RSG)

Je ne veux pas être un trouble-fête, mais je constate que plusieurs RSG se plaignent de manquer d'implication dans leurs groupes, et pourtant lors des réunions générales, rencontres avec le délégué ou aux rassemblements provinciaux, il n'y a pratiquement qu'un ou 2 RSG présents sur 12 (de mon district). Comment puis-je demander aux membres de mon groupe de s'impliquer si je ne m'implique pas ? Lorsque je regarde les nombreuses tâches d'un RSG, elles ne se limitent pas à aller parler à son groupe d'attache une fois par semaine !

Si mon RSG ne semble pas prendre plaisir à se rendre à une générale ou à un rassemblement provincial, pourquoi m'impliquerai-je comme RSG ? Pourquoi m'impliquerai-je tout court ? Si mon RSG n'y va pas, cela doit être une méchante corvée...

Si mon RSG revient d'une générale, motivé, avec une nouvelle expérience et rempli de gratitude,

peut-être que son attrait va me donner le goût de faire la même chose que lui, servir !

L'attrait plutôt que la réclame... J'y crois ! Est-ce que tu y crois toi en tant que RSG ? Est-ce que ton implication donne le goût aux nouveaux de s'impliquer ?

De mon côté, j'ai décidé d'y aller à fond. Est-ce que notre groupe manque de serviteurs ? Non, parfois il faut diviser les tâches pour le mois. Est-ce que je me pète les bretelles ? Non, je constate simplement que mon implication donne peut-être le goût aux nouveaux de s'impliquer. Peut-être est-ce une coïncidence, mais l'autre RSG de notre district qui assiste aux générales et autres réunions du genre n'a pas de problème d'implication dans son groupe non plus.

Qu'est-ce qui m'a donné le goût de servir dans alcooliques anonymes ? Mon parrain avec ses 19 années d'abstinence qui s'impliquait encore avec passion. Son attrait m'a amené à vouloir faire comme lui car je voulais ce qu'il avait.

Alors, comme le dit notre 11ième Étape :

L'attrait plutôt que la réclame !

Bon 24 heures, Jean C.

Les Douze Concepts de Service mondial

Concept X (version longue) :
À chaque responsabilité de service doit correspondre une autorité équivalente, dont l'étendue sera bien définie, que ce soit par la tradition, par une résolution, par une description de tâche précise ou par des statuts et règlements appropriés.

Le Dixième Concept est un bijou, entre autres parce qu'il constitue un excellent résumé (à plus d'un titre) des Concepts vus jusqu'ici, à savoir l'autorité et les responsabilités respectives des groupe AA, de la Conférence, du Conseil et des Services généraux, ainsi que les liens entre ces divers niveaux. Ce Concept dit aussi que la meilleure façon d'assurer une autorité égale à la responsabilité confiée, c'est de déléguer le plus possible, évitant ainsi d'avoir à se servir de l' « autorité ultime ». Encore une fois, référence à la Deuxième Tradition : la « conscience de groupe » est l'*autorité ultime*, les « serviteurs de confiance » sont l'*autorité déléguée*.

Le Nordet, Vol. 20, no 6, déc. 2002-janv. 03, p. 13.

Le Dixième Concept :

En résumé, assurons-nous toujours qu'il y a suffisamment d'autorité finale et suprême (la conscience des groupes AA) pour corriger ou réorganiser en cas d'urgence; mais également, assurons-nous que tous nos serviteurs de confiance sont dotés d'une autorité clairement définie et adéquate (autorité déléguée), pour effectuer leur travail quotidien et pour s'acquitter de leurs responsabilités non moins clairement définies.

Manuel du Service chez les AA et les Douze Concepts des Services mondiaux, p. 43-47.

Concept X :
À chaque responsabilité de service doit correspondre une autorité équivalente, dont l'étendue sera bien définie.

Dixième Concept : la responsabilité et l'autorité
Lorsque j'ai été président de groupe, on m'a toujours accordé l'autorité nécessaire à l'exercice de mes fonctions. J'avais l'autorité de convoquer et de présider les réunions d'affaires, après en avoir préparé l'ordre du jour. J'avais aussi toute l'autorité nécessaire pour coordonner le travail des responsables du groupe et du comité de service. Personnellement, j'ai toujours veillé à ne pas me constituer en autorité : c'est la responsabilité qui est porteuse d'autorité, non le titulaire de la fonction. La preuve en est que je perds toute autorité après la rotation qui me ramène au statut de simple membre, comme tout le monde.

Si l'étendue de ma responsabilité et de mon autorité n'avait pas été clairement définie dans l'éthique de groupe, je serais inévitablement devenu « propriétaire » du groupe…

Le Nordet, Vol 20, no 1, février-mars 2002, p. 9.

Liste de contrôle des Concepts

Concept X :

► Comprenons-nous bien « l'autorité » et la « responsabilité » en relation avec les décisions de la conscience de groupe par les RSG, les RDR et les délégués de nos régions ?

► Pourquoi est-ce si important de déléguer « l'autorité » pour l'efficacité générale des AA ?

► Utilisons-nous ce concept pour définir l'étendue de « l'autorité » ?

Le Nordet, Vol 22 no 1, février-mars 2004, p. 9.

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 faxer) au bureau régional : Région Nord-Est du Québec, 2350, av. du Colisée, bureau 0-17, Québec (Qc) G1L 5A1 – Télécopieur : 418-523-9997 ;
– Courriel : region89@qc.aira.com
– Adresse du site Web : www.aa-quebec.org

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, 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 (5 $ par exemplaire pour un abonnement de groupe de trois ou quatre exemplaires ; 4 $ par exemplaire pour un abonnement de cinq exemplaires ou plus) et poster le tout au bureau régional : Région Nord-Est du Québec, 2350, av. du Colisée, bureau 0-17, Québec (Québec) G1L 5A1.

Nombre d'exemplaires _____

Montant joint _____

Nom (au complet) _____

Adresse _____

_____

Téléphone _____

CALENDRIER

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.

► ***Veuillez prendre note que le bureau régional est déménagé au local 0-17 (même adresse).***

Calendrier et événements régionaux

19 août 2006 – 12 heures de partages AA (de 9h30 à 21h30), « Vis ton moment présent », Groupe Source-d'Eau-Vive, sous-sol de la sacristie, Église de Baie-St-Paul (district de Charlevoix). Participation AlAnon..

1, 2 et 3 septembre 2006 – Congrès AA du Royaume du Saguenay, « AA ensemble vers la liberté», Centre des Congrès Le Montagnais, 1180 boul. Talbot, Chicoutimi. Participation AlAnon et Alateen.

2 et 3 septembre 2006 – Congrès AA du district de Portneuf (89-21), « S'il te plaît, écoute-moi !», École secondaire de Donnacona, salle Luc-Plamondon, 320, rue de l'Église, Donnacona.

8, 9 et 10 septembre 2006 – 39e Congrès de La Tuque, « À l'aube d'un nouveau départ», Complexe culturel Félix Leclerc, 725 Boul. Ducharme, La Tuque.

15 et 16 septembre 2006 – 26e Congrès de Louiseville, « Notre but premier : demeurer sobre », Centre communautaire Jacques-Charette, 215 rue Lessard, Louiseville.

15 et 16 septembre 2006 – 16e Congrès de la Rive-sud de Québec(89-05), « Solution spirituelle », École secondaire Pointe-Lévy, 55 rue des Commandeurs, Lévis.

15, 16 et 17 septembre 2006 – Forum territorial de l'Est du Canada, Hôtel Radisson, 85 Ste Anne Road, Sudbury, Ontario

23 septembre 2006 – 27e Mini-congrès AA du district 87-24 (de 9h à minuit), « Joie de vivre », Cégep de St-Hyacinthe, 300 rue Boulé, Saint-Hyacinthe. Participation AlAnon.

Rencontres conjointes

12 août : Information publique au bureau de la Région et 12ième Étape (Séminaire) au 709 Kirouac.

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

Bonne lecture!