Le nordet : vent qui souffle du nord-est

LE NORDET

Bulletin AA de la Région Nord-Est du Québec Vol. 26, n° 2, avril – mai 2008



MOT DE LA RÉDACTION

Le comité du Nordet est de retour pour vous offrir un bulletin attrayant et très intéressant.

Célyne L., responsable du comité IP et CMP de la région, bien que très occupée a pris le temps de donner des réponses au questionnaire publié il y a quelque temps.

Francine L. nous entretient du site web et nous invite à le consulter.

Doris L. nous parle de l'alternance et aussi avec enthousiasme de la nouvelle fonction qu'elle exerce dans son district.

L'historique du groupe du Dimanche soir à Lévis est à lire, il ne manque pas d'intérêt.

Robert P. notre fidèle collaborateur a traduit et nous a fait parvenir la suite de l'article « *Ce qu`AA. doit à ses prédécesseurs », c*e qui représente un gros travail. Merci Robert.

Le penseur un peu trop bavard n'a pu terminer son article sur la spiritualité et les services. Donc la fin au prochain numéro.

Un très intéressant article qui explique que AA. n'a pas toujours été si ouvert, surtout pour les femmes. À lire sans faute.

Et enfin les informations habituelles en dernière page.

Bonne lecture !

***Bernard C., responsable du comité du* Nordet**

P.S. Écrivez-nous.

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
14, rue Soumande, local 0-17
Québec (Québec) G1L 0A4
Téléphone : (418) 523-9993
Télécopieur : (418) 523-9997
Courriel : region89@qc.aira.com

Abonnement : Nombre de numéros : 6 par année.

Coût de l'abonnement : 6 $

SOMMAIRE

Mot de la rédaction....2
Mot des serviteurs généraux....3
Le site Web de la Région 89....4
L'alternance....5
Historique de groupe....5
Ce qu'AA doit à ses prédécesseurs....6
(suite et fin)
Les réflexions du penseur....8
La 3e Tradition....10
Calendrier et annonces....12

MOT DES SERVITEURS RÉGIONAUX

Il y a de cela quelques mois, je mettais en liste dans un article plusieurs questions pour vous aider à déterminer si vous êtes prêts à faire de l'information publique. Voici quelques réponses à ces questions.

1) *Est-il préférable, lorsqu'on reçoit une demande pour donner une causerie à l'extérieur de AA, de la référer au comité de l'information publique avant d'accepter?*

Si vous n'êtes pas à l'affût des lignes de conduites et des procédures pour tenir une causerie (il existe une façon de faire et de la documentation pour le faire), il est important de faire appel au comité de l'information publique de votre district ou de votre région. Une causerie à l'extérieur peut avoir un impact majeur sur la perception qu'auront les participants sur AA à la suite de cette causerie. Il importe qu'elle soit faite selon les règles de l'art.

2) *Si j'ai cinq ans de sobriété, suis-je automatiquement qualifié(es) pour faire de l'information publique?*

Le fait d'avoir accumulé du temps dans AA ne nuira pas à la personne qui veut faire de l'information publique, à condition qu'elle ait profité de toutes ces années pour faire le tour de la littérature, qu'elle ait parcouru les lignes de conduites d'AA qui sont très nombreuses et sur plusieurs sujets, qu'elle ait en main son manuel de l'information publique. Idéalement, cette personne possède une sobriété émotive et elle reflète le rétablissement tant dans ses attitudes que dans sa présentation.

3) *Faire de l'information publique, est-ce ça consiste à donner son message comme on le fait dans AA?*

Il ne faut distinguer «faire de la douzième étape» et «faire de l'information publique». Le message personnel peut être un élément d'information publique s'il est orienté sur le fonctionnement de AA, des services offerts et des bienfaits qu'on en retire.

Il est temps ici de définir l'information publique : Elle est le moyen pour AA de transmettre le message à l'alcoolique qui souffre encore, en informant le grand public au sujet du programme AA. AA transmet le message en rejoignant les médias, les écoles, les entreprises et autres organismes susceptibles de parler du mouvement des AA, son but, sa nature et son utilité pour les alcooliques. Il est dit que «nous devons transmettre le message si nous ne voulons pas dépérir nous-mêmes ni laisser mourir ceux qui n'ont pas connu la vérité» et le partage est un des moyens de transmission du message.

4) *Est-il nécessaire de suivre un cours en toxicomanie avant de pouvoir parler à des médecins, infirmières ou psychologues?*

Lorsqu'AA s'adresse aux professionnels, il ne traite pas de la maladie proprement dite. Les AA interviennent pour les aider à comprendre le fonctionnement d'AA et leur raison d'être. Donc, les membres des comités en CMP renseignent les professionnels et ceux qui sont appelés à le devenir sur les AA – ce que nous sommes, où nous sommes, ce que nous pouvons faire, ce que nous ne pouvons pas faire. Ils tentent d'établir une meilleure collaboration entre les AA et les gens de profession, et de trouver des moyens simples et efficaces de collaborer sans s'affilier.

5) *Doit-on dire à celui qui vit avec un alcoolique actif de ne pas s'en mêler, qu'il n'y a qu'AA qui peut l'aider?*

La réponse à cette question n'est pas nécessairement du ressort de l'information publique. En effet, tout membre doit tenter d'instruire la personne vivant avec un alcoolique en lui fournissant les dépliants qui peuvent l'aider à se faire une idée sur le mouvement et sur l'aide que les AA peut apporter à l'alcoolique qui souffre encore. AA peut-être la solution pour cette personne alcoolique du

moment où elle arrive à admettre elle-même que l'alcool lui cause des problèmes. De remettre à cette personne les douze questions peuvent l'aider à s'identifier.

6) *Est-ce mieux de savoir à l'avance à quel type d'auditoire on va s'adresser?*

Lors d'une causerie, les sujets choisis devront dépendre jusqu'à un certain point du genre d'auditoire à qui vous vous adressez. Par exemple, vous pourriez davantage insister sur certains thèmes selon que vous parlez à des médecins ou à des gens d'église et sur d'autres thèmes si vous parlez à des élèves du cours secondaire. Voici quelques suggestions concernant ce que vous devriez savoir sur votre auditoire : a) le type d'occupation des personnes rencontrées b) s'il s'agit d'organisme, quelle est sa vocation? Quels sont ses objectifs? C) Pourquoi l'organisme tient-il une réunion d'information sur les AA d) Quelles sont ses principales caractéristiques? e) Pourquoi a-t-on invité les AA à faire un exposé?

Comme vous pouvez le constater, informer quiconque sur les AA et son fonctionnement nécessite une réflexion et une compréhension des manières de faire proposées par la fraternité. Je n'insisterai jamais assez auprès des représentants de district pour qu'ils fassent la démarche nécessaire pour obtenir les pochettes d'information en IP et en CMP disponibles au BSG. Ils seront à même d'aider tout membre désireux de s'impliquer à ce niveau.

Six autres questions seront traitées ultérieurement. Je vous suggère donc de surveiller le ou les prochains NORDET

Célyne L.
Responsable du comité IP et CMP de la région 89

Et

LE SITE WEB DE LA RÉGION 89
www.aa-quebec.org/region89/

Bienvenue les internautes!

On dit souvent : « *Pas de nouvelles, bonnes nouvelles* » c'est notre cas présentement.

J'ai rencontré un membre de Trois-Rivières qui serait intéressé à nous aider pour rafraîchir notre site. Cependant, j'ai communiqué avec lui par courriel cette semaine pour connaître les développements de notre projet et j'attends ses commentaires.

On continue cependant à faire les mises-à-jour dans le site et pour ceux qui ne l'ont pas encore vu, on a un calendrier pour les Séminaires. Vous cliquez sur « Les comités » du côté gauche de la page d'accueil, ensuite vous .choisissez « Les Séminaires » et finalement sur « Calendrier des activités ».

Le calendrier est présenté sous la même forme que les Congrès avec une carte indiquant la route à prendre. Quant aux congrès, on demande aux responsables d'expédier le programme au bureau de la région s'ils souhaitent le voir apparaître dans le site.

Concernant les districts, il semble bien que le seul qui soit affiché dans le site demeure encore le 89-05 Lévis et vous savez sûrement pour quelle raison….(on prêche pour sa paroisse…). Nous attendons des informations des autres districts et si vous souhaitez en savoir plus, n'hésitez pas à communiquer avec la soussignée, il me fera plaisir de répondre à vos questions.

À la prochaine! Nous aurons sûrement plus de développements à vous transmettre concernant le futur site.

Francine L., webmestre, Région 89

L'ALTERNANCE (Suite à l'article de Marie-Pierre ayant pour titre *(réf. Décembre 2007 – Janvier 2008)*

C'est avec grand intérêt que j'ai parcouru cet article traitant de l'alternance. J'en avais entendu un peu parler de ce mont « L'alternance et aussi la rotation ».

J'ai eu un beau cadeau en décembre dernier, j'ai assisté à la régionale à la Madone. Et là j'ai aussi entendu parler de l'alternance lors des échanges en atelier et durant le déroulement de la plénière.

Nous aussi, je constate que nous avons intégré l'alternance dans notre district soit le 89-05. C'est en parcourant cet article que j'ai réalisé tous les avantages que cela comporte. Car voyez-vous j'ai été élue secrétaire au district, je viens de débuter mon terme en janvier et le RDE et les deux ARDR étaient déjà en poste depuis une année.

Le trésorier vient lui aussi d'être élu, tout comme le poste de secrétaire. De plus en janvier, la moitié des RSG sont des nouveaux serviteurs, (nous avons 24 groupes dans le district), alors la moitié reste donc en poste pour 2009 avec le nouvel exécutif. Et en 2009, ce seront les élections pour les postes de RDR et ARDR (bien sûr les élections à l'automne 2008 pour entrer en fonction en janvier 2009).

Je me sens épaulée dans cette nouvelle tâche, car je suis entourée de membres déjà en poste depuis un an. C'est un peu cela du parrainage de services.

Dr Bob disait : « Le service c'est l'amour en habit de travail ». Je suis contente et reconnaissante de servir dans notre belle fraternité des Alcooliques Anonymes.

Antoine de Saint-Exupéry citait : « On ne grandit que dans la mesure où on se donne à quelque chose de plus haut que soi. » Après quelques 24 heures, je m'éloigne du mensonge, de l'illusion et de la peur pour enfin laisser agir mon être suprême.

Il n'y a pas de hasard, ce sont des rendez-vous du bon dieu et c'est tout cela que je retrouve dans les services. Je rencontre sur ma route des membres désireux de me partager leur passion des services et c'est tout cela aussi dont j'ai reçu durant mon week-end à la Madone.

Merci à toute l'équipe du Nordet pour votre beau travail !

Fraternellement
Doris L.

BREF HISTORIQUE DU GROUPE DU DIMANCHE SOIR À LÉVIS

Notre groupe a vu le jour le 27 août 1978. À ses tout débuts, il portait le nom : « Départ Jeunesse ». Il y avait 18 membres présents. Les 3 principaux membres fondateurs se nommaient: François, Claude et Jeannette. Ils étaient assistés de quelques autres nouveaux venus. Les premières réunions ont eut lieu à l'école Jean XXIII, dans une salle de classe du 2ième étage. Ensuite le groupe a déménagé au Pavillon Gauvreau qui portait alors le nom de l'école des infirmières. Les réunions avaient lieu alors à la chapelle. Le groupe a de nouveau déménagé au centre d'éducation physique du Collège de Lévis. Ensuite nous avons simplement changé de salle dans le même centre d'éducation physique. Maintenant le groupe se situe à l'Institut Pie X.

Peu de temps après sa fondation le groupe a connu des difficultés de croissance qui durèrent quelques mois. Diane C., qui tenait beaucoup à la vie de ce groupe, a tenu le flambeau presque seule avec l'aide des membres présents aux réunions et à quelques occasions, le même membre occupait 2 ou 3 postes. Ses efforts ont été récompensés car le groupe a alors progressé régulièrement pour atteindre une bonne vitesse de croisière.

Aujourd'hui, après 29 ans, le groupe fonctionne toujours mais à un rythme plus lent. C'est normal que ce ne soit pas toujours égal. Il y a moins d'implication qu'il y en avait mais nous remontons le courant tout en douceur. L'important c'est qu'il soit toujours ouvert pour l'alcoolique qui a besoin de faire un meeting le dimanche soir. Nous sommes entre 6 et 8 aux réunions d'affaire et tout se passe en harmonie et dans le respect de chacun.

Nous devons donc être reconnaissants envers ces pionniers. Ceci nous prouve que lorsqu'il y a implication et persévérance, et ce, dans le respect des principes de AA, notre groupe se porte bien et nous pouvons transmettre le message AA.

Ce qu'AA doit à ses prédécesseurs

Cet article du bulletin Markings *des Archives de New York passe en revue quelques-unes des tentatives de rétablissement qui ont précédé la naissance d'Alcooliques anonymes. La compréhension et l'appréciation du contexte historique qui a entouré l'arrivée du mouvement nous renforcent. Les thèmes développés sont susceptibles de piquer votre curiosité et de vous inciter à explorer davantage les racines de notre programme, de notre structure, des principes qui nous guident, de tout ce qui fait la magie d'AA.*

(Suite et fin)

Le discours de Lincoln sur la tempérance

Au sommet de sa popularité, la société des Washingtoniens retenait l'attention de maints éminents personnages. L'un d'eux, et non le moindre, était Abraham Lincoln, dont le discours prononcé devant la Ligue antialcoolique washingtonienne de Springfield, en février 1842, est devenu un classique. Il loua d'abord la société pour son succès, la comparant aux partisans d'autres approches, qui « ne partagent ni sentiments ni intérêts avec les personnes mêmes qu'ils visent à convaincre ou à persuader.

« Mais quand quelqu'un qui est reconnu depuis longtemps pour avoir été victime d'intempérance rompt les chaînes qui le liaient et se présente à ses voisins "vêtu, ayant tous ses esprits", échantillon racheté d'une humanité perdue depuis longtemps, se dresse, les yeux mouillés de larmes de joie, pour raconter les souffrances endurées un jour mais qu'il n'a plus à endurer… à mon avis, c'est en grande partie, peut-être même surtout aux batailles de cette nouvelle classe de champions que nous devons nos récents succès. »

Lincoln critique les partisans traditionnels de la tempérance parce qu'ils s'adressent aux ivrognes « en faisant tonner l'anathème et la dénonciation ». Pour lui, « ce n'est pas merveilleux qu'ils aient été lents, très lents à reconnaître la vérité d'une telle dénonciation… Attendre d'eux qu'ils agissent autrement… c'était s'attendre à un renversement de la nature humaine… Sur ce point, les Washingtoniens surpassent largement les partisans de la tempérance d'autrefois. Ceux qu'ils désirent convaincre et persuader sont leurs vieux amis et compagnons. Ils savent qu'ils ne sont pas des démons ni même les plus mauvais des hommes. Ils savent qu'ils sont généralement gentils, généreux et charitables, même au-delà de l'exemple de leurs voisins les plus sérieux et sobres… Et quand l'avocat est de ce tempérament… aucune bonne cause ne peut échouer. »

Le mouvement Emmanuel
et la méthode Peabody

Après que les Washingtoniens eurent attiré l'attention sur le relèvement de l'ivrogne en tant qu'individu, la table était mise pour l'introduction de thérapies spécifiques aux alcooliques. La plus connue fut la méthode Peabody, qui prédominait dans les années 1930, à une époque où il ne se faisait pas grand-chose d'autre pour l'alcoolique. Le livre de Richard Peabody, *The Common Sense of Drinking* (le sens commun de l'alcoolisme), faisait partie des lectures de plusieurs des premiers membres AA, mais il difficile d'en mesurer l'influence sur le développement du mouvement.

La méthode Peabody tirait ses origines du mouvement Emmanuel, qui avait vu le jour à Boston, en 1906, à l'Église épiscopale Emmanuel. Le fondateur en était le Dr Elwood Worcester, et l'un des tout premiers praticiens fut Courtenay Baylor, un alcoolique qui fut sans doute le premier thérapeute en alcoolisme rémunéré du pays. Le mouvement englobait non seulement une approche thérapeutique, mais le soutien de groupe et le service auprès des autres. L'église offrait des heures de rencontre après les cours hebdomadaires, de même qu'un département de services sociaux qui fournissait appui moral et aide matérielle.

En 1910, l'un des paroissiens, Ernest Jacoby, fonda un club pour alcooliques, qui tenait des réunions au sous-sol de l'église. Sa devise était : « Un club pour hommes s'aidant eux-mêmes en aidant les autres. » Le club déménagea en 1914, mais l'église continua à lui envoyer de nouveaux membres, et il demeura actif pendant plus de trente ans.

Convaincus que toutes les maladies, y compris l'alcoolisme, présentaient des aspects physique, mentaux et spirituels, Worcester, Baylor et Peabody avaient recours à la thérapie par la relaxation et à la suggestion pour susciter le changement chez leurs patients. Selon eux, la façon de s'occuper d'un problème n'était pas de l'attaquer de front, mais de détourner l'attention du patient vers quelque chose de plus positif.

Pour Worcester et Baylor, l'attention devait porter sur une vie de spiritualité et de service. Pour Peabody, qui s'écarta de ses racines religieuses et imprima une direction plus professionnelle à la thérapie, il fallait s'appliquer à une utilisation du temps plus contrôlée et productive. Contrairement aux partisans de la tempérance, qui mettaient l'accent sur les effets néfastes de la boisson, ces thérapeutes tâchaient de réduire la culpabilité du patient et se concentraient sur les effets bénéfiques d'une vie sobre.

Dans *The Common Sense of Drinking*, Peabody préconisait un concept de la reddition qui rappelle la Première Étape AA. « La première étape vers la sobriété, écrivait-il, est d'admettre le fait que l'alcoolique ne peut pas reboire sans résultats désastreux. » Selon lui, il fallait aussi que le patient soit convaincu qu'il a besoin

d'aide. Dans le même ouvrage, Peabody écrivait : « Les demi-mesures sont sans effet », expression qui fort probablement inspira à Bill W. la phrase : « Les demi-mesures ne nous ont rien donné. »

Le Groupe d'Oxford

Le Groupe d'Oxford, mouvement chrétien évangélique créé dans les années 1920 par Frank Buchman, exerça une profonde influence sur les débuts d'Alcooliques anonymes. Bill W. et le Dr Bob assistaient à des rencontres du Groupe d'Oxford afin d'y trouver de l'aide pour leur alcoolisme, et ce sont des membres du Groupe d'Oxford qui les mirent en contact. Les membres AA d'Akron étaient actifs dans ces rencontres, et à son retour à New York, Bill W. fut fortement influencé par le Dr Samuel Shoemaker, de la Calvary Church, un dirigeant du Groupe d'Oxford des États-Unis et l'un des tout premiers et plus dévoués amis du mouvement AA parmi le clergé.

Quatre principes fondamentaux du Groupe d'Oxford devinrent la base des Douze Étapes AA : se livrer à Dieu par un examen de conscience rigoureux ; confesser ses défauts à un autre être humain ; réparer les torts faits aux autres ; et donner sans attendre de retour. Mais pour les alcooliques, plus problématiques étaient les « Quatre Absolus » : l'honnêteté absolue, le désintéressement absolu, la pureté absolue et l'amour absolu. Pour une association qui devait finalement reconnaître que « nous recherchons le progrès spirituel plutôt que la perfection spirituelle », les valeurs absolues étaient difficiles à avaler.

Les membres AA assistèrent aux réunions du Groupe d'Oxford pendant environ deux ans, peut-être un peu plus longtemps à Akron, mais ils s'en détachèrent pour diverses raisons. Concentrant de plus en plus ses efforts sur leaders mondiaux afin qu'ils amènent la paix, Frank Buchman ne s'intéressait pas particulièrement à l'aide aux alcooliques. De plus, les pionniers AA croyaient que l'approche évangélique du Groupe d'Oxford ne fonctionnerait pas pour les alcooliques et ils imaginèrent le concept de « Dieu tel que nous le concevions », plutôt qu'une approche spécifiquement chrétienne ou religieuse.

Les premiers échecs de Bill dans ses efforts pour exhorter les ivrognes à devenir sobres avaient révélé une vérité cruciale : les alcooliques étaient sensibles aux suggestions, mais on ne pouvait leur dire quoi faire. Enfin, les membres AA mettaient l'accent sur la nécessité de rester anonymes, alors que le Groupe d'Oxford concentrait ses efforts sur les personnages en vue.

Le traitement de l'alcoolisme à l'hôpital Towns

Tout comme il fallut beaucoup de temps au mouvement antialcoolique pour en venir à considérer l'ivrogne comme une personne, il fallut de nombreuses années à la profession médicale pour voir la nécessité de soins appropriés pour les alcooliques. L'hôpital Towns, à New York, où Bill W. finit par trouver la sobriété, fut l'un des premiers à reconnaître l'importance d'un bon traitement pour les alcooliques.

Dans un article écrit en 1917 pour la revue *The Modern Hospital*, le fondateur de l'institution, le Dr Charles Towns, un bon ami du mouvement AA, écrivait que « l'alcoolique est le plus maltraité et négligé des patients malades ». La profession médicale, disait-il, n'avait pas « compris que l'alcoolique ne pouvait être privé de son stimulant alcoolique sans que le médecin ne soit aux prises avec les tremblements de délire ».

Dans les années 1930, Bill W. se retrouva à l'hôpital Towns, aux soins du Dr William D. Silkworth. « Le petit médecin qui aimait les ivrognes », comme l'appela plus tard Bill, présenta à AA le concept fondamental de l'alcoolisme en tant que maladie, c'est-à-dire une obsession mentale, doublée d'une « allergie » physique.

Après l'expérience qui allait le transformer, Bill quitta l'hôpital Towns et, sur les conseils de Silkworth, entreprit de se dévouer auprès d'autres alcooliques. Après quelques mois d'échecs notables pour Bill, le médecin, une fois de plus, l'aida à voir clair. Silkworth donna au cofondateur du mouvement ce que Bill, plus tard, dans son livre *Le Mouvement AA devient adulte*, qualifia d'« important conseil » sans lequel « AA n'aurait peut-être jamais vu le jour ».

Silkworth mit Bill en garde contre le fait de prêcher les alcooliques ou de tenter immédiatement de leur vendre des préceptes du Groupe d'Oxford tels que la pureté absolue. Le médecin conseilla à Bill de parler de sa propre expérience avec « l'obsession qui les condamne à boire et la sensibilité ou l'allergie physique qui les condamne à la folie ou à la mort s'ils continuent à boire ».

Ce conseil prépara le terrain pour la rencontre de Bill avec le Dr Bob, une rencontre au cours de laquelle Bob, le médecin, saisit pour la première fois la réalité médicale de sa propre maladie. Cette rencontre, qui ne devait être qu'une visite de politesse de quinze minutes pour le Dr Bob, dura toute la nuit et jusqu'au lendemain, et le miracle d'un alcoolique s'entretenant avec un autre alcoolique a depuis changé la vie de millions d'alcooliques souffrants.

© *Markings*, "What A.A. Owes to Its Antecedents",
vol. 24, nº 1, mars-avril 2004.
Traduction, adaptation et reproduction autorisées.

LES RÉFLEXIONS DU PENSEUR

La spiritualité et les services. (Suite)

Dans le volume 26 no 1 de février mars 2008 nous avons vu qu'il y a trois étapes pour accéder à la spiritualité d'après le grammairien et philosophe Patanjali.

1. L`acceptation et la reconnaissance
2. La réalisation
3. La vénération

Nous avons aussi lu que des maximes vieilles de 400ans avant Jésus Christ sont encore d'actualité et qui plus est s'incorporent dans le programme AA. Bill avait bien raison, lorsqu'il déclarait que AA. n'avait rien inventé.

Pour la suite de cet article nous devons définir trois mots qui revêtent une importance primordiale pour notre récit; ils sont :

Point 1 : La spiritualité
Point 2 : Les problèmes
Point 3 : La solution.

Nous verrons ce qu'est la spiritualité. Pourquoi les problèmes nous empêchent d'avoir accès à un état spirituel et par quelle solution pouvons-nous dépasser ces empêchements. Nous nous servirons de phrases et de mots qui sont d'une compréhension applicable à notre entendement moderne.

Point 1 : La spiritualité.

Il est écrit dans le livre sacré de l'Orient le (*le Bhagavad-Gita)***.** Nous naissons dans un monde de nature. Notre deuxième naissance s'opère dans un monde spirituel. Certaines personnes voient ces deux mondes distincts et séparés, le physique et le spirituel. Dans le mouvement AA. nous préférons concevoir que ces deux mondes cohabitent. Les deux sont nécessaires à une personne complète. En quelque sorte, le monde spirituel nous fait voir ce que nos sens sont incapables de mettre en évidence.

La spiritualité occupe un espace intérieur en nous, et l'espace extérieur est occupé par la matérialité et la sensualité. Pour expliquer cela plus simplement comparons l'ampoule et l'électricité. L'ampoule représente le monde physique et sensoriel et a été créé par l'homme, l'électricité a toujours existé à l'intérieur de toute matière, comme la spiritualité a toujours existé à l`intérieur de nous et a été créé par la Force ou l'Être supérieur que plusieurs nomment Dieu.

La spiritualité n'est pas une religion. La religion ou les religions sont des ensembles de principes et opinions considérés comme vrai par les factions dominantes, et enseignés comme vrai. Ce n'est pas mal, c'est même très bien ça fournit un guide moral à l'ensemble de la population de croyants et éveille les consciences individuelles et collectives. Mais ce n'est pas la spiritualité, elle est personnelle à chaque être humain qu'il soit membre de n'importe quelle église.

Par exemple dans AA. toute démarche, tout effort pour s'améliorer ou aider une autre personne est une démarche spirituelle. En fait il ne se passe pas de grande chose dans le mouvement ou dans les services qui ne soit pas une démarche empreinte de spiritualité. Même les mauvais moments. Les conflits de personnalité, les critiques acerbes, acrimonieuses, virulentes, quelquefois destructives. C`est probablement dans ces occasions qu'un serviteur progresse le plus en spiritualité et se distance tellement des autres qui subissent tous ces problèmes en courbant l`échine et s'avouent battus par ces attaques de l'extérieur sans réaliser que leur force venant de l'intérieur est spirituelle donc tout problème d'où qu`il vienne n'est qu'une erreur, une illusion et comme la peur cesse d'exister aussitôt qu'on lui oppose la foi.

Point 2 : Le ou les problèmes.

Dans cette étude nous définissons le mot problème par une illusion; donc un problème ne peut être réel s'il est une illusion. Tout comme le mal qui ne peut exister qu'en absence du bien. Le problème qu'il revête les habits de maladies, de discordes, d'anxiété, de peurs, de mécontentements de déceptions face aux attentes. Ce ou ces problèmes ne peuvent être réels que dans notre esprit si nous leur accordons droit de séjour en l'absence du bien qui nous unit à notre force supérieure.

Rétablissons le lien avec notre Force Supérieure et il n'y aura plus de problèmes, et toutes les religions sont d`accord avec cette définition. Le Coran par exemple exprime : « *Tout ce qui est bien provient de Dieu. Tout ce qui est mal provient de toi.* » Nous serviteurs AA. savons que la foi éloigne la peur, que la prière et la méditation annihilent l'anxiété et l'angoisse. Rappelons-nous *nous en sommes venus à croire qu'une Puissance Supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison.*

Les croyants semblent ne pas avoir de problèmes, mais il faut croire si fort sans voir que la plupart d'entre nous peuvent mettre cette foi en application pour de très courtes périodes. Et c'est là notre réel problème. Le problème réside donc dans une difficulté qu'il faut résoudre, comme une mauvaise réponse d'addition. Si l`on vous dit que 2 plus 2 égal 5, vous savez qu'il y a erreur parce que la convention en mathématique stipule que 2 plus 2 égal 4 et dire que 2 plus 2 égal 5 est une erreur. Pour rétablir la vérité il nous faut corriger l'erreur et cela fait tout revient dans l'ordre et il n'y a plus d'erreur. La vérité est rétablit. Si nous nous identifions à notre vie matérielle et sensorielle nous nions notre vie spirituelle et notre esprit sans la présence divine devient faussé et donne naissance aux peurs et leurs différents sous produits. Ce faisant nous sommes seuls, nous nous isolons

Nous voici au troisième point.

Point 3 : La solution.

À notre arrivée à AA. on nous a graduellement fait comprendre plusieurs choses. On nous a pointés plusieurs erreurs de nos comportements. D`attitudes, de pensées, avec le parrain nous avons entrepris de mettre en pratique le programme, nous avons du moins je l'espère; progressé. Plusieurs membres nous ont aidé et supporté sans même qu'ils s'en aperçoivent, par leurs exemples et par l'attrait qui se dégageait d'eux Nous désirions ce petit quelque chose qu'ils semblaient posséder et que nous ne pouvions pas définir. Nous avons appris que nous ne pouvions pas solutionner les problèmes de nos vies par la force de notre volonté ou par une certaine bonté nouvellement acquise, c'est tellement vrai qu'en 6ième étape nous disons à Dieu que nous *consentons* à ce qu`il *élimine tous ces défauts de caractère***.** Et en 7ième étape *nous lui demandons humblement de faire disparaître nos déficiences***.**

Lorsque j`entend dire par des bons membres très actifs. JE TRAVAILLE SUR MES DÉFAUTS. Je me demande sur quoi et pourquoi ils travaillent si fort. Je répète nous avons pleinement consenti à ce que Dieu élimine tous ces défauts de caractère. À aucun endroit dans le programme ou dans la littérature il est suggéré que les membres et les serviteurs doivent mettre les bouchées doubles pour travailler sur leurs défauts. Si l'on ne peut rien corriger de nos problèmes qui sont des illusions, des erreurs de jugement ou de raisonnement, il nous reste que l'autre solution, solution qui est de rétablir le lien qui nous unit à une force supérieure et tout devient clair et facile sans fatigue.

NOUS AVONS DÉCIDÉ DE CONFIER NOTRE VOLONTÉ ET NOS VIES AUX SOINS DE DIEU TEL QUE NOUS LE CONCEVONS.

Et c'est là que réside la solution, c'est là que les bons et généreux serviteurs ont trouvé ce petit quelque chose qui les distinguent tellement des autres, ils sont réellement philosophes ces serviteurs comme l'auteur anonyme qui a écrit : « *QUE NE PUIS JE CONSTRUIRE QUELQUE CHOSE AVEC LES PIERRES QU'ON M'A JETÉES*. »

Ils ont vraiment construit quelque chose, ils nous donnent le plus bel exemple possible. Et dans l`anonymat comme il se doit, nous exhortent à les suivre dans ce merveilleux chemin qui nous conduira à ce petit indéfinissable quelque chose qu`ils semblent posséder.

Y-A-T-IL DES PARTANTS ?

Le penseur

Trop bavard le penseur mais ça vous le savez, au prochain numéro pour la fin.

La première femme expulsée de AA et la raison de la 3e Tradition. (Traduit librement des archives AA attribuée au Dr. Silkworth). Voici l'histoire de Irma L.

Chaque année autour de cette date j'essaie de raconter l'histoire véridique de ce qui est arrivé le 7 décembre 1941 (journée Pearl Harbor) à une femme qui était dans AA dans ce temps et à propos d'une lettre qu'elle avait reçue par la poste datée du lundi 8 décembre 1941, qui l'avait littéralement expulsée de AA.

En décembre 1984, j'étais sobre depuis 2½ ans et je travaillais avec mon parrain Bob et Sybil. Sybil était sobre depuis mars 1941 et avait 43 ans de sobriété. Nous étions en route revenant d'un meeting AA quand elle me demanda la date (pour elle c'était juste dimanche). Je lui ai dit que nous étions le 8 décembre et qu'hier était l'anniversaire de Pearl Harbor. Elle me demanda "Matt, je t'ai déjà raconté l'histoire de Irma L.?" "Non, qui est-elle?" Elle dit: "Alors, lorsque nous serons arrivés à la maison, entre prendre un café et je vais te raconter un fait historique tiré des archives AA et une des raisons pour laquelle nous avons la Tradition 3 aujourd'hui. Oh, à bien y penser Matt, savais-tu que la littérature AA proteste contre les « femmes bizarres, les cinglées, les libertines » et puisque toi et moi n'avons que deux sur trois, nous devons donc être reconnaissants pour la Tradition 3. J'ai ri aux éclats, puisque Sybil avait un bon sens de l'humour, elle avait été danseuse, avant d'arrêter de boire, vous connaissez ces danseuses "à 10 cents la danse", elle avait divorcé deux fois, était mère monoparentale en plus d'être alcoolique durant la période qu'elle racontait, alors le terme "libertine" semblait bien lui convenir.

Elle me raconta que c'était différent dans les années '30 et '40 pour une femme alcoolique. Sybil disait que c'était le temps où une femme portait un chapeau et des gants et les « femmes respectables » ne fréquentaient pas les bars et ne se tenaient pas dans les « whoopee parties ».

Notre groupe du jeudi soir qui étudiait les Étapes avait voté de couvrir les Traditions après avoir complété l'étude de la 12e Étape, alors j'ai figuré que les Traditions avait peu d'importance et j'ai cru que je m'ennuierais avec sa conversation, mais elle avait réussi à attirer mon attention avec sa phrase de « femmes bizarres, cinglées, et libertines », j'ai accepté d'entrer pour un café rapide. De plus, Sybil était sobre depuis très longtemps avant que je sois né alors je n'osais jamais m'obstiner avec elle.

Sybil sortit une copie de son Big Book. Elle me demanda de trouver les 12 Traditions dans son livre et de me lire la Tradition 3. C'était la 1ère édition du Big Book. Plus épaisse que la mienne. Je lui dit, "Est-ce pourquoi on l'appelle le Big Book?"

Elle me dit: "Exactement, Bill l'avait imprimé sur du papier épais, avec des grandes marges, pour que les personnes croient qu'elles en recevaient pour leur argent." J'ai regardé à la fin du livre, où j'aurais cru retrouver les Traditions, mais je n'ai jamais pu les trouver. "Je ne trouve pas les Traditions dans ton livre, Sybil." "Exactement. C'est parce qu'elles n'existaient pas en 1941 quand je suis arrivée dans AA, et Matt, AA était en danger mortel de se détruire, et c'est pourquoi nous avons les 12 Traditions maintenant." Ensuite elle m'a fait trouvé les 12 Traditions dans une 3e édition du Big Book et dans son livre des 12 Étapes et 12 Traditions. Ensuite elle me raconta l'histoire de Irma L.

Irma était une filleule de Sybil. Elle était aussi membre depuis 1941, arrivée juste après Sybil. Sybil l'avait hébergée (Sybil expliqua que dans ces années les bas fonds étaient plus profonds, pas d'hébergement, pas d'emploi, pas de montre, pas d'auto, presque rien). Sybil rajouta aussi que c'était différent pour une femme d'être alcoolique dans ces années. La plupart des femmes alcooliques avaient coupé les liens avec leur famille, étaient abaissées, beaucoup plus que les hommes alcooliques. Sybil m'a dit qu'elle avait vu AA aidé Irma à rester sobre, et elle avait vu AA aidé à Irma à se trouver un hébergement pour une des premières fois depuis longtemps pour elle dans sa sobriété.

Ensuite arriva la date du 5 décembre 1941. Quelques membres du groupe attitré avaient signé une lettre adressée à Irma et l'avait postée 2 jours avant Pearl Harbor le vendredi le 5 décembre. Voici une copie de la lettre.

Alcoholics Anonymous
Post Office Box 607
Hollywood, California
December 5th, 1941

Irma L.
939 S. Gramercy Place
Los Angeles, California

Chère Mme. L.

À un meeting du Comité Exécutif du Groupe AA de Los Angeles, ici le 4 décembre 1941, il a été décidé que votre présence à nos meetings AA ne sera plus désirée à moins que certaines explications soient apportées à notre Comité pour justifier votre présence et que vous faisiez des plans à la satisfaction de notre comité. Cette action a été prise pour des raisons qui devraient vous sembler apparentes. Il a été décidé que si vous désirez vous présenter devant notre comité et stipuler votre attitude vous pourrez le faire. Cette opportunité doit cependant se faire avant le 15 décembre. 1941. Vous

pouvez communiquer avec nous à l'adresse ci haute mentionnée avant cette date.
Si vous ne pouvez pas vous présenter, nous devrons considérer cette situation close et que votre adhésion au mouvement AA serait terminée.

Alcoholics Anonymous, Los Angeles Group
Mortimer, Frank, Edmund, Fay D., Pete, Al

J'étais étonné. « Comment osaient-ils faire une chose semblable ? » « Parce que nous n'avions pas de directives d'établies, et aucune traditions pour protester contre toutes bonnes intentions du temps. Et AA était nouveau, et tout le monde faisait toutes sortes de choses avec des bonnes intentions dans le but sincère de protéger la fraternité. » Sybil m'a alors demandé de fermer mes yeux et imaginer ce qui suit. Sybil expliqua que le 7 décembre 1941 était la Journée Pearl Harbor (un dimanche). Elle disait que ce dimanche soir tout le monde dans L.A. avait peur d'être attaqué et bombardé. Il y avait une panne majeure d'électricité dans la ville, les gens étaient terrifiés. Elle dit que lundi le 8 décembre le président Roosevelt avait donné son message à propos de la "date qui vivra dans l'infamie" et que nous étions en guerre contre le Japon et l'Allemagne. Elle dit, que c'était cette journée que Irma a reçu la lettre. Il n'y avait qu'un seul meeting dans tout l'état de la Californie quand Sybil est arrivée en 1941. En décembre il aurait pu bien en avoir 2 ou 3 mais Irma n'avait aucun autre endroit pour fréquenter, aucune personne vers laquelle elle pouvait se tourner, aucun autre groupe AA auquel elle pouvait demander de l'aide. Sybil dit, "Imagine s'il y avait seulement 1 ou 2 meetings dans tout ton état, et te faire rejeter par ta famille et par la société et par ton seul groupe AA. Imagine te faire fermer la porte sur toi et te faire envoyer cette lettre." J'ai frissonné à de telles pensées. C'était le temps de Noël, les magasins étaient décorés et la pauvre Irma était seule. J'ai pensé à comment c'était en 1984 quand il y avait 2000 meetings par semaine à choisir dans la Californie Sud et j'ai imaginé ensuite l'état désespéré d'une alcoolique en besoin d'aide. Sybil m'a dit que Irma n'a jamais pu revenir à un autre meeting, elle a quitté AA et elle est morte de son alcoolisme. Cependant avant de mourir elle avait écrit à Bill à propos de l'incident et voilà que je ne peut pas confirmer que c'était une des raisons que Bill a commencé à écrire la Troisième Tradition. Mais son cas semble très bien s'appliquer à la situation.

De la Tradition 3, page 141: « ... que nous devrions jamais punir ou priver un membre AA d'adhésion, ni de l'obliger à payer quelque chose, ni de croire en quelque chose, ni de se conformer à quoique ce soit. » La réponse dans la Tradition Trois est la simplicité même.

Enfin une telle expérience nous démontre que de priver un alcoolique de sa dernière chance c'est de lui signer sa sentence de mort et de le condamner à une vie de misère sans fin. Qui ose être le juge, le jury et le bourreau de son propre frère malade? Je me souviens d'avoir regardé ces mots encore et encore. Ils semblaient me devenir de plus gros en plus gros. « JUGE, JURY ET BOURREAU »

Je n'avais jamais remarqué le mot bourreau quand j'avais déjà lu les Traditions dans mon groupe d'étude 12/12. Encore une fois je me sentais très mal pour cette pauvre dame. Et voilà que. 23 ans plus tard, chaque 7 et 8 décembre, je pense toujours à Irma L. et à la chance d'avoir les 12 Traditions.

Plusieurs années plus tard, j'ai réalisé que chaque chose qu'elle avait essayée de m'expliquer était comme de l'or mais en 1984 je n'avais aucune idée de qui était Sybil et de la chance de l'avoir comme marraine. Elle était une page vivante de notre histoire. En plus d'être une des premières femmes dans AA, Sybil était la première femme à l'Ouest du Mississippi. Elle est devenue à la tête du Bureau Central de L.A. pour 12 ans et elle était une amie très intime de Bill et Lois. Elle et le Dr. Bob accompagnaient souvent Bill et Lois dans des événements. Elle me raconta souvent des anecdotes que Bill lui avait racontées. Bill était particulièrement intéressé à voir comment AA fonctionnerait pour les femmes en 1941, Marty M. est arrivée avant Sybil dans AA, mais peu de femmes ont réussi à rester sobres ou mourir sobres dans ces années.

J'ai appris cette soirée que personne ne peut être expulsé de AA. Nous pouvons demander à une personne dérangeante de se tranquilliser ou de sortir de la salle pour la journée, mais personne ne peut voter d'expulser un membre pour toujours. Et nous n'imposons aucun règlement de force à un membre parce que la Tradition nous dit que personne n'est obligé de croire en rien, et personne n'est obligé de se conformer à quoique ce soit, ils n'ont pas besoin de s'habiller convenablement, pas obligé de se raser la barbe, ni de payer rien. Et même si le membre boit et reboit, il sera tout de même le bienvenu dans un groupe AA.

Voilà donc l'histoire de Irma L. Soyez libre de passer ce message à quiconque voudrait l'entendre et surtout à quelqu'un qui serait intéressé à savoir comment la 3e Tradition est venue à l'idée de Bill et des pionniers AA: Le visage d'une femme que je n'ai jamais connue qui s'est fait jeter en dehors de AA. qui a rebu et qui est morte.

Remercions Dieu pour la 3e Tradition et remercions Dieu pour chacun de vous. J'apprécie chaque membre dans ce groupe.

Avec tout l'amour de AA à tous
Maurice L.

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 A, av. du Colisée, bureau 0-17, Québec (Québec) G1L 5A1

– Télécopieur : 418-523-9997 ;

– Courriel : region89@qc.aira.com

– *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 abonnements ; 15 $ pour trois abonnements et 20 $ pour quatre ou cinq abonnements. (Si vous en voulez plus de cinq : comptez 4 $ par abonnement supplémentaire) 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

26 et 27 avril 2008, congrès d'Alma, district 89-14, sous le thème « La route du bonheur avec AA » à la Tourelle du collège d'Alma, 675 boul. Auger Ouest, Alma avec la participation Al-Anon.

3 mai 2008, 23e 10 heures de partage de St-Tite sous le thème « Notre but premier, demeurer abstinent », à l'école secondaire Paul-Lejeune, 405 boul. St-Joseph, St-Tite (près de Grand-Mère).

31 Mai 2008, 24ème congrès AA du District 89-18, Cap-de-la-Madeleine, sous le thème « Heureux d'être libre », Salle Félix-Leclerc, 1001, rang St-Malo, Ste-Marthe-du-Cap. Participation Al-Anon. Contribution volontaire

13, 14 juin 2008, 26e congrès du district 88-10 avec la participation Al-Anon sous le thème « Là où tout commence ». Inscription : vendredi soir 18h30 et samedi 12h00, au Richmond Highschool , 375, rue Armstrong, Richmond. Prendre l'autoroute 10 ou 20, ensuite autoroute 55 jusqu'à la sortie Richmond (Route 143).

20, 21 et 22 juin 2008, 29e congrès du district 89-10, Sept-Îles, sous le thème « Tendre la main à la sobriété avec AA » à l'Hôtel Sept-Îles, 470 Arnaud, Sept-Îles

29, 30 et 31 août 2008, congrès du Royaume du Saguenay, Hôtel Le Montagnais, 1180, boul. Talbot, Chicoutimi sous le thème « Sérénité, courage et sagesse avec AA. Inscription suggérée 10,00 $.

Pour accéder à l'édition électronique du *Nordet*, consultez le site web au www.aa-quebec.org/region 89 **et pointez *Le Nordet* tout au haut de la page.**

Bonne lecture