Le nordet : vent qui souffle du nord-est

LE NORDET

Bulletin AA de la Région Nord-Est du Québec Vol. 26, n° 5, octobre - novembre 2008



MOT DE LA RÉDACTION

Le comité a jugé bon de vous transmettre le compte rendu de certains des ateliers tenus au rassemblement provincial de mai 2008. À lire « Un RSG, un bon communicateur » en page 3.

On poursuit avec « Comment communiquer par la participation » en page 4. Un autre compte rendu d'atelier du rassemblement provincial qui couvre de nombreux aspects de la communication dans AA. À lire sans faute.

La colonne de la webmestre est un incontournable pour les internautes en page 5 et l'historique du groupe Grand Élan dans la même page.

Aux pages 6 et 7 un article intitulé « L'alcoolique pur, une espèce en voie de disparition » saura j'en suis certain, soulever autant de questions qu'il donne de réponses.

Le penseur en page 8 et 9 offre la suite de « La tolérance, la patience et les services ». Je suis très mal à l'aise pour vanter cet article, mais je vous engage à le lire.

Notre fouineur s'occupe des pages 10 et 11, et il s'en est occupé d'une plume de maître. À lire absolument.

La page 12 avec ses annonces habituelles vint clore cette publication.

Bonne lecture et à la prochaine.

Écrivez-nous.

Bernard C.,
***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
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 : 12 $ pour un abonnement individuel; 18 $ pour deux exemplaires, 22 $ pour trois exemplaires et 25 $ pour quatre 28 $ pour cinq exemplaires. (Si vous en voulez plus de cinq : comptez 5 $ par exemplaire)

SOMMAIRE

Mot de la rédaction....2
Un RSG un bon communicateur....3
Comment communiquer par la participation....4
Historique de groupe....5
Le site Web de la Région 89....5
L'alcoolique pur....6
Les réflexions du penseur....8
La chronique du « fouineur »....10
Calendrier et annonces....12

UN RSG, UN BON COMMUNICATEUR ?

Trois conditions sont essentielles : avoir le goût de servir, la capacité et le temps. Le RSG bon communicateur a le sens de l'écoute. Dans tous les cas, c'est plus ou moins trois minutes qu'il doit prendre en avant. Un message aux RSG communicateurs : Garde ça simple, regarde tes possibilités, évalue le temps, la capacité et le désir de servir, appelle avant de lâcher, persévère, ça donne toujours des résultats.

Un bon communicateur maîtrise la communication; il doit apprendre à parler, à choisir ses mots, car il transmet des idées. Il ne doit pas hésiter à utiliser des gestes ou des exemples pour se faire comprendre. Il doit chercher dans l'expression de ses auditeurs l'expression de ses auditeurs, la rétroaction de ses paroles et clarifier sur le champ ce qui pourrait être obscur. Attirer l'attention en adoptant un ton qui détend l'atmosphère peut être un bon début. Le RSG doit aller en avant, sinon les nouvelles du RDR ne seront pas transmises et on croira qu'il ne se passe rien dans le reste du Mouvement.

Un bon communicateur maîtrise son message. Il assiste aux réunions et à la vie de tous les groupes auxquels il prend part, il pose des questions et prend des notes, car ce qu'il comprend bien, il peut mieux l'expliquer par la suite. Il prépare ses interventions en se servant de ses notes.

Un RSG a l'opportunité de faire avancer les membres de son groupe par la camaraderie en expliquant la structure du Mouvement, les coutumes et les traditions. Il rappelle que c'est l'unité qui apporte la sobriété. Un RSG maîtrise bien sa littérature (il lui suffit de lire une à deux pages par jour). Il discute aussi avec les membres supporteurs qui semblent être intéressés par un sujet. Il a l'occasion d'expliquer le sens de certains mots. Il s'en tient aux sujets relatifs aux AA, aux Traditions, aux Concepts, aux lignes de conduite et à la littérature de service. Il reste informé en lisant le bulletin régional et en s'informant de son propre groupe.

Le Box 459 est une référence pour le RSG. On y parle des services. C'est un outil de travail pour le RSG qui peut y puiser des informations comme le « Saviez-vous que… » à ramener dans son groupe ou des questions qu'il peut poser à son district ou à sa région. Une autre référence est « Le groupe d'attache, là où tout commence. »

Le RSG est le représentant auprès des services généraux; ses fonctions sont clairement expliquées dans le Manuel du service chez les AA. Une bonne conscience de groupe, une éthique claire, l'amour du service. Le RSG est le lien entre sa conscience de groupe et la conscience de groupe du district et de la région. Il ne faut jamais oublier le but commun. On ne prend pas qui on peut, c'est un compromis qui ne sert pas le but commun. Le parrainage de service est un outil essentiel dans la formation du RSG. On doit continuer à lui montrer et à l'accompagner s'il a des questions. Dans n'importe quelle tâche, il faut préparer sa relève. On ne doit pas parachuter un nouveau RSG sans l'avoir initié au préalable.

Quel est le rôle de l'adjoint, lui laisse-t-on suffisamment de place? Le RSG a beaucoup de pouvoir. Il a le droit de parole aux assemblées et il l'exerce en temps opportun. La formation à l'occasion d'un séminaire intensif est une opportunité. Ne pas hésiter à s'en servir. Les réunions de service sont importantes pour le RSG. Le RSG doit ramener les nouvelles de la table du district.

Le groupe doit choisir la personne la plus apte, elle a déjà servi dans un groupe ou un comité. On doit avoir du discernement pour choisir quelqu'un dont le leadership et la sobriété sont sans équivoque : on ne le choisit pas pour qu'il garde sa sobriété. Le RSG a l'occasion de transmettre son enthousiasme, sa motivation. L'insécurité peut apparaître en cas de mission suicide dans un groupe à propriétaire unique ou dans l'une de ses succursales. Plutôt que de songer à démissionner, faire comme avec l'alcool : appeler avant…. de prendre ta première démission! Il y va de l'intérêt des membres de ce groupe qui sont là de bonne foi et ne savent pas, bien souvent, ce qui se passe vraiment.

Source : Rassemblement provincial, Montréal, 31 mai 2008

COMMENT COMMUNIQUER PAR LA PARTICIPATION

Période d'échanges entre les participants. Le service suppose des réunions de comité. Je suis obligé de m'exprimer, de communiquer, d'entendre et de respecter les opinions des autres même si elles diffèrent des miennes. La participation, c'est aussi être là même quand je suis moins disponible ou disposé à y être. Le groupe d'attache, pour l'alcoolique qui souffre encore, peut être vu comme une opportunité de communiquer et de rester abstinent une journée de plus. *J'en sors gagnant après chaque effort.* À travers les services, j'ai appris ou réappris à communiquer, à écouter, à partager mon expérience, ma force, mon espoir.

Le service m'aide : *À Vivre et à laisser vivre, À améliorer ma tolérance, À respecter les opinions des autres, À prendre ma place, À remettre à AA ce qu'il m'a apporté, À développer l'appartenance, À améliorer mes aptitudes à communiquer; À approfondir le mode de vie.*

Pour ma survie, je dois m'impliquer et participer, mais je ne dois pas insister auprès des autres pour qu'ils participent comme moi. En transmettant ce que j'ai reçu, j'applique le principe de *l'attrait plutôt que la réclame.* L'attrait est l'une des plus belles communications qu'il peut y avoir dans une salle de réunion AA. Le sourire, le pétillant dans les yeux, l'attrait qu'ils exercent sont communicatifs : *Je veux avoir le bonheur, la façon d'être de l'autre.* Les grands défis du mouvement AA :

1. Communiquer ce qu'est AA.
2. Transmettre le message.
3. Donner de l'amour, accueillir.
4. Garder une conscience éclairée par la communication dans les réunions d'affaires.

Plusieurs l'ont dit : l'accueil, la poignée de main et l'amour inconditionnel les ont aidés à accrocher au Mouvement. Il faut laisser le choix aux autres. Ils serviront à leur manière, à leur moment, à leur rythme. Et si j'invite quelqu'un à participer, je dois participer avec lui.

L'attitude des gens dans le service permet de *: mieux accomplir des tâches ; briser la timidité ; servir aux niveaux suivants - district, région ; transmettre ce qu'on a reçu. Cela rassure par la place qu'elle laisse à tous de faire entendre sa voix dans un cadre bien défini.* L'amour des services permet de grandir. *Si je ne participe pas, il manque quelque chose à mon rétablissement. Mon rétablissement personnel vient de mon groupe d'attache. J'apprends à dédramatiser. Je m'identifie comme un individu parmi les autres, j'ai juste à être moi-même. Je pratique l'humilité, les résultats ne m'appartiennent pas, Dieu agit à travers moi. Je persévère parce que j'apprends. Dès que je sais, il est temps de quitter. Je reste perméable au bien-être et je le transmets aux autres. Je fais passer notre bien-être commun avant ma personnalité. Je fais confiance au processus.* J'ai découvert l'humilité dans les services à travers d'autres membres. Tout ce qu'on vit dans le Mouvement conduit à l'humilité. Avec l'humilité, la réalisation de ma tâche est bien différente. Par la suite, j'ai pu mettre de l'humilité dans tous les domaines de ma vie.

La responsabilité du groupe : l*a conscience de groupe devrait approcher quelqu'un plutôt que de demander dans la salle si quelqu'un veut d'une tâche. Le temps d'abstinence est important s'il s'agit de protéger le Mouvement et la personne. Aller voir dans le Manuel de service pour connaître le temps d'abstinence requis pour le poste. Il vaut parfois mieux avoir un poste vacant que d'avoir un membre qui n'a pas la capacité, la disponibilité ou le désir de servir. Il est important de bien communiquer les attentes du groupe par rapport aux tâches.*

Témoignage d'un participant Quand je suis arrivé, je ne me pensais pas capable de m'impliquer. Après un an, j'ai repris confiance en moi, en mon propre jugement, à forger ma propre opinion tout en respectant celle des autres.

En deuxième partie de l'atelier, on a demandé aux participants de s'exprimer sur ce qu'on pouvait communiquer en participant dans AA. Le parrainage dans les services est tout de suite apparu soit pour aider un nouveau à accomplir ou à prendre une tâche, à montrer de l'attrait et à parler des gens merveilleux qu'on rencontre dans les services plutôt que de toujours parler du manque d'implication. Bien qu'un parrain de service puisse pousser son filleul dans le service d'un groupe ou d'un comité, il appartient à la conscience de groupe de choisir la personne qui convient le mieux à l'intérêt commun, en fonction de l'éthique que le groupe s'est donnée. Il faut pouvoir saisir les forces de chacun pour les utiliser à l'avantage du groupe. Pour les connaître, il faut certainement développer son écoute en observant les membres dans leur participation à la vie du groupe.

Source : Rassemblement provincial, Montréal, 31 mai 2008

Historique de groupe

C'est à la suite d'une controverse à un groupe de Trois-Rivières que le groupe Grand Élan fut fondé le 5 novembre 1981 dans le district 18 de la région 89. Le numéro d'enregistrement du groupe auprès du Bureau des Services Généraux est : 124-591.

Le nom du groupe Grand Élan fut donné en l'honneur du Pavillon Grand Élan fondé en 1976 et situé à Mont Rolland ; trois des cinq membres fondateurs avaient d'abord suivi une thérapie d'un mois à cet endroit.

Marcel H. qui a plus ou moins 15 ans d'abstinence à cette époque, est nommé RSG du groupe ; Martin M. avec 6 mois d'abstinence est nommé ARSG, Doris B. qui a plus ou moins 15 ans d'abstinence est responsable de l'accueil, Jean-Louis S. avec ses 9 mois d'abstinence est nommé secrétaire ainsi que Daniel D. avec près de 3 mois d'abstinence est nommé trésorier ; ces cinq membres seront les premiers serviteurs du groupe.

Un membre du groupe avait avancé 800 $ pour la location de la salle ainsi que les besoins essentiels pour le bon fonctionnement du groupe. Ce montant fut remboursé en totalité à même les contributions volontaires en moins d'une année. Ce prêt a soulevé bien des critiques au district concernant les Traditions cependant le temps a donné raison. Le groupe avait sa raison d'être. Très tôt, plusieurs membres se sont joints au groupe ; on se devait de diviser les fonctions à cause du très grand nombre de serviteurs dévoués.

Ça été l'euphorie… quel heureux rétablissement.

Le 20 mars 1984, la proposition de former une assemblée fermée (forum) fut soumise et acceptée par la conscience de groupe.

Le groupe tient ses réunions le mardi à 20h00 à l'église Ste-Bernadette, 760 rue Guilbert à Cap-de-la-Madeleine.

Daniel D

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

Bienvenue les internautes !

Je tiens à remercier tous ceux et celles qui m'ont envoyé des courriels d'encouragements ou de mercis pour le nouveau site, c'est grâce à vos appuis qu'on peut continuer ce travail dans l'ombre. C'est important de sentir qu'on est regardé, appuyé et apprécié. Merci encore!

On continue les pages des districts. Vous pouvez communiquer avec moi via le site Web en cliquant sur webmestre au bas de la page d'accueil. Il me fera plaisir de vous contacter par téléphone également.

Les nouveautés dans le site Web sont surtout au niveau des comités. On pourra se procurer les formulaires concernant le projet « Favoriser le rapprochement » (voir le comité des centres de traitements ou de détention). Également vous trouverez une énumération de tous les articles parus dans le Nordet à partir des sommaires. Cliquez sur le bouton « Le Nordet » et pour visionner le contenu des sommaires, cliquez sur les années.

Vous trouverez toutes les informations concernant les services (le contenu du cahier régional) en cliquant sur le bouton « La région ».

En ce qui regarde les groupes et les congrès, nous avons conservé le même procédé. Si vous avez des interrogations, n'hésitez surtout pas à communiquer avec nous. En cliquant sur le bouton « Nous contacter », vous aurez la liste des responsables à la région ainsi que les coordonnées du bureau régional.

Il serait important qu'il y ait un adjoint au webmestre pour une éventuelle relève. Si vous connaissez des membres qui auraient les qualifications requises, n'hésitez surtout pas à leur en faire part. Je demeure à votre disposition pour toute information complémentaire. Bonne visite !

Francine L., webmestre, Région 89

L'alcoolique ***pur***, une espèce en voie de disparition

On constate qu'il y a de plus en plus de membres qui, au moment de transmettre leur message, font allusion, autre leur problème d'alcool, à des problèmes de drogue, de jeu, de sexe, etc. ; ou encore avoue avoir des problèmes liés à la santé mentale.

Alors que le thème de la Conférence de 2004 était : « Notre unicité de but – Pierre angulaire des AA », j'ai l'impression que nos officiers et délégués étaient particulièrement idéalistes par rapport au vécu des AA d'aujourd'hui. Voici un extrait du mot de salutation du président des délégués, Mark G., lors de cette fameuse Conférence :

« Cela me ramène au thème de cette Conférence : notre unicité de but – pierre angulaire des AA. Il n'y a aucun doute dans mon esprit que notre unicité de but est la pierre angulaire des AA. C'est pourquoi je reviens sans cesse. C'est pourquoi j'étais prêt à travailler les Étapes. Quand je me suis rendu à ma première réunion, il m'a semblé que vous me connaissiez. Vous compreniez la terreur, la confusion, la frustration et le désespoir qui contrôlaient ma vie comme résultat de l'alcoolisme – parce que vous étiez passé par là. Vous avez partagé votre expérience, votre force et votre espoir en ce qui concerne l'alcoolisme et je me suis identifié à vous. Vous n'avez pas parlé d'autres « problèmes » dans votre vie. Vous avez parlé d'alcoolisme et de la façon de s'en rétablir. Vous saviez que si vous parliez de ces autres choses, je pourrais ne pas m'identifier à vous. Vous saviez que si je ne m'identifiais pas à vous, que si je ne pouvais pas trouver un lien commun au problème, je ne resterais pas pour la solution. Ainsi, vous avez gardé cela simple. Vous m'avez dit comment vous buviez, et je me suis reconnu. Vous m'avez dit qu'il était possible de cesser de boire et de reprendre ma vie en mains, et je le voulais. Parce que je savais que vous aviez bu comme moi, et parce que vous m'avez dit que vous aviez trouvé un moyen d'arrêter, vous m'avez donné de l'espoir. Et de cela, je vous serai éternellement reconnaissant ».

Il est heureux pour Mark qu'il soit tombé sur des membres qui n'aient « apparemment » qu'un problème et que ce problème était l'alcool ou qu'ils aient su taire leurs autres difficultés en transmettant leur message. De plus, il est heureux que Mark n'ait été préoccupé à ce moment de sa vie que par sa consommation d'alcool.

L'histoire ne nous dit pas si Mark et les membres présents à sa première réunion ont d'autres problèmes que celui de l'alcoolisme. Ce serait bien si nous pouvions soit n'avoir qu'un problème, soit être capable de se compartimenter pour n'avoir à gérer qu'un problème à la fois. Et c'est avec ça que j'ai un problème !

Dans notre société d'aujourd'hui, compte tenu des connaissances que nous possédons sur le comportement humain, je ne crois pas qu'il soit convenable de penser qu'en fonction d'un seul et unique problème. Pour compliquer les choses, je ne crois pas non plus qu'on puisse aborder nos problèmes en les isolant les uns des autres.

Tel que mentionné plus haut, plus j'entends de partages, plus je constate que les membres de ma région, de mon district, de mon groupe, vivent avec l'ensemble de leurs problèmes et **ils en parlent**. C'est peut-être inquiétant du point de vue de notre Cinquième Tradition qui dit : « Chaque groupe n'a qu'un objectif primordial, transmettre son message à l'alcoolique qui souffre encore ». Et c'est aussi inquiétant si on tient compte du côté puriste du discours des membres de la Conférence. Sont-ils conscients que le nouveau qui arrive dans la salle est comme celui qui transmet son message : complexe et il doit composer probablement avec plusieurs problèmes autres que celui de l'alcoolisme ? Bien sur ce nouveau doit être soulagé d'entendre parler d'alcoolisme puisqu'il est venu chez les Alcooliques anonymes. Cependant il est peut-être rassuré de voir qu'il

n'est pas le seul à avoir d'autres problèmes que l'alcool.

Si, comme je le crois, les membres actuels et les membres à venir sont aux prises avec plus d'un problème, que devient notre message ? Peut-on concilier cette nouvelle réalité et la Cinquième Tradition ? Est-ce que le fait de parler d'autres difficultés en plus de parler de l'alcoolisme diminue réellement l'impact du message ? Ou au contraire, ce nouveau message accroche-t'il plus de nouveaux membres qui ont réellement un problème avec l'alcool ?

À ces questions, je trouve certaines réponses dans le discours d'ouverture de la Conférence de 2004 fait par Ric D., administrateur. Mais, sont-elles réalistes ? Par exemple, Ric dit : « La vérité que j'ai apprise, c'est que les AA s'adressent aux personnes qui ont un problème d'alcool. Nulle part disons-nous que c'est pour ceux dont le seul problème est l'alcool ». C'est rassurant à lire. Mais cela ne répond pas à toutes mes questions.

Plus loin dans son discours, Ric D. cite un bulletin écrit par les Narcotiques anonymes intitulé « Réflexions concernant notre relation avec les Alcooliques anonymes ». En voici un extrait : « Depuis le début, les AA ont été confrontés avec un problème perplexe : Quoi faire avec les toxicomanes ? Nous voulons centrer notre attention sur l'alcool afin que l'alcoolique entende le message, mais ces toxicomanes viennent ici et parlent de la drogue, affaiblissant involontairement notre atmosphère d'identification. Les Étapes ont été rédigées, le Gros Livre a été écrit – que devraient-ils faire, tout réécrire ? Permettre à l'atmosphère de l'identification de s'embrouiller afin que personne n'ait un réel sentiment d'appartenance ».

S'il est vrai que parler d'autres problèmes que l'alcool affaibli l'atmosphère d'identification, alors nous avons un problème. Car selon cet extrait, notre atmosphère d'identification est déjà embrouillée. Les messages que j'entends sont remplis de toutes sortes de choses autres que l'alcoolisme.

En terminant son discours Ric nous dit ceci : « Voici mon histoire. Tout ce que j'aimais, j'en ai abusé. Je pourrais me qualifier dans bien d'autres programmes auxquels nous avons prêté nos Douze Étapes. Quand je mets en pratique les Douze Étapes des Alcooliques anonymes, je peux avoir le contrôle de ma vie. Quand je me présente, je dit : Je m'appelle Ric et je suis un alcoolique. À mon avis, c'est tout dire ».

Que devons-nous faire ? Éduquer nos membres pour purifier notre message comme semble le faire Ric ? Ou tenir compte de la réalité d'aujourd'hui ? Peut-être que les membres qui ont plusieurs années de sobriété font comme Ric et épure leur message afin qu'il n'y soit question que d'alcoolisme. Mais avec tous les autres, et ils sont nombreux, qui n'ont pas encore l'expérience de nos Traditions, que doit-on faire ? S'évertuer à les éduquer comme je le mentionnais plus haut ? Ce n'est pas très réaliste. En tant qu'alcoolique, nous sommes probablement les êtres les plus têtus que je connaisse. Si nous avons une idée dans la tête, il faudra commencer tôt pour essayer de nous la faire changer. Et ce même si le changement était suggéré par un autre alcoolique.

L'alcoolique ***pur*** est vraiment une espèce en voie de disparition si tant qu'il ait déjà existé. Alors qui est-il cet alcoolique du 3e millénaire ? Et comment fait-on pour l'aider ? Je crois de tout cœur que la réponse réside dans nos Traditions, telles qu'elles sont maintenant et ce depuis 1946. Mais je crois aussi que nous avons besoin de notre Unité pour éclairer notre conscience de groupe afin de choisir le bon chemin à suivre. Car le statu quo ne convient plus ; et l'association toute entière a besoin de réfléchir.

Entamons dès maintenant ce travail de réflexion car l'alcoolique qui souffre ne peut plus attendre.

Les réflexions du penseur

La tolérance, la patience et les services :
La patience

Que dire maintenant de la patience ? Une vertu rare, une énergie morale, douée d'une force d'âme peu commune. Une aptitude à supporter avec constance ou résignation, pour les moins épris de philosophie; les maux et les désagréments de la vie.

J`ajouterai, est patient celui qui peut gérer avec calme et sérénité les moments d`attentes à chaque journée de notre vie. Ces incontournables moments présents à chaque journée que nous vivons « ça c`est difficile n'est ce pas ? L`épreuve de l`attente est insupportable et très peu de personnes peuvent endurer cet état. L'attente ou les moments où tout est suspendu dans un irréalisme qui nous laisse complètement impuissant, nous devenons alors des dépendants, des esclaves de la volonté d'un autre être humain ou d`un facteur matériel. Qui n'a pas été empêché de rouler, au feu devenu vert, quand le conducteur arrêté en avant, hésite ou retarde à partir. Les files d'attentes pour être servi, celles pour passer à la caisse, les situations où nous devons subir ces moments d'attentes sont pour toutes les personnes des occasions de « perdre patience ». Nous pouvons ajouter sans risque de se tromper, que spécialement les alcooliques sont très fragiles à ces moments sur lesquels ils n'ont aucun contrôle et si une chose peut nous faire perdre notre sérénité et activer notre impatience, c`est bien ces situations d'attentes qui nous prennent en otage. Pourtant ces moments d'attentes sont la pierre de touche des grands esprits. Bien loin d'être un motif d'énervement, d'impatience et même de colère ou de vertes critiques l'attente constitue une des gymnastiques spirituelles des plus efficaces. Mais pour en arriver là, il faut transcender de l'état passif à l'état actif. Une attente fébrile, impatiente, anxieuse, colérique est évidemment destructive. Une attente calme, confiante, sereine est au plus haut point constructive. Une attente doit être aussi mieux qu'un état d'espérance, elle se doit d'être dans tous les cas un acte de foi.

Jamais l'occasion de faire une place à notre Puissance Supérieure ne sera plus indiquée que dans l'attente. Nos préoccupations, nos occupations nous absorbent, nous dominent même la meilleure partie de la journée. Un arrêt s`impose pour conserver un équilibre. Nous des AA avons le privilège de connaître la plus magnifique des prières « Donnez moi la sérénité d'accepter toutes les choses que je ne peux changer ». Lorsque les moments d`attentes s`imposent à nous, nous sommes réduits à une certaine impuissance et à mesure qu`ils se prolongent aucun des raisonnements logiques que nous élaborons ou que l`on nous suggère procurent la paix à notre esprit. Donc c`est exactement le moment de nous tourner vers Celui qui remplit tout de sa présence constante. Placer notre P.S. avec nous sur le siège du passager de notre véhicule, ou comme voisin dans une file d`attente afin d`ouvrir un dialogue intérieur avec Lui rafraîchi aussitôt le cœur.

Il existe pour l`âme humaine de nombreuses formes d`attentes. On peut attendre la bonne fortune ou la mauvaise fortune, la séparation ou la réunion, la vie ou la mort. Quelque soit la chose, la personne ou l`événement qu`on attend il faut ancrer en soi la certitude que ce qui viendra ne doit venir qu`à son heure et que rien ne peut finalement nous être plus utile que ce qui va venir. S`abandonner au Divin conjure les pires difficultés de la vie puisque cela constitue une accommodation (non raisonnable) mais idéale à toutes les possibilités.

Il existe des personnes évoluées spirituellement pour qui la station des trains, le métro, l`arrêt d`autobus, la salle d`attente du médecin, la ligne d`attente à la banque, le frustrant délai de l`heure de pointe, l`écoute des gens qui ne cessent pas de tourner autour du pot et ne parviennent pas à exprimer ce qu`ils ont à dire. Nous les supers vites n`arrivons pas à tolérer les hésitations, les lenteurs, les manques des autres moins « spidés « que nous (j'allais dire des gens normaux). Pourtant toutes ces attentes constitueraient pour nous la période spirituelle la plus fructueuse de la journée, celle qui coule le plus rapidement. Au lieu de représenter du temps perdu l`attente ainsi comprise et utilisée représenterait du temps gagné et très bien employé. Et on s`en sortirait plus grand, enfin on pourrait répéter avec honnêteté et conviction la phrase que l`on entend très souvent dans le langage AA « J`ai grandi là dedans ». On serait mieux armé et pourvu de forces neuves tant il est vrai que tout ce qui est en lui, l`homme peut selon sa pente d`âme, extraire l`utile ou le nuisible, le vrai ou le faux, le bien ou le mal.

Pour nous les membres AA qui aspirent à la sérénité, à un certain degré de spiritualité, ces forces neuves, nouvellement acquises, feraient toute la différence entre la tolérance et l`intolérance, entre la patience et l`impatience. Et voilà c`est bien assez sur la patience n'est ce pas ?

Mais pour briser le très sérieux du sujet si nous y allions avec quelques définitions humoristiques :

Faire les cents pas, ou mettre la charrue avant les bœufs, ce n`est sans doute pas la bonne solution. Alors soyez patients…Tout vient à point.
Rien ne fait autant honneur à une femme que sa patience, et rien ne lui fait si peu honneur que la patience de son mari.
La patience est une vertu qui s`acquiert avec de la patience.
Pour ceux qui sont contre : il y en a toujours.
Il ne faut pas avoir de patience, même celle dont on s`arme. La patience n`est qu`un habit de la lenteur.
La patience du consolateur tient à ce qu`il a ses propres embêtements.
Si vous avez un peu de patience, vous découvrirez qu`on peut utiliser les immenses ressources du web pour perdre son temps avec une efficacité que vous n`aviez jamais osé imaginer.

Voyons maintenant la différence entre la patience et la tolérance ou plutôt entre l`impatience et l`intolérance, deux sœurs de la même mère, presque jumelles, mais non identiques.

J`attire votre attention sur la sixième et septième étapes de notre programme. La sixième dit « Nous avons pleinement consenti à ce que Dieu élimine tous nos défauts de caractère » et la septième suggère « Nous lui avons demandé de faire disparaître nos déficiences ». Donc en sixième il s`agit de défauts de caractère et en septième de déficiences.

Attention…je vous mets immédiatement en garde, loin de moi l`idée d`amorcer une controverse : je me sers de ces exemples pour illustrer une explication et RIEN d`autre.

L`impatience est un défaut de caractère, un trait de notre personnalité acquis, personnalisée au fil des années. Le caractère étant une manière habituelle de réagir qui est propre à chaque individu. Un défaut de caractère est un manque, une insuffisance. L`impatience est en quelque sorte une saute d`humeur temporaire, qui peut évidemment dégénérer en colère et même en état de violence si l`individu ne prend pas des mesures pour corriger ce manque. La sixième étape offre la solution à ce problème. Si cette mesure est omise ce défaut de caractère finirait par pourrir la communication avec les autres et nous finirions seuls. À nous la décision. Alors consentons pleinement à ce que Dieu élimine ces défauts de caractère, si nous agissons ainsi Dieu fera le travail…pas nous. J`ai lu quelque part que les saints et saintes n`ont jamais pu corriger un défaut sans l`aide de leur Dieu.

Je crois que les déficiences sont beaucoup plus compliquées et graves et l`intolérance semble en être une. Une déficience est une limite on pourrait dire un plus négatif. Mon parrain disait que l`alcoolisme était une déficience. Ce qui fait qu`une personne est intolérante, vient probablement de ses gènes, une sorte d`héritage doublé d`une éducation qui a été axée sur la non tolérance.

Dans AA et dans les services nous pouvons quelques fois être témoin de situations où de bons membres perdent patience, la plupart de ces membres prennent les mesures suggérées et avec le temps ils deviennent de merveilleux serviteurs. Ils ne deviennent pas des modèles de patience. Mais la mise en pratique de la sixième étape et la grande école de formation qu`est le service auront raison de leurs défauts de caractère.

L`intolérance est très présente dans AA et dans les services. Citons en quelques exemples. Quel est mon degré de tolérance lorsque…?

À une réunion de mon groupe un membre s`identifie comme dépendant ou alcoolique et toxicomane ou autre.

Lorsqu'un membre vient prendre son xième jeton du nouveau ?

Lorsque le nouveau RSG est plein d`idées nouvelles qu`il veut mettre en pratique en brassant quelque peu les habitudes établies du groupe ?

Comment réagissons-nous lorsque les nouveaux RSG à la période de questions posent des questions semblables à celles que nous avons entendues l`an passé ou il y a deux ans ?

Où est notre tolérance lorsque nous avons donné tout ce que nous avions à une tâche et que les critiques pleuvent sur nous, certaines destructives ?

Je ne voulais pas être trop méchant je n`ai cité que des intolérances mineures il y en a malheureusement de beaucoup plus graves.

Ce qui est néfaste avec le manque de tolérance est que nous n`acceptons pas ce qui n`est pas comme nous. Cette attitude hostile et même agressive à l`égard de ceux et celles dont on ne partage ni les opinions ni les croyances basée sur la peur, l`ignorance et les préjugés fortement enracinés peut conduire aux pires extrêmes. Notre niveau d`intolérance dans AA est beaucoup plus anodin Dieu merci mais ça demeure une faille très importante dans les services. La littérature AA nous en parle beaucoup. J`ai noté 40 quelques endroits où on nous parle de tolérance et je n`ai pas tout fouillé. C`est donc très important. Au début du mouvement AA, l`intolérance a risqué d`empêcher ce merveilleux mouvement d`exister et de se propager. C`est probablement ce à quoi Bill pensait lorsqu`il a déclaré que personne ne pourrait détruire le mouvement de l`extérieur si ça devait arriver, ça ne pourrait venir que de l`intérieur.

Est ce que notre intolérance réussirait à détruire le mouvement AA ? Pensons y et comportons nous en conséquence.

Le penseur

Référence : la littérature AA et le livre de chevet de Georges Barbarin.

Servir par l'attrait

Lorsque je suis arrivé à l'équipe du Nordet on m'a dit que les articles devaient parler surtout des services dans Alcooliques Anonymes.

Dans le Larousse la définition des mots « service » et « servir » se ressemblent beaucoup : Action de servir, ensemble des obligations. Action ou manière de servir. Ce que l'on fait pour être utile à quelqu'un. Être utile profitable à quelqu'un. On nous donne aussi un exemple : Il est écrit : sa connaissance des langues lui a servi.

Si nous transposons cette citation à notre mode de vie nous pourrions lire : sa connaissance du mouvement et du mode de vie lui ont servi.

Où le fouineur veut-il en venir? Le Fouineur vous raconte : Pour garder l'anonymat je vais seulement mettre les premières lettres de son nom : AQ.

Il y a cinq ans AQ a commencé à avoir des symptômes, mal à la mâchoire, faiblesse aux genoux, fatigue. Les premiers examens ont été de routine. Rien n'a été diagnostiqué de majeur, mais le mal persiste. Un an passe. AQ doit quitter son emploi, il ne peut plus resté debout, difficulté à parler. Il est vendeur.

La sœur de AQ rencontre régulièrement son frère. Elle a un mode de vie, fait du mouvement AA. Elle encourage son frère malgré l'épreuve. Ce dernier un beau jour lors d'une visite dit à sa sœur : « Si je me retrouve dans un fauteuil roulant je recommence à boire. » Son mode de vie lui recommande de confier. C'est alors que par la prière elle confie à son Dieu l'état de santé de son frère.

Quand AQ était jeune il consommait beaucoup d'alcool. Assez pour déranger ses proches, parents, frère et sœur. AQ a cessé de boire sans demander d'aide, sans faire de mouvement AA.

AQ est allé passer des examens au CHUL de Québec. C'est là qu'il a appris qu'il souffrait d'une maladie incurable « dégénération du système nerveux ». Il a pris un certain temps pour annoncer cette nouvelle. On apprend la nouvelle mais l'acceptation ne se fait pas pour autant. C'est d'ailleurs la femme de AQ qui a annoncé la nouvelle à sa belle-sœur.

C'est à partir de ce moment que la sœur de AQ a commencé à le soutenir moralement. Elle s'est fait un devoir d'aller le voir le plus souvent possible (elle doit faire près de 80 km) mais la distance n'a pas d'importance. Elle se rappelle les mots que son frère lui a dit : « si je me retrouve dans un fauteuil roulant je recommence à boire ».

AQ avait beaucoup de difficulté à parler, à marcher, il doit se déplacer avec une marchette. On lui a installé des poteaux dans la salle de bain et dans sa chambre pour éviter les chutes.

Sa sœur venait le voir, elle lui apportait ses chocolats préférés. Elle lui parlait beaucoup. Elle l'encourageait. Ce qui lui faisait plaisir, c'était de voir la fille de sa sœur, sa filleul. C'était son rayon de soleil disait-il.

AQ est devenu très vite non autonome. Il a dû porter des couches, et surtout il a dû apprendre à se déplacer en fauteuil roulant, il tombait parfois, 360 livres et 6 pieds 3 pouces à relever ce n'était pas évident. À ce moment il était toujours chez-lui.

Sa sœur à partir de ce moment est venue le voir plus souvent. AQ dans ses paroles était plus agressif. L'acceptation n'était pas facile, d'autant plus qu'à partir de mars dernier AQ a été placé dans un CHLD (centre hospitalier longue durée). La sœur de AQ a continué à le visiter n'oubliant pas ses chocolats mais aussi elle a continué à confier son frère à Dieu.

La maladie a fait ce qu'elle devait faire. Au mois de juillet c'était un dimanche, le médecin a

réuni la famille. Il ne restait à AQ que deux semaines à deux mois à vivre.

Le dimanche suivant AQ tombe dans un semi coma. On téléphone à la sœur de AQ pour la prévenir. Cette dernière quand elle arrive a un choc de voir AQ dans cet état. Il a de la difficulté à respirer, il a les yeux fermés, il n'a pas conscience. Une infirmière lui dit qu'il entend. Elle s'approche à son oreille, lui prend la main et lui dit :"Je suis là et G (sa filleul) est là en pensée. Elle lui dit : « Tu peux partir maintenant ». Et elle a prononcé le mot qui guérit bien des bobos, elle lui a dit « Je t'aime ». Elle a senti une pression dans sa main. Le matin suivant vers 09h40 AQ est décédé.

Quand la sœur de AQ est partie dans la nuit avant son décès, la chambre où était AQ était en désordre à cause des soins que l'on prodiguait, des appareils. Le matin de son décès la sœur de AQ a demandé de voir son frère une dernière fois même s'il était décédé. L'infirmière lui a dit qu'elle pouvait parce que techniquement le décès n'avait pas été constaté par un médecin et qu'il l'attendait pour déplacer le corps.

Quand elle est entrée dans sa chambre, cette dernière était impeccable, AQ était couché les mains jointes recouvertes d'un drap blanc. Elle pouvait voir son visage, il avait comme un petit sourire en coin, la souffrance avait fait place à la sérénité, dans sa chambre elle pouvait respirer la paix, ce qu'elle avait souhaité de mieux pour son frère.

Pour traverser cette épreuve la sœur de AQ s'est servi de son mode de vie, sa puissance supérieure s'est servie d'elle pour mettre en pratique la prière classique de St- François.

Elle a été un instrument de paix tout au long de la maladie, elle a réussi à transformer la haine par l'amour, elle a cherché à consoler plutôt qu'à être consolée, elle a cherché à comprendre plutôt qu'à être comprise, elle savait que c'est en s'oubliant que l'on trouve, elle a aimé au lieu d'être aimé elle a apporté un esprit de pardon, (sans le dire à personne AQ a demandé à recevoir les derniers sacrements le mercredi avant sa mort). Il ne pratiquait plus beaucoup sa religion. Il a aussi fait la paix avec sa filleul une semaine auparavant.

Alors qu'elle était dans sa chambre, une infirmière demande à AQ qui elle était, il lui répond « c'est ma filleul ». L'infirmière répond : elle doit avoir été gâtée en cadeaux? AQ était mal à l'aise, il a répondu non. Sa filleul lui a dit : « Ce n'est pas grave, c'est oublié. Je te pardonne » et elle lui pardonnait beaucoup d'autres choses.

AQ venait de faire la paix avec sa filleul qu'il avait délaissée durant sa consommation. Dieu s'est servi d'une tierce personne pour soulager AQ de ce fardeau qu'il traînait depuis des années.

Maintenant AQ savait qu'en mourant il y avait plus ailleurs, il y avait la vie éternelle.

CONCLUSION :

Le fouineur a vécu de très près et avec beaucoup d'émotions cet événement. Il est le conjoint de la sœur de AQ. Il a vu agir sa conjointe d'une façon sereine, calme. Elle avait toujours les bonnes paroles pour calmer les tensions. Elle a « servi » à sa façon. Elle a fait une 12ème étape. Malgré un tel dénouement je peux dire que je suis fier d'elle. La grâce de Dieu l'a accompagné du début jusqu'à la fin. « Il suffisait d'y croire ».

Le fouineur

Servir a permis de ne pas retourner consommer, à faire disparaître les peurs, à aider la mise en place d'une meilleure estime de soi Servir est aussi une responsabilité qu'il faut partager. Apprendre à écouter l'autre. Apprendre à apprendre de l'autre. L'action apporte la spiritualité.

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, 14, rue Soumande,
bureau 0-17, Québec (Québec) G1L 0A4
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 12 $ pour un abonnement individuel; 18 $ pour deux abonnements ; 22 $ pour trois abonnements et 25 $ pour quatre et 28 $ pour cinq abonnements. (Si vous en voulez plus de cinq : comptez 5 $ 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

Les districts 89-01 et 89-22 s'unissent pour vous présenter leur 35ème congrès AA de Trois-Rivières sous le thème « Sur le chemin de l'Espoir » les 28 et 29 novembre 2008 à la Polyvalente de Chavigny, 350, rue Chavigny, Trois-Rivières. Pièce de théâtre le vendredi soir. Danse le samedi soir.

Pour accéder à l'édition électronique du *Nordet*, consultez le site web au www.aa-quebec.org/region 89 **et pointez *Le Nordet* (3e bouton, à gauche de la page).**

Bonne lecture