Le nordet : vent qui souffle du nord-est

LE NORDET

Bulletin AA de la Région Nord-Est du Québec Vol. 30, n° 2, Avril-Mai 2012



Photo : Sept-Îles

SOMMAIRE

Mot de la rédaction	2	Bonjour mes Amis	9
Mot des serviteurs régionaux	3	Ma Survie	10
Le tempérament (suite)…Le Penseur	4-5	L'importance de l'Anonymat- Site Web	11
La septième tradition et les finances	6-7	A Noter a votre agenda	12
« Quand rien ne va plus »… Le Fouineur	8		

MOT DE LA RÉDACTION

Chères lectrices,
Chers lecteurs,

Bon printemps tout le monde, merci encore de votre fidélité au Nordet.

Dans cette édition vous retrouverez nos collaborateurs habituels ainsi que le mot de notre trésorier Benoit, de la R.D.R. du 89-18 Linda ainsi que celui sur AA dans le monde de Richard B. (délégué de la région 90), un petit texte de Anne sur l`anonymat, d'un membre, Sylvain M. et le site Web.

Le Nordet se prépare à une édition spéciale en Juin, ce qui devrait vraiment vous intéresser au plus haut point, quelques détails à fignoler seulement.

Bonne lecture !

Serge f.
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.

<u>Nouvelle adresse du bureau régional</u> :
Région Nord-Est du Québec
75, rue des Épinettes - Suite 3
Québec (Québec) G1L 1N6
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)

— Mot de la rédaction : Serge F.
— Mise en page: Anne S., Correction: Linda Mc
— Membres du comité du Nordet : Robert R., Serge F., Raymond G., Bernard C., Anne S., Linda Mc

Mot des serviteurs régionaux

Bonjour mes frères et sœurs AA,

Me voici arrivé à la deuxième partie de mon mandat de trésorier et, malgré les embûches, je peux vous assurer que le goût de vous servir est encore très fort en moi. J'ai appris dans mon mandat que l'humilité et la sagesse avait une place très importante, et de ne pas accrocher à tous les ouï-dire que l'on entend autour de nous. On a souvent peur de faire du service dans AA, mais le mouvement ne demande pas des gens qualifiés mais il qualifie ses gens, car dans tous les mandats que j'ai pris je sortais de ma zone de confort et c'est là que le défi commence; car j'aime les défis et vous m'en faites vivre un beau présentement.

Malgré que je sois plus loin, je ne me suis jamais senti seul à l'exécutif. Quand je viens aux régionales, être avec vous me donne toute l'énergie nécessaire et je retourne chez moi le cœur plein de joie et ça se fait ressentir à mon retour dans ma petite famille. Avec vous j'ai appris à travailler mes défauts et à partager mes qualités, et ça je n'aurai jamais assez de toute une vie pour vous le rendre. Je ne suis pas un grand écrivain, ni un grand orateur, car même si je ne parle pas beaucoup lorsque je remets mon rapport financier, soyez sans crainte je vous ai tous dans mon cœur.

Merci de me donner la chance de vous servir.

Benoît B.
Trésorier, Région 89





Gratitude et Service

Se servir de notre expérience

Deux mots directement liés. Depuis que je suis chez Alcooliques Anonymes ma vie a changé. Au fil du temps, un jour à la fois, je deviens une meilleure personne. N'oublions jamais notre état d`humain, la perfection n'est pas de ce monde. Un jour on m'a présenté « AA » et on m'a promis une nouvelle liberté et un nouveau bonheur…
Unité, Service et Rétablissement

Un mode de vie d`action mis en marche 24 heures à la fois. Les principes placés au-dessus des personnalités nous assurent que l'intégrité demeurera à jamais dans le mouvement, notre région, notre district et nos groupes.

À nous respect et transparence pour 2012

Linda B.
R.D.R. 89-18

LE TEMPÉRAMENT (suite)

Hippocrate donc a classifié les tempéraments en quatre catégories à savoir : les nerveux – sanguins – bilieux – et les lymphatiques. On découvre dans cette classification le raisonnement très juste de notre grand médecin. Certains se sont laissé aller dans des définitions beaucoup plus poussées. L'analyse devient alors plus complexe et à la fin ne donne pas plus de renseignements utiles sur les individus. Définissons les quatre catégories de tempéraments :

Le tempérament nerveux

Le nerveux n'impressionne pas par sa corpulence; petit, mince, sportif, sa poignée de main est sèche, vigoureuse et de courte durée. On peut se méprendre et le croire déficient et fragile. Chez le nerveux c'est le cerveau et le système nerveux qui domine. Très grande capacité intellectuelle, sensible, très émotif, doué d'un sens artistique. Gestes vifs et vigoureux. Le nerveux est rapide en tout ce qu'il fait. Il peut analyser diverses situations et en arriver à des conclusions correctes. Ses défauts sont : porté à l'anxiété – à la susceptibilité, il est irritable, s'agite constamment. Ses gestes sont rapides et saccadés, très à l'aise en milieu urbain où tout bouge rapidement.

Le tempérament sanguin

Le sanguin appartient à la catégorie des gens plutôt gros et durs. Musculature et ossature bien développées. Imposant sur le plan physique. Il dégage une impression d'euphorie. C'est le système circulatoire qui domine chez lui. Chercheur de plaisir, il aime rire et faire rire. C'est un joueur de tours hors pair. Très jovial, il aime la vie, est gai, généreux et serviable, on pourrait dire utile. Doué d'un enthousiasme débordant, très social, prompt et intrépide, du bois de héros. Ses défauts sont : porté à l'exagération, à l'emportement, à la vantardise, voir au libertinage. Inconstant, agit souvent avec précipitation, ment avec facilité mais n'agit jamais méchamment. Semeur de joie autour de lui, une mission dont il s'acquitte très bien. D'une gestuelle exubérante, très à l'aise au grand air, mais est malheureux si confiné dans des espaces restreints. Sa présence est agréable et recherchée.

Le tempérament bilieux

La personne au tempérament bilieux est celle qui présente le meilleur développement musculaire. Elle n'est pas portée à l'embonpoint comme les sanguins qui apprécient et recherche les plaisirs de la table. Le bilieux dégage constamment une impression de force et de contrôle. C'est la fonction ostéo musculaire qui prédomine chez lui. Il se sent à l'aise dans un milieu ensoleillé. Personne sérieuse, énergique, décidée, responsable, disciplinée, ordonnée, autoritaire, efficace et courageuse. Le bilieux se fixe des buts dans la vie et s'impose les efforts nécessaires pour y parvenir. Il adore diriger et n'hésite pas à prendre des décisions très rapidement. Il fonctionne souvent par impulsion, mais corrige le tir en cours de route. Le bilieux atteint souvent les sommets, c'est un leader né, il entraîne les gens à sa suite. Le contraire étant aussi vrai, il a les défauts de ses qualités. Il peut être dur sur le plan mental. Il peut être tyrannique, impatient, intolérant, cynique et même faire preuve de suffisance. Il est généralement orgueilleux (*sont-ils tous dans AA*!) avec lui on sent qu'il n'est pas souhaitable de s'amuser et de badiner, de niaiser ou de jouer au plus fin. La gestuelle du bilieux est d'une précision qui définit bien son tempérament décidé. On sent chez lui un désir de réussite, de succès anticipé.

Le tempérament lymphatique

La personne de ce tempérament appartient à la catégorie des gros mous. Elle est peu active sur le plan musculaire, les tissus sont enrobés de graisse. Elle préconise et aime l'inactivité, la relaxation. Elle dégage une impression d'indolence, de paresse physique et intellectuelle, elle semble toujours manquer d'énergie. Chez le lymphatique c'est le système digestif qui prédomine. Si le sanguin est très porté vers la gourmandise, le lymphatique est souvent une personne qui apprécie la bonne chair et les raffinements de la table. Elle ne s'empiffre pas, elle déguste, mais elle peut étaler son repas sur une longue période. La capacité digestive est grande et le proéminent abdomen en témoigne. Le milieu préféré des lymphatiques est l'eau. Leurs qualités en font des personnes pondérées, douces, flegmatiques, patientes et souples. Elles peuvent avoir beaucoup de sang froid dans des situations problématiques. Très portées vers la contemplation et la rêvasserie. Leurs défauts sont : l'indolence, la négligence, une grande indifférence, ils sont portés au désordre. À l'extrême, ils peuvent sombrer dans la malpropreté.

Lorsqu'on tente de distinguer les traits distinctifs de chaque tempérament, on peut dire sans risque de se tromper que les nerveux ont une attitude critique et émotive. Les sanguins eux sont animés et cordiaux. Les bilieux, une attitude volontaire et sérieuse. Les lymphatiques quant à eux sont flegmatiques et insouciants.

Un illustre médecin naturiste français, le Dr Paul Carton, qui a étudié très sérieusement la question des tempéraments a réussi à cerner avec justesse le comportement de chacun des types tempéramentaux. Il déclarait qu'en observant les individus, lorsqu'ils sont libres et qu'ils ne se sentent pas observés, on peut noter ce qui suit :

- Les nerveux s'agitent
- Les sanguins excursionnent
- Les bilieux explorent et les lymphatiques stationnent.

Et en plus voyons ce qu'une autre sommité, Claude Gérard Sarrazin, écrit dans son livre *Caractère et tempérament*. "Le regard des nerveux est inquiet et tourné vers l'intérieur; celui des sanguins est vif, direct et chaud; les bilieux ont un regard fixe, perçant et dominateur; les lymphatiques quant à eux ont un regard doux, vague et atone".

La façon d'aborder les quatre types tempéramentaux diffère évidemment. On peut déclarer sans un trop grand risque de se tromper qu'il faut être calme et posé avec les nerveux; ouvert et accueillant avec les sanguins; sérieux et respectueux avec les bilieux et exigeant et stimulant avec les lymphatiques.

Dans notre relation avec un nerveux, on doit lui conseiller la relaxation, l'aiguillonner vers la détente. Nous devons faire comprendre la nécessité d'être plus modéré aux sanguins. Face aux bilieux, il devient nécessaire d'invoquer l'efficacité pour l'inciter à développer des habitudes de vie saine.

Quant aux lymphatiques, trouver un moyen de l'encourager à faire plus d'activités physiques est de prime importance afin de secouer sa tendance au laisser-aller.

Nous découvrons que pour établir une bonne communication avec un individu on doit tenir compte de son tempérament. Il nous faut agir d'une manière qui correspond à l'orientation tempéramentale de la personne devant nous, si l'efficacité de la communication est ce que nous recherchons, et ceci est essentiel dans nos relations avec les autres. De graves erreurs de comportement peuvent être commises si l'on passe outre ces simples règles. Toutes ces descriptions sont beaucoup plus difficiles à mettre en pratique que les définir. On pourrait dire de façon plus simplement explicite :

Règle n° 1 : Ne jamais ridiculiser et blâmer un nerveux; il en serait trop affecté.

Règle n° 2 : Un sanguin piqué au vif réagira trop promptement; vous en serez désarçonné.

Règle n° 3 : Si vous insultez un bilieux, il vous en voudra pour le reste de vos jours (le ressentiment, il connaît, il est probablement dans AA).

Règle n° 4 : S'il vous faut absolument adapter une attitude désagréable et provocante envers une personne, c'est un lymphatique que vous devrez choisir … Sa patience, sa tolérance et sa souplesse lui donne ce qu'il faut pour subir une telle agression sans trop d'inconvénients. Il sait très bien rouler avec les coups, tel un pugiliste, et de toute façon, il porte peu ou pas d'intérêt à de telles attaques. Il est imperturbable, le contraire serait trop compliqué à gérer.

Voilà, je crois en avoir assez dit sur le sujet du tempérament. Si ça peut vous aider, je vous l'offre de grand cœur. Sinon … tant pis.

P.S. Quel est votre caractère (à venir).

Les références pour cet article sont : *Détermination du tempérament* de Guy Bohemier, N.D., S.E.S., Président du Collège des naturopathes du Québec. Dr Paul Carton, médecin naturiste français et Caractère *et tempérament*, livre de Claude Gérard Sarrazin.

À noter, très rares sont les personnes qui sont 100% du même tempérament étudié, soit nerveux, sanguin, bilieux et lymphatique. C'est plutôt un mélange de tempéraments, une dominance pour un type et une tendance vers un autre type. On découvre surtout ces compositions :

Ces descriptions s'appliquent aux personnes des deux sexes, hommes et femmes.

LA DOMINANCE		LA TENDANCE
Nerveux	⇨	Sanguin
Nerveux	⇨	Bilieux
Sanguin	⇨	Nerveux
Lymphatique	⇨	Bilieux
Bilieux	⇨	Lymphatique
Bilieux	⇨	Nerveux

Bonne lecture !
Le Penseur



LA SEPTIÈME TRADITION ET LES FINANCES

Lorsqu'ils ont pris conscience que pour conserver leur autonomie et leur indépendance, les AA devaient se passer de contributions extérieures, les premiers membres ont aussi compris que les sommes nécessaires à la survie de notre Association devaient provenir des membres et des groupes. ***Nos groupes, nos régions et l'Association tout entière ne pourront fonctionner, s'il manque de services ou si nous n'assumons pas leur coût.*** Bill dit : Nous avions tellement peur de l'argent que nous étions devenus avares, ***refusant très souvent d'accorder notre support financier à des services simples, mais essentiels à la croissance et au bon fonctionnement des AA dans certaines régions ou dans le monde entier.***

Encore aujourd'hui nous éprouvons des réticences, nous connaissons encore des moments d'hésitations lorsque l'on passe le panier pour supporter les intergroupes locaux ou les Services généraux : cette réticence ne s'explique pas, par un manque d'argent. La récompense matérielle aussi bien que spirituelle, du mode de vie des AA est vraiment incroyable. Pourtant, nous avons encore tendance à refuser notre contribution lorsqu'il s'agit d'acquitter les comptes ***très raisonnables*** des services. Nous devrions prendre le temps de revoir notre attitude envers l'argent et ses rapports avec notre travail de service.

Maintenant, que grâce aux AA, nous sommes abstinents : le mot support se rapporte au partage, aux personnes, au respect et à la gratitude. Nous sommes ***privilégiés*** de donner matériellement.

Nous devons établir pour nos finances, des prévisions budgétaires. Nous devons penser nos besoins de service en fonction de la conjoncture économique, ***de la capacité des groupes et de leur désir de contribuer***. Pour beaucoup de ces questions nous devons tenter, souvent, de penser des mois et des années à l'avance. En fait, les Douze Traditions des AA furent d'abord une question de prévisions et de vision pour l'avenir.



La prudence financière trouve son profit dans les vies qu'elle sauve.

À QUOI SERVENT VOS CONTRIBUTIONS À LA RÉGION

Chaque **1.00$** dépensé à la région sert à payer ces services :

- ✓ ***0.30$ cents :*** les frais de représentation. Ils sont fractionnés comme ceci : les frais du délégué, du délégué adjoint, du président de la région, du vice-président, du secrétaire, du trésorier, du responsable du bureau, des responsables des comités : séminaires, la Vigne AA et des publications, du Nordet, de l'information publique du CMP, et autres activités.
- ✓ (Il serait a propos de leurs rappeler que notre région est encore plus grande que l'état du Texas qui est le plus grand des états Américain, ce qui explique nos frais de représentations élevés)
- ✓ ***0.16$ cents***: les contributions au B.S.G.
- ✓ ***0.14$ cents :*** emploi (s) rémunéré (s). Ils sont fractionnés comme ceci : employé à temps partiel du bureau et charges sociales.
- ✓ ***0.10$ cents :*** le loyer et location de salles.
- ✓ ***0.09$ cents*** : les divers. Ils sont fractionnés comme ceci : frais bancaires, entretien, activités spéciales et autres dépenses.
- ✓ ***0.08$ cents :*** frais d'imprimerie pour le Nordet, annuaires, reproductions.
- ✓ ***0.03$ cents :*** le téléphone.
- ✓ ***0.03$ cents :*** les frais de poste
- ✓ ***0.05$ cents :*** la littérature.
- ✓ ***0.05$ cents :*** le papier et les fournitures.

(*Les montants d'argent changent mais les pourcentages demeurent pratiquement toujours les mêmes)*La région et ses comités aident au développement régional des AA tout en apportant une attention spéciale aux districts, qui ont besoin d'assistance dans leurs comités locaux.

Voici Quelques Questions Fréquemment Posées

1e Question : Notre groupe veut faire une soirée pour marquer son anniversaire. Pouvons-nous utiliser les fonds de la septième tradition pour payer la nourriture**?**

Réponse : La plus des membres comprennent que leurs contributions à la 7 e tradition serviront à payer les dépenses du groupe et le travail de douzième étape. Les soirées d'anniversaire du groupe, même si plusieurs membres des AA considèrent qu'elles sont traditionnelles et utiles. Certains groupes demandent à leurs membres de mettre un peu plus d'argent dans la collecte pour payer les coûts de la célébration. D'autres choisissent de faire une 2e collecte. Chaque groupe doit décider, et le choix, quel qu'il soit ne semble pas entrer en conflit avec la 7e Tradition de l'autofinancement. Chaque groupe est autonome de ses choix.

2e Question : Qu'est-ce que le (fond de réserve) ?

Réponse : Le fond de réserve, c'est la (réserve prudente du BSG). Il existe principalement pour fournir des ressources financières afin de continuer d'offrir les services essentiels du BSG et du AA Grapevine,(Vigne) pendant une limite d'un an, dans l'éventualité d'une réduction substantielle des revenus normaux de l'organisme. Ce qui a rapport au BSG de la région 89

La réserve prudente est de trois mois.

3e Question : J'entends toujours parler du Plan Anniversaire. Qu'est-ce que c'est



Réponse : La conférence des Services généraux de 1955 a approuvée le Plan anniversaire, par lequel des membres du Mouvement envoient un dollar pour chaque année d'abstinence cumulée chez les AA. D'autres utilisent le montant de 3.65$ «Un sou par jour, pour chaque année.» Certains donnent plus mais le montant ne peut pas excéder 3000 $ par année.

L'alliance de l'Argent et de la Spiritualité.

Les membres célèbrent la sobriété en donnant de leur temps, de leur énergie et de l'argent pour supporter notre Douzième Étape et transmettre le message, le service de base qu'offre le mouvement des AA. Les membres s'assurent de payer les dépenses du groupe en versant de l'argent dans le panier que l'on passe à chaque réunion. Chaque membre a la responsabilité de supporter les services demandés par le mouvement des AA, d'aider à faciliter la Douzième étape, vitale chez les AA. Les contributions sont faites dans un esprit de sacrifice et elles honorent le code des AA (D'amour et de service). Les contributions soulignent aussi la nature spirituelle de notre Mouvement et notre amour et notre confiance mutuelle. Nous avons constaté que ces conditions sont aussi importantes à chaque membre qu'elles le sont aux centres de service qu'ils supportent.

Source: Titre original A.A. guidelines – finance.

Robert R.

Secrétaire Région 89



« QUAND RIEN NE VA PLUS »

Ouf !!! Un peu plus et j'étais en panne d'inspiration pour écrire mon article. Mais comme je confie toujours mon travail à mon Dieu, ce dernier s'est organisé pour m'alimenter et dans tous les sens du mot. Mais le temps venu si je m'étais écouté je l'aurais fait avec ma tête, mais comme le dit si bien notre programme : « Pensez, Méditez, Pensez » et maintenant je suis prêt.

Le Fouineur a assisté à une réunion de district. Un membre a pris la parole et a parlé de la deuxième Tradition, comme étant celle qui nous éclaire lorsqu'il y a des différents entre les membres. Vous savez, plus j'avance dans le mouvement des Alcooliques Anonymes plus je suis convaincu que sans nos Traditions le mouvement irait « chez le diable » comme diraient certains. Alors je suis allé valider ce que notre littérature dit au sujet de la deuxième Tradition.

C'est 'histoire d'un membre qui demeure dans une ville et qui doit déménager. A L'endroit où il arrive il n'y a pas de groupe AA. Alors il décide d'en fonder un. En tant que fondateur c'est lui qui dirige, ce dictateur inoffensif devient le président d'un comité avec ses nouveaux amis. Et arriva ce qui devait arriver. Il y a eu des divergences d'opinions. Les nouveaux se posent des questions…Qui dirige? A-t-il réellement un leadership dans AA? Et **Quand rien ne va plus,** que deviennent nos fondateurs? Au fur et à mesure que s'estompent leur dépit et leur angoisse, un changement subtil se produit en eux. En fin de compte, ils se répartissent en deux camps qu'on pourrait désigner ainsi : les «vieux sages» et les «aspirants frustrés». Les premiers reconnaissent la sagesse de la décision, ne gardent aucun ressentiment, ont un jugement sûr, fortifié par une expérience considérable et se contentent de rester calme en attendant patiemment la suite des événements. Les aspirants frustrés, eux, sont parfaitement convaincus que le groupe ne peut fonctionner sans eux, multiplient les intrigues pour regagner leurs postes et continuent d'être dévorés d'apitoiement. Ils sont à ce point rongés par la frustration qu'ils se détachent entièrement de l'esprit et des principes des AA.

La plupart en ressortent grandis et se transforment peu à peu en vieux sages. Ils deviennent alors les leaders authentiques et permanents des AA. Lorsqu'il y a crise, c'est auprès d'eux qu'on trouve les connaissances éprouvées et la sagesse sans prétention de l'expérience. C'est vers eux qu'on se tourne pour résoudre les conflits douloureux. Ils deviennent la voix de la conscience de groupe; en fait, la véritable voix des Alcooliques Anonymes, c'est eux. Ils n'ont aucun mandat; ils entraînent par leur exemple.

Telle est l'expérience qui nous a amenés à la conclusion que notre conscience de groupe, bien éclairée par les anciens, se révélera plus sage, à longue échéance, que celle de tout meneur individuel.

Conclusion : La majorité du texte est tiré du livre Les douze Étapes et les douze Traditions au chapitre de la deuxième Tradition. Lorsqu'il arrive des conflits dans nos groupes, notre district ou à la région, il ne faut pas oublier le nouveau, qui arrive dans le groupe, dans le district ou la région : alors que nous sommes centrés sur nos «petits problèmes», ces personnes passent sans s'arrêter pour servir…ça leur fait peur…

À la prochaine,
Le Fouineur.



Bonjour mes amis,

Mon nom est Richard B et je suis un alcoolique. J'ai l'honneur et le privilège de servir la Région 90, Nord-Ouest du Québec, comme délégué du groupe 60. Les Douze Traditions mettent en évidence le principe que les AA comme tel ne devraient jamais être organisés, qu'il n'y a aucun chef ni gouvernement chez les AA. Par contre, les Traditions reconnaissent le besoin d'une forme d'organisation pour transmettre le message là où les groupes ne peuvent pas le faire, telle la publication d'écrits uniformes et les ressources d'information publique, l'aide aux nouveaux groupes pour démarrer, les publications d'une revue internationale et la transmission du message dans d'autres langues dans d'autres pays. Réf : Manuel du Service chez le Avez-vous déjà eu besoin de la transmission du message dans une autre langue dans un autre pays? Moi, oui! J'ai vu le langage du cœur en action. Je crois fermement qu'il n'y a qu'un seul langage que nous devons employer chez les Alcooliques anonymes et c'est celui du cœur. Un alcoolique qui parle à un autre alcoolique de son expérience, sa force et son espoir. C'est le cœur qui parle quand nous essayons de transmettre le message en donnant de l'espoir à un nouveau ou à un alcoolique anonyme en difficulté peu importe où il se trouve sur la planète. Mais sans l'argent de notre 7ième Tradition, qu'en est-il exactement. J'ai une expérience particulière à vous raconter concernant le langage du coeur. En 2006, mon travail m'amène à Nagoya, au Japon, pour une période de 3 mois. À cette époque, j'ai 17 ans de sobriété, je suis vice-président de la région 90 et j'ai une bonne situation familiale. J'apporte ma littérature AA dans mes bagages et je suis très confiant de trouver une réunion sans problème. Une seule chose que j'ai oubliée : je ne parle pas japonais. Je fais partie d'une équipe de 25 personnes et je suis le seul alcoolique anonyme du groupe. Après un certain temps, même avec ma littérature, je deviens un alcoolique anonyme en difficulté, étant incapable de parler à un autre alcoolique ou incapable de trouver une réunion. Je demande de l'aide à des employés de l'hôtel où je demeure, qui se débrouille un peu en anglais, en leur expliquant que je cherche une réunion AA. Ils me demandent tous : « C'est quoi, AA »? Je leur explique brièvement que c'est un groupe d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience pour ne pas boire. Ils me répondent tous qu'eux aiment bien boire avec les amis et qu'AA n'est pas pour eux. Je sais très bien que j'ai perdu la sécurité que seul un alcoolique anonyme peut me procurer et je dois faire quelque chose.

Un soir où j'assiste à une partie de baseball, que je me sens isolé, seul au monde et incapable de le dire à un autre alcoolique, je me commande une grosse bière. J'ai peur, je ne veux pas boire. J'ai mon verre à 6 pouces de la bouche et soudainement, je pense à mes amis avec qui je fais du service AA dans la région 90 et je me dis qu'avant de prendre mon premier verre, je dois leur téléphoner. Je reviens à mon hôtel et je téléphone à notre déléguée Linda et lui explique dans quelle situation je suis. Je ne trouve pas d'aide, donc je ne peux parler de ma situation à quelqu'un qui me comprendra. Elle m'écoute et me dit qu'elle enverra un courriel au BSG pour de l'aide.

Quelle ne fut pas ma surprise de voir dans mes courriels, le lendemain, une liste de 15 noms d'alcooliques anonymes anglophones vivant au Japon! J'ai imprimé le courriel et je me suis mis à la recherche d'un alcoolique à qui je pourrais parler, tout comme Bill W l'avait fait à Akron, 75 ans plutôt. Je ne voulais pas boire, j'avais peur et je savais que si je prenais mon premier verre, c'était terminé. Après six appels infructueux, je suis venu bien près de lâcher et d'aller rejoindre la gang au bar. Je savais où ils étaient. Mais ça m'a dit intérieurement passe la liste au complet. Au 7ième appel, quand même bizarre, 7ième appel 7ième Tradition, j'ai réussi à parler à un alcoolique du nom de Tom. En fait, parler est un grand mot je me suis plutôt mis à pleurer, car d'entendre sa voix m'a procuré une sécurité que j'avais perdue. Un alcoolique qui parle à un autre alcoolique. J'ai pu, avec l'aide d'un autre alcoolique du nom de Scott, trouver une réunion, parler à des alcooliques deux fois par semaine et revenir au Canada avec ma sobriété. Il a fallu des sous de notre 7ième Tradition pour qu'il y ait un meeting ouvert là ou j'en aie eu besoin.

Vous savez mes amis, notre gros livre est actuellement traduit en 61 langues. Je suis toujours content d'apprendre que mes contributions à la 7ième Tradition puisse servir à aider des alcooliques à se rétablir peu importe où ils se trouvent sur la planète. Mais par l'expérience que je viens de vous raconter, c'est moi qui ai profité de la 7ième Tradition.

Je voudrais citer la page 338 du livre Le Dr BOB et les pionniers : « Une dernière chose. Nous ne serions pas ici aujourd'hui si quelqu'un n'avait pas pris le temps de nous expliquer certaines choses, de nous donner une tape sur l'épaule, de nous amener à une ou deux réunions, d'avoir pour nous quantité de petites attentions généreuses et délicates. Par conséquent, ne soyons jamais prétentieux au point de refuser ou de ne plus essayer d'offrir à des personnes moins chanceuses l'aide qui nous a fait tant de bien.» Fin de la citation.

En terminant, j'espère que notre vision de l'avenir sera axée sur le groupe des AA comme outil fondamental de rétablissement. J'espère que notre vision comprendra un mouvement des AA où les groupes auront encore le droit de se tromper. J'espère que notre vision comprendra un mouvement des AA où le service qui demande un contact humain avec d'autres alcooliques en rétablissement demeurera très important. J'espère que notre vision comprendra un mouvement des AA où des mots organisationnels tels «rapidité» et «commodité» ne remplaceront pas la structure de base du service et le langage du cœur, qui demandent souvent beaucoup de temps et d'efforts afin d'être exprimés et entendus. Et tout ça ne peut se réaliser qu'à l'aide de la 7ième Tradition.

Merci de votre attention.

Richard B,
Délégué groupe 60
Région 90 Nord-Ouest du Québec

Ma Survie,

Toute ma vie, je sentais que j'étais différent de mes frères. Leur façon de percevoir les événements, leurs émotions subites face aux comportements d'autrui ; moi je me distançais de toute discipline, refusant d'être stéréotypé, d'être comme tout le monde. Au début de mon adolescence je me retrouvai seul face a moi-même ayant perdu tous mes amis et voyant les plus vieux quitter le milieu familial, une peur énorme m'envahissant, me refoulant dans mon cocon, j'essayais de me protéger de ceux qui m'entouraient, voyant en eux des comportements méconnus. Ce comportement m'emmena à une grande isolation; pour m'offrir un genre de protection, je me mis à faire des sports très durs physiquement, me bâtissant un physique imposant, après cela tout me semblait plus réconfortant; mais mes yeux restèrent fermés à mon entourage, jusqu'au jour où je rencontrai un garçon de mon école qui m'invita à sortir dans une bavaroise. J'y suis allé et pour la première fois, je bus de la bière et découvrant un effet euphorisant et exaltant, je m'engouffrai dans des dizaines de consommations jusqu'à la perte de conscience. Cela m'emmena 3 ans plus tard dans un gouffre sans fond perdant tout, mon orgueil en avait pris un coup et je me retrouvai encore seul. Je passai 2 ans abstinent dans la conquête d'une femme que j'aimais en la voyant et partis faire ma vie avec elle. Me sachant en sécurité, je me remis à boire et cela repris de plus belle des allures déconcertantes : nous eurent deux enfants et plus tard des problèmes comportementaux, des dépressions, burn out, et angoisses apparurent. Un matin de juin 2006 je me suis fait sortir de chez moi. J'ai dû suivre à la lettre des règlements sinon c'était la prison qui m'attendait. Je pris alors ma dernière cuite et pleurant sur mon sort : je pensai alors à une aide qui était donnée à mon usine pour les alcooliques. Je m'y rendis et ils me placèrent aussitôt dans un centre de thérapie fermée. J'y appris une chose qui m'a aidé beaucoup : avoir de l'écoute, accepter les propos des autres, sans vouloir avoir toujours le dernier mot et le plus important pour moi fut mon Dieu d'Amour qui me protégea, qui m'apporta une paix intérieure. Depuis cinq ans et demi que je suis abstinent et je peux vous dire que je commence seulement à être honnête envers moi-même : je sais qu'aussitôt que je m'en passe une vite, je vais en payer le prix, ma conscience me le fait sentir, ne pouvant plus dormir, alors de me dire que j'ai eu des expériences et des choix difficiles à en payer le prix, je demeure au fond de moi une bonne personne et j'accepte aujourd'hui ma condition en étant honnête envers moi , depuis quatre ans je fais une 12ème Étape tout en me respectant; si je me sens faiblir, je me tasse aussitôt.

Je pris aussi des tâches dès mes trois mois. Je repartis un groupe qui était en péril, aujourd'hui il a cinq ans et les gens aiment y venir car l'Amour y règne; j'ai contribué à cinq autres groupes, leur venant en aide. J'ai été R.S.G. et j'ai fait partie du comité de l'information publique. Aujourd'hui je suis responsable de la Vigne et du journal du district, et j'aide maintenant aux archives de la région 89. Je suis très fier de moi et pleinement conscient de mes émotions! Merci à vous tous mes frères et sœurs AA, en particulier mes Amours de la région de Louiseville.

Sylvain M,

Alcoolique et heureux d'être parmi vous!



L'importance de L'Anonymat

L'anonymat est la base spirituelle des alcooliques anonymes. L'anonymat incite chaque association à se gouverner selon les principes et non d'après les personnalités. Les membres étant tous égaux, ils s'efforcent de promouvoir le programme de rétablissement plutôt que la notoriété des membres. L'anonymat observée dans les médias de publicité, constitue le gage, pour tous les membres et pour les nouveaux en particulier, que leur appartenance à un Mouvement ne sera pas dévoilée.

Dans les premiers temps des AA, alors que le mot "alcoolique" évoquait une tare plus marquée qu'aujourd'hui, il était facile de comprendre cette répugnance à se voir identifié et mis en évidence. Avec la croissance du Mouvement AA les valeurs positives de l'anonymat n'ont pas tardé à se manifester.

En premier lieu, nous savons par expérience que plusieurs buveurs problèmes hésiteraient à demander l'aide des associations s'ils craignaient que leur cas puisse être exposé publiquement par d'autres personnes, même par inadvertance. Les nouveaux membres devraient avoir la complète assurance qu'en demandant l'aide d'un groupe, leur identité ne sera révélée à personne à l'extérieur du Mouvement.

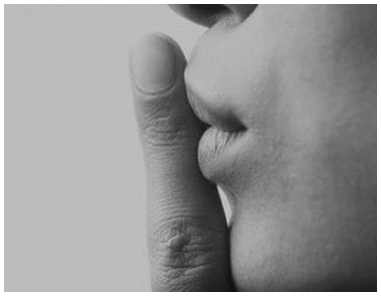
D'autre part, l'idée de l'anonymat personnel revêt une signification spirituelle en ce sens qu'elle décourage les appétits de reconnaissance, de pouvoir, de prestige ou d'intérêt qui ont causé tant de difficultés à d'autres organismes.

Bien que tous les membres aient le droit d'interpréter les Traditions comme ils l'entendent, aucun d'entre eux n'a jamais été reconnu comme le porte-parole officiel de l'association, que ce soit à l'échelle locale, nationale ou internationale. Chaque membre ne représente que lui-même.

Il arrivera, pour les raisons les plus diverses, qu'un membre viole volontairement l'anonymat en public. Comme c'est là une question de choix personnel et de conscience, l'association ne peut évidemment exercer de contrôle sur de tels manquements à la tradition. Il ne fait pas de doute cependant que la très grande majorité des membres réprouve cette attitude.

Source : Littérature AA

Anne S.
RSG
District 89-16



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

Bienvenue les internautes!

Nouveautés dans le site

http://www.aa-quebec.org/region89/menu-reunions.html
http://www.aa-quebec.org/region89/menu-congres.html
http://www.aa-quebec.org/region89/menu-nordet.html

Ces 3 liens vous donnent accès aux réunions, congrès et nordets, vous me direz; « on les connait », mais il y a de petits changements. Allez voir par vous-mêmes !

En ce qui regarde les réunions AA, vous pouvez toujours les visualiser par district ou par localité mais c'est le format qui a changé et j'espère qu'il vous sera plus facile d'y accéder maintenant.

Pour les Congrès c'est un peu le même principe, vous pouvez visionner tous les congrès, ou par mois (juste les mois où il y a des congrès) et par ville ou localité.`

Quant aux Nordets, ils sont affichés par année et par mois de parution c'est très facile et n'oubliez pas les sommaires.

Enfin de la relève au site Web

Ceux qui ont assistés à l'assemblée régionale de février ont eu la possibilité de rencontrer Pierre B. qui a accepté de prendre la relève lorsque mon mandat sera terminé.

À la réunion conjointe de février, les membres du comité exécutif ont accepté qu'il participe à la rencontre des webmestres et au comité provincial en avril prochain. Il sera probablement des nôtres à l'assemblée générale.

Une page pour le comité du site Web

http://www.aa-quebec.org/region89/comites/web/ouverture-web.html

C'est un début, et ce n'était pas un luxe après 10 ans d'existence je me devais, avant de quitter, au moins ouvrir une page où nous pourrons insérer une foules d'informations pour les RSW. Ce n'est qu'un début.

Quant aux RSW (responsables du site Web), votre webmestre se fera un plaisir de placer vos bulletins de nouvelles, ou autres documents dans vos pages de district, contactez moi à webmestre@aa89.org. Merci de votre fidélité et de votre implication. À la prochaine !

Francine L., webmestre, Région 89

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 caractères d'imprimerie et le poster (ou le télécopier) au bureau régional :

Région Nord-Est du Québec
75, rue des Épinettes - Suite 3
Québec (Québec) G1L 1N6
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

Le Nordet est le bulletin d'information de la Région Nord-Est du Québec (89), et est publié six fois par année. renseignements en caractères d'imprimerie, joindre un chèque ou mandat, libellé à l'ordre de la Région Nord-Est du Québec, d'une somme de 12 $ pour un abonnement individuel; 18 $ pour deux abonnements; 22 $ pour trois abonnements et 25 $ pour quatre et 28 $ pour cinq abonnements.
Pour vous abonner (ou vous réabonner), veuillez utiliser ce coupon-réponse, écrire tous les 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

_____





À noter à votre agenda

Calendrier et événements régionaux

Congrès du District 89-18, Cap-de-la-Madeleine.
1e juin et 2 juin 2012
Thème: "Gardons ça simple"
Salle Félix Leclerc, 1001 rang St-Malo.
Responsable: Lucille T.

36e congres AA Joliette Lanaudière nord
15 et 16 Juin 2012
Participation Al-Anon
École secondaire Thérèse Martin
916 rue Ladouceur, Joliette, Québec
congres0326@aa90.org

33e Congrès du District 89-10
22-23-24 juin 2012
456 rue Arnaud, Sept-Iles, Québec
Sept-Iles, Québec
Contact : AA-418-962-5600

42 ieme congrès de Baie-Comeau
27,28 et 29 juillet 2012
Thème : Tendre la main
Lieu : Cegep de Baie-Comeau
537 boulevard Blanche
Contact: Steeve M.

Pour accéder à l'édition électronique, consultez le site Web au :
www.aa-quebec.org/region 89

et pointez *Le Nordet* tout au haut de la page

Bonne Lecture