

L'HÉRITAGE

Vol. 28 numéro 6 Bulletin de la région 90 – Nord-Ouest du Québec déc08/jan 09

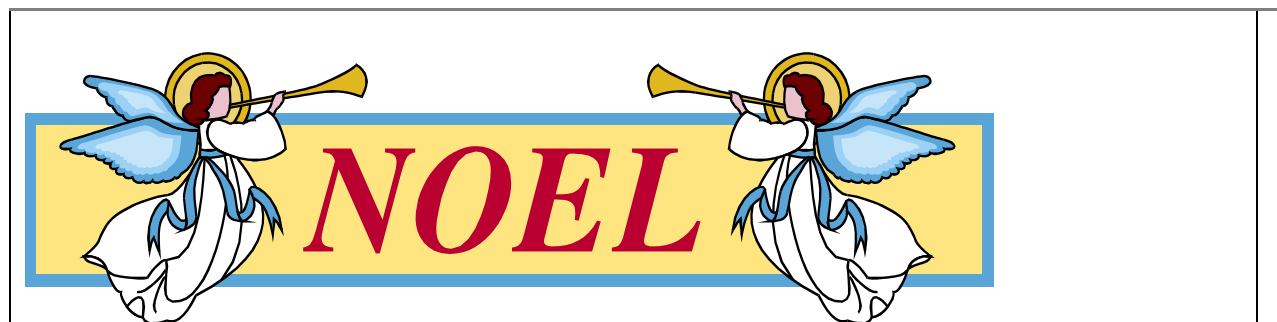
DISTRICTS

Montréal-Nord (90-01)
Centre-Sud Laval (90-02)
Joliette (90-03)
Laurentides (90-04)
Ottawa-Hull (90-05)
Abitibi – Témiscamingue (90-06)
Les Deux Rives (90-07)
Repentigny (90-08)
Saint-Jérôme (90-09)
De La Vérendrye (90-11)
Chomedey (90-12)
Sainte-Rose (90-13)
Duvernay-Terrebonne (90-14)
Sainte-Thérèse (90-15)
Laval-Ouest (90-16)
Deux-Montagnes-Oka (90-17)
Charlemagne
Le Gardeur-Lachenaie (90-18)
Mont-Laurier (90-20)
Sainte-Julienne (90-21)
Gatineau (90-22)
Les Basses Laurentides (90-24)
Les Cimes des Laurentides (90-25)
De Lanaudière Nord (90-26)
Nunavik-Nunavut (90-27)



Dans cette édition :

Coin de l'Éditeur	P. 2
Coin de l'Éditeur 1976	P. 3
Coin du délégué.....	P. 4
Coin du Président.....	P. 6
Coin du Vice-président.....	P. 7
Coin des Publications.....	P. 8
Implication.....	P. 9
Le service.....	P. 11
Version anglaise.....	P. 14
Note du délégué-adjoint.....	P. 17
Activités à la région.....	P. 18
Abonnement.....	P. 19
Archives	P. 20
Liste de contrôle	P. 21
Coin du Délégué-adjoint.....	P. 23
Coin de la Trésorière.....	P. 24
Coin du Secrétaire.....	P. 25
Coin des RDR.....	P. 26
Itinéraire.....	P. 32



LE COIN DE L'ÉDITEUR

Bienvenue à la lecture de votre Bulletin Régional, L'HÉRITAGE.

Bonjour à tous,

Dans ce numéro, un peu plus volumineux que les autres, vous allez lire des partages venant de membres qui servent AA, des partages de cœur, d'amour et de gratitude envers le mouvement des Alcooliques Anonymes. En lisant ces articles, je dois vous dire que j'ai été ému, profondément par l'immense dévouement de ces membres AA.

À la dernière Assemblée générale de la Région 90, nous avons un invité, soit le Directeur général du Bureau des Services à New York, Gregg M.; celui-ci nous a transmis un message que vous pouvez lire dans ce numéro. La présence de ce membre a été très appréciée par tous les membres présents de notre Région. Lors de cette journée, que je considère mémorable, plusieurs RDR et RDRA ont aussi partagé sur un sujet choisi que vous pourrez lire aussi dans ce numéro.

Le Bulletin L'Héritage reçoit des partages qui viennent des membres de toutes les sphères de notre structure, la pyramide à l'envers; tous et chacun de vous peuvent nous faire parvenir leur partage de services, partager cette expérience, cette force et cet espoir qui nous lient tous et chacun. J'aime bien souvent me répéter cette petite phrase : « *Ne demandez pas ce que AA peut faire pour vous, mais plutôt ce que vous pouvez faire pour AA* ».

Pour finir, je vous souhaite un temps des fêtes rempli de joie, d'amour et de sobriété et que votre puissance supérieure, telle que vous la concevez, vous aide à semer le bonheur autour de vous.

Amour et Service

Donald C. Président du comité du Bulletin L'Héritage

L'HÉRITAGE est publié par le Comité du bulletin régional de la Région Nord-Ouest du Québec(90).

Il y a six numéros de L'Héritage par année. Tous les RSG, responsables des comités/sous-comités, secrétaires et trésoriers des districts, RDR, RDRA, RDRL, RDRLA, anciens Délégués et serviteurs actuels de la Région reçoivent l'Héritage.

Lorsque non explicite dans le texte, toutes les expressions désignant des personnes visent à la fois les hommes et les femmes. Aucun article de ce bulletin n'engage la responsabilité d'Alcooliques Anonymes et sa structure. Ces articles proviennent de membres, hommes ou femmes, qui ont librement décidé de partager leurs expériences. Si toutefois vous avez des commentaires, je vous invite à les faire parvenir au responsable du bulletin ou à son adjointe.



30^e ANNIVERSAIRE

Voici, selon nos Archives de la Région un aperçu, des premiers numéros du Bulletin L'Héritage.

Assemblée Régionale, Hawkesbury, le 6 Août 1976.

Proposition #5 : *“Bulletin ou calendrier. À partir du 1^{er} janvier un bulletin bimensuel, accentuant sur les services sera envoyé aux membres de district et le délégué”.* Cette proposition est faite par Fernand T., secondé par Jean-Guy P.

Archives : de 2000 à 2003

Confier notre avenir aux principes des A.A.: Thème de la 50^{ième} Conférence des services Généraux. Notre délégué, Gaétan M., ira représenter la Région 90.

Le Congrès International de Minneapolis a réuni plus de 50,000 membres venus d'un peu partout dans le monde. Notre délégué Gaétan M. a représenté la Région 90.

2001- La Région 90 fête cette année ses 25 ans.

Du nouveau à la Région : la Région innove cette année avec une Assemblée de Bienvenue dans les Services chez A.A. et une Journée de Partage entre RDR et RDRL.

Le Gros Livre des A.A. dépasse les 20 millions d'exemplaires.

2002-Élection de nouveaux membres : Marc-André G., délégué, Mario B., délégué adjoint, Donald C., président, Huguette C., Vice-présidente, Jean-Claude M., trésorier et Louise G., secrétaire.

Premier Congrès autochtone sur la réserve de Betsiamites

2003- Lynda B., est la nouvelle présidente du Bulletin Régional

Robert P., délégué du panel 48, de la Région 90 est élu Administrateur Territorial de l'Est du Canada, pour quatre ans, au Bureau des Services Généraux.

2004- Alcooliques Anonymes : 60 ans d'existence au Québec

2006- Lynda B., déléguée assiste à la 56^{ième} conférence : « Transmettre le message dans un monde en évolution »

Le Groupe des Pionniers fête son 50^{ième} anniversaire

30^{ième} anniversaire de la région 90, le thème : « Action-Évolution »

Ceci conclut la série d'articles provenant du Bulletin L'Héritage pour le 30^{ième} anniversaire de La Région 90

Amour et Service

Donald C., Président du Bulletin L'Héritage

11^{ème} ÉTAPE:

« Nous avons cherché par la prière et la méditation à améliorer notre contact conscient avec Dieu, tel que nous le concevons, lui demandant seulement de connaître Sa volonté à notre égard et de nous donner la force de l'exécuter. » (*Les douze étapes et les douze traditions*)



COIN DU DÉLÉGUÉ

En l'approche de la période des fêtes, j'aimerais partager avec vous une prière que j'ai composée dans un moment où, tout comme n'importe quel alcoolique qui souffre, je recherchais l'humilité telle que décrite par la plaque que le Docteur Bob avait sur son bureau. À vous, à votre famille, vos parents, amis(es), proches, celui qui recherche l'amour et surtout ceux qui en ont besoin, de joyeuses fêtes et une bonne année 2009, dans la sobriété et l'amour de servir.

Sylvain. L., Délégué, Région 90

HUMILITÉ

Sur son bureau, le Dr Bob avait une plaque qui définissait ainsi l'humilité : «l'humilité est une perpétuelle tranquillité du cœur. C'est n'avoir aucun problème. C'est ne jamais être fâché, vexé, irrité ou blessé. C'est ne m'étonner de rien qui puisse m'arriver. C'est ne pas sentir les attaques des autres. C'est rester calme quand personne ne me louange, et si je suis blâmé ou méprisé, c'est de trouver en moi un lieu béni où je puisse me retirer, refermer la porte, m'agenouiller devant mon père en secret et être en paix, comme dans une mer profonde de calme, quand tout autour de moi semble trouble.

Merci, mon Dieu

Oui, mon Dieu, je suis cette femme, cet homme rempli de lumière malgré toute cette noirceur. Oui, mon Dieu, je continuerai à faire le ménage de ces vieux tiroirs enfouis au fond de mon cœur.

Mon Dieu, je sais que je ne suis pas un simple vase vide, mais bien celui ou celle qui décore ce vase et sa vie.

Car aujourd'hui, je vois le monde tel que je suis avec amour.

Je serai comme ce cheval qui marche la tête haute et fière parmi tant d'autres; plus jamais je ne me contenterai de faire le mouton.

Je tisserai ta toile un jour à la fois par mes actions et ton aide, mon Dieu.

Je te demande, mon Dieu, de laisser couler toutes tes larmes sur l'homme ou la femme que je croyais être.

Mon Dieu, je préparerai la table pour tous ceux qui en auront besoin, car la femme ou l'homme que je suis a le cœur rempli d'amour et celui qui vivra à mes côtés le ressentira du plus profond de son cœur.

Je serai comme ce moulin, mon Dieu, rempli de lumière malgré la tempête.

Oui, Père, je te demande de me bercer dans ce champ de roses et que la profondeur de mon regard te montre la grandeur de mon âme.

Mon Dieu, que la souffrance qui coule en moi nourrisse mon cœur afin d'en voir réellement sa beauté.

Que ceux qui m'aiment inconditionnellement réjouissent mon cœur, car il est fini le temps où cette magnifique fleur que je suis tourbillonnait.

Oui, mon Dieu, je deviendrai moi, parmi les autres; je montrerai que je suis bien vivant ou vivante dans toute sa douceur et sa profondeur.

Je ne me laisserai pas abattre comme tant d'autres, car je sais que maintenant plus que jamais tu me tiens la main.

Par ta grâce, mon Dieu, rends moi lumineux ou lumineuse; montre-moi cet endroit paisible et nourris mon âme; fais que je partage mon amour avec ceux qui se sentent seuls à bord et guide mon cœur.

Que je devienne cette reine ou ce roi, mon Dieu, et Toi, le Maître.

Mon Dieu, demeure le chef d'orchestre et enseigne-moi ta musique.

Que je demeure cette cerise que l'on savoure, mais enveloppe-moi de ta sagesse afin que je demeure entière ou entier.

J'ai confiance, mon Dieu, que mon amoureux ou mon amoureuse arrivera en son temps à bon port, avec ses fruits et les couleurs de l'amour et mes lèvres goûteront à la pureté de notre amour, car cette union sera comme ce lac où tu projettes ta lumière, calme et transparente.

Oui, mon Dieu, je ferme les yeux pour mieux voir les tiens.

Finies pour moi les eaux troubles! Rappelle-toi bien, mon Dieu : je suis cette petite fleur éclatée qui n'attend que pour partager son amour, cet enfant qui un jour a rêvé à l'amour.

Alors, mon Dieu, finis les endroits qui brûlent mon cœur.

Si tu as déployé mes ailes, alors réchauffe mon cœur et éloigne de mon moulin cette noirceur, car je veux courir dans ce champ de roses où tu m'as promis de m'enseigner la danse.

Mon Dieu, je sais que tu as réservé spécialement pour moi ce trèfle à trois feuilles. Merci, mon Dieu, pour les anges qui me protègent!

Aujourd'hui, mon Dieu, je serai comme ce papillon qui sort de la chrysalide, grâce au soleil qui réchauffe ses ailes.

Alors, mon Dieu, je te fais confiance et j'écouterai la profondeur de mon cœur.

Mon Dieu, aujourd'hui je sais que je suis unique et merveilleuse ou merveilleux. Finie la noirceur! Et s'il le faut, qu'elle demeure; alors à toi de la transformer pour quelle devienne toute ma force.

Oui, mon Dieu, j'ai confiance!

Ta fille ou Ton fils. Xoxo





LE COIN DU PRÉSIDENT

Bonjour, mes amis A.A.! Que de beaux moments se sont passés depuis que j'ai écrit dans le dernier bulletin L'Héritage. Le plus récent est, bien sûr, notre assemblée générale du 18 octobre, une toute nouvelle expérience avec la formule de la conférence. Pour ceux qui n'ont pas eu la chance de participer à cette journée, je vais vous décrire un peu ce qui s'est passé.

Nous avons reproduit en partie ce qui se passe à la Conférence annuelle à New-York. Sur le thème de la 59^e Conférence {Notre engagement à transmettre le message des A.A. – L'enthousiasme et la gratitude à l'œuvre} et les sujets d'exposés/discussions qui sont divisés en 3 groupes et subdivisés en 3 sous-sujets que l'on retrouve à la page 9 du rapport final de la conférence 2008. À l'instar de la Conférence, les sujets étaient abordés par 9 R.D.R. qui, en passant ont fait un excellent travail. Par la suite, il y avait une période de questionnement ou de commentaire sur les sujets traités.

Il ne faut pas oublier la présence de Greg M., notre directeur général du bureau des services généraux qui était présent durant cette journée. Il nous a fait un exposé sur le service et la gratitude de A.A. tout en nous parlant de son expérience. Il a répondu à toutes les questions qu'on lui a posées avec calme et sérénité.

Je tiens à remercier tous les membres du District 90-22 pour leur accueil lors du comité régional du 4 octobre dernier à Gatineau; ce fut une très belle expérience.

En terminant, il y a un petit message pour les voyageurs : veuillez noter que le bureau des archives du B.S.G. sera fermé pour 3 mois à la fin de l'année 2008 et janvier 2009.

Merci d'être là

Gilles F. Président Région 90, Nord-ouest du Québec

President90@aa-quebec.org

« ...Je n'oublierai jamais ma première rencontre avec Bill W. J'étais abstinent depuis quelques mois et très excité, tellement heureux de rencontrer le co-fondateur que je ne cessais pas d'en rajouter sur ce que mon abstinence m'avait apporté et de lui dire mon éternelle gratitude pour avoir fondé les AA. Quand je me suis enfin arrêté, il a pris ma main et m'a seulement dit : « transmet-le. » »

--- Extrait d'une lettre au Bureau des Services généraux des AA.



LE COIN DU VICE-PRÉSIDENT

4 octobre 2008

Bonjour à tous,

Lors des visites de district que je fais, j'entends souvent parler de la douzième étape. Je vois le travail qui se fait au sein des comités et des services téléphoniques dans plusieurs régions. Comme vous le savez, le comité de la douzième étape à la région a été aboli en décembre 2006. J'ai regardé dans le rapport de la 58^{ième} conférence et je n'ai trouvé aucun comité de la douzième étape au BSG, donc je sais que la région 90 respecte la structure des AA.

Cependant, j'aimerais vous raconter une petite histoire que j'ai entendue dernièrement. Il était une fois un membre qui, comme à chaque semaine, se rend au service téléphonique du BCLB pour aller faire son 4 heures de service. Il sait qu'il n'aura que 3 ou 4 appels, mais comme il est un membre responsable, il est là à attendre un appel. Le matin du 12 septembre, il reçoit cependant un appel à l'aide d'un membre qui est retourné consommer depuis 2 ans et qui ne réussit pas à retrouver la magie d'AA. Il écoute ce membre souffrant, lui parle et prend le temps qu'il faut pour l'accueillir dans sa souffrance. Après un certain temps, il prend en note le numéro de téléphone du membre et lui dit qu'il va le rappeler ce soir vers 18h00; et ce membre responsable, qui n'a juste que ça à faire, remplit sa promesse et à 18h00, prend le temps de le rappeler.

Il invite le membre à une réunion en lui disant qu'il sera là pour l'accueillir et que c'est le seul effort qu'il lui demande pour l'instant, pour retrouver la magie. À son arrivée, le membre responsable dit à qui veut bien l'entendre que si un membre qui se nomme Mario, qu'ils n'ont jamais vu, arrive, de venir le chercher, car il veut être là pour lui tendre la main. Lorsque le responsable de la 12^{ième} étape se lève pour présenter l'enveloppe, comme Mario connaît le mouvement, celui-ci va chercher son enveloppe pour s'identifier et dit à tous que la seule méthode qui fonctionne pour un alcoolique comme lui, c'est AA.

Le responsable de la 12^{ième} étape a fait sa tâche, mais cependant le travail avait été fait bien avant le meeting. Pourquoi le membre responsable a fait tout ce qu'il a fait? Bien sûr, par amour, mais aussi parce qu'il sait que sa propre sobriété en dépend. D'ailleurs, n'est-ce pas comme ça qu'est venu au monde ce merveilleux programme? La rencontre entre deux hommes alcooliques, qui se sont rendu compte que si chacun s'occupe de l'autre, ils trouveront enfin la sobriété.

Voilà la petite histoire que je voulais partager avec vous; je ne sais pas ce que l'avenir réserve aux nouveaux membres, mais je sais que le membre responsable a fait tout ce qu'il pouvait pour transmettre le message. Dans la littérature, il est bien expliqué comment Bill et Bob sont partis visiter les hôpitaux pour trouver d'autres alcooliques comme eux pour transmettre le message. Je me rappelle qu'anciennement, au BCLB, il y avait une équipe volante qui se rendait dans les hôpitaux ou dans les foyers pour aller faire le travail de 12^{ième} étape, mais ce service n'est plus là, car nous avons déjà de la difficulté à trouver des membres pour aller répondre au téléphone.

On oublie trop souvent que le mouvement des AA nous a sauvé la vie; on va dans les salles de meeting; on parle avec nos amis, on critique les membres qui s'impliquent et on retourne paisiblement dans nos petites vies tranquilles, mais faisons-nous tout ce qu'il faut pour le nouveau qui souffre encore? Pour transmettre le message et pour remettre à AA ce qu'AA nous a donné? Voici, selon moi le vrai sens de la 12^{ième} étape qui doit venir de tous les membres qui sont sortis de la noirceur de l'alcoolisme : apprendre, pratiquer et transmettre.



Luc T. Vice-président – Région 90



LE COIN DES PUBLICATIONS

Héritage, décembre 2008

Communiqué Comité des publications

Bonjour à tous, membres de notre merveilleuse région. Au travers le « Communiqué/Comité des Publications », nous vous faisons part des derniers débouchés en ce qui concerne toute littérature en provenance de votre Bureau des services généraux. Je tiens à vous remercier tous et chacun pour l'intérêt que vous portez aux publications approuvées pas la Conférence. Je vous invite également à visiter le site des Publications au www.aa-quebec.org/region90... afin d'y découvrir un paquet de renseignements utiles pour aider l'alcoolique qui souffre encore...

Bonne lecture

Lise V.
Présidente, Publications
Nord-Ouest du Québec Région 90 - publ@aa90.org

* * * * *

Nouveaux formats en DVD et en CD: Les formats suivants sont actuellement disponibles en anglais.

Films/vidéos sur DVD:

- DV-03 Young People and AA (\$10.00 US)
- DV-06 Carrying the Message Behind These Walls (\$10.00 US)
- DV-07 Your AA General Service Office, the Grapevine, and the General Service Structure (\$10.00 US)
- DV-08 It Sure Beats Sitting in a Cell (\$10.00 US)

Audio sur CD:

- M-84 AA Comes of Age (\$10.00 US)
- M-87 Three Legacies, By Bill (\$6.00 US)
- M-88 Voices of Our Co-Founders (\$6.00 US)
- M-89 Bill Discusses the Twelve Traditions (\$6.00 US)
- M-90 Pioneers of AA (\$10.00 US)
- M-91 A Brief Guide to Alcoholics Anonymous (\$3.00 US)

58^{ième} Conférence des Services généraux: Conformément aux Résolutions et autres sujets étudiés par le Comité des Publications de la Conférence, les projets suivants sont classés « travaux en cours »:

* Le Comité des Publications de la Conférence 2008 a analysé les 15 histoires choisies qui seront ajoutées à la brochure « *Les AA pour les autochtones nord-américains* » (FP-21). Ceci est conforme à la Résolution de 2006, où était recommandé de réviser la brochure. Le service des publications travaille présentement à la version finale de la brochure, qui sera révisée par le Comité du Conseil pour les Publications et soumis pour approbation finale à la Conférence 2009.



IMPLICATION

Tout en ayant en tête l'endroit de la réunion, je ne voulais pas me tromper; je regarde défiler les numéros des maisons qui bordent les deux côtés de la rue. J'arrive enfin à l'adresse que m'avait indiquée mon ami, membre depuis belle lurette, lui aussi. J'immobilise mon véhicule face à l'endroit. Je reste dans l'auto, car j'hésite. Je sens que l'angoisse me tiraille et les pensées négatives m'assaillent. J'y vais ? Je n'y vais pas ? sont les bribes de phrases qui se retournent sans cesse dans mon esprit. Et pourtant je sais que j'en ai besoin de ce « meeting A.A. ».

Depuis plusieurs années dans le programme, je suis dans une mauvaise « passe » présentement, comme on dit. Les situations affectives et financières se sont détériorées à un point tel que j'en ai complètement oublié le Mode de Vie. C'est dans ces moments de souffrance que l'on se souvient de ce que nos confidents nous disaient constamment. : va faire un meeting et tu vas te sentir mieux.

Je me décide, enfin, de quitter mon auto, mon petit univers, et de me diriger vers la porte d'où trônent deux grosses lettres vertes : AA sur fond blanc. Depuis quelques années, je n'ai pas mis les pieds dans une salle de réunion et je me demande ce que je vais trouver. À l'entrée, un homme et une femme sont en train de discuter et me voient arriver. Ils se retournent et l'homme en premier, me tend la main et me dit : « Salut, mon nom est Bernard, je suis alcoolique, je te souhaite un bon meeting. » Sa poignée de main, électrisante, me réchauffe le cœur. La femme me serre la

main, elle aussi, et me souhaite une bonne réunion en m'invitant à l'intérieur pour prendre un café. J'entre dans la petite salle exigüe et me dirige immédiatement vers la table à café. Il y a là un autre membre qui se présente et m'offre un bon café chaud. Il commence la conversation sur tout et sur rien pour briser la glace et tisser des liens « Fais-tu beaucoup de meetings ? » Je le regarde et, avec l'honnêteté que j'ai du moment, je lui déclare que ça fait plus de quatre ans que je n'ai pas fait de réunion et je n'ai plus beaucoup de contact avec les membres. Il me regarde avec un air de compassion et, compréhensif, il me dit : « Tu joues avec le feu mon ami; nous, les alcooliques, avons besoin de ce contact humain et chaleureux pour pouvoir poursuivre notre route et accomplir notre mission.

Reviens avec nous et viens donner ce que tu as appris et partager ton expérience ; nous en avons tellement besoin. Justement nous avons besoin d'un membre pour faire la Douzième Étape et accueillir le nouveau et la nouvelle. Est-ce que cela t'intéresse ? Nous avons la réunion d'affaire ce soir à la fin du meeting et le moment est très bien choisi. Réfléchis durant la réunion et tu verras ce que tu décides. Dieu va te guider; Il t'a guidé pour venir ici. Mon nom est Jean-Paul et je suis un alcoolique dans le Programme. »

Je viens de retrouver mes racines par ces paroles. Il me manque dans ma vie, à ce moment, le vrai contact humain, le vrai sens du Mode de Vie qui est de donner. « Viens mettre tes connaissances et tes expériences au service des autres; vient t'impliquer. » Ces paroles me trottent encore dans la tête

CONNAISSANCES ET EXPÉRIENCES

lorsque je vois, assis dans le fond de la salle, un tout jeune homme qui tremble en essayant de boire une gorgée de café. Je tergiverse, mais je me dirige droit vers lui et m'assois à ses côtés. Je me présente et lui serre la main. Il me rend ma poignée de main mollement. « Tu es nouveau, toi ». Il détourne le regard et me répond timidement : « C'est mon premier meeting et je ne sais pas si je vais rester. J'ai beaucoup de problèmes avec ma conjointe et j'ai accumulé des dettes que je ne puis payer; alors je me suis mis à boire et les problèmes n'ont fait qu'empirer. Ma conjointe m'a menacé de me quitter et les agences de collection ne font que me harceler du matin au soir depuis plus d'un mois. »

Une larme dégouline sur sa joue et un soupir de découragement sort de ses narines. Je le prends par les épaules et lui dis : « Ne t'en fais pas, nous sommes tous à peu près passé par ces tourments de la vie. Le plus important c'est que, pour aujourd'hui, tu ne prends pas ton premier verre, c'est lui qui amorce ta soif insatiable et si tu continues de venir aux réunions, tu vas apprendre à régler tes problèmes un à la fois. » « Oui, mais j'ai soif et soif et soif. » Je le voyais se débattre avec l'obsession et s'enfoncer dans son désespoir. Calmement, je me suis mis à lui parler du programme, des Étapes. Je me suis confié à lui en lui expliquant ce que moi je vivais dans l'instant présent; nos angoisses se ressemblaient du tout au tout. Il semblait boire mes paroles. Je lui ai affirmé que moi, par contre, j'avais délaissé les réunions, trop occupé par mes affaires.

Je me sentais sûr de moi et au-dessus de mes moyens. Mais l'alcoolisme m'a fait faire des erreurs et des bêtises, l'orgueil a repris le dessus et je me sentais glisser dangereusement vers la bouteille; pour moi, boire signifie mourir. Ses yeux écarquillés me fixaient comme un aimant. Il me dit

alors : « Mais il faut en parler et c'est un peu pour cela que je viens ici ce soir. » Je suis saisi par sa réponse et nous avons continué de parler pendant plusieurs minutes. Je me suis levé et suis retourné voir Jean-Paul servant le café à d'autres membres qui venaient d'arriver. Je lui dis : « Jean-Paul ! Je vais la prendre la tâche de 12^e; comme tu l'as si bien dit j'ai eu mes réponses. »

C'est en s'impliquant qu'on s'oublie et souvent, dans les petites tâches, telles que ramasser les chaises, faire du café, faire l'accueil, mettre la main à la pâte comme dans un repas de famille, où tous et toutes participent au repas et au dîner. Le secret d'une belle sobriété se retrouve là et j'avais complètement oublié ces principes sacrés. Je laissais aux autres le soin de tout faire et paresseusement, je me disais : « Bien, ils sont là ; ils le font, ils peuvent se passer de moi. » Ou bien, par jugement des autres, je me disais : « Je n'irai pas à ce meeting-là parce qu'un tel ou une telle y va et je ne veux pas la voir »

C'est le nouveau ou la nouvelle qui n'a plus ses réponses pour des considérations égoïstes. Je me privais des lumières des autres. J'ai réappris ce soir-là que nous vivons dans une société très individualiste et que nous sommes tournés sur nous-mêmes. Dans cette société qui nous a montré que : « Charité bien ordonnée commence par soi-même » ce qui veut dire de penser à nous avant de penser aux autres. J'ai réappris, ce soir là, que je me suis oublié dans mes problèmes pour aider un autre être humain qui en avait besoin autant que moi et c'est lui qui m'a donné mes réponses. L'alcoolisme est une maladie de comportements qui ne se guérit pas et seul, on ne peut y arriver. Le meilleur moyen d'avancer et de progresser, c'est de s'impliquer et de donner. Maintenant, tous les vendredis soir, je suis à la réunion, ainsi que mon nouveau, et pour moi c'est primordial.

Pierre D. Alcoolique -



LE SERVICE

Samedi, le 18 octobre dernier, nous recevions à notre assemblée générale, **Greg M., directeur général du bureau des services généraux de New York**, qui nous a donné une causerie dont voici la traduction française et la version anglaise :

Le Service – La véritable gratitude des AA

Bonjour. Je m'appelle Greg. Je suis un alcoolique reconnaissant et j'ai le privilège de servir en tant que Directeur général du Bureau des Services généraux à New York. Je vous apporte les salutations chaleureuses et les meilleurs vœux du Conseil des Services généraux des Alcooliques anonymes (Canada et États-Unis), du Conseil des Services mondiaux et de tous les employés du Bureau et je fais des vœux pour le Mouvement que vous servez. Le respect que vous manifestez pour le processus de la Conférence est la preuve que vous croyez comme moi que la volonté de Dieu se manifeste dans la conscience de groupe de notre Mouvement bien-aimé. Votre dévouement pour les Alcooliques anonymes nous assure qu'ensemble nous allons continuer de réaliser la promesse que les AA font à chaque homme ou à chaque femme qui cherche de l'aide pour son problème d'alcool – *il y a une solution*.

Je débute en citant les paroles de notre cofondateur Bill W. qui paraissent dans *Le Manuel du Service chez les AA* et *Les Douze Concepts des Services mondiaux*, à la page S1:

“Notre Douzième Étape – la transmission du message – constitue le service de base que rend l'association des AA: c'est là notre objectif premier et notre principale raison d'être. Il y a donc chez les AA plus qu'un ensemble de principes; il s'agit d'une association d'alcooliques engagés dans l'action. Nous devons transmettre le message si nous ne voulons pas dépérir nous-mêmes ni laisser mourir ceux qui n'ont pas connu la vérité.

“Par conséquent, le service chez les AA, c'est tout ce qui permet d'atteindre un camarade qui souffre encore: la Douzième Étape elle-même, un simple coup de fil qui a coûté quelques sous, un tasse de café, jusqu'au Bureau des Services généraux chargé des initiatives nationales et internationales. La somme de tous ces services constitue notre Troisième Legs, le Service.”

J'ai assisté à ma première réunion des AA, forcé d'abdiquer après des années de consommation d'alcool incontrôlable et le désir certain d'en finir avec la vie. C'est à cette réunion qu'on m'a donné les clés de la liberté par un élan d'amour AA combiné aux paroles franches des membres des AA qui ont partagé leur histoire personnelle avec moi. J'ai appris une nouvelle façon de vivre grâce à ces membres et à mon parrain, qui m'a personnellement tenu la main le long de cette route vers un nouveau mode de vie en m'initiant progressivement au premier Legs: le Rétablissement par les Douze Étapes.

Rapidement, on m'a invité à participer avec d'autres membres du groupe à un cas de Douzième Étape auprès d'un homme qui demandait de l'aide. Ce fut pour moi une expérience aussi nouvelle qu'étrange car je n'avais jamais auparavant offert d'aide à une personne sans attendre quelque chose en retour pour mes efforts.

Les membres de mon groupe ont insisté sur l'importance des Douze Traditions, en me disant que notre vie d'alcoolique dépendait directement du désir de chaque membre d'aider les autres, de mettre de côté ses désirs personnels pour le bien du groupe. Ils m'ont expliqué que l'unité devait venir en premier lieu car sans elle, il ne pouvait y avoir de rétablissement personnel. D'autres membres du groupe ont parlé de notre responsabilité collective, de notre bien-être commun et de l'immense utilité d'être membre des AA.

Les membres de mon groupe ont insisté sur la véritable signification de l'anonymat, qui est de chercher humblement des moyens de servir mes congénères, ma Puissance supérieure et le monde dans lequel je vis, sans attendre de reconnaissance ni de récompense. Par leur exemple, mes amis m'ont transmis le second Legs : l'Unité.

Peu après la naissance de notre Mouvement, les fondateurs ont compris que s'ils voulaient rejoindre les centaines d'alcooliques souffrants dans leur milieu, ils devaient trouver une façon de transmettre leur expérience, leur force et leur espoir. C'est ainsi qu'un projet inestimable pour notre société naissante a vu le jour. Le Gros Livre intitulé *Les Alcooliques anonymes*, a été publié et a donné naissance à notre troisième Legs: le Service.

L'alcoolisme frappe effectivement des homes et des femmes de toutes races, croyances, religions, milieux culturels à tous les niveaux sociaux et économiques. Nos fondateurs et les pionniers ont pu voir les miracles se succéder, le rétablissement de chaque nouveau membre étant un témoignage au fait que les Alcooliques anonymes étaient la solution à l'alcoolisme. Les AA ont été grandement bénis pour transcender les barrières linguistiques et culturelles avec un message simple et profond transmis par un alcoolique qui en aide un autre à atteindre une solution spirituelle à son problème d'alcool.

Nos premiers membres se sont demandé comment informer le public et les professionnels des miracles en quantité industrielle que leur avait accordés un Dieu d'amour. Ce n'est pas en agissant individuellement que les groupes des AA pouvaient formuler une politique de relations publiques qui serait efficace et comprise de tous. Nos fondateurs et nos pionniers ont compris que cette responsabilité devait être confiée à une entité ou à une structure de service unique.

Bernard Smith, ancien président du Conseil des Services généraux (É.-U. et Canada), a créé le troisième Legs du Service quand il a décrit qu'il avait le pouvoir de modifier et de renforcer le rétablissement individuel et qu'il permettait à chaque membre de s'acquitter de sa responsabilité envers tous les alcooliques qui allaient naître.

“C'est parce que nous connaissons l'influence considérable que les AA pourraient avoir sur les générations qui viendront après nous que nous avons mis tant de soins à construire une structure de service chez les AA par le Conseil des Services généraux, la Conférence des Services généraux, et les nombreuses agences de service qui exécutent les tâches quotidiennes essentielles de transmettre le message des AA dans le monde. C'est avec raison que Bill W. a décrit cette structure de service comme un legs, qui mérite la même attention et la même compréhension que celles qu'on accorde au Premier Legs des Douze Étapes et au Deuxième Legs des Douze Traditions.

“Cependant, ce Troisième Legs comporte une condition. Cette condition est que nous avons le droit d'utiliser le Legs pendant notre vie à la condition que non seulement nous nous en occupions, mais que nous en augmentions la portée spirituelle pour les générations qui nous suivront. Chaque génération suivante qui recevra ce legs devra également le protéger si elle désire s'en servir pour se refaire une vie et la transmettre à la génération suivante avec un contenu spirituel augmenté.

Le Conférence des Services généraux est, évidemment, l'instrument pratique pour conserver, augmenter et gérer ce superbe Troisième Legs du Service. Depuis sa création, le concept de la Conférence est simple et irréfutable. Il est fondé sur la croyance que chacun d'entre nous, qui a été associé aux AA pendant sa première croissance et son développement, a une dette envers la société. Cette obligation veut que nous nous assurions de la survie du mouvement, que cette flamme de foi, ce phare d'espoir pour le monde, ne s'éteigne jamais.”

“Les trois Legs” sont le programme des AA, une base forgée sur l'enclume de l'expérience vécue par nos cofondateurs et les premiers membres pendant quelque 28 ans et mise par écrit par Bill W.

Pourquoi notre Legs du Service est-il si efficace? C'est parce que nous sommes très conscients de notre responsabilité individuelle et collective pour l'avenir des Alcooliques anonymes et que nous désirons sincèrement servir Dieu et nos congénères. Nous établissons un lien spirituel par la pratique quotidienne des Douze Étapes, et nous sommes doués du désir de faire tous les sacrifices nécessaires pour assurer la survie de notre société. La Douzième Tradition nous rappelle que l'anonymat s'exprime dans la véritable humilité et que la nature spirituelle de l'anonymat est le sacrifice.

Le soutien spirituel et financier de nos centres de service est essentiel pour répondre à notre engagement que la main des AA soit toujours tendue et disponible pour toute personne, où qu'elle soit, qui demandera de l'aide. Nous approuvons la Septième Tradition et reconnaissons que nous devons être totalement autonomes financièrement dans les services que nous demandons à nos Conseils et à nos comités de rendre pour que vous et moi puissions rejoindre l'alcoolique qui souffre.

Quelles actions pouvons-nous entreprendre, vous et moi, pour assurer notre survie? Le parrainage – combien d'entre vous ont un parrain? Mon parrain m'a sauvé la vie quand il m'a parlé du programme des AA tel qu'il s'exprime dans les trois Legs. Je n'y serais jamais parvenu par mes seuls moyens. J'ai eu besoin d'aide pour cesser de boire, pour apprendre un nouveau mode de vie et la manière AA d'aider les autres. J'ai un parrain et je parraine d'autres hommes.

Le système des Comités. Dieu, tel que nous Le concevons, s'exprime par la conscience de groupe. J'ai trop souvent écouté les voix dans ma tête et j'ai suivi leurs instructions, ce qui m'a parfois entraîné vers de tragiques erreurs. J'apprends à partager avec les autres, à écouter leur sagesse, pour que nos discussions et nos décisions reflètent une Puissance supérieure à nous. La volonté de Dieu telle qu'elle s'exprime dans la conscience de groupe est la manière AA et c'est ce qui se produit dans le système des comités. Une fois que la volonté de Dieu nous est connue, la voie que nous empruntons est d'inspiration divine.

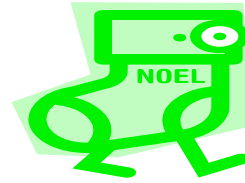
Le groupe d'attache. Nous avons tous un groupe d'attache, un groupe des AA où nous sommes confortables, où nous nous identifions aux autres membres et où nous acquerrons une attitude de gratitude qui génère un fort sentiment de responsabilité pour le bien-être du groupe. Le groupe d'attache est l'endroit où chacun de nous accepte une responsabilité de service et où nous votons sur des questions de conscience nationale. Un groupe, un vote, c'est la manière des AA.

En terminant, j'aimerais exprimer ma profonde gratitude à chacun des membres des AA de la Région 90 pour m'avoir permis d'être parmi vous aujourd'hui. Vous avez partagé votre foyer, votre nourriture, votre expérience, votre force et votre espoir avec moi. Vous avez surtout partagé votre amour de Dieu et les AA. Cette expérience me changera à jamais. J'ai vu et entendu des choses qui m'ont profondément ému. Grâce aux nombreux cadeaux que vous m'avez généreusement donnés, je connais mieux mon Dieu aujourd'hui. J'aimerais vous laisser sur un extrait d'une lettre de Bill W. à un pionnier des AA dans laquelle il exprime sa gratitude pour la vie:

« Stimulés par une gratitude sans borne, nous remercierons Dieu pour ses grâces qui ont fait que nous avons acquis la vertu de la responsabilité individuelle et collective qui a mené notre Mouvement vers son état actuel de bien-être et de pénétration mondiale. »

Je suis responsable...

Si quelqu'un, quelque part, tend la main en quête d'aide, je veux que celle des AA soit toujours là...et de cela je suis responsable. (*Le Manuel du Service chez les AA*)



Version originale anglaise :

Service – The Real Gratitude To A.A.

Greetings. My name is Greg, I am a grateful alcoholic, and blessed to serve as General Manager of the General Service Office in New York City. On behalf of the General Service Board of Alcoholics Anonymous (Canada and the United States), the A.A. World Services' Board, and all employees of the Office, I bring greetings to each of you, and warm wishes to the Fellowship you serve. Your respect for the Conference process is evidence that you believe as I do that God's will is expressed in the group conscience of our beloved Fellowship. Dedication to Alcoholics Anonymous assures that together we will continue to fulfill the promise that A.A. offers to each man or woman seeking help with a drinking problem--there is a solution.

I want to begin with some words written by cofounder Bill W., and published in The A.A. Service Manual Combined with Twelve Concepts for World Service, on page S1:

“Our Twelfth Step--carrying the message--is the basic service that the A.A. Fellowship gives; this is our principal aim and the main reason for our existence. Therefore, A.A. is more than a set of principles; it is a society of alcoholics in action. We must carry the message, else we ourselves can wither and those who haven't been given the truth may die.

“Hence, an A.A. service is anything whatever that helps us to reach a fellow sufferer--ranging all the way from the Twelfth Step itself to a ten-cent phone call, a cup of coffee, and to A.A.'s General Service Office for national and international action. The sum total of all these services is our Third Legacy of Service.”

I arrived at my first A.A. meeting beaten into submission by years of uncontrollable drinking and a very real desire to end my life. In that meeting, I was given the keys to freedom through an outpouring of A.A. love, combined with the frank and open words of A.A. members who shared their personal stories with me. I was shown a new way to live by those members and my sponsor, who willingly walked hand in hand with me along the broad highway to a new way of life, gradually introducing me to the First Legacy: Recovery through our Twelve Steps.

Soon, I was asked to participate with other group members in a Twelfth Step call on a man who was reaching out for help. This was a new and strange experience, for I had never before gone to the assistance of anyone without expecting to be rewarded for my efforts.

Members of my group stressed the importance of the Twelve Traditions, sharing that our lives as alcoholics depended squarely on each member's willingness to help others; to set aside his or her desires for the good of the group. They explained that unity must come first or there might be no individual recovery. Other group members spoke of our collective responsibility, common welfare, and the immense value of membership in A.A.

Members of my group stressed the true meaning of anonymity as humbly finding ways to be useful to my fellows, my Higher Power and the world around me, without recognition or reward. By example, my friends passed on the Second Legacy: Unity.

Soon after the beginning of our Fellowship, the founders realized that if they were to reach the hundreds of suffering alcoholics in their communities, they must find a way to convey their experience, strength and

hope. Thus, began an invaluable project of our fledgling society; the Big Book titled Alcoholics Anonymous was published and gave life to our Third Legacy: Service.

Alcoholism can and does strike men and women of all races, creeds, religious beliefs, ethnic backgrounds, and in all social and economic strata. Our founders and early members witnessed one miracle after another; each new member's recovery was testimony to the fact that Alcoholics Anonymous had a solution for alcoholism. Great blessings were bestowed on A.A. as it transcended barriers of language and background with a simple, profound message conveyed through one alcoholic helping another to achieve a spiritual solution to his or her drinking problem.

Our early members pondered how to inform the public and professionals of the wholesale miracle that had been set before them by a loving God. A.A. groups acting autonomously could not possibly devise a public relations policy that would be effective and understandable for all. Our founders and the early members realized that this responsibility would have to be vested in a single service entity or structure.

Past Chairman of the General Service Board (U.S. and Canada) Bernard Smith, gave life to the Third Legacy of Service when he described its power to alter and enhance individual recovery, and, enable each member to fulfill our collective responsibility to the unborn alcoholic:

"It is because we know of the tremendous impact that A.A. can have on generations that will follow us that we have been so painstaking in building a structure of service in the General Service Board, the General Service Conference, and the many service agencies that perform the essential daily tasks of carrying the A.A. message throughout the world. It is with good reason that Bill has described this structure of service as a legacy, deserving of the same attention and understanding accorded the First Legacy of the Twelve Steps and the Second Legacy of Twelve Traditions.

"But this Third Legacy of Service has a string to it. And the string is that we are granted the use of this legacy for our lifetime upon the condition that we will not only look after it, but increase its spiritual content for the generations that will follow us. Each succeeding generation, as it receives this legacy, must similarly protect it if they wish to employ it and gain life by it and pass it on to the next generation with an enriched spiritual content.

"The General Service Conference of A.A. is, of course, the practical instrument for preserving, enhancing, and administering this great Third Legacy of Service. The concept of the Conference from the beginning has been simple and compelling. It is grounded in the belief that all of us who have been associated with A.A. during its early growth and development owe an obligation to society. That obligation is to insure that this fellowship survives, that this flame of faith, this beacon light of hope for the world, must never be extinguished."

The A.A. program is the "The Three Legacies," a foundation based on the anvil of experience absorbed by our cofounders and the early members over approximately 28 years, and committed to writing by Bill W.

What makes our Legacy of service function so well? An acute awareness of our individual and collective responsibility for the future of Alcoholics Anonymous, coupled with a sincere desire to be of service to God and our fellows. We establish a spiritual connection through the daily practice of the Twelve Steps, receiving a willingness to make any sacrifice necessary for continuance of our society. The Twelfth Tradition reminds us that anonymity is expressed by true humility, and that the spiritual substance of anonymity is sacrifice.

Spiritual and fiscal support of our Service Centers is essential to fulfill our commitment to insure that the hand of A.A. will always be out-stretched and available to anyone, anywhere who reaches out for help. We embrace the Seventh Tradition, and recognize that we need to be fully self-supporting of the services we've asked our Boards and committees to provide so that you and I can reach the sick and suffering alcoholic.

What actions can you and I take to insure our survival? Sponsorship--how many of you have a sponsor? My sponsor saved my life by sharing with me the program of A.A. as expressed in the Three Legacies. I would never have found the way on my own. I needed help to stop drinking, to be shown the new way of life, and the A.A. way of helping others. I have a sponsor and I sponsor other men.

The Committee system. God of our understanding expresses Himself through the group conscience. All too often I have listened to the voices in my head and followed that direction, sometimes leading me to tragic mistakes. I'm learning to share with others, listen to their wisdom, so that our discussions and decisions may reflect a Power Greater than any one or two of us. God's will as expressed in the group conscience is the A.A. way, and that's what occurs in the committee system. Once God's will become clear, the direction we take is divinely inspired.

Home Group. Each of us has a home group—A.A. groups where we feel comfortable, identify with other members, and develop an attitude of gratitude that fosters a strong sense of responsibility for the group's well-being. The home group is where each of us accepts service positions, and casts a vote on matters of national conscience. One group and one vote is the A.A. way.

In conclusion, I would like to express my deep gratitude to each and every member in A.A. from Area 90 for allowing me to be with you today. You have shared your homes, your food, your experience, strength, and your hope with me. But most importantly, you have shared your love of God and A.A. I will forever be changed by this experience. I have seen and heard things that have moved me deeply. I know my God better today because of the many gifts you have freely given me.

I would like to close with a message from Bill W. from a letter written to an early member of A.A. in which he expresses gratitude for his life:

“Stirred by gratitude beyond expression, we shall give thanks to God whose grace has made it possible for us to achieve the quality of responsibility, individual and collective, that has brought our Fellowship to its present status of well-being and worldwide reach.”

=====

THÈME DE LA CONFÉRENCE





COIN DU DÉLÉGUÉ-ADJOINT

Bonjour mes amis

Lors de l'assemblée générale du 18 octobre dernier, j'ai eu le privilège de côtoyer pendant 2 jours le directeur général de nos bureaux des Services généraux de New York. 2 jours au cours desquels j'ai pu m'entretenir avec un serviteur d'Alcooliques anonymes, mais aussi avec un simple membre qui n'a qu'un but, soit celui de faire la volonté de Dieu tel qu'Il le conçoit.

J'ai pu parler avec un homme d'une très grande humilité et d'une simplicité à en faire perdre le souffle. Je lui ai posé des questions très personnelles que je n'aurais jamais posées dans une assemblée régionale, mais assis dans la cuisine devant un café, entre deux bouchées, et l'écoutant attentivement me parler de lui, de son rétablissement, de son parrain, de ses filleuls(les), de sa façon de travailler les 12 Étapes, de son implication dans son groupe d'attache, comment son groupe d'attache entoure les nouveaux qui arrivent, comment il se comporte avec les doubles dépendants, l'identification des membres, et tous les sujets abordés concernant les services, tel que sa fonction, sa façon de gérer les employés, son rôle à la conférence, ses problèmes avec certaines gens du Conseil des Services généraux, elles m'ont éclairé beaucoup sur mon propre rétablissement et mon implication dans les services.

Je ne peux que remercier mon Dieu d'Amour pour cet extraordinaire privilège d'avoir eu la chance de vivre. Un homme qui, dans ses réponses, partageait sa propre expérience de vie combinée avec des textes de notre littérature. J'ai également été très touché quand il m'a raconté que 6 ou 7 jours après les événements du 11 septembre 2001, le BSG a reçu une demande d'ouvrir un groupe sur le site de *Ground Zero*, qu'ils ont transféré cette demande à un intergroupe local et qu'un groupe a fonctionné sur le site jusqu'à temps que tout soit complètement nettoyé.

Sans les services, je n'aurais jamais vécu cette fin de semaine incroyable de pouvoir partager mes expériences de rétablissement avec cet homme qui me disait entre autres que chez Alcooliques anonymes, il y a en fait 2 puissances. Sur un côté, il y a la volonté de Dieu que si nous essayons de suivre, nous serons toujours prêt à aider un autre alcoolique parce que c'est uniquement de cette façon que nous pourrions demeurer sobre et heureux et, de l'autre côté, il y a l'alcool qui nous attend très patiemment. Le dimanche matin, en allant le reconduire à l'aéroport, nous avons continué nos discussions jusqu'au moment où il m'a confié que le soir même, il se devait d'être à son groupe d'attache, car c'était l'anniversaire de son groupe et que s'il n'y était pas, peu importe les raisons, il en entendrait parler.

Au moment de se laisser, nous nous sommes pris dans les bras mutuellement et je lui ai dit comment j'avais été fier et honoré non pas d'avoir hébergé le directeur général des Services généraux de New York, mais Greg M. l'alcoolique anonyme. Il y a surtout un mot que je n'ai pas oublié de lui dire. C'est MERCI d'avoir accepté de partager ses expériences avec moi. Je suis un alcoolique rempli de gratitude de pouvoir être à votre service.

Amour et Service

Richard B. Délégué adjoint, Région 90 Nord-Ouest du Québec

ACTIVITÉS À LA RÉGION

**MEMBRES DU BUREAU,
PRÉSIDENTS DE COMITÉ,
RDR, RDRL ET AUTRES MEMBRES INTÉRESSÉ(E)S**

Vendredi, 6 février 2009
282, De Villemure
St-Jérôme, Qc 19 h 00

ASSEMBLÉE DE BIENVENUE

Samedi, 7 février 2009
Hôtel Ramada
1136, boul. Curé labelle
Blainville, Qc. 9 h 00

**COMITÉ RÉGIONAL
MEMBRES DU BUREAU
PRÉSIDENTS DE COMITÉ, RDR, RDRL, RSG
ET AUTRES INVITÉS**

Dimanche, 8 février 2009
Hôtel Ramada
1136, boul. Curé Labelle
Blainville, Qc 9 h 00

invitation

DISTRICT STE-JULIENNE

90-21

8 HEURES DE NOEL

24 DÉCEMBRE

NOEL EN FAMILLE

Salle l'Opale

510, rue St-Isidore

Saint-Lin-Laurentides

Contributions volontaires

Nous mangerons ce que vous apporterez

DISTRICT LES BASSES LAURENTIDES

90-24

SOIRÉE DU 30 DÉCEMBRE 2008

DE 19 :00 À 2 :00 AM

Salle l'Opale

510, rue St-Isidore

Saint-Lin-Laurentides

Prix d'entrée : 8,00\$

Nous mangerons ce que vous apporterez



Est-il trop tard pour envoyer mon article?

Bien sûr que non! Si votre article est reçu un mois avant la date de parution, il paraîtra normalement dans le bulletin suivant. L'Héritage paraît le 1^{er} des mois de février, avril, juin, août, octobre et décembre. Faites parvenir votre article par la poste à l'adresse suivante :

**Bulletin régional, Région Nord-Ouest du Québec (90),
CP361, Saint-Jérôme (Québec) J7Z-5V2**

Ou via le site web de la région : <http://www.aa-quebec.org/region90/>

Pour recevoir L'Héritage chez vous, voici la façon de vous abonner. Vous n'avez qu'à compléter ce coupon et y joindre un chèque ou un mandat à l'ordre de : Région Nord Ouest du Québec (90). Choisissez la période pour laquelle vous désirez être abonné(e).

Nom.....Téléphone...(.....).....

Adresse.....App.

Ville.....Province.....Code Postal.....

Nom du groupe d'attache :..... District

ABONNEMENT:

Individuel pour une période de : 1 an (6\$)...f 2 ans (12\$)...f 3 ans (18\$)...f

Collectif ou de groupe pour 10 exemplaires :

1 an (30\$)...f 2 ans (60\$)...f 3 ans (90\$)...f

Adressez le tout à : **Bulletin régional, Région Nord Ouest du Québec (90) –
CP 361, Saint-Jérôme (Québec) J7Z 5V2**

Si quelqu'un quelque part, tend la main en quête d'aide, je veux que celle des AA soit toujours là. Et de cela, JE SUIS RESPONSABLE !



LE COIN DES ARCHIVES

SAVIEZ-VOUS QUE...

LA PLAQUE QUI DÉFINISSAIT L'HUMILITÉ SUR LE BUREAU DU DR. BOB SE LISAIT
COMME SUIT :

L'HUMILITÉ EST UNE PERPÉTUELLE TRANQUILITÉ DU CŒUR
C'EST N'AVOIR AUCUN PROBLÈME
C'EST NE JAMAIS ÊTRE FACHÉ, VEXÉ, IRRITÉ OU BLESSÉ
C'EST NE M'ÉTONNER DE RIEN QUI PUISSE M'ARRIVER
C'EST NE PAS SENTIR LES ATTAQUES DES AUTRES

C'EST RESTER CALME QUAND PERSONNE NE ME LOUANGE, ET SI JE SUIS BLÂMÉ OU MÉPRISÉ, C'EST TROUVER EN MOI UN
LIEU BÉNI OU JE PUISSE ME RETIRER, REFERMER LA PORTE, M'AGENOUILLER DEVANT MON PÈRE EN SECRET ET ÊTRE EN
PAIX, COMME DANS UNE MER PROFONDE DE CALME, QUAND TOUT AUTOUR DE MOI SEMBLE TROUBLE.

Référence : **Biographie du Dr. Bob et les pionniers, page 222.**

LE COIN DES ARCHIVES

**PRESCRIPTION QUE LE DOCTEUR BOB S.
SUGGÉRerait AUX ALCOOLIQUES**

R. H. SMITH, M. D. AKRON, OHIO
2ND NATIONAL BLDG. REG. NO. _____
TELEPHONE. HE-8523

Rx FOR alcoholics DATE Feb 1937
ADDRESS _____

Always remember it

1. Trust God
2. Clean House
3. Help others

NR 1 2 3 INF. _____

R. H. SMITH, M. D. AKRON, OHIO
2ND NATIONAL BLDG. REG. NO. _____
TELEPHONE. HE-8523

POUR les alcooliques DATE Février 1937
ADRESSE _____

Toujours se souvenir

- 1- Faites confiance à Dieu
- 2- Faites votre ménage intérieur
- 3- Aider les autres

NR 1 2 3 INF. _____



Yvon H.

Archives Région 90

(Parution dans le Bulletin volume 14 numéro 4 Août-Septembre 1995)

LISTE DE CONTRÔLE DES TRADITIONS (Suite...)

(Tirée du A.A. Grapevine)

Ces questions ont été publiées à l'origine dans la revue AA Grapevine, parallèlement à une série d'articles sur les Douze Traditions, dont la publication a débuté en novembre 1969 et s'est poursuivie jusqu'en septembre 1971. Bien que ces questions aient été destinées surtout aux membres, de nombreux groupes des AA les ont déjà utilisées pour élargir leurs discussions de groupe.

METTRE EN PRATIQUE CES PRINCIPES

Troisième Tradition

- **Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour être membre des AA.**
- 1. Est-ce qu'il m'arrive, en pensée, de classer comme perdant un nouveau ou une nouvelle dans AA ?
- 2. Y a-t-il un genre d'alcoolique que je juge, dans mon for intérieur, indésirable pour mon groupe AA ?
- 3. Est-ce que je permets de juger de la sincérité d'un nouveau ou d'une nouvelle ?
- 4. Est-ce que la langue, la religion (ou l'absence de religion), la race, l'instruction, l'âge, etc. m'empêchent de transmettre le message ?
- 5. Est-ce que je me laisse impressionner par un personnage connu ? par un médecin, un prêtre, un ancien détenu ? Ou est-ce que je traite cette nouvelle personne simplement et naturellement comme un autre être humain malade, comme nous tous et toutes ?
- 6. Quand quelqu'un se présente à AA en quête d'information ou d'aide (même si la personne ne peut pas le faire tout haut), est-ce que j'attache de l'importance à sa profession, à son lieu de résidence, à sa vie privée, à ses autres problèmes ? Est-ce que je me préoccupe de savoir si cette personne est déjà venue à AA ?

Quatrième Tradition

- **Chaque groupe devrait être autonome, sauf sur les points qui touchent d'autres groupes ou l'ensemble du Mouvement.**
- 1. Est-ce que je soutiens qu'il n'y a que quelques bonnes façons de faire les choses dans AA ?
- 2. Mon groupe considère-t-il toujours le bien-être de l'ensemble des AA ? Des groupes avoisinants ? Des isolés en Alaska ? Des « internationaux » loin en mer ? De tel groupe à Rome ou au Salvador ?

3. Est-ce que je rabaisse le comportement d'autres membres quand il est différent du mien, ou bien est-ce que j'y apprend quelque chose ?
4. Est-ce que je garde toujours en mémoire que, pour les gens de l'extérieur qui savent que je suis dans AA, je représente, dans une certaine mesure, notre chère association tout entière ?
5. Suis-je prêt à aider un nouveau à aller jusqu'au bout – lui, pas moi ! – pour rester sobre ?
6. Est-ce que je partage ma connaissance des outils AA avec d'autres membres qui n'en ont peut-être pas entendu parler ?

Cinquième Tradition

- **Chaque groupe n'a qu'un objectif primordial : transmettre son message à l'alcoolique qui souffre encore.**
1. Est-ce qu'il m'arrive de m'esquiver en disant : « Je ne suis pas un groupe, donc telle ou telle Tradition ne s'applique pas à moi ? »
 2. Suis-je prêt à expliquer fermement à un nouveau les limites de l'aide AA, même s'il risque de m'en vouloir de ne pas lui faire de prêt ?
 3. Ai-je, aujourd'hui, abusé de la bonté d'un membre AA pour obtenir une faveur ou une attention spéciale, simplement parce que je suis un confrère alcoolique ?
 4. Suis-je prêt à faire une Douzième Étape avec le prochain nouveau, peu importe qui ce sera ou ce qui m'attend ?
 5. Est-ce que j'aide mon groupe de toutes les façons possibles à atteindre notre objectif primordial ?
 6. Est-ce que je me souviens que les anciens AA, eux aussi, peuvent être des alcooliques qui souffrent encore ? Est-ce que j'essaie de les aider aussi bien que d'apprendre d'eux ?

LISTE DE CONTRÔLE DES TRADITIONS

(à suivre...)

Que pensait Bill à l'époque de sa consommation?

« Je ne croyais pas que c'était sérieux, si on oublie les épisodes humiliants qui se produisaient parfois », se souvenait-il. (*Transmets-le*, p. 76)



Un chemin tracé par ma puissance supérieure

Bonjour mes amis,

C'est merveilleux de pouvoir être au service d'AA et surtout de me rappeler que l'anonymat est la base spirituelle de toutes nos traditions et nous rappelle sans cesse de placer les principes au-dessus des personnalités.

Aujourd'hui, je veux juste me rappeler du chemin parcouru depuis que je suis membre du comité régional. Après mon terme de RSG dans le district 90-14, je me suis retrouvé comme RSGA dans un groupe du district 90-12 pour partager la tâche avec un ami. Une bonne journée arrivent les élections pour le poste de RDR dans le 90-12 et, à mon grand étonnement, personne ne veut servir comme RDR. Je trouve inconcevable qu'un district soit isolé et je décide d'aller au-dessus de mes peurs en acceptant le poste. Ayant été élu à l'unanimité comme RDR du district 90-12 (y a personne qui voulait la job!), je suis arrivé ici sans trop savoir dans quoi je m'embarquais et sans trop de bagage de littérature de service. Par orgueil, pour ne pas me faire planter par les RSG, je me suis intéressé à la littérature de service. J'ai regardé les membres du comité régional aller, j'ai écouté et j'allais même comme RDR dans d'autres réunions de district pour voir comment ça marchait. Ce terme de RDR m'a amené à accentuer le désir de servir. Puis ce furent les élections pour une fonction comme membre du bureau régional. Et j'ai posé des questions, pris de l'information des membres du bureau présents et passés et la conclusion a été de gravir les échelons un à la fois. À la fin des élections pour le poste de vice-président, j'étais élu au chapeau.

Après la démission de notre président, les membres du bureau régional ont décidé d'aller en élection pour le poste vacant. J'ai fait le même processus, c'est-à-dire que je me suis assis avec trois ex-présidents de la région 90 pour me faire expliquer la tâche et, après réflexion, j'ai décidé de soumettre ma candidature pour l'élection de président et j'ai été élu pour terminer le mandat de président de la région 90. Tout ceci pour vous dire que le chemin parcouru dans AA n'était certainement pas mon chemin, car si vous m'aviez dit à la suite de mon terme de RSG qu'un jour je servirais AA comme délégué adjoint, je vous aurais envoyé probablement, non, sûrement, au diable.

Quel privilège d'être au service d'Alcooliques anonymes. Arrêtons-nous juste un instant pour regarder notre chemin parcouru dans les services et comment nous avons changé. Dans certains domaines, beaucoup, dans d'autres domaines, pas pantoute, dans d'autres, un tout petit peu, mais l'essentiel est que nous avons aidé des alcooliques à se rétablir et ça, c'est la paie d'être dans les services.

Amour et Service

Richard B.

Délégué adjoint, Région 90 Nord-Ouest du Québec



Bonjour à vous tous et toutes.

En me préparant à rédiger mon rapport, je me posais la question : quel genre de rapport je dois leur donner? Celui des réunions auxquelles j'ai assisté ? ou plutôt un sur ce que j'ai ressenti au cours de ces 2 derniers mois. Bien sûr, j'ai assisté à toutes les réunions de bureau cédulées, mais par contre, je n'ai pas pu aller visiter certains districts, des événements hors de mon contrôle ont fait que je n'ai pu y aller et je m'en excuse encore auprès des RDR concernés.

Par contre, au cours de ces 2 derniers mois, j'ai encore une fois pris conscience de votre générosité envers le Mouvement et l'alcoolique qui souffre peu importe où il se trouve. Oui, plusieurs districts étaient fermés durant les vacances et oui, les contributions n'ont pas été comme à l'habitude, mais votre générosité est toujours présente.

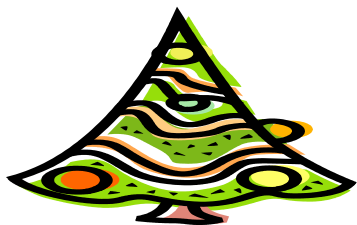
« Maintenant que nous sommes abstinents grâce aux AA, le mot «support» se rapporte au partage, aux personnes, au respect de soi, à la gratitude, et nous sommes privilégiés de donner – au lieu de prendre – matériellement. » *Autonomie financière*, page 8.

Je vous remercie donc, encore une fois, de votre générosité.

A ce rapport que je vous ai donné lors de notre dernière régionale, j'ajouterais que les contributions, données avec l'amour d'A.A., sont la base spirituelle du support de tous les services offerts par A.A.

Le temps des Fêtes est arrivé et j'en profite pour vous souhaiter un très Joyeux Noël et une Année 2009 remplie d'amour, de joie et de sérénité.

Jocelyne N.
Trésorière Région 90



Le 4 octobre 2008

Bonjour, mes ami(e)s AA,

J'ai eu le privilège de passer de passer trois semaines vacances dans le sud de la France aux mois d'août et septembre et, par cette occasion, de bien vérifier ce qu'on nous dit dans AA : « Tu ne seras plus jamais seul ».

En effet, pour bien m'assurer contre la tentation dans ce pays du vin, j'ai participé à une réunion AA, une réunion discussion. J'y ai été accueilli chaleureusement, comme si j'avais fait partie du groupe depuis longtemps. C'est impressionnant de retrouver, à plus de 6000 kilomètres de distance, les mêmes étapes et les mêmes traditions que nous pratiquons ici. Je suis convaincu que la participation à cette réunion m'a été bénéfique et m'a « immunisé » contre les tentations que j'ai rencontrées chaque jour, entouré que j'étais de gens qui « picolaient », comme on dit là-bas.

À cause de ces vacances et d'un autre engagement à la fin de septembre, je n'ai pu participer aux deux rencontres des membres du bureau qui se sont tenues pendant ce temps. Par contre, j'ai repris le collier et j'ai tenté de préparer la documentation nécessaire pour la réunion d'aujourd'hui et celle qui vient le 18 octobre prochain. Merci à Huguette, Denis et Yvon de m'avoir aidé à faire le mailing, alors que j'étais encore atteint par les séquelles du décalage horaire!

Après avoir, encore une fois, touché de près la grandeur des AA, comment ne pas mettre plein d'ardeur pour faire ma part pour aider l'alcoolique qui souffre encore?

Merci encore de me permettre de servir.

Yvon L. secrétaire

Région Nord-Ouest du Québec (90) secr@aa90.org



L'HUMILITÉ ET LE SACRIFICE – DONNER L'EXEMPLE



Chers amis,

Bill et Bob, co-fondateurs des Alcooliques anonymes, nous ont donné l'exemple par leur ardeur, leur enthousiasme, leur persévérance, mais surtout par leur amour du service des Alcooliques anonymes.

N'oublions pas qu'ils étaient deux alcooliques qui avaient compromis le bonheur de leur famille et le bonheur de leur conjointe. Ils avaient perdu la confiance et l'estime de leurs amis et avaient presque détruit leur santé mentale et physique. Si profonde qu'a été leur déchéance, nous voyons comment leur expérience peut profiter aux autres.

Quel bel exemple nous avons pour nous identifier! Bill était un extraverti et Bob, un intraverti. Quand on lit leur histoire, on peut souvent s'identifier à l'une ou l'autre de ces personnalités.

Tous deux ont fondé le mouvement des Alcooliques anonymes avec l'aide de Dieu et d'un puissant réveil spirituel. Aujourd'hui, on compte plus de 2 millions de membres partout dans le monde. La force de ce programme réside dans une puissance supérieure telle que nous la concevons. Ils nous ont ouvert le chemin du rétablissement.

Après une douzaine d'années de consommation intensive, j'ai connu les AA par l'entremise d'une maison de thérapie. Pendant un mois, ils m'ont enseigné les 12 étapes. Je n'y croyais pas à 100%, j'avais des réserves. Après quelques rechutes qui ont duré environ 4 ans, je suis revenu, à l'âge de 27 ans, comme un mourant.

J'ai rencontré un membre qui m'a accueilli comme on accueille son fils. Victor A. est devenu mon parrain. Par son exemple, il m'a guidé vers une Puissance supérieure que j'appelle Dieu aujourd'hui, et par la suite vers un groupe d'attache. Il a insisté dès le début pour

que je m'implique dans ce groupe, car selon lui, mon rétablissement en dépendait.

Victor A. eut une grande influence sur moi, car il prêchait par l'exemple. Cet homme avait pris une grande décision, celle de donner sa vie à Dieu; il est devenu Père Jésuite. J'ai eu le privilège d'assister à son ordination. Sa mission avait pour but d'aider l'alcoolique qui souffre. Pour ce faire, il croyait fermement aux 12 étapes et fut pour moi un mentor.

La douzième étape nous dit : «Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes, nous avons alors essayé de transmettre ce message à d'autres alcooliques et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie.» Ma façon à moi de mettre cette étape en action dans ma vie est de donner l'exemple dans tous les domaines de ma vie : la famille, les affaires, les amis et bien sûr, le service, en essayant de garder le plus d'humilité possible.

Il y a aussi la 11^e tradition qui dit: «...l'attrait plutôt que la réclame... ». Cette tradition se veut remplie d'humilité, de sacrifice, car nous devons donner l'exemple simplement par notre façon d'être envers les autres et la société. C'est de cette façon que les alcooliques arriveront à nous dans les groupes et dans le service.

Dans mon rétablissement, depuis 15 ans, j'ai toujours été impliqué. D'abord dans mon groupe d'attache, le même depuis le début. Et puis dans mon district, j'essaie de donner l'exemple aux membres qui m'entourent. Depuis, ma vie a un sens et je n'ai aucun mérite, car j'aime les Alcooliques anonymes.

«N'oublions pas que la foi sans les œuvres est une foi morte et c'est particulièrement vrai pour un alcoolique.» (p.17 de la 4^e édition du *Gros Livre*).

Martin S.
RDR 90-01

Une véritable association

« Mais ce qui nous a fait le plus souffrir, dans plusieurs cas, c'est la mauvaise tournure que nos relations ont prise avec nos proches, nos amis et la société en général. Nous y avons été tellement stupides et butés! Le principal facteur, que nous ne savons pas reconnaître, est notre incapacité totale à établir une véritable association avec un autre être humain. » (Les douze étapes et les douze traditions, p.59)



Vive les traditions!

Bonjour, mes amis, ça me fait plaisir d'être ici aujourd'hui. À la dernière réunion des RDR, lorsque j'ai accepté de venir parler des traditions, c'était plus facile de lever la main que de venir vous les présenter. Ça m'a empêché de dormir pendant quelques semaines. J'avais oublié de confier cette tâche à Dieu.

Un soir, j'ai été partager dans un groupe où il y avait une réunion d'affaires. Le RSG voulait avoir des gens pour faire les tâches. Personne ne voulait les accomplir. Je leur ai tous dit d'aller consommer puisque de toute façon, ils étaient appelés à y retourner. Ça, c'était hors tradition!

Quand une personne me demande de l'aide, je fais tout ce qui est en mon pouvoir pour l'aider. Dernièrement, nous avons eu la fermeture d'un groupe. Quand la décision a été prise, j'ai respecté la conscience du groupe. Lorsque je vais à la région parler de notre district, je n'aime pas dire que je ferme un groupe. Par contre, je dois réaliser que la deuxième tradition dicte qu'un Dieu d'amour peut se manifester dans notre conscience de groupe et que nos chefs ne sont que des serveurs de confiance et ils ne gouvernent pas.

L'autre fois, un membre a pris une activité dans le district. J'étais en désaccord. En faisant le travail sur les traditions, je me suis demandé : qui suis-je pour manquer de confiance envers un membre qui veut servir?

Quand j'étais RDRA, le district 90-21 n'allait pas bien du tout. Les RSG n'étaient plus intéressés à servir. Il y avait un manque d'intérêt. Les réunions étaient trop longues. Il y avait beaucoup de controverses inutiles entre les serveurs. Nous avons ramené le goût de servir avec de l'amour, de la confiance et du respect. Le district se porte très bien maintenant.

Nous avons demandé aux RSG d'aller dans leurs groupes pour savoir ce que l'on faisait avec la littérature AA non-approuvée. Les RSG sont revenus avec la décision de ne plus en vendre. Certains membres ont vécu de la déception. Il y a eu 4 démissions. En étant très découragé, alors que je regardais la photo de Bill et Bob, ils m'ont dit : «Lâche prise!». Le même soir, les 4 postes se sont comblés. Il faut faire confiance au Dieu d'amour. C'est important de respecter les traditions, si nous voulons que le Mouvement reste vivant.

Dans le mouvement, je respecte tous les membres comme j'aime être respecté. Je mets de l'harmonie et de la paix dans les groupes.

À la dernière réunion de bureau, j'ai été plus irritable avec un membre. J'ai été m'excuser. Un membre m'a donné une bonne suggestion : que l'on communique ensemble les membres du bureau, chose que l'on ne faisait pas.

Même si je suis sobre depuis quelques années, je suis toujours prêt à prendre des tâches : le café, le nettoyage de salle, congrès, 8 heures de Noël et le travail sur les traditions. Cela me permet d'être heureux dans la vie!

J'ai fait une nouvelle démarche pour mieux servir dans AA. J'ai fait la demande d'un parrain de service. Je me suis rendu compte que j'avais besoin d'aide. Ça va aider le district à être bien informé au sujet de AA dans son ensemble.

Quand tu fais des réunions dans ton district et un membre te confie des choses, c'est parce qu'il te fait confiance. Tout ce qu'il te dit, garde-le pour toi, parce que sa femme fait peut-être Al-Anon avec la tienne. L'ANONYMAT!

Un jour, j'ai été dans un enterrement et il y avait beaucoup de membres. Avant de partir, la femme qui travaille au salon funéraire m'a demandé qui était la personne décédée. Je lui ai dit que c'était une très bonne personne, sans rien mentionner de plus. J'ai gardé l'anonymat!

Je suis convaincu que les Alcooliques anonymes m'ont sauvé la vie. J'ai changé la soif de l'alcool pour la soif de servir. Je suis prêt à aider un nouveau jusqu'au bout.

En terminant, je tiens à remercier Marc, mon RDRA, pour m'avoir fourni de la documentation.

Bonne fin de journée!

La région m'a fait grandir !

Merci !

Richard V.
RDR 90-21



La persévérance, clé du progrès



Bonjour!

Je m'appelle Éric P. et je suis un alcoolique et j'ai le plaisir de vous servir comme RDRA du district 90-20 et de cela, je suis responsable.

Merci aux membres de notre district et à vous tous de vous être déplacés aujourd'hui.

Lorsqu'on nous a demandé de participer à une discussion dans notre district sur un sujet d'exposé / discussion qui est à l'ordre du jour de la 59^e conférence des services généraux des AA, je n'ai pas hésité ou plutôt, c'est ma puissance supérieure qui m'a levé la main pour finalement accepter : La persévérance, clé du progrès.

Les consciences de groupe du district 20 ont participé à une discussion dans leur groupe. Vraiment une très belle participation et une magnifique expérience. Pour moi personnellement, dès mes débuts dans AA, comme tout alcoolique, j'ai dû persévérer pour vivre sans alcool. Puis la spiritualité s'est installée graduellement tout en grandissant et en établissant mes premières relations conscientes avec Dieu. Ensuite, j'en suis venu à accepter beaucoup de choses qui m'avaient semblé impensables. On peut dire que c'est une évolution. Mais pour progresser, il faut commencer quelque part.

Seule la première étape, qui nous a fait admettre à cent pour cent notre impuissance devant notre alcool, peut être pratiquée à la perfection. Les onze autres étaient d'un idéal parfait. Ce sont des buts vers lesquels nous tendons ainsi que des repères pour évaluer nos progrès.

Depuis le temps où j'ai commencé à servir dans Alcooliques anonymes, j'ai eu des divergences d'opinion, des prises de bec, des conflits, des découragements, même l'idée de tout envoyer

en l'air. Mais mon Dieu d'amour m'a permis de persévérer et de continuer. Il m'a fallu souvent faire des compromis. Mais le progrès se traduit souvent par une série de compromis. On voudrait tellement de bien pour le programme qui nous a sauvé la vie que même quelquefois, je parle pour moi, j'en oublie d'être à l'écoute des idées des autres et d'avoir l'esprit ouvert.

Pour me libérer de ces élans de supériorité, je peux me modérer en me rappelant que si je suis sobre aujourd'hui, c'est uniquement par la grâce de Dieu. Les succès que j'ai pu récolter sont bien plus les siens que les miens.

Mais par contre maintenant, plus j'avance dans les services et plus j'apprends à connaître Alcooliques anonymes. Je pense que les trois legs: unité, service et rétablissement, reflètent vraiment une très grande force de persévérance.

Je me rends de plus en plus compte du travail qui a été accompli jusqu'à maintenant, au départ, par nos deux fondateurs et par la suite, par tous les autres membres qui ont admis leur impuissance devant l'alcool et qui se sont joints à nous. Mais je m'aperçois également qu'il y a encore beaucoup de travail à faire, tellement de mains tendues en quête d'aide. Pour cela, le Mouvement doit continuer à persévérer pour tendre la main.

Comme le dit si bien la prière de Saint-François, c'est en donnant que l'on reçoit.

Tous les efforts que j'ai faits jusqu'à présent ont été récompensés ou m'ont amené à un léger progrès parce que le progrès avance souvent au compte goutte et même quelquefois on recule de quelques pas, mais si on persévère, on réussira à voir dans notre épreuve le progrès que l'on a fait.

De toute évidence, si je me regarde le premier jour où j'ai demandé de l'aide à Alcooliques

anonymes et si je prends la peine de me regarder aujourd'hui, je me rends compte que d'avoir persévéré et d'avoir persisté dans le programme des AA m'a permis de progresser dans tous les domaines de ma vie.

Je remercie donc Dieu de m'avoir donné la grâce de connaître le programme des Alcooliques anonymes et de me garder abstinente chaque jour.

Je vais maintenant vous faire la lecture des témoignages recueillis dans le district 20 sur la persévérance, clé du progrès :

Groupe À CŒUR OUVERT de Mont-Laurier. 14 personnes présentes.

Définition du dictionnaire : Continuer de faire ce qu'on a résolu par un acte de volonté renouvelé. Persister.

La persévérance est définie dans la première promesse : « Si nous sommes sérieux et appliqués dans nos démarches », et le résultat est dans la deuxième promesse : « Nous connaissons une nouvelle liberté et un nouveau bonheur ».

La persévérance nous amène à :

- Liberté - Connaissance de soi - Foi - Amour - Esprit ouvert - Amour de soi et de mes frères et sœurs AA - Don de soi - Vivre le moment présent - Gratitude - Joie de vivre - Paix intérieure - Sérénité - Sobriété - Spiritualité.

La première promesse ajoute : « Nous serons étonnés des résultats même après n'avoir parcouru que la moitié du chemin » :

- Avant AA, je préférais la peur, maintenant je préfère Dieu;
- Avant j'avais une vie à la mode, maintenant j'ai un mode de vie;
- Je me suis abandonné à AA et AA ne m'a pas abandonné. Je répète ça souvent aux nouveaux;
- J'ai reçu plus d'amour dans un an de AA que dans 45 ans de ma vie;
- J'ai mis le mode de vie en pratique dans ma vie de couple et avec mes enfants et j'ai réussi à reconstruire une belle vie de famille;

Dans les services :

- Je ne dis jamais non à AA;
- Je me suis repris à trois fois avant de compléter un terme de RSG et j'ai réussi;
- J'ai appris que les traditions doivent être respectées;
- Je suis devenu responsable dans mes engagements. Je fais très attention avant de prendre des engagements et je m'assure de les respecter. Fini les promesses d'ivrogne!
- J'étais Dieu. Maintenant je découvre le Dieu d'amour de AA et je m'en remets à lui. C'est moins fatiguant de vivre;
- Dans mon actif, j'avais toutes sortes de projets et je les abandonnais. Maintenant, je réalise mes projets;
- Je suis devenu un être humain capable de vivre ma spiritualité, plutôt que de réagir en animal aux situations qui se présentent dans ma vie;

Dans mes rechutes :

- Je ne réussis pas encore à demeurer abstinente très longtemps, mais je reviens toujours à AA après chaque rechute parce que je m'ennuie de mes amis. Je vis de la culpabilité à chaque rechute et je me juge très sévèrement. Je reviens à AA et on me dit qu'on m'aime quand même et on m'explique ma maladie d'impuissance devant l'alcool. Si ça a marché pour les autres, ça va finir par marcher pour moi;
- Lorsque j'avais un mois d'abstinence, j'ai dû faire une douzième étape dans ma famille. J'avais très soif, mais j'ai réussi à demeurer abstinente tout le temps, car la personne consommait. Ma douzième a fonctionné, mais je suis retournée boire tout de suite après, car la boule était trop grosse. Ça m'a fait comprendre que les émotions mal gérées peuvent m'amener à boire;
- Je suis en train de faire une quatrième étape. C'est long et difficile et j'ai soif souvent, mais j'ai de l'aide et je persévère parce que pour m'aimer, je dois me connaître à fond;
- Je rechutais souvent et j'ai voulu essayer 90 jours, 90 meetings. Des membres sont venus me chercher chez moi tous les jours durant 90 jours sans même que je le demande et je suis demeurée abstinente. J'ai rechuté le 91e jour et j'ai eu très honte de revenir, mais je l'ai fait. Ces mêmes membres m'ont accueilli avec amour et sans aucun reproche. AA et ses membres ont été très

persévérants avec moi. Ce sont eux qui m'ont appris la persévérance avec les nouveaux;

- Je suis en amour avec AA et je ne serai plus jamais seul. Je ferai des réunions toute ma vie pour aider à alléger la souffrance des autres;

- La journée est longue et j'ai hâte d'aller à ma réunion le soir. Lorsque je reviens, j'ai l'impression d'enlever mes bottes après ma journée de travail. Je suis fatigué, mais c'est de la bonne fatigue et je dors bien. Je vis ça à chaque jour depuis mon retour à AA et ça va de mieux en mieux;

- L'amour d'AA m'a touché et je n'ai plus d'idées suicidaires. Je n'ai plus peur de vivre parce que je sais que AA sera toujours là;

- Je me suis trahi et démolì, mais maintenant je persévère à essayer de m'aimer et de m'améliorer grâce à AA. C'est plus facile et je peux maintenant être seul chez moi parce que je m'aime et que j'aime Dieu;

- J'ai appris à m'aimer à force de recevoir de l'amour de mes frères et sœurs AA;

Groupe ACCEPTATION de Notre-Dame-du-Laus.

Pour certains, la persévérance, c'est continuer dans le mode de vie plutôt que de se décourager quand ça va mal. Pour d'autres, c'est de continuer d'aller aux réunions même quand ça va bien, donc éviter la paresse.

Il y a aussi la persévérance dans l'attente (ex : même si on sait que le mode de vie en 12 étapes de AA serait bénéfique pour quelqu'un, le laisser arriver de lui-même). Cette persévérance passive peut être la plus difficile, car elle rejoint le slogan « vivre et laisser vivre ». Elle est aussi synonyme de patience, tolérance, et aussi vigilance. Elle rejoint aussi la prière de sérénité, car elle demande aussi acceptation et courage.

Groupe L'ÉVEIL de Nomingue.

Témoignages recueillis auprès des membres de groupe et membres visiteurs...

- Lâche pas;

- Plus jamais je vais virer de bord, je vais mourir à la place;

- Accepter pour être capable de vivre avec le monde, aller vers l'amour inconditionnel;

- Ça m'a donné la chance de monter dans la spiritualité, rencontrer plein de beau monde en faisant du meeting et à travers l'implication, je suis devenu impliqué dans ma propre vie;

- Une attitude de tous les instants, oui, et ça se partage d'abord personnel;

- En quelque part, c'est une façon d'être;

- 12e journée, je persévère, plus ça va et plus je me sens bien.

- persévérance du débutant dans le mouvement;

Une semaine, j'ai demandé aux membres de m'offrir quelques mots sur la persévérance, personne n'est venu me voir. La semaine suivante, quand est venu mon tour de parler, j'ai informé les membres que j'appréciais avoir leurs réflexions sur la persévérance et que je me promènerais avec papier, crayon, et c'est ce que j'ai fait. J'ai tout de même eu quelques témoignages, mais je réalise qu'il faut vraiment très fortement proposer pour avoir de l'implication.

Enfin, bonne discussion, mon cœur est avec vous.

La persévérance, pour moi, c'est comme les battements de mon cœur, c'est ce qui me tient en vie.

Groupe SAMEDI DE VIVRE de Mont-Laurier.

- À faire du meeting, des réunions;

- Ça me dit rien;

- Si la persévérance est positive, ça va aller vers le progrès. Sinon, ça peut être la clé de l'enfer;

- La persévérance va amener des nouvelles connaissances et une autre façon de voir la vie différente et une autre façon de régler les problèmes;

- Persévérance amène le résultat;

- On pensait que c'était une déception (tout ce qui a rapport au mouvement : fonction - groupe). Finalement, ça été bénéfique pour nous.

Éric P.

RDRA, district 90-20



L'enthousiasme et la gratitude

Transformer la défaite et le désespoir en espoir et détermination.

Bonjour, je m'appelle Graziella T., alcoolique, RDR du 90-11, district de La Vérendrye!

Quand je suis arrivée dans le Mouvement, il y a 20 ans, j'en étais rendue à vouloir me suicider. Je suis arrivée remplie de peurs, mal dans ma peau, sous-estime de moi-même. Je vivais une vie remplie de frustration, de haine et de colère; j'avais un Dieu vengeur et je n'avais plus le goût de vivre.

Puis est arrivée la lumière au bout du tunnel : une porte s'est ouverte, celle d'Alcooliques anonymes. Tout de suite, je me suis sentie bien et enfin, j'avais trouvé ma place!

Les membres m'ont accueillie, aimée, tolérée, et c'est ainsi que le Mouvement m'a sauvé la vie. J'ai pris des tâches : café, secrétariat, animation, et un poste de RSG. J'ai été touchée par la confiance des autres membres, par leur amour inconditionnel, et puis est venue la gratitude.

Dans le service, j'ai beaucoup grandi; le sentiment d'inutilité que j'avais est parti et une promesse s'est réalisée. Avec le temps, j'ai commencé à changer, à m'affirmer, et j'étais déterminée à travailler fort pour avoir ce que vous aviez : la paix et la sérénité.

Plus j'avais dans le service, plus j'ai rencontré des difficultés; par contre, j'avais acquis assez d'humilité pour demander de l'aide. Je dois avouer qu'à plusieurs reprises, j'ai voulu démissionner. Dans mon poste de RDR, on m'a attaquée personnellement dans mon honnêteté; des membres ont démissionné de leur poste et nous nous sommes retrouvés deux pour continuer à travailler pour l'alcoolique qui souffre encore.

La réalité des régions éloignées est celle-ci : de longs déplacements pour visiter les groupes et la région, la fermeture de groupes, le manque

d'implication, le manque d'argent dans la 7^e Tradition, les chicanes d'égo, etc.

Comment peut-on garder espoir que le Mouvement va continuer? Faire confiance en une Puissance plus grande que la mienne, demander de l'aide, travailler fort pour donner de l'information, partager l'expérience du service avec enthousiasme et parler d'Alcooliques anonymes avec gratitude et passion. Des milliers de miracles se produisent chaque jour, puisque nous sommes des milliers à ne pas boire pour aujourd'hui.

Mon but à moi est d'avoir une vie meilleure remplie d'amour, de paix et de sérénité. Quand je me tourne vers ceux et celles qui souffrent, je me détourne de mon égo, de l'apitoiement et du ressentiment.

Dans ma vie et dans mon cœur, il y aura toujours de la gratitude pour ce merveilleux mode de vie et pour Bill et Bob. L'exemple de détermination et de courage qu'ils m'ont laissé en héritage fait en sorte que si j'ai le courage de continuer à servir et que je suis déterminée à aider ceux qui en ont besoin, c'est ainsi que je resterai sobre.

Merci à vous tous, ici présents, de faire en sorte que je sois encore en vie.

Merci de me supporter dans mes découragements, mes égarements et mes folies.

Merci enfin pour l'amour et le soutien que vous m'apportez.

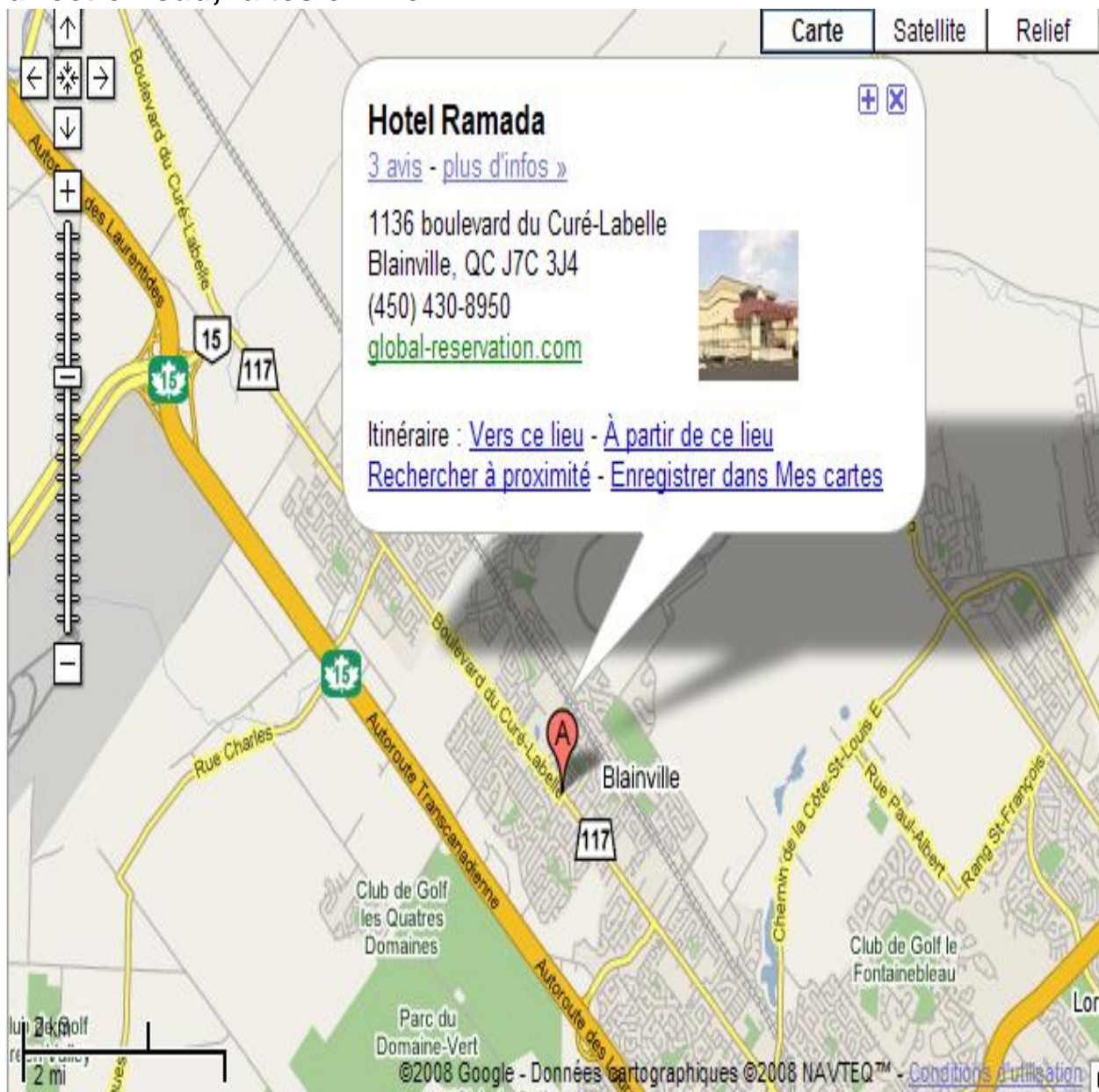
Bonne fin de 24 heures.



Graziella T
RDR, district 90-11
La Vérendrye

CHANGEMENT! CHANGEMENT! CHANGEMENT!

Pour ceux qui viennent du Nord de Saint-Jérôme : continuez sur l'autoroute 15 Sud jusqu'à la sortie 31, tournez à gauche sur la rue Charles, faites environ 1.5 Km jusqu'à la route 117, tournez à droite, direction sud, faites environ 4 Km.



Pour ceux provenant du Sud de Blainville : autoroute 15 Nord, sortie 25, boul. De La Seigneurie O. Tournez à gauche sur la route 117, direction Nord; faites moins de 2 km.