

Traduction personnelle du document intitulé "THE TWELVE TRADITIONS" de Nicotine Anonyme, par un membre de Nicotine Anonyme. En raison du peu de personnel disponible pour cette traduction, du peu de matériel et autres moyens, ne soyons donc pas trop exigeant! Le traducteur a tenté de traduire le plus fidèlement possible l'esprit plutôt que la lettre).

LES DOUZE TRADITIONS DE NICOTINE ANONYME*

Lorsque périe une société ou une civilisation, il y a toujours une presente condition; ils ont oublié d'ou ils sont venu.

- Carl Sandburg

INTRODUCTION

Les Douze Étapes, lesquelles sont fondées sur des principes spirituels anciens et universels, décrivent un cheminement de rétablissement personnel. La possibilité du rétablissement individuel puise sa source dans la transmission du message d'un membre à un autre, sans aucune pensée de gain personnel ou de gratification financière – et cela fonctionne.

Les Douze Traditions sont aux fraternités de rétablissement ce que les Douze Étapes sont aux individus. Elles ont une signification spirituelle séparément en memetemps qu'un partenaire egal aux étapes. Les groupes sont encouragé à se réserver un temps approprié pour discuter des traditions; alors que les parrains peuvent enforcer cette sagesse aux les nouveaux venu. Si les traditions deviennent délavées, diluées ou abandonnées, la survie du groupe ou de l'individu peut être menacée.

Bill Wilson (co-fondateur des Alcooliques Anonymes) a en premier lieu ébauché les Traditions comme la distillation d'expériences partagées au debut des groupe des Alcooliques Anonymes. Elles sont le résultat de l'essai et de l'erreur, et parfois d'erreurs importantes. Il les a déployé en leur forme actuelle et elles ont été adoptées en 1950 par la Convention Internationale des AA tenue à Cleveland.

Les traditions survécurent l'épreuve du temps. Elles nous pourvoient d'un véritable guide testé pour les groupes tout en permettant l'individualité. Comme Bill Wilson le note d'une façon poignante dans ses explications de la tradition- "Sur les enclumes de l'expérience, la structure de notre Société a été martelée."

Les traditions ont été développées avec le temps en solution à des problèmes à mesure que ceux-ci se manifestaient. Elles sont fondé sur l'expérience particulière relative au bien être de l'ensemble des Alcooliques Anonymes. Notre fraternité les a adopté parce qu'elles ont servie les AA judicieusement.

Notre fraternité n'est ni commerciale ni professionnelle, nos chefs que des serviteurs de confiance. Aucun membres ne peut dire à un autre, "Tu ne peux faire cela, " ou "Tu doit faire ceci. " Si un groupe transgresse les Traditions, il risque la possibilité de confusion et de conflit. La confusion et le conflit peuvent éloigner les nouveaux, les privant ainsi des bénéfiques offerts par Nicotine Anonyme.

Les Traditions procurent structure et unité à notre fraternité entière. Elle aident les groupes locaux d'une façon qui donne le le rétablissement de nombreuses personnes au cour de nombreuses années. Elles gardent toujours l'attention centrée sur notre but et assurent la possibilité à tout membre de notre fraternité d'aller à importe qu'elle réunion et d'y trouver les mêmes principes spirituels fondamentaux. Elles procurent un endroit de sécurité pour chaque individu en incitant le groupe à l'unité. L'humilité est le fondement sur lequel le

groupe est édifié. Les Traditions protègent notre fraternité contre nos déficiences personnelles; elles nous protègent contre nous-mêmes et nous gardent à notre juste dimension, exactement comme les Étapes.

Puissions-nous tous continuer d'approfondir notre compréhension de ces principes pour que notre rétablissement et notre fraternité continuent de croître et de servir tous ceux qui recherchent la libération de la nicotine.

PREMIÈRE TRADITION

Notre bien être commun devrait venir en premier lieu; le rétablissement personnel dépend de l'unité de Nicotine Anonyme.

Cela signifie-t-il que l'individu doit se conformer à tous les aspects de notre programme? Certainement pas! Les termes du "Gros Livre" des AA qui introduisent les étapes se lisent- "Voici les étapes que nous avons suivie et qui sont suggérées (nous mettons en italique ce sur quoi nous portons l'emphase) comme programme de rétablissement." La façon similaire, les Traditions, résultat de l'expérience, utilisent le mot "devrait" et comme guide.

Notre Première Tradition nous rappelle que notre bien être commun vient en premier lieu. En plaçant notre bien être commun en premier lieux, les individus se placent eux-mêmes en second. Chaque membre de Nicotine Anonyme est une partie d'un tout. Il est nécessaire pour Nicotine Anonyme de vivre en temps que entité afin que nous, comme individus, puissions continuer de vivre – libérés de la nicotine. Nous en venons à comprendre que chacun de nous a besoin d'assimiler les principes de rétablissement parce que notre vie dépend de notre adhésion à des principes spirituels. Individuellement, nous sommes "un pour tous;" comme groupe, nous sommes "tous pour un." Comme fraternité, nous demeurons unis autour des questions essentielles au rétablissement. Sinon, nous mettons à risque le rétablissement personnel et risquons d'affaiblir les liens de notre fraternité.

Une des questions essentielles avec laquelle la conscience de groupe a composé à la Conférence des Services Mondiaux en 1988 était une compréhension claire pour notre définition de l'abstinence. Depuis 1988, nous définissons l'abstinence comme "un état qui commence lorsque cesse tout usage de nicotine." Alors que notre nom était Fumeurs Anonymes en ce temps, nous avons convenu collectivement que l'abstinence de nicotine était notre but primordial, non pas une méthode particulière d'atteindre ce but. En 1990, notre nom est devenu Nicotine Anonyme, ce qui élargissait notre prise de conscience et notre portée à un programme qui inclus la dépendance à la nicotine sous toutes ses formes.

Conformément à la Dixième Tradition, nous n'émettons "jamais d'opinion sur des sujets étrangers" tel un produit quelconque utilisé pour l'aide au sevrage. Chaque individu détermine lui-même la date de sa propre cessation. La fraternité dans son ensemble, et par extension, chaque groupe, nous donne d'une structure et une unité de but qui nous permet l'accueille de tous avec bienvenue, sans jugement.

Le but exclusif du groupe est le rétablissement de l'individu. La survie de l'individu et du groupe dépendent des relations fraternelles entre les membres du groupe. Durant nos réunions, les membres partagent leurs expériences personnelles concernant le rétablissement pendant que les autres membres écoutent. Bien que chaque membre a le droit d'exprimer ses opinions, un individu peut être amené à accepter avec grâce la voix majoritaire du groupe. L'ouverture d'esprit peut aider lorsqu'on écoute les opinions ou les idées d'autrui.

Les groupes spirituellement en santé ont habituellement des membres qui ont le sentiment d'avoir "parts" dans "leur groupe d'appartenance" par le truchement d'une participation active. Ils consentent volontiers à prendre les responsabilités nécessaires à la bonne marche du groupe. Ils servent comme président, secrétaire, ou trésorier. Ils prennent un engagement pour s'occuper de la littérature ou organiser la réunion. Généralement, ces membres ont bénéficiés de la pratique de notre programme de rétablissement et partagent cette expérience dans un rôle de service manifestement visible par le nouveau.

Par ailleurs, qu'arrive-t-il lorsqu'un membre individuel refuse d'accepter la décision du groupe? Chaque membre doit décider pour lui-même ou elle-même comment réagir dans une telle situation. Certains peuvent considérer l'issue suffisamment importante pour quitter le groupe, d'autre peuvent se contenter de l'approuver ou de la désapprouver. Une décision de vote majoritaire ne signifie pas nécessairement qu'elle est "bonne". Chacun a le droit d'ouvrir un autre groupe. Il peut arriver aussi qu'un membre demeure dans le groupe, tout en devenant plein de ressentiment, ce qui peut avoir une influence négative sur le groupe. Si des membres du groupe en deviennent inconfortable ou en sont apeuré au point de quitter ce dernier, le groupe peut éventuellement se disloquer. Que faire?

Aucun membre de Nicotine Anonyme n'a d'autorité sur un autre. Mais le groupe, s'exprimant par la conscience du groupe, détient de l'autorité. Toutefois, il s'agit d'une occasion essentielle pour les membres d'étudier toute la sagesse qu'il y a dans l'ensemble des traditions pour faire en sorte qu'ils puissent mieux matérialiser le but primordial du groupe (Cinquième Tradition). Guidés par cette sagesse unifiée, le groupe a une meilleur possibilité de connaître ce qu'est le bien être commun et de placer celui-ci en premier lieu. Parlant alors d'une (seule) voix, ceci renforcé l'unité de Nicotine Anonyme. Si nous adhérons à notre nom, Nicotine Anonyme, nous pouvons alors garder ça simple et faciliter au nouveau la compréhension et la pratique de notre programme de rétablissement.

DEUXIÈME TRADITION

Dans la poursuite de notre objectif commun, il n'existe qu'une seule autorité ultime - un Dieu d'amour tel qu'Il peut se manifester dans la conscience de notre groupe. Nos chefs ne sont que des serviteurs de confiance; ils ne gouvernent pas.

Nous disons fréquemment que Nicotine Anonyme est un programme de rétablissement "collectif". Manifestement, nombre de dépendants de la nicotine qui se croyaient sans espoir se sont rétablis par la fraternité de Nicotine Anonyme. Malgré qu'ils aient reconnus que, par leurs propres moyens, seuls, isolés, ils étaient impuissants devant la nicotine, ils en sont tout de même arrivé à vivre une expérience miraculeuse de libération de l'obsession de l'usage de la nicotine par la puissance d'un Dieu d'amour (telle qu'ils concevaient cette puissance) agissant par l'intermédiaire du groupe.

Insistant sur le fait que Nicotine Anonyme est un programme de rétablissement "collectif", la Deuxième Tradition nous rappelle que l'autorité finale dans les affaires qui concernent les groupes de Nicotine Anonyme n'est jamais celle d'un seul individu, mais celle du groupe lui-même par le truchement de la conscience du groupe. Que signifie exactement le terme "conscience du groupe"?

Au niveau le plus élémentaire, cela signifie qu'une question devant être résolue nécessitant une action est soulevée devant le groupe de Nicotine Anonyme pour fin de discussion (d'étude). La solution à adopter est alors déterminée par un vote des membres du groupe. L'utilisation du mot "conscience" implique qu'il y a un impératif moral aux votes du groupe. Au fait il y a un.

Sous-jacente à toutes les autres Traditions, la Cinquième Tradition stipule que "chaque groupe n'a qu'un seul but primordial - transmettre le message au dépendant de la nicotine qui souffre encore. " En conséquence, chaque membre, lorsqu'il participe à une conscience de groupe, doit considérer si son vote aide ou non le groupe à remplir son but primordial. Cela signifie que les membres mettent leurs préférences personnelles de côté pour voter en fonction de cet idéal plus élevé. Ce faisant – lorsque les membres mettent de côté leurs propres agendas et agissent pour le bien commun – nous croyons que la volonté d'une Puissance Supérieure aimante devient manifeste vraiment par l'intermédiaire de la conscience du groupe.

Puisque nous reconnaissons qu'une Puissance Supérieure s'exprime dans la conscience de notre groupe, cela implique-t-il qu'on ne doit jamais changer la décision prise par le groupe? Non, cela n'est pas nécessairement le cas. Par exemple, dans les débuts de la formation de notre fraternité, les premiers membres ont décidé que nous devions être connus sous le nom de "Fumeurs Anonymes. " En ce temps, ce nom était tout à fait approprié puisque les premiers membres étaient tous des fumeurs. Dans les années subséquentes, cependant, il est devenu manifeste que notre Puissance Supérieure ne désirait plus nous voir connus sous le nom de "Fumeurs Anonymes." Ceci est devenu évident lorsqu'on attira notre attention sur le fait que le nom "Fumeurs Anonymes" était déjà légalement enregistré par un médecin qui gérait un programme qui n'avait rien à voir avec un processus de rétablissement à douze étapes.

Ceci présentait un réel problème pour notre organisation qui était depuis longtemps si bien rodée. Le médecin était consentant à nous accorder une licence d'utilisation de ce nom moyennant une somme annuelle licencièrre substantielle pour celle-ci. La fraternité n'avait pas les moyens de payer une telle redevance annuellement. La 5e Conférence Annuelle des Services Mondiaux des Fumeurs Anonymes, tenue en 1990 à Phoenix en Arizona, fut saisit du dilemme. D'après les statuts de notre fraternité, la Conférence Annuelle des Services Mondiaux sert de "conscience collective de la fraternité de Nicotine Anonyme (alors Fumeurs Anonymes) dans son ensemble."

Un membre présent à ce débat pivot dans l'histoire de notre fraternité décrivait le déroulement de celui-ci comme étant "l'évidence la plus dramatique de la main de notre Puissance Supérieure collective à l'œuvre que je n'ai jamais vu." À ce débat pivot dans l'histoire de notre fraternité, un membre présent décrivait le déroulement de celui-ci comme étant "l'évidence la plus dramatique de la guidance de la main de notre Puissance Supérieure collective à l'œuvre que je n'ai jamais vu." La discussion avait commencé à partir d'une position (intention) collective quasi unanime de "livrer le bon combat" afin de conserver intégralement le nom "Nicotine Anonyme." Le but était de réserver le nom "Anonyme" à tout programme, tel ceux relatifs aux rétablissement d'une dépendance, à l'usage exclusif des programmes à douze étapes. On croyait que tout programme d'appellation "Anonyme", tel ceux relatifs aux rétablissement d'une dépendance, devrait être réservé à l'usage exclusif des programmes qui se veulent bona fide de bonne foi à douze étapes.

En moins de deux heures, la position collective quasi unanime de combattre avec détermination pour garder le terme "Fumeurs" avait fait un virage à 180 degrés pour son remplacement par le terme "Nicotine." Ce virage était quelque chose comme "naturellement que nous sommes inclusifs et notre processus de rétablissement concerne l'obtention et le maintien de la libération d'une drogue, non pas une méthode particulière d'atteindre ce but." Ce membre décrivait ce redoutable virement, sous la guidance d'une Puissance Supérieure collective "tel une marée montante." Cette marée montante amena

inévitablement les participants de la discussion à conclure qu'il devenait temps d'accepter l'évolution naturelle de Nicotine Anonyme vers une fraternité plus inclusive.

Le changement du nom de notre fraternité est un exemple de la conscience du groupe œuvrant à l'échelle mondiale de la fraternité toute entière. Toutefois, la conscience du groupe œuvre à plusieurs niveaux différents à la grandeur de Nicotine Anonyme. La conscience du groupe s'exprime aussi aux réunions hebdomadaires de Nicotine Anonyme, aux réunions mensuelles de l'intergroupe, et aux réunions périodiques des officiers du Bureau des Services Mondiaux (BSM) de Nicotine Anonyme. On retrouve aussi à l'œuvre en de nombreuses occasions lorsque des comités sont formés pour la préparation de conférences ou de planifications, pour la révision des statuts de Nicotine Anonyme, pour proposer des modifications ou des nouveautés à notre littératures, et ainsi de suite. Alors bien que chacun de ces comités peuvent avoir un président qui coordonne les efforts du comité, ceux-ci utilisent la conscience du groupe pour en arriver à un accord à l'intérieur du comité.

Au niveau du groupe, les membres utilisent la conscience du groupe pour déterminer une grande variété de questions. Par exemple, le groupe a besoin de serviteurs – des membres qui consentent à remplir la fonction de secrétaire, de président, de trésorier. De nombreux groupes tiennent des réunions d'affaire périodiques dans le but d'élire des serviteurs et pour déterminer d'autres items les concernant. Ces derniers comprennent la durée de l'exercice de la fonction du serviteur, la durée de l'abstinence requise du serviteur pour l'éligibilité de celui-ci à la fonction, la décision de servir ou non le café aux réunions, et combien le groupe peut se permettre de donner à l'intergroupe local ou aux Services Mondiaux de Nicotine Anonyme. Il y a de nombreux autres items relevant des affaires du groupe qui sont décidés par la conscience de celui-ci.

TROISIÈME TRADITION

La seule condition requise pour devenir membre de Nicotine Anonyme est un désir de cesser l'usage de la nicotine.

Comme fraternité mondiale, Nicotine Anonyme veut rejoindre et inclure tout usager de nicotine qui désire nous joindre dans la poursuite d'une vie libérée de nicotine. Cette seule condition pour devenir membre simplifie la question, et garde celle-ci saine. Nous n'avons qu'un point autour duquel nous nous rallions, pour établir notre égalité, et accueillir la bienvenue à tous les nouveaux membres.

Nous avons reçu gratuitement ce précieux don du rétablissement et avons eu dans notre vie la levée de l'emprise meurtrière de la dépendance à la nicotine. Tout ce qui nous a été demandé fut d'avoir un désir si petit soit-il de cesser l'usage de la nicotine. En conséquence, comment pourrions-nous maintenant prétendre refuser ce don aux nouveaux?

Aucune différence de croyance ne doit limiter l'accès du nouveau au programme ou à notre support. Il est assurément vrai qu'il y a ceux parmi nous qui ont découvert par eux-mêmes qu'il leur était nécessaire de se défaire de vieilles croyances afin de trouver une paix nouvelle dans leur rétablissement. Devenant un membre de Nicotine Anonyme, tout a former son propre système de croyance, est affaire de décision personnelle. De cette façon, la 3^e tradition nous protège contre la possibilité de nous enchevêtrer à faire des jugements injurieux envers autrui, spécialement envers ceux parmi nous encore sous la puissante emprise de la nicotine ou ayant rechuté dans celle-ci.

Comme à titre de programme spirituel, la prise de conscience du désir de cesser l'usage de la nicotine englobe l'esprit contenu dans, et évite les jugements envers l'évolution de la

maladie. Par conséquent, il n'est pas nécessaire pour les nouveaux d'avoir déjà cessé l'usage de la nicotine avant de nous joindre. Certains nouveaux peuvent avoir de la difficulté à reconnaître ou prendre conscience de ce désir. Pour certains d'entre nous, ce désir était si petit que nous ne l'avons ressenti qu'après des jours et des jours, qu'après des semaines et des semaines, qu'après réunions et réunions, pour finalement le reconnaître et éventuellement devenir libéré.

N'ayant qu'une seule condition requise pour être membre, nous maintenons notre ouverture aussi à tous ceux qui cherchent à se rétablir. Pour se joindre à nous, il n'est pas nécessaire aux nouveaux membres d'appartenir à un autre groupe, de croire en Dieu, de donner de l'argent, ou pratiquer les étapes d'une manière particulière. Nous n'avons pas peur des émotions exprimées lorsque quelqu'un cesse l'usage de la nicotine. Aux réunions, personne n'est tenu d'être rationnel ou lucide ou ne tenir que des propos exacts. Nous avons passé par ces phases. Nous n'excluons personne de notre programme pour quelque raison que ce soit, dont la race, la réputation, la croyance, l'orientation sexuelle, le genre, l'incapacité, ou l'origine. Si un nouveau n'est pas certain d'avoir le désir de cesser l'usage de la nicotine, mais s'il est consentant à le vérifier, il est bienvenu parmi nous.

La plupart d'entre nous avons vécu pendant des années dans cette sombre fosse de dénégation, d'aliénation, de souffrance causée par la dépendance à la nicotine. Nous ne laisserions pas souffrir de tels dépendants, seuls, au fond de cette fosse – surtout lorsque nous tenons le câble du rétablissement que nous pouvons leur lancer au fond de cette fosse. Que cela soit, ils doivent consentir à saisir ce câble pour se hisser au haut afin de se joindre à nous. Voilà tout ce que nous requérons.

Certains de nos membres ont l'impression que leur dépendance leur a été extirpée du seul fait d'avoir demandé de l'aide. D'autres considèrent que le don du rétablissement de la dépendance à la nicotine était plus difficile à accepter, étant contraints de lutter puis rechuter plusieurs fois avant de maintenir leur abstinence. La Troisième Tradition garde notre porte constamment ouverte, et garde notre cœur constamment porté à secourir. Nos expériences partagées révèlent à la fois les pires aspects de l'emprise de cette dépendance et les joies de sa levée vers une liberté nouvelle. Nous ne sommes pas que conscient des dangers de la dépendance à la nicotine, nous sommes aussi très reconnaissant pour le don spirituel qui rend possible notre libération. En conséquence, de façon continue, nous nous pointons aux réunions et nous lançons cette corde de vérité qu'est notre expérience, notre force, et notre espoir, de sorte que d'autres aussi puissent être hissés de cette fosse vers la liberté.

Alors que ce programme nous pourvois d'une approche spirituelle permettant de matérialiser ce désir de liberté, de joie, et de paix, la plupart des dépendants de la nicotine ont sombré dans ce piège étant de jeunes immatures de la pré vingtaine. Nous étions souvent menés par un désir similaire de ressentir plus de libertés et de joies, et ensuite avons poursuivi ceux-ci pendant des années en utilisant la nicotine. En venir à découvrir à nouveau ce désir est un défi. Au début, nous aurions pu ne pas vouloir abandonner notre drogue. Peut être avions-nous peur de ne pas être capable de vivre sans elle. En dépit de notre présence dans de nombreuses réunions, ou, possiblement nous abstenant de l'usage de nicotine pour certaines périodes, nous avions le sentiment d'être certains de n'avoir aucun désir honnête d'en cesser l'usage.

Toutefois, lorsque nous avons discuté de la question avec d'autres membres, nous avons découvert de nos semblables qui, initialement, n'avaient pas un désir excessif de cesser eux non plus. Certains avaient même répété dans des réunions qu'ils ne voulaient pas cesser du tout. Certains d'entre nous voulions vivre et avions peur de mourir si nous

continuions d'utiliser la nicotine. Certains parmi nous n'avaient que le désir de découvrir la volonté de notre Puissance Supérieure à notre égard. D'autres parmi nous voulions améliorer notre santé. Nombre parmi nous ne voulaient que vouloir cesser l'usage de la nicotine. Nous en sommes venus à comprendre que n'importe lequel de ceux-ci, ou même le simple fait de consentir à se rendre aux réunions, peut être défini comme un désir de cesser l'usage de la nicotine.

Il y eut aussi ceux-là qui avaient de la difficulté avec la question de la nicotine. Alors qu'ils ressentaient le désir de cesser de fumer ou de cesser de chiquer le tabac, ils pouvaient ne pas se sentir prêt d'abandonner certaines autres façons patches ou gommes... d'atteindre cette libération. Chacun de nous décide pour lui-même de sa façon de commencer son processus personnel, et le désir de cesser l'usage de la nicotine sous toutes ses formes peut survenir avec le temps.

Une fois levé ce brouillard de nicotine qui déforme nos pensées au point de voiler nos véritables désirs, notre expérience collective a démontré que nous avons en effet un grand désir de demeurer libéré de cette dangereuse et sournoise drogue. Qui plus est, la plupart d'entre nous avons un grand désir de vivre pleinement notre vie. Pour nombre d'entre nous, le fait de retourner à l'usage de la nicotine signifierait l'abandon de nouvelles joies merveilleuses qui ont été ajoutées à notre vie. Des gratifications telles que l'excursion, l'aérobic, le chant, le partage de moments avec des amis, l'intimité dans nos relations, le nouveau rétablissement de notre santé, et même l'habilité à demeurer assis durant le déroulement complet d'un film ou d'une randonnée nous seraient retiré si nous retournions à notre dépendance. Notre désir de continuer notre nouvelle vie dépasse largement tout reliquat de désir que nous pourrions encore avoir pour la consommation de notre drogue.

Ainsi, si vous désirez devenir un membre de Nicotine Anonyme, venez et joignez-vous à nous. Si vous êtes disposé à nous appeler ou entrer dans nos réunions, nous croyons alors que vous êtes animé par le désir de cesser. Qu'importe qui vous êtes, qu'importe le nombre des autres dépendances dont vous seriez atteint, qu'importe la nature de vos misères, vous trouverez des nôtres qui en sont aussi atteints. Nous voulons votre présence parmi nous. Nous vous avons à cœur et espérons que vous choisirez de nous joindre dans cette merveilleuse vie de liberté que nous avons trouvé à la suite de notre rétablissement de la nicotine.

QUATRIÈME TRADITION

Chaque groupe devrait être autonome, sauf sur les sujets touchant d'autres groupes ou le mouvement des AA en entier.

D'après l'histoire de notre fraternité, les groupes de Nicotine Anonyme (connue jadis sous le nom de Fumeurs Anonymes) existaient de façon autonome sans connaître leur existence mutuelle. Chacun d'eux étaient capables d'aider les dépendants à atteindre la libération de la nicotine. Leurs membres pratiquaient les douze étapes et/ou se pourvoyaient mutuellement de fraternisation.

Essentiellement, un groupe est constitué de deux ou plus dépendants de la nicotine qui se regroupent ensemble pour atteindre l'abstinence et ce groupe ne se réclame d'aucune autre affiliation officielle. Bien que nos intergroupes et notre Bureau des Services Mondiaux exercent des fonctions valables, ils n'existent que pour supporter les groupes et leurs membres. Les groupes forment le cœur de Nicotine Anonyme. C'est dans ceux-ci que sont atteintes l'abstinence et le rétablissement, que les filleuls trouvent des parrains, et que des

miracles se produisent. Ces groupes peuvent et ont conduit leurs propres affaires avant même que notre fraternité en vienne à exister officiellement.

Voilà pourquoi, avec confiance, nous pouvons aujourd'hui permettre à nos groupes de continuer de prendre toutes leurs propres décisions sans intervenir dans leurs affaires. Chaque groupe est libre de prendre des décisions telles que choisir le format de leurs réunions, choisir les personnes qui partagent et les sujets de discussion, donner des jetons soulignant les anniversaires d'abstinence, et déterminer si et quand donner une part des fonds du groupe à l'intergroupe ou aux Services Mondiaux. Tout comme entre les membres individuels, la relation entre les groupes et les Services Mondiaux est affermie par la confiance mutuelle, à la fois accordée et honorée.

Nous encourageons tous les groupes à consulter d'autres groupes, leur intergroupe, et les Services Mondiaux lorsque leurs décisions touchent d'autres groupes ou la fraternité. La recherche de l'inspiration pour jauger d'un élan ou d'une idée est un des principes qui sécurise notre processus de rétablissement. Un cas survint il y a plusieurs années lorsqu'un président d'un intergroupe fut contacté par un fabricant d'un nouveau produit alternatif à la nicotine. La compagnie offrait à cet intergroupe de lui financer un service téléphonique personnalisé et un numéro sans frais pourvu que celui-là supporte les clients de la compagnie et inclue les pamphlets de celle-ci sur la table de littérature des groupes. Après avoir consulté des membres d'autres groupes, l'offre a été sagement déclinée. Outre le dommage causé à la réputation de chaque groupe ainsi impliqué, une telle entreprise causerait certainement du tort à la fraternité toute entière.

Avec même autant de tentations de déviation, nous comprenons tout de même que les groupes ont besoins de prendre leurs propres décisions et de faire leurs propres erreurs. Nous avons le droit d'apprendre par nos propres erreurs. Comme nous le verrons en Neuvième Tradition, la fraternité n'a qu'une autorité mitigée sur les groupes si ce n'est de faire des recommandations sur la plupart des questions. Nous ne pouvons que transmettre l'expérience d'autres groupes dans des situations similaires. Ultimement, nous avons besoins de mettre notre confiance en notre Puissance Supérieure qui a guidé nos groupes dans nombre de choix difficiles tel le suivant :

Nombre de nos groupes de la région de New York sont d'anciens groupes "AA pour non fumeurs" muté en groupe NicA. Ceux-ci étaient des membres AA qui se sont regroupé pour composer avec leur dépendance à la nicotine. Certains de ces groupes ont changé leur nom pour celui de Nicotine Anonyme alors que d'autres ont gardé leur ancien nom de "AA pour non fumeurs". L'intergroupe de la région métropolitaine de New York avait une très brève liste de telles réunions et de nombreux membres désiraient vivement lister le plus grand nombre possible de ces réunions. Une résolution majoritaire adopté stipulait qu'on ne pouvait lister ces groupes (AA pour non fumeurs) en raison de leur affiliation extérieure. Depuis lors, la conscience de groupe de nombre de ceux-ci ont décidé de se muter en groupes de Nicotine Anonyme. Cette décision devait être prise par les groupes eux-mêmes, individuellement.

La liberté dont nous gratifions nos groupes est peut-être partie de l'attrait de notre fraternité. Elle permet à chaque groupe de créer les réunions les plus utiles à ses membres. Il est réconfortant d'aller à des réunions partout dans le monde et de voir les mêmes Étapes et les mêmes Traditions, la différence des formats, des lectures, des partages et coutumes comptent alors pour une magnifique variété. Voilà qui rend le tout intéressant et nous aide à s'approcher notre rétablissement avec un esprit ouvert.

CINQUIÈME TRADITION

Chaque groupe n'a qu'un seul but primordial – transmettre son message au dépendant de la nicotine qui souffre encore.

En soi, cette tradition porte un message à tous les membres du groupe. Premièrement, les membres de chaque groupe, agissant à titre d'ensemble unifié, ont un but primordial à remplir. Deuxièmement, nous avons un message d'importance à partager. Troisièmement, la personne à qui nous avons à porter le message est clairement identifiée – le dépendant de la nicotine qui souffre encore.

Au niveau du groupe, nous communiquons notre message à la fois par le sens de notre parole autant que par la façon dont nous œuvrons. Le fait d'avoir un but primordial nous guide tel une étoile, nous permettant de nous assurer que nous sommes sur la course. Concomitant avec le rétablissement survient un enthousiasme pouvant mener des membres d'un groupe à vouloir accomplir de nombreuses œuvres (autres que notre but primordial) pour de nombreuses personnes. Un groupe doit prendre garde de ne pas se laisser distraire de son but ni diluer le sens de celui-ci).

L'usage de la nicotine et le rétablissement de celle-ci sont notre expérience; voilà ce dont nous connaissons le mieux. Le partage de notre histoire ne requiert ni formation particulière ni talents spéciaux. Chacun d'entre nous peut partager avec autrui ce que nous connaissons et ce dont nous sommes venu à croire. Le port du message s'accomplit aussi sans paroles, lorsque nous écoutons paisiblement nos semblables dans NicA. En focalisant sur notre but premier, un groupe œuvrant de bonne foi se conforme vraisemblablement d'avantage à nos principes et par ce fait maintient l'unité dans ce processus. En cette simplification, il y a la force.

Comme fraternité, nous comprenons ce principe spirituel: afin de conserver le rétablissement dont nous avons été gratifié, nous devons le transmettre sur une base continue aux autres dépendants qui souffrent encore. En ignorant cette vérité, nous risquons la rechute comme individus, et nous mettons la survie du groupe en péril. Voilà une mission d'amour qui se propage vers les membres encore dans les griffes de la nicotine ou ceux aux prises avec d'autres aspects de leur rétablissement.

Alors que notre programme est fondé sur l'anonymat, nous ne croissons pas dans l'obscurité. Cet amour s'exprime aussi par nos efforts à rejoindre ceux qui n'ont pas encore entendu parlé de notre programme. Le port du message est notre rétablissement en action. Nous cherchons à œuvrer de façon à attirer autrui, afin qu'il leur soit donné la même paix que nous recherchons. Notre accueil chaleureux ouvre notre cœur et nous protège contre l'isolement de notre dépendance. Le combat que livre le nouveau nous aide à nous souvenir de celui que nous avons nous-mêmes livré, nous permettant d'approfondir toujours de plus en plus notre gratitude pour chaque jour libéré de nicotine.

Nicotine Anonyme dispose de cinq outils pour nous aider à vivre libéré de nicotine. Ces cinq outils sont : les réunions, la liste des contacts par téléphone et courriel, la littérature, le parrainage, et le service. Ces outils sont aussi un moyen par lequel nous pouvons porter le message aux autres qui recherchent de l'aide. Les réunions portent le message en nous rappelant de tourner notre attention vers la solution plutôt que vers le problème. En ceci, nous trouvons l'espoir et la force. Le partage procure aux nouveaux une occasion de s'identifier à l'expérience antérieure d'autres membres à mesure qu'ils entendent et voient des possibilités de rétablissement. Ils sont témoins d'honnêteté et d'espoir dans un environnement sécuritaire et de support. Le message de première main qu'offrent nos membres est puissant et unique.

La liste des numéros de téléphone d'un groupe croît lorsqu'un membre consent à y ajouter le sien pour offrir du support entre les réunions. Cette liste est particulièrement importante pour le dépendant de la nicotine encore souffrant, harcelé par la nicotine et en combat avec celle-ci, qui désire s'en libérer et qui a besoin d'être écouté. Des nouveaux ne se sentant pas encore à l'aise de prendre la parole durant la réunion peuvent trouver plus facile l'usage de ces autres formes de communication. Nous portons un message de douceur que chacun peut cultiver (couvrir) selon son propre rythme.

Notre littérature est rédigée par des membres, révisée par des serviteurs de confiance, et reconnue comme officielle par les délégués qui votent à notre Conférence annuelle pour s'assurer qu'elle porte bien notre message. Notre expérience est disponible sous différentes formes telles des pamphlets, des livres, et des cassettes audio. Les Services Mondiaux et certains intergroupes publient aussi des lettres de nouvelles où des membres racontent leur expérience individuelle. Nous savons que si nous ne cherchons pas à rejoindre ceux qui souffrent encore, nous risquons la stagnation autant que l'absence de signification vitale.

Le parrainage (parrainage) est l'incarnation personnel du principe nous permettant de conserver notre abstinence en la transmettant altruïstement à nos filleul(le)s. Les parrains portent le message de rétablissement en partageant sur une base individuelle, par l'écoute compatissante, en montrant les œuvres de Nicotine Anonyme en action.

Le service est notre gratitude à l'œuvre. La pratique du service porte notre message d'engagement et de responsabilité. Le service peut aussi être un moyen de porter le message permettant de nous amender et de montrer l'amélioration dans notre comportement et notre attitude. Les membres en service (en devoir) deviennent des modèles de l'exercice d'une fonction, surmontant souvent d'anciennes peurs et dépassant leurs propres limites afin de matérialiser notre but premier.

N'ayant qu'un but primordial conserve simple et clair le dessein de notre message, ce qui peut diminuer tous soupçons quelconques que pourraient avoir envers un groupe ceux qui souffrent encore. Par exemples, des nouveaux pourraient être concerné par des questions religieuses lorsqu'ils apprennent que notre programme a un fondement spirituel. Il est impératif que nous honorions notre préambule concernant le fait que Nicotine Anonyme n'est pas affilié à aucune dénomination religieuse ou organisation politique.

En portent le message de façon appropriée, chaque groupe démontre au dépendant de la nicotine encore souffrant sa compassion, de même que ce qui peut être accompli lorsque libéré de l'influence de la nicotine. L'unique but primordial nous permet de focaliser sur la reconnaissance et la valorisation de certaines priorités. Tous ceci et combien plus révèlent la pleine dimension de notre message de rétablissement.

SIXIÈME TRADITION

Un groupe de Nicotine Anonyme ne doit jamais endosser, financer ou prêter le nom de Nicotine Anonyme à des groupements connexes ou à des organisations étrangères de peur que des soucis d'argent, de propriété et de prestige ne nous distraient de notre but premiers.

Au tournant du 21^e siècle, on a référé à cette tradition pour des décisions concernant le fait de lier notre page web à des pages web d'autres organisations. Certains membres croyaient que le fait de relier impliquait le fait d'affilier. Cette tradition nous permet de collaborer avec

des entreprises extérieures, sans toutefois nous y affilier. Différencier entre ces deux mots (collaborer et affilier) devenait un défi pour certains membres de Nicotine Anonyme.

Certains membres voulaient jeter aux quatre vents cette mise en garde (de notre 6^e tradition) contre toute caution et nous relier à tout ce qui pouvait avoir affaire à la cessation de l'usage de la nicotine. Certains croyaient qu'il « n'en serait que juste » puisque nombre de ces organisations nous réfèrent des dépendants. Toutefois, au moment de la rédaction des présentes, notre conscience de groupe a décidé que notre page web mentionnerait d'autres ressources, mais ne pourvoirait pas de liens (d'internet) à celles-ci. Nous avons aussi décidé que d'autres sites pouvaient se pourvoir d'un lien à notre site, mais que nous ne leur pourvoirions pas de liens réciproques.

Nous voyons d'autres organisations aider des gens à cesser et certains de leurs "gradués" viennent dans nos réunions. Certains de nos membres se demandaient pourquoi nous ne devrions pas nous (re)lier à elles et profiter d'une part de leur infrastructure. Ou, si cela n'était pas de mise, ils se demandent pourquoi au moins nous ne les cautionnerions pas, spécialement dans les villes ou villages où nous n'avons pas de réunions. Les gens recherchent toujours les noms et les numéros de téléphone d'organisations de réhabilitation où les gens peuvent aller passer une semaine sans nicotine. Certains de nos membres se demandaient si nous ne devrions pas les référer à notre site internet là où ils peuvent cliquer sur un lien pour obtenir l'information dont ils ont désespérément besoin. Ces membres demandaient "n'est-ce pas là aider le dépendant de la nicotine qui souffre encore". La sixième tradition nous montre que là n'est pas l'aide que leur apporterait notre programme. La sixième tradition nous aide à garder cela simple tout en ayant des relations à la fois appropriées et utiles avec d'autres organisations, et ce, à la grandeur de la fraternité.

Alors que chacune des parties amorcent l'établissement d'une relation à titre d'entité séparée, il se produit (de fait ou de perception) une fusion inévitable d'identités ou de politiques. Une difficulté existerait pour nous si, par exemple, nous étions pour établir une relation avec une organisation distincte. Alors que les deux parties peuvent avoir pour intérêt commun la santé physique et spirituelle, une affiliation aurait pour effet de faire perdre à chaque organisation une partie de son caractère et de sa spécialité (spécificité). Sixième Tradition nous protège contre une dilution ou une altération de ce que nous sommes et de ce que nous faisons. Sixième Tradition maintient l'habileté exclusive de notre fraternité d'aider le dépendant de la nicotine qui souffre encore.

Nous reconnaissons que des personnes ont en effet d'autres problèmes et les membres devraient pouvoir informer d'autres membres concernant d'autres ressources où ceux-ci pourraient trouver une assistance additionnelle sans le risque que notre fraternité devienne affiliée à ces autres regroupements. Par exemple, certaines personnes prennent du poids lorsqu'elles cessent de fumer. Sur une base personnelle cependant, il n'y a rien de mal à partager une information concernant une autre fraternité ou organisation qui pourraient être d'une aide supplémentaire à un de nos frères; mais il s'agirait d'une erreur majeure si notre fraternité s'affiliait officiellement à cet autre regroupement ou à cette autre organisation.

Durant les années 1980, un de nos membres fut contacté par une compagnie pharmaceutique qui produisait une gomme de nicotine pour aider les gens à cesser la nicotine. La compagnie nous offrait gratuitement la ligne téléphonique sans frais dont nous avons grandement besoin de même que le service d'une personne qui maintiendrait une base de données de la liste mondiale de toutes nos réunions. Ce service aurait été pour nous complètement gratuit. En échange, on requerrait de nous de mettre la littérature de cette compagnie sur la table de notre propre littérature approuvée par la Conférence (de nos

services mondiaux). Ce marché était tentant, mais grâce à la sagesse de notre Sixième Tradition, l'offre fut déclinée.

Nous avons une puissante valve de sécurité en notre 6^e tradition. Aider le dépendant qui souffre encore est notre (seul) but primordial. Sixième Tradition aide notre fraternité à centrer nos efforts sur cette tâche essentielle et à éviter d'être distrait de notre unique but ou de diluer celui-ci par une entreprise extérieure ou même par un service analogue au nôtre.

SEPTIÈME TRADITION

Chaque groupe de Nicotine Anonyme doit entièrement couvrir ses frais, refusant toute contribution de l'extérieur.

Une fonction sans équivoque de cette tradition nous indique de (nous incite à) n'accepter de contributions que de nos membres, à l'exclusion de toute contribution venant de donateurs extérieurs, peu importe la bonne intention (foi) de ces derniers. De la sorte, chaque groupe maintient son autonomie et notre fraternité demeure indépendante. Il (nous) est vital de n'accepter aucune contribution de l'extérieur, sans quoi nous devenons dépendant de ce donateur ou de ce regroupement pour notre survie. Notre survie a besoin de n'être déterminée que par nos propres contributions, sans quoi nous risquons d'être impliqué dans des questions ou politiques extérieures. Ces autres buts pourraient affaiblir et confondre notre message, mettant en péril ou faisant même mourir notre mission.

Au début de la vie d'un certain groupe de Nicotine Anonyme, on a très généreusement offert à ce groupe une salle de réunion, gratuitement. Plusieurs membres faisaient valoir qu'en raison de la faible population du groupe, la survie du groupe dépendait de l'acceptation de cet offre. Toutefois, par le biais de la conscience du groupe, il fut décidé qu'afin de conserver l'autonomie du groupe, cette offre très généreuse devait être déclinée. En contre partie, il fut décidé de négocier un « don » mensuel en location de la salle. Le groupe pris conscience du fait que cette décision vitale protégeait l'intégrité de notre message et honorait cette tradition de notre fraternité. Même si il y avait risque que ce groupe puisse fermer en l'absence de contributions extérieures, celui-ci consentait à accepter cette possibilité.

Scrutant plus en profondeur cette tradition, nous ne pouvons nous supporter totalement par nos propres moyens sans que chacun d'entre nous contribue un service au groupe, à l'intergroupe, ou aux Services Mondiaux. Le service n'est pas seulement qu'un des outils du rétablissement personnel, il est le sang vivant de notre fraternité toute entière. Si nous ne faisons que prendre (retirer) de notre fraternité, nous ne formons (ne sommes) plus une fraternité. Lorsque l'un quelconque d'entre nous se contente de s'asseoir sur l'arrière banc et de laisser « quelqu'un d'autre » prendre les responsabilités nécessaires, la survie du groupe, et éventuellement celle de la fraternité NicA elle-même, sont menacées.

Se supporter par ses propres moyens par le service signifie des actions telles notre présence aux réunions régulières du groupe et à ses réunions d'affaire sur une base régulière, signifie partager aux réunions, pratiquer les étapes, parrainer des filleuls, monter les réunions et nettoyer ensuite le local, souscrire et contribuer aux courriers d'information de la fraternité, de même qu'accomplir des tâches d'animateur (de réunions), de trésorier ou de secrétaire. Nous supporter par notre propre service, même si ce n'est que par des contributions monétaires, ou même d'avantage, garantira sur une base continue notre habilité à servir tous les usagers de la nicotine qui recherchent notre aide. Ainsi, en honorant cette tradition, nous maintenons actif notre but primordial et le fondement spirituel sur lequel est fondé notre fraternité.

HUITIÈME TRADITION

Nicotine Anonyme devrait toujours demeurer non professionnel, mais nos centres de services peuvent engager des employés spéciaux.

Afin de maintenir actif notre fondement spirituel, nous avons besoin de déterminer les limites appropriées concernant notre implication avec les professionnels. La façon dont nos membres servent la fraternité doit être conforme à toutes nos traditions et à toutes nos étapes. L'intégrité des principes de notre programme ne doit pas être compromis ou devenir objet de suspicion par des questions reliées à des profits monétaires.

Une fonction de notre principe primordial, l'autonomie, est de permettre l'égalité du statut de tous les membres. Si le port du message se faisait par certains membres identifiés tel des "professionnels de Nicotine Anonyme payés", une inégalité de statut en résulterait. Une telle inégalité implicite (tacite) de statut pourrait mener d'autres membres à se sentir dévalorisés ou moins inclinés à servir ou même à partager leur expérience. Un membre ayant intérêt financier à porter le message de Nicotine Anonyme ne se conformerait pas au principe spirituel de rétablissement personnel qui stipule que nous devons – donner gratuitement ce qui nous a été donné gratuitement.

Notre préambule stipule qu'il n'y a aucune cotisation ni redevance à payer pour devenir membre de Nicotine Anonyme. Troisième Tradition établie que la seule condition pour être membre est un désir de cesser l'usage de la nicotine. Des membres qui demanderaient des honoraires à titre professionnel pour leur travail de 12^e étape transgresseraient nos principes.

Toutefois, Septième Tradition nous incite à nous suffire par nos propres moyens. Afin que notre fraternité puisse fonctionner effectivement et efficacement, il y a des circonstances pratiques et appropriées où des membres, qui comprennent le programme, peuvent être payé et voir leurs dépenses couvertes pour services rendus. Ces membres seraient considéré comme "employés spéciaux". Ils aident à l'accomplissement de tâches régulières nécessaires à gérer (administrer) la fraternité d'une façon à supporter nos efforts dans le secoure que nous apportons aux dépendants de la nicotine.

Par exemple, il pourrait être approprié de dédommager un gérant professionnel de bureau qui aurait les qualifications requises pour gérer le roulement des affaires d'un intergroupe ou de Services Mondiaux. Des fonds de la fraternité pourraient payer un membre dont la fonction est de remplir des commandes de littérature et maller des paquets à des groupes ou à des membres individuels. Bien que des volontaires offrent gratuitement leurs talents dans bien des domaines, on ne peut s'attendre à ce qu'ils portent le message de rétablissement et porter simultanément le plein fardeau de gérer notre fraternité dans tous ses aspects.

De plus, les professionnels de la santé peuvent prendre des dispositions pour rendre disponible la tenue de réunions (NicA) dans leurs établissements pour servir leurs clients et leurs patients. Un membre peut ouvrir un centre de réhabilitation de la nicotine comme carrière. Pourvu que la compensation ne soit pas reçue pour le travail de 12^e étape fait à titre de membre de Nicotine Anonyme, ce membre ne viole pas cette tradition. Des thérapeutes qui sont aussi membres de Nicotine Anonyme peuvent traiter des clients pour la dépendance à la nicotine; lorsqu'ils assistent cependant à des réunions seulement à titre de membre, ils n'ont pas plus d'autorité ni de statut que tout autre membre. Les réunions ne sont pas "un lieu pour faire des affaires" et aucun professionnel ne devrait solliciter de clients dans les réunions. Aucun membre peut être un "professionnel de Nicotine Anonyme".

Les réunions de Nicotine Anonyme ne sont pas des groupes de thérapie desservis (supportés) professionnellement. En conséquence, nous n'endosserions aucune forme de thérapie parce que Dixième Tradition nous incite à ne pas exprimer d'opinion sur des questions étrangères. Notre programme est unique. Il consiste en nos Douzième Étapes et nos Douzième Traditions. Celles-ci, ajoutées à nos 5 outils, sont ce que nous connaissons et ce que nous offrons.

NEUVIÈME TRADITION

Le mouvement de Nicotine Anonyme comme tel ne devrait jamais avoir de structure formelle (ne devrait jamais être organisé); mais nous pouvons créer des conseils de services ou des comités directement responsables envers ceux qu'ils servent.

De prime abord, cette assertion peut poser un paradoxe à propos de notre programme. Si nous n'avons aucune organisation, alors comment se fait-il que nous ayons nos intergroupes, notre bureau de Service Mondiaux, notre conseil d'administration et nos comités? N'est-ce pas là des exemples d'organisation? Sans organisation, n'aurons-nous pas l'anarchie?

Et bien, oui, nous avons de fait l'anarchie. L'anarchie est l'absence de gouvernement, et nous n'avons certes de gouvernement. Toutefois, ce que nous avons en fait, ce sont des serviteurs, du personnel, et des volontaires qui servent la totalité de notre fraternité. Qu'il s'agisse d'un volontaire faisant le service téléphonique, d'un officier du conseil d'administration, ou un commis de bureau payé, chacun, sur demande, travaille à voire aux besoins de la fraternité en général et à ceux des individus.

Il y a une grande compensation (réconfort) qui découle de cette absence de structure. Les chefs de chaque groupe, comité, ou conseil d'administration ne sont là que pour servir les membres, non pour leur dicter ou leur imposer leur volonté. Personne ne peut dire à quiconque ou à quelque groupe ce qu'il doit faire. Comme les étapes, nos guides et nos traditions sont des suggestions. L'expérience d'un grand nombre de nos membres démontre que le défaut de la pratique des étapes a eu des conséquences extrêmes, menant souvent à la rechute. Il en va de même de nos Traditions. Nous avons souvent vu la transgression des traditions mener à l'effondrement du groupe. Et même là, nous ne pouvons que faire des suggestions basées sur notre expérience de la façon que d'autres groupes ont composé avec des situations similaires. Il n'y a pas de coercition ni section judiciaire de notre fraternité. De fait, ce sont nos serviteurs et nos chefs qui doivent rendre des comptes (qui doivent répondre de leur service) aux membres et aux groupes de Nicotine Anonyme.

Les groupes, les intergroupes et les Services Mondiaux établissent chacun leurs propres paramètres destinés à choisir leurs serviteurs et leurs chefs. Il peut y avoir une simple rotation d'engagements, ou une élection formelle des officiers. Ceux élus ou choisis puisent leur autorité seulement de ceux qui les ont choisis. Ils sont mandatés pour la tâche de servir la fraternité conformément aux principes du programme (de rétablissement) et de soutenir les (le respect des) traditions de Nicotine Anonyme.

Durant les premiers jours, les groupes existaient sans intergroupes régionaux ou sans le Bureau des Services Mondiaux. Aujourd'hui, ces comités régionaux et Services Mondiaux nous pourvoient de services tels qu'imprimer des listes de réunions, distribuer de la littérature, répondre aux appels téléphoniques et à la correspondance, et répandre le message de notre fraternité là où c'est possible. Les services Mondiaux impriment toute la littérature approuvée par la Conférence. Avec les années, ces services se sont révélés

essentiels à l'existence de notre fraternité et à notre rétablissement personnel. La plupart d'entre nous ne peuvent imaginer le programme sans eux.

Lorsque nos volontaires s'adonnent entièrement aux principes de l'humble service, de fraternité, et de désintéressement, il n'y a aucune nécessité de s'arroger vainement les pouvoirs de contrôle, le prestige et l'égoïsme. Un esprit de coopération et d'unicité de but sont tous ce qui est nécessaire à pourvoir Nicotine Anonyme de son unique structure de service, de fraternisation, et de rétablissement.

DIXIÈME TRADITION

Nicotine Anonyme n'émet jamais d'opinion sur des sujets étrangers, c'est pourquoi le nom de Nicotine Anonyme ne doit jamais être mêlé à aucune controverse publique.

Dixième Tradition nous rappelle d'accomplir notre but primordial, qui est de porter le message au dépendant de la nicotine qui souffre encore. En conséquence, Nicotine Anonyme ne devrait pas se laisser distraire en se mêlant à des questions étrangères ou à des controverses publiques.

Comme dépendants de la nicotine en voie de rétablissement, nous savons que l'usage de la nicotine est nocif et certains peuvent de fait croire qu'il devrait être prohibé, contrôlé, ou limité. En conséquence, il est tentant de dire que nous devrions cautionner des poursuites judiciaires contre des compagnies de tabac, publier des annonces promulguant l'illégalité de la nicotine, collaborer avec des groupes qui veulent interdire de fumer, ou supporter des politiciens qui cherchent à limiter les endroits où l'on peut fumer.

Dixième Tradition nous l'interdit formellement. Comme groupe, nous n'avons (n'exprimons) aucune opinion concernant des compagnies, des variétés de produits de nicotine, l'usage de la nicotine par autrui. Certes, comme dépendants individuels, nous pouvons diverger d'opinion sur ces questions. Toutefois, comme groupe, tout comme (la fraternité) Nicotine Anonyme, nous n'affirmons ou ne prenons aucune position.

Fumer, tremper, chiquer... voilà des activités que, tous, nous avons trouvées plaisantes à une certaine époque de notre utilisation de la nicotine. De quelle façon avons-nous cessé, comment en sommes-nous venus à croire, comment avons-nous atteint la libération de cette puissante dépendance... voilà ce que nous partageons afin d'aider la personne qui souffre encore.

Aucun membre, utilisant le nom de Nicotine Anonyme **ou** se réclamant d'être un porte-parole de notre programme **ou** à titre de représentant de Nicotine Anonyme, ne devrait jamais exprimer d'opinion, au niveau public, sur des questions extérieures controversées, particulièrement celles concernant des politiques, une réforme concernant la nicotine, ou la religion. Nicotine anonyme n'endosse ou ne s'oppose à aucune cause ou candidat. Nous ne nous opposons même pas à la production, à la vente, ou à l'usage de produits de nicotine. Comme fraternité, nous n'avons aucune opinion sur des questions de subventions gouvernementales à des cultivateurs de tabac, ou quand, comment et où le tabac est emballé ou utilisé. Malgré que Nicotine Anonyme est un programme spirituel, nous n'avons aucune opinion sur la religion ou sur des institutions religieuses. Nombre d'entre nous venons de milieux religieux ou politiques différents. Insister sur le fait qu'un membre quelconque supporte une cause religieuse ou politique particulière détruirait non seulement notre fraternité, mais violerait la première tradition concernant l'importance primordiale de notre unité commune.

Les fondateurs du programme des Alcooliques Anonymes ont sagement décidé de ne pas s'en prendre aux fabricants d'alcool ou participer à un mouvement de tempérance visant à bannir l'alcool. Ils ont compris qu'une telle intervention serait futile et détruirait vraisemblablement le fondement de leur rétablissement. De façon similaire, Nicotine Anonyme ne peut dévier de son but primordial dans le but d'enclorre les compagnies de tabac ou de promouvoir une législation visant à déterminer l'instant ou la façon dont les gens peuvent fumer, tremper ou chiquer.

De plus, nombre d'usagers de la nicotine ont choisi de cesser l'usage de celle-ci à l'aide de traitements de sevrage tels des « patchs », des gommes, ou des médicaments prescrits. La décision d'utiliser de telles substances est une question de choix personnel et ne devrait être ni dictée ni critiquée. Fournir (dispenser) une aide afin de vivre libre de nicotine est notre but primordial, non pas de déterminer le moyen qu'un individu devrait choisir pour cette fin.

Il pourrait être personnellement difficile d'être à la hauteur du respect de cette tradition parce que nous avons probablement tous des opinions (personnelles) concernant ces questions. Toutefois, lorsque nous agissons à titre de représentant de Nicotine Anonyme, il nous est nécessaire d'éviter les débats publics concernant de telles questions controversées, focalisant plutôt notre attention à maintenir saine et forte notre fraternité afin d'être secourable au dépendant de la nicotine qui souffre encore.

ONZIÈME TRADITION

La politique de nos relations publiques est basée sur l'attrait plutôt que sur la réclame; nous devons toujours garder l'anonymat personnel dans nos rapports avec la presse, la radio, la télévision et le cinéma.

Comme dépendants de la nicotine, notre vie était incontrôlable. Nous faisons un usage extrême de la nicotine. Une seule "fix" n'était pas suffisante; des milliers non plus. Nous ne voyions aucun mal à nous rendre à ces extrêmes afin d'obtenir et de maintenir une provision quotidienne de nicotine. Notre comportement avec la nicotine, que nous inhalions ou que nous chiquions, n'avait aucune retenue alors que notre fumée, nos mégots et nos crachats polluaient les environs quelque soient les endroits où nous allions.

Tout comme plusieurs des principes de notre programme, dans notre rétablissement, Onzième Tradition nous suggère des limites appropriées lorsque nous "portons le message" à ceux qui sont à l'extérieure de notre fraternité. L'intégrité et la longévité de notre fraternité dépendent du respect de ce principe éprouvé par le temps. Certes, nous voulons que les gens soient informés de ce que nous offrons. Toutefois, il est essentiel que l'attention demeure centrée sur le programme et non sur les personnalités qui font partie de notre fraternité. Nous voulons que les gens soient attiré par notre programme en raison de ses principes, non pas en raison des personnes qui sont dans la fraternité. L'anonymat ne protège pas que les individus, elle protège le programme contre les déficiences que nous avons tous.

L'anonymat n'est pas une question dont chaque membre est libre de déterminer par lui-même ou elle-même. Si un membre pensait : « il m'indiffère que le public sache que je suis un membre de Nicotine Anonyme, je n'ai rien à cacher », cette opinion ne tiendrait pas compte du fait que notre programme est un programme de rétablissement collectif, non pas un programme de rétablissement personnel (individuel). Les principes de rétablissement de Nicotine Anonyme incluent l'humilité, laquelle est essentielle au rétablissement. Imaginons qu'un membre s'étale sous les phares (des médias par exemple), d'autres alors pourraient devenir jaloux ou faire de la (établir un concoure de) personnalité. Ceci minerait l'unité. Qui

plus est, les membres de Nicotine Anonyme devraient se mémoriser pleinement que, malgré que nous ne sommes pas affilié aux Alcooliques Anonymes (ou à d'autres programmes à 12 Étapes), nous faisons partie d'une communauté qui partage ce programme de rétablissement et nous avons besoin de démontrer notre respect et notre gratitude en honorant (respectant) cette tradition pour l'édification de tous.

Les médias sont saturés de publicités qui utilisent des célébrités qui endossent personnellement des produits. Ces publicités peuvent être rentables pour ces corporations, mais il y a des risques. Si cette personnalité "tombe en disgrâce" (devient déchu) ou si sa "mise sur piedestal" devient une cible pour les médias, la réputation de la compagnie ou du produit se ternirait. Nicotine Anonyme est conscient du fait que la rechute est une réalité contre laquelle aucun membre n'est immunisé. Nicotine Anonyme reconnaît (accepte) la sagesse acquise par les Alcooliques Anonyme- la promotion par la mise en évidence d'une personne n'est pas la meilleure façon de porter le message.

Nombre de nouveaux entendent parler de nous de bouche à oreille par d'autres membres ou par des notes d'information distribuées par un groupe local qui invite quiconque ayant un désir de cesser l'usage de la nicotine à se joindre à une réunion. Une publicité sous diverses formes a aussi été une façon importante pour le dépendant de la nicotine qui souffre encore de connaître Nicotine Anonyme. Tôt dans l'histoire de notre organisation, un membre a rédigé un historique de notre programme dans le Reader's Digest et l'article a considérablement éveillé la conscience du public de notre existence. Aussi, des articles dans le Dear Abby et le Anne Landers en référence à notre fraternité a attiré l'attention de nombreuses personnes. Ces articles n'étaient pas une mise en évidence de personnalités parce qu'ils centraient l'attention sur la fraternité.

Il y a plusieurs façons appropriées d'informer le public de ce que nous avons à offrir. Les Services Mondiaux de NicA ont des pamphlets adéquats pour nos efforts à rejoindre le dépendant, pamphlets tel que "Nicotine Anonyme... une introduction sommaire", "Au nouveau venu et le parrainage dans Nicotine Anonyme", et "Nicotine anonyme... une description sommaire pour la profession médicale". Les Services Mondiaux de NicA ont aussi des CDs contenant une information publique nous concernant, CDs que les membres peuvent demander aux médias de diffuser. D'autres formes de diffusion de notre message sont comme suit : des informations de réunions locales sont placées dans les journaux ou sur une carte d'affaire; des informations distribuées aux organisation nationales de la santé; la présentation de la littérature de Nicotine Anonyme au festival de la santé ou offerte aux bureaux de professionnels de la santé et aux hôpitaux.

Il y a des options appropriées qu'un membre devrait utiliser pour écrire un livre ou être interviewé par un média public. Des individus peuvent utiliser leur nom au complet pourvu qu'ils omettent de mentionner qu'ils sont des membres de Nicotine Anonyme et qu'ils s'identifient seulement comme dépendants de la nicotine. Si ces individus s'identifient comme membres de Nicotine Anonyme, l'autre option serait de cacher leur visage et de n'utiliser que leur prénom.

Plusieurs de nos membres ne se sont pas présenté à une réunion la première fois qu'ils en ont entendus parlé ni pratiqué les étapes la première fois qu'ils les ont lu. On ne pouvait leur « vendre » l'idée de ce programme, ils devaient en être prêt. La meilleure façon de porter le message est de partager notre expérience, force et espoir aux réunions, nous efforçant à rejoindre par le service le dépendant à l'extérieur, en expliquant avec franchise ce qu'est Nicotine Anonyme, et en vivant les résultats de notre réveil spirituel en pratiquant des principes spirituels de notre programme dans notre vie quotidienne. Si ce que les

dépendants de la nicotine voient et entendent de nous les attirent, ils découvriront notre chaleureuse bienvenue.

Par respect pour autrui, nous ne disons pas aux gens qu'ils ont besoin de notre programme ou ce qu'ils doivent faire. Nous n'assurons personne d'une « garantie de succès ». Nous ne leur faisons pas de réclame, nous leur faisons une démonstration.

La foi et l'humilité sont des principes spirituels, et pour demeurer un programme spirituel, nous devons pratiquer la foi et l'humilité dans notre politique de relation publique.

DOUZIÈME TRADITION

L'anonymat est la base spirituelle de toutes nos traditions, nous rappelant de placer les principes en évidence plutôt que les personnalités.

L'anonymat est si fondamental pour notre programme que notre nom est fondé sur lui. Focaliser sur la nicotine et l'engagement spirituel à l'anonymat sont des éléments essentiels en ce qui distingue notre programme de rétablissement des programmes d'autres groupes. En honorant Douzième Tradition, les membres en viennent à réaliser des bénéfices spirituels qui aident à maintenir notre fraternité et supporter le processus de rétablissement.

L'anonymat nous ramène tous sur le même pied d'égalité. Cette égalité favorise un sentiment d'unité, une puissance supérieure à l'individu agissant seul. Notre bien être commun dépend de l'unité et du sacrifice altruiste individuel, conformément à ce qui est affirmé dans Première Tradition. En acceptant humblement l'anonymat, les membres développent une force spirituelle. L'anonymat et l'humilité sont des partenaires spirituels, s'édifiant mutuellement.

Dans notre Prière de la 3e étape, nous demandons la libération de l'esclavage de l'égo et des motifs intéressés. Notre dépendance nous contraignait à différents comportements égoïstes. L'obsession mentale nous faisait croire que notre besoin d'avoir de la nicotine était plus important que le bien être de quiconque, même de ceux qui nous sont chers. Ni notre rétablissement ni notre fraternité ne peuvent survivre à la recherche de la satisfaction de l'égo.

L'anonymat nous incite à servir plutôt qu'à gouverner, nous motivant à faire le bien dans ce monde et montrer de la bonté. Évitant de faire de la personnalité (de nous mettre en évidence), nous sommes moins enclin à pontifier des opinions concernant des questions étrangères. Nos intentions seront plus attrayantes à mesure que nous portons le message de Nicotine Anonyme. Afin que nos groupes se supportent par leurs propres moyens, les membres individuels ne peuvent agir exclusivement en fonction de leurs intérêts personnels égoïstes.

En mettant les principes en évidence plutôt que les personnalités, nous pouvons mieux accepter quiconque désire cesser l'usage de la nicotine et demeurer centré sur notre but primordial. Les nouveaux peuvent se sentir d'avantage bien accueillis là où la personnalité n'est pas la mesure par laquelle on est évalué. L'acceptation nous approche d'avantage d'un réveil spirituel.

Le principe de la confidentialité est d'avantage susceptible d'être respecté là où l'on pratique l'anonymat. Voilà qui augmente les chances du nouveau de revenir régulièrement et de commencer à lâcher prise. La nicotine ne ménage pas d'avantage les personnes parce que celles-ci ont de la notoriété, de la richesse, de l'intelligence, et autres "avantages sociaux". Nous nous retrouvons tous à Première Étape. De façon similaire, l'anonymat est là aussi afin

de pourvoir même ceux qui ont une renommée de l'opportunité de commencer en 1^e étape et de voir respecté leur confidentialité par tous les membres. La confidentialité engendre la confiance. Là où règne la confiance, le courage de changer peut alors recevoir le support de membres camarades. La confiance peut approfondir la foi en la protection d'une Puissance Supérieure et en les inspirations de celle-ci.

Ayant présente à l'esprit Douzième Tradition, les membres portent d'avantage l'attention au message plutôt qu'au messager. Les humains peuvent rechuter, alors que les principes survivent perpétuellement. L'humilité nous permet d'être à l'écoute de la vérité alors que l'orgueil nous permet de croire en nos propres excuses et rationalisations.

Sachant que les humains peuvent rechuter, nous réalisons aussi que la confidentialité ne peut être garantie en raison des nouveaux qui ne seraient pas encore familiers avec cette tradition. Tout guide de procédure du déroulement d'une réunion devrait rappeler clairement aux membres que le respect de la confidentialité est essentiel à la survie de la fraternité. La confiance est précieuse et tous les membres devraient la traiter avec soin.

Toutefois, suivant la pratique en usage de n'utiliser seulement que le prénom, l'utilisation habituelle du prénom n'implique pas qu'une personne ne puisse pas utiliser son nom de famille à l'intérieure des limites (de la juridiction) des activités du groupe ou lors de l'exercice d'une fonction dans les services de la fraternité. Il pourrait y avoir des circonstances où l'usage et du nom et du prénom faciliteraient la prise de responsabilités organisationnelles ou pour la réception de courrier. Ce sont les bénéfiques auxquels on réfère dans ce texte qui font de l'anonymat une pratique essentielle.

La pratique de l'anonymat et de l'humilité ne signifie pas que nous ne pouvons célébrer. Des groupes peuvent célébrer l'abstinence d'un membre ou son anniversaire par un applaudissement ou la remise d'un jeton. Cette pratique n'est pas faite dans l'intention d'élever le statut d'un membre quelconque, mais seulement pour célébrer le rétablissement survenu par des efforts honnêtes et par la grâce d'une Puissance Supérieure.

Et notre rétablissement personnel et la croissance continue de notre fraternité requièrent toutes deux une humble anonymat afin de maintenir notre cheminement spirituel. La confiance en soi est saine lorsqu'elle est équilibrée par les principes que nous pratiquons et par la gratitude envers la grâce que nous avons reçue. Notre programme, donnant ouverture à une Puissance Supérieure telle que définie par la conception individuelle de chaque membre, place les principes en évidence plutôt que les personnalités même au niveau spirituel. Dans un monde diversifié, le principe de l'anonymat nous permet de nous rassembler en une poursuite commune afin d'atteindre le but premier de notre fraternité.

* Les DOUZE TRADITIONS ont été réimprimées et adaptées avec la permission des Services Mondiaux des Alcooliques Anonymes, inc. La permission de réimprimer et d'adapter les DOUZE TRADITIONS ne signifie pas que AA est affilié à ce programme. AA est un programme de rétablissement de l'alcoolisme -- l'utilisation des DOUZE TRADITIONS en relation avec des programmes ou des activités qui sont modelés sur les AA, mais qui sont destinés à résoudre d'autres problèmes, n'implique rien de plus.