



abondance

bulletin d'information gratuit de Débiteurs Anonymes France

DANS
CE NUMÉRO

Page 1

**Services
mondiaux
de DA France**

**Congrès DA
2010 : recherche
des serveurs**

Page 2

Témoignage

**Mon
rétablissement
grâce à DA**

Page 4

**Réunion
téléphonique**

Deux témoi-
gnages sur la
réunion télépho-
nique du lundi

Page 5

Interview

Témoignage
d'Elisabeth

**Réunion
de travail**

des commissions
de la Conférence

Page 6

**Retour sur
la conférence
de DA France
du 22 janvier**

À propos des services mondiaux de DA France

Nous sommes en train de mettre en place un comité Services Mondiaux DA France pour réfléchir à la manière dont nous pouvons, en tant que membres de DA France, rester reliés au reste du monde, c'est à dire à l'Europe, et avec les aux services mondiaux aux USA.

Nous souhaitons mettre en place des actions qui puissent nous ouvrir aux partages avec les amis et le rétablissement ailleurs, les ressources et l'énergie de DA dans le monde...

L'année dernière nous avons envoyé une déléguée à la conférence mondiale et, cette année, nous avons voté pour envoyer quelqu'un au congrès annuel en Grande Bretagne. Nous cherchons aussi d'autres pistes – toutes les suggestions sont bienvenues aussi.

Ce comité a besoin de plus de serveurs. La prochaine réunion est le 30 juin à 9h20, au café français, à la Bastille, salle du fond.

Contact : Leafy 06 80 15 53 52 ou Lizzy 01 42 77 90 00 e-mail : lizzyg@free.fr

Le comité d'organisation du Congrès DA 2010 recherche des serveurs

Le comité recherche des serveurs pour participer au succès du Congrès DA 2010, qui aura lieu le 30 octobre 2010 au 7 rue de Poitiers, Paris 7^e.

Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues pour assurer les services suivants :

- Organisation des réunions de décompression selon les besoins recensés ;
- Accueil et vente des tickets aux participants ;
- Organisation du repas de midi et de la vente des tickets ;
- Décoration des salles ;
- Gestion des modérations,

du temps et des témoignages ;

- Trésorerie (7^e tradition et recettes bar) ;
- Rangement ;
- Animation ;
- Littérature ;
- Service des flyers ;
- Gestion du bar.

Tous les intéressés seront les bienvenus, soit pour prendre la responsabilité d'un service, soit pour aider les serveurs.

Vous pouvez d'ores et déjà vous inscrire auprès de :

Odile : 06 32 18 75 13

Gualberte : 06 16 37 37 63

René : 06 74 83 96 46

Le Comité d'organisation du Congrès sait pouvoir compter sur vous et se fait une joie de vous accueillir prochainement dans le service de votre choix.



Témoignage

Mon rétablissement grâce à DA

Je suis né après l'occupation allemande, pendant laquelle mes parents ont vécu le manque au point d'avoir des difficultés pour nous nourrir mon frère aîné et moi. Par la suite j'ai toujours connu mes parents avec des réserves de nourriture. J'ai été élevé dans la peur de manquer et dans le culte du travail. On avait très peu de loisirs et pour mes parents seul le travail comptait. Je suis allé dans une école religieuse ou j'ai connu la maltraitance et l'humiliation.

Après, comme je n'ai pu faire des études, j'ai travaillé à 17 ans comme garçon de café, en gagnant bien plus que la moyenne. J'étais très dépendant au travail. Ma mère gardait tout mon argent en le mettant de côté.

Étant logé nourri je me suis retrouvé assez rapidement avec un pécule d'argent. À 25 ans, ma famille a créé avec moi un restaurant brasserie tabac dans une ville nouvelle. Notre affaire marchait très bien. J'ai alors acheté plusieurs appartements et je me suis marié.

J'avais plusieurs comptes en banques et de l'argent liquide que je cachais chez moi sans me souvenir des cachettes. L'argent arrivant à flot, on dépensait sans compter notamment pour effectuer de gros travaux dans notre villa.

En 1988 mes parents et mon frère se sont retirés de l'affaire. J'ai alors acheté avec mon épouse toute l'affaire par orgueil sans contester le prix prohibitif fixé par mon frère car je voulais prouver que j'allais réussir sans l'aide de ma famille. Nous avons fait des travaux gigantesques dans l'entreprise toujours par orgueil car je voulais effacer toutes traces de ma famille. Mes banquiers m'ont prêté sans compter car je possédais des biens personnels. Pour honorer les remboursements nous devions faire un chiffre d'affaires de 20% supplémentaires. Or avec la guerre du golf, nous avons en réalité fait 20% de moins.

En 1992 je me suis retrouvé avec 1 million d'euros de dettes. Petit à petit, tous mes biens immobiliers ont fondu comme neige au soleil pour renflouer cette affaire dont je ne m'autorisais pas à me séparer par loyauté vis à vis de ma famille et par orgueil. Finalement je me

suis retrouvé avec mon épouse et nos enfants dans un petit appartement en location. Je suis reconnaissant aujourd'hui envers la personne qui a accepté de nous prendre comme locataire en connaissant notre endettement. Je me suis mis à haïr cette entreprise que je rendais responsable de toutes mes difficultés dans tous les domaines.

Comment DA t'a-t-il aidé ?

Je suis allé en réunion DA et Ceda mais dès que je sentais une amélioration je ne fréquentais plus les réunions pensant que je pourrais y arriver seul. Jusqu'au jour où je me suis retrouvé en difficulté encore et encore et que je suis revenu en DA.

Comment ça s'est passé alors ?

Cela ne m'a pas aidé tout de suite par rapport à ma situation financière mais j'ai pu me rétablir dans d'autres domaines de ma vie. J'ai pris des mesures importantes vis à vis de ma famille d'origine dont j'étais dépendant. J'ai encore cessé de venir

régulièrement en réunion. Je n'utilisais que les étapes et les outils qui me convenait c'est à dire : un peu les réunions, un peu le téléphone, quelques réunions de décompression, et, surtout pas de parrainage. Parfois je tenais mon petit carnet pendant une période plus ou moins longue.

J'étais encore persuadé que je n'étais pas si malade que ça. Je suis resté en contact avec quelques amis D.A. Grâce à eux, j'ai pris conscience que pour me séparer de mon entreprise, je devais me mettre en harmonie avec celle-ci et rendre grâce pour ce qu'elle m'avait apportée. En faisant ce travail très sérieusement avec l'aide de ces amis des solutions se sont présentées à moi et j'ai pu vendre mon entreprise, ce qui m'a permis de payer toutes mes dettes.

J'ai pu m'acheter une petite maison pour me loger. Je disposais encore de 30 000 Euros pour faire les travaux et j'en ai fait pour 50 000. Donc encore des difficultés, encore de l'endettement.





ANNONCES DE SERVICE

Permanence littérature

Pour se procurer de la littérature DA, la permanence littérature a lieu le dernier jeudi de chaque mois 13bis rue des Bernardins de 18h00 à 18h45 au 4^e étage.

Pour figurer dans le prochain numéro d'Abondance, expédiez vos annonces par mail avant le 10 septembre 2010.

...

Qu'est ce qui t'a poussé a retourner à DA ?

À ce moment là, j'ai enfin pris conscience que j'étais un "vrai débiteur compulsif" et j'ai enfin accepté que j'étais atteint d'une maladie compulsive qui me conduisait à reproduire toujours les mêmes situations.

J'ai su alors qu'un groupe D.A. s'ouvrait à Montreuil. Je suis allé en réunion et c'est là que je suis devenu abstinent. J'avais encore des dettes mais je me suis enfin immergé dans le programme DA. J'ai appliqué basiquement ce que l'on m'a dit. J'ai eu une réunion de décompression dont l'une des actions était de rencontrer mes créanciers en leur disant que je ne pouvais pas honorer mes remboursement dans lesquels je m'étais engagé avec eux et en leur proposant un nouveau plan de remboursement revu très à la baisse. Cette action a été capitale pour moi. J'ai vu la puissance du programme et l'efficacité de cette réunion de décompression car à ma grande surprise (car j'avais très peur

ce plan a été accepté.

J'ai continué à appliquer le programme et des solutions se sont présentées pour rembourser mes dettes notamment par une donation, événement que je n'avais pas prévu. J'ai réparti cette somme avec mon groupe de décompression : 1/3 pour régler mes dettes, 1/3 pour ma prudente réserve et 1/3 pour continuer des travaux dans ma maison.

Aujourd'hui D.A. fait pleinement partie de ma vie. J'utilise au mieux tous les outils. Je vais commencer avec confiance un travail d'étapes avec l'aide de mon parrain.

Comment contribues-tu au programme DA ?

D'abord par ma contribution au chapeau. Mon guide pour cette contribution est de me poser les questions sui-

vantes: "À combien évalues-tu ton rétablissement grâce à D.A.? Combien évalues-tu le fait que tu n'aies plus de dettes et que tu aies un plan de dépenses qui pourvoit à tous tes besoins?" Quand je me pose honnêtement ces questions ma contributions est revu à la hausse dans mon plan de dépenses mensuel. Ce qui me permet d'être plus conscient de mon rétablissement et d'être de plus en plus dans l'abondance.

Je contribue aussi en étant au service de la fraternité. Le service en DA fait partie de ma vie. J'ai besoin d'être serviteur car je ressens le besoin de transmettre ce que j'ai reçu en ayant du service dans mon groupe d'attache, en participant à des réunions de décompression, et

également en ayant du service au niveau national. Aujourd'hui ma manière de penser converge vers mon rétablissement, la transmission du message D.A. et l'épanouissement de D.A. J'apprends beaucoup sur moi-même grâce au service : écoute, tolé-

rance, patience. C'est vraiment le fait d'être toujours au contact d'amis qui me permet de pratiquer les 12 étapes et outils DA avec de plus en plus de joie et facilité.

Aujourd'hui tenir mon petit carnet, faire mes totaux toutes les semaines et tous les mois me sont devenus aussi naturels que de respirer. Je m'investis au mieux dans ce programme qui fait partie de ma philosophie de vie. Je rends grâce pour tout ce que j'ai vécu dans ma vie de bon et de moins bon; c'est ce qui me permet d'en être là où j'en suis aujourd'hui; c'est à dire d'être de plus en plus en harmonie avec moi-même, avec ma famille et avec les autres. Je n'oublie pas que je suis en rétablissement mais non guéri.

Merci à vous tous

Anonyme

« J'ai eu une réunion de décompression dont l'une des actions était de rencontrer mes créanciers. »

Congrès Débiteurs Anonymes 2010

Le prochain congrès aura lieu le samedi 30 octobre
au 7 rue de Poitiers, Paris 7^e.
Le programme détaillé sera publié dans le prochain
numéro d'Abondance.



Deux témoignages sur la réunion téléphonique du lundi

La réunion téléphonique DA du lundi C'EST SUPER !!! Je viens de participer à ma 1^{ère} réunion téléphonique avec des amis isolés en France ou à l'étranger que je ne connais pas et cela m'a donné envie de continuer car il se dégage une ambiance particulière de ce partage. Le thème choisi était : « cela commence par moi » et je trouve que la participation est une bonne illustration de ce thème qui me demande d'être dans l'action et non, comme je l'ai été avant DA, dans l'inten-

tion et la rêverie qui se sont toujours terminées au cimetière de mes bonnes intentions et de mes regrets pour fuir une réalité que je n'étais pas capable d'affronter.

Naturellement, c'est comme toutes les réunions DA mais avec ce petit plus qui m'a accroché pour aujourd'hui !

Un grand merci à l'ami qui m'a ouvert cette porte sur l'extérieur.

René

Les bienfaits de la réunion téléphonique

La réunion téléphonique est importante pour moi et m'a déjà beaucoup aidé. Il y a quelques semaines j'étais immobilisé avec un mal de dos sans pouvoir me lever, ni même m'asseoir. D'autre part je venais d'avoir une réunion de décompression dont l'une des actions était de donner mon témoignage DA dans un délai court. Cette action me terrorisait. Le mal de dos venait peut-être de cette terreur. J'étais dans mon lit pour commencer la réunion et comme par enchantement pendant la lecture des outils, sans même m'en rendre compte, je me suis levé, le téléphone collé à mon oreille, et je me suis retrouvé assis à mon bureau. Un moment après, j'ai entendu avec stupéfaction la modé-

ratrice (qui se trouvait à l'autre bout du monde) me demander "Est-ce que tu veux nous donner ton témoignage?"

« J'aime me retrouver avec des amis parfois très éloignés géographiquement et en réalité si proche dans le rétablissement. »

Après un court moment d'effroi, j'ai compris que la Puissance Supérieure me tendait un outil pour me rétablir et j'ai choisi de m'en servir et d'accepter de donner mon témoignage. Après la réunion j'ai ressenti une grande légèreté et je n'avais plus mal au dos. Depuis j'éprouve une affection particulière pour cette réunion dans laquelle j'ai vécu un grand moment de rétablisse-

ment. Et puis j'aime me retrouver avec des amis parfois très éloignés géographiquement et en réalité si proche dans le rétablissement.

Anonyme

Destinée en priorité aux membres DA "isolés" qui n'ont pas accès à des réunions physiques dans leur région ou pays, c'est une réunion "fermée", réservées aux personnes concernées par l'endettement compulsif, l'anorexie financière ou la sous-gagnance. Selon la troisième tradition DA, la seule condition requise pour faire partie de DA, est un désir d'arrêter de s'endetter.

Par le biais de cette réunion, DA pourra aider les membres qui le souhaitent à créer de nouvelles réunions physiques notamment en leur envoyant un kit de démarrage.

La réunion étant limitée pour des raisons techniques à 15 personnes, il est recommandé de s'y rendre quelques minutes avant le début pour avoir l'assurance d'y participer, merci de votre compréhension.

Pour participer à la réunion DA téléphonique, le lundi de 12h30 à 13h30, écrire à :

reu.da.tel@gmail.com



Témoignage

Interview d'Elisabeth

Qu'est ce qui t'a amenée à DA ?

Comme on dit, marre d'en avoir marre . un petit endettement chronique depuis quelques années, manque chronique, angoisse constante.

Depuis combien de temps viens tu régulièrement ?

Depuis 7 ans. Je suis venue régulièrement tout de suite, même si le reste n'a pas toujours été et n'est toujours pas (pas toujours) parfait.

Te sens-tu plus heureuse et sereine depuis que tu viens à DA ?

Plus sereine, sans aucun doute. Je suis arrivée dans un grande souffrance. Plus heureuse c'est plus difficile à dire. Moins malheureuse plutôt. J'ai cessé de m'endetter et paisiblement laissé mes dettes se rembourser. Mais reste à retrouver la raison au delà des dettes : avec plus d'aisance (que j'ai eue, un peu, un moment) et une vie et du travail qui me satisfassent mieux. Plus d'abondance dans ma vie, financière et au delà.

Que t'apporte le fait de tenir régulièrement tes comptes ?*

Il m'a fallu de nombreux mois pour que faire mes comptes me donne une image. Je faisais et ça ne me disait rien du tout. C'est venu peu à peu. Les réunions de décompression m'ont beaucoup aidée. Les découvertes : que je gagnais trop peu pour vivre (et pas que je me débrouillais mal avec ce que j'avais), que je dépensais trop peu pour manger correctement (la surprise !).

Maintenant, je fais toujours mes comptes, mais pas de manière aussi fluide que j'aimerais. Ce qui me permet, d'abord, en sachant où j'en suis, de ne pas m'endetter.

Ça m'apporte plus de tranquillité ; une notion et des points de comparaison quant à mes dépenses et mes moyens ; une/des vision/s

quant à ce qui est légitime, et que chacun a ses besoins et sa légitimité propres.

Tu es travailleuse indépendante. Comment gères tu les éventuelles irrégularités dans tes rentrées d'argent ?

Les irrégularités, point. c'est la nature même de la chose. J'ai un compte épargne qui peut servir pour des projets et a servi à boucler les mois où les rentrées étaient insuffisantes, couvrir les urgences quelles qu'elles soient, donc ce n'est ni l'abondance, ni l'ordre, mais ça tient. Pour aujourd'hui, je suis loin d'une situation idéale. Je suis, en moyenne, en dessous de mon plan de dépense pour de nombreux postes. Ce n'est pas le confort et l'abondance que je souhaiterais, dans une vie à ma mesure – mais je ne m'endette pas et il y a quand même pas mal de choses que je fais et dont je peux être reconnaissante.

Pour finir peux-tu me donner deux points particuliers sur lesquels DA t'as le plus aidée ?

1/ Que ne pas s'endetter financièrement, c'est ne pas s'endetter, point.
2/ Même si je n'en suis pas venue à les satisfaire, la notion de légitimité de mes désirs et la notion d'abondance, telle que chacun la conçoit ; en ce moment, je suis, avec ma nouvelle marraine, en plein dans la 2^e étape et la notion de possibilité de retrouver la raison là et comme elle me fait défaut.

* un point essentiel pour moi : l'outil DA s'appelle LA TENUE DES COMPTES pas LE PETIT CARNET. Quand j'entends les amis dire « je tiens mon petit carnet » mais « je ne fais pas mes totaux » je me dis qu'il faudrait revenir à appeler les choses par leur nom. Sans compter les amis qui utilisent des moyens virtuels etc. (i-phone, ordinateur).

Réunion de travail des commissions de la Conférence

La prochaine réunion de travail des commissions de la Conférence aura lieu le samedi 5 Juin à Paris, 13 bis rue des Bernardins, Paris 5^e, M^o Maubert-Mutualité de 13 h 00 à 18 h 00.

Chers amis DA,

la conférence, c'est l'occasion pour tous ses membres d'échanger et de décider ensemble des orientations de notre fraternité et d'en établir le plan de dépenses.

Le but de cette session du 5 Juin est de faire le point sur les décisions de la dernière conférence dans chaque commission (Information Publique, Littérature, Structure & Abondance, Trésorerie et Services Mondiaux) et d'effectuer un travail préparatoire pour la prochaine conférence de janvier 2011.

Outre les membres du conseil d'administration, seuls les RSG ou leurs suppléants sont conviés à cet après-midi. Exceptionnellement, si votre groupe n'a pas de

RSG ou de suppléant, la participation d'un représentant est vivement encouragée. Il participera aux discussions.

Merci beaucoup de transmettre l'information aux amis concernés par exemple lors des annonces de vos groupes et comités.

Remboursement des Frais

Pour les amis venant de province les remboursements seront établis sur la base du tarif SNCF en seconde classe. Les justificatifs doivent être produits lors de l'après-midi pour pouvoir donner lieu à remboursement.

Pour contacter le comité structure

Par courrier :

Débiteurs Anonymes, comité structure
149 Avenue du Maine, 75014 Paris

Par mail : cstructure@debiteursanonymes.org

AGENDA DES COMMISSIONS

du Samedi 5 Juin 2010 de 13h à 17h30

13h00 précises : Ouverture de la séance

13h15 - 14h00 : Information Publique

14h-15h15 : Trésorerie/Plan de dépenses DA

15h15-15h30 : Pause

15h30-16h : Littérature

16h-16h30 : Service Mondiaux

16h30-17h15 : Structure/Abondance

17h15-17h30 : mise en commun

7^e tradition



Retour sur la conférence de DA France du 22 janvier

Le 22 janvier dernier a eu lieu à Paris la 12^e conférence des Débiteurs Anonymes. La conférence qui regroupe les représentants de groupe et le conseil d'administration de DA avait été préparée lors de la tenue de deux ateliers précédents, en juin et en novembre. Ces ateliers réunissaient les commissions destinées à travailler sur le fonctionnement de chacun des bureaux de DA : Information Publique, Littérature, Structure/Abondance, Trésorerie et Services Mondiaux.

La journée du 23 janvier était consacrée à la discussion de décisions (motions et recommandations), ainsi que leur mise au vote.

Une meilleure clarté du plan de dépenses de DA France était l'objectif fixé par la 11^e conférence. L'objectif a été atteint : les dépenses ont été contenues et les recettes (chapeaux, etc.) se sont rétablies amenant à un excédent sur l'exercice 2009 d'environ 1 200 Euros.

Le plan de dépenses 2010 élaboré par les membres présents dans le respect des traditions et des concepts de DA alloue cette année des moyens significatifs au bureau structure pour l'amélioration des nouveaux moyens de communications (web, téléphone) et la protection de DAVCEDA à l'INPI (Institut National de la Propriété Industrielle).

L'effort financier correspondant se fait par un prélèvement, responsable et éclairé sur les actifs de trésorerie conséquent de l'association au 1/1/2010.

Un travail important a été réalisé en 2009 par l'ensemble des comités et DA a été représenté au congrès mondial à Dallas.

Pour 2010, les grandes orientations suivantes ont été approuvées :

La collaboration avec une autre fraternité en 12 étapes se concrétise dans le domaine de l'Information Publique par des contacts réguliers destinés à mutualiser des moyens ou s'inspirer d'expériences mutuelles.

Le bureau structure poursuit son effort de réalisation et de distribution d'Abondance. Il doit pour la conférence 2011 proposer une organisation cible, sachant que l'organisation actuelle, décidée lors de la conférence 2007 était une organisation transitoire.

Un bureau Nouvelles Technologies voit le jour, qui aura pour mission de prendre en charge site web, téléphonie et groupes virtuels.

Enfin la durée du mandat des membres du conseil d'administration est ramenée à 3 ans, et il a été procédé à l'élection d'un nouveau pré-

sident et d'une nouvelle secrétaire du conseil d'administration, les titulaires précédents arrivant en fin de mandat.

Une réunion préparatoire de la prochaine conférence aura lieu le samedi 5 Juin prochain après-midi.

La prochaine conférence annuelle de Débiteurs Anonymes France aura lieu le samedi 22 janvier 2011.

Plan de dépenses 2010

CATÉGORIES	PRÉVISIONNEL	RÉEL
RECETTES		
Conférence	270	
Assemblée régionale	150	
Littérature	900	
Chapeaux 7e	3200	
Chapeaux Reconnaissance	150	
Chapeaux Services Mondiaux	300	
Congrès	1000	
SOUS-TOTAL	5970	
PRÉLÈVEMENT ACTIF DISPONIBLE	2006	
TOTAL	7976	
DEPENSES		
FRAIS DE FONCTIONNEMENT	3776	
Assurance	850	
Domiciliation	800	
Frais de banque	0	
Caisse	50	
Conférence (dont rembt SNCF)	726	
Congrès	1000	
Ass. régionales (dont rembt SNCF)	350	
INFORMATION PUBLIQUE	1000	
STRUCTURE	2000	
LITTÉRATURE	900	
SERVICES MONDIAUX	300	
TOTAL	7976	

APPEL À TÉMOIGNAGES

Envoyez-nous avant le 10 septembre 2010 vos témoignages sur un sujet de votre choix.

Longueur maxi : 250 mots, 1500 caractères.

ABONDANCE EST GRATUIT !

MERCI AUX GROUPES D'EN FAIRE DES COPIES ET DE LES DIFFUSER AUPRÈS DES MEMBRES

PROCHAIN NUMÉRO : AUTOMNE 2010

abondance

© Débiteurs Anonymes 2010
149 avenue du Maine - 75014 Paris
debiteursanonymes.org
info@debiteursanonymes.org

Nous écrire ou s'abonner ?

abondance@debiteursanonymes.org

6

ABONDANCE N°10 • MAI 2010 • BULLETIN D'INFORMATION GRATUIT DE DÉBITEURS ANONYMES FRANCE

abondance