

## Pourquoi le programme en 12 étapes ?

*Spiritual Emergence Anonymous (SEA)* a été créé pour faciliter l'intégration de *l'émergence spirituelle (SE)* et des *expériences de transformation spirituelle (STE)*, en se basant sur les principes et l'éthique du programme original en 12 étapes des *Alcooliques Anonymes (AA)*. *Spiritual Emergence Anonymous (SEA)* a pour but d'aider à soutenir l'intégration des SE et des STE chez des individus dont la transformation spirituelle est si puissante qu'ils désirent de l'aide et du soutien dans un environnement de groupe. Le SEA offre la possibilité de servir des émergents dans le monde entier par le biais de réunions en ligne jusqu'à ce que les sections locales puissent s'épanouir. Nous nous formons et transformons sans cesse, en accueillant la croissance dynamique de cette organisation à mesure que de nouvelles personnes se joignent à nous et contribuent à orienter nos efforts.

### Petit glossaire :

Dans un souci de compréhension internationale, les sigles initiaux en anglais sont conservés dans la version française de ce texte.

**AA:** **Alcoholics Anonymous**

Alcooliques Anonymes.

**SE :** **Spiritual Émergence**

L'émergence spirituelle.

**SEA :** **Spiritual Emergence Anonymous**

Association des Anonymes de l'émergence spirituelle.

**SEA-SB:** **SEA Service Board**

Comité de pilotage de SEA.

**STE :** **Spiritually Transformative Experiences**

Expériences de transformation spirituelle.

## **Q : Pourquoi « anonyme » ?**

L'égalité et la sécurité sont primordiales. Le SEA encourage le respect de chaque émergeant pour qu'il développe et suive ses propres directives divines intérieures. SEA crée un espace de groupe confidentiel (à la fois très attentionné et chaleureux) où les membres partagent seulement leurs prénoms sans aucune autre contrainte. L'égalité est d'une importance primordiale pour nourrir le sentiment d'être des pairs dans le processus commun d'établissement et d'intégration des expériences spirituelles. Les participants sont encouragés à ne pas divulguer leur statut, leur profession ou leurs identités professionnelles. Aucun partage ni aucune sollicitation d'intérêts commerciaux, de guérison ou spirituelle ne sont souhaités.

## **Q : Est-ce principalement une réunion de groupe ?**

Ce n'est qu'un aspect du programme. Au départ, une personne se joint à une réunion de groupe. Actuellement, les réunions de groupe sont organisées à différents moments de la semaine en ligne jusqu'à ce qu'un nombre suffisant de personnes dans des endroits spécifiques puissent se rencontrer physiquement. Chaque membre choisit une personne de confiance pour la « parrainer », ce qui signifie qu'elle se réunit d'abord en dehors du groupe. Le parrain devient un compagnon pendant que le nouveau membre travaille les 12 étapes du programme de transformation spirituelle. Travailler les 12 étapes est une expérience personnelle d'écriture de journal et de réflexion qui entraîne le participant dans un voyage intérieur de révélation et d'intégration.

## **Q : Pourquoi 12 étapes ?**

Pour la purification et la croissance spirituelles. L'objectif principal des 12 étapes est d'aider les émergents à recentrer leur vie depuis une orientation vers l'ego jusqu'à une orientation divine, tout en intégrant simultanément leur nouveau sens de spiritualité dans l'environnement social terrestre. En accompagnant la transformation imminente en nous pour mûrir, nous nous permettons de grandir dans la paix intérieure et la grâce extérieure. C'est à la fois la maturation saine et naturelle du développement spirituel humain qui est également assistée par des directives divines. Cette évolution peut être difficile et nécessiter beaucoup de temps et de soutien commun. Le programme en 12 étapes est particulièrement utile aux personnes qui ont déjà vécu un réveil spirituel trop soudain pour s'intégrer confortablement à leur identité propre. Le programme propose les étapes que les émergents n'ont pas eu l'occasion de suivre pour se préparer à leur puissante expérience. Cheminer dans les 12 étapes fournit un nettoyage spirituel/émotionnel et la formation psychologique/énergétique nécessaire pour intégrer l'éveil spirituel et l'amener à son potentiel de transformation.

## **Q : Les 12 étapes ne sont-elles pas réservées aux toxicomanes ?**

Non. Il y a d'autres groupes en 12 étapes qui ont d'autres objectifs. Les SEA se rassemblent pour une croissance spirituelle et non pour sortir de la dépendance. Les 12 étapes originales ont été « canalisées » au cours d'une expérience spirituelle par le biais de Bill W. dans les années 1930, qui les a adaptées pour aider ses collègues alcooliques, créant ainsi Alcooliques anonymes (AA). Il avait connu une guérison spontanée de l'alcoolisme résultant d'une expérience de crise vécue plus tôt dans sa vie, ce qui l'avait amené à rechercher des moyens d'aider ses amis toxicomanes. L'efficacité des 12 étapes des AA et autres dépendances consiste simplement à préparer l'individu à l'éveil spirituel.

**Q : Les 12 étapes sont-elles chrétiennes ?**

Bill W. n'était pas chrétien. Il a rejeté la *Congregational Sunday School* à l'âge de 11 ans.

**Q : Est-ce que SEA réclame de l'argent ?**

SEA est entièrement basé sur le bénévolat. SEA est une organisation autonome sans but lucratif. L'argent nécessaire au fonctionnement du programme est acquis uniquement grâce à des dons.

**Q : Qui dirige les séances ?**

Ce sont la « conscience de groupe » et les « 12 traditions d'organisation éthique ». Chaque groupe est auto-organisé et indépendant, prenant ses décisions par consensus et attendant que la « conscience de groupe » soit considérée comme la plus haute qualité de prise de décision : notre façon de discerner l'orientation divine. Les 12 traditions d'éthique organisationnelle (utilisées par les AA et d'autres groupes en 12 étapes) constituent l'épine dorsale de la gouvernance. Le comité de pilotage SEA (appelé SEA Service Board) prend également les décisions en conscience de groupe. Le Service Board aidera les groupes à démarrer, leur apportera un soutien continu et les groupes de soutien se conformeront aux normes des 12 traditions. Les 12 traditions empêchent l'exploitation des participants individuels, des groupes et du SEA par des intérêts commerciaux, des influenceurs, des dépendances et des manœuvres politiques internes.

**Q : Une personne ne doit-elle pas toucher le fond pour être incitée à travailler les 12 étapes ?**

Pas nécessairement au SEA. Nous ne sommes pas des toxicomanes et n'avons pas à attendre jusqu'à ce que nous ayons perdu nos maisons, nos emplois ou nos relations. Nous avons déjà abandonné nos vies (à la fois volontairement et à contrecœur) dans une certaine mesure par le biais de notre STE. Nous admettons que nos vies sont ingérables lorsque nous sommes confrontés à la douloureuse situation de conflit intérieur que nous pouvons ressentir : vouloir retourner à la félicité que nous avons vécue, tout en nous retrouvant dans une nouvelle souffrance, ce qui semble être une discordance difficile à tolérer. Au SEA nous utilisons les 12 étapes pour passer de l'éveil spirituel à la transformation spirituelle, pour être présents pleinement dans le monde en vivre en harmonie avec notre cœur spirituel.

**Q : Mais si je veux davantage d'expérience spirituelle ?**

Le SEA est le cadeau qui continue à donner. Tout le monde au SEA aime l'expérience spirituelle. C'est la raison pour laquelle nous avons choisi de l'honorer, de nous y ouvrir davantage et de l'intégrer, plutôt que de la dissimuler à l'esprit et de la perdre de vue ou de la diffuser à des fins de notoriété et de gain financier. Plus nous incarnons et incorporons humblement la myriade d'aspects qui nous ont été radicalement ouverts dans nos STE, plus nous faisons l'expérience de la divinité intérieure, alors plus nous serons traversés par ce canal d'inspiration. Le SEA est un programme dans lequel le partage franc est à la fois le remède et le service. Le résultat naturel de « simplement montrer qui nous sommes » est le moyen par lequel nous pouvons guérir, accompagner les autres dans le chemin de la transformation

spirituelle et recevoir un soutien pour développer nos propres dons spirituels au service de la planète.

## **Q : Pourquoi choisir le SEA plutôt que d'autres chemins spirituels ?**

Ce n'est pas un chemin spirituel : c'est le cœur du processus spirituel. Le SEA est un processus de transformation qui n'exclut aucune religion et n'exige aucune religion. Les membres de toutes les religions et aussi les athées le trouvent pertinent. Les 12 étapes sont similaires, par exemple, aux exercices spirituels ignatiens, un processus de développement spirituel apparut pour la première fois à Saint Ignace lors d'une expérience spirituelle au début du XVI<sup>e</sup> siècle. Ils ont été transmis pendant des siècles par les monastères et les couvents européens. Ironiquement, les prêtres jésuites supposaient que Bill W. avait assimilé les 12 Étapes des Exercices spirituels ignatiens et étaient surpris de rencontrer Bill W. en 1941 pour entendre parler de son « téléchargement » direct lors d'une révélation spirituelle ! Des moines et des nonnes engagés dans des pratiques contemplatives ont transmis au cours des générations ce processus ignacien de purification spirituelle et de discernement fondé sur la pratique, afin d'approfondir leur expérience d'union avec le Divin, intégrée au service de l'humanité.

Les rites de purification balinais, la récupération de l'âme chamanique amérindienne et divers pèlerinage religieux sont d'autres exemples de processus spirituels qui ont beaucoup en commun avec les 12 étapes de la purification et de la fondation. Ces rituels initiatiques de purification sont destinés à être pratiqués dans le contexte de leur communauté et de leur culture spécifiques. En revanche, le monde occidental a adopté les 12 étapes, où ceux qui se considèrent « spirituels, mais non religieux » connaissent une croissance exponentielle, parallèlement à un manque croissant de communautés locales multigénérationnelles. Les 12 étapes sont devenues un phénomène mondial. Elles sont donc plus facilement et authentiquement accessibles à l'échelle planétaire.

## **Q : Quelles adaptations le SEA a-t-il apportées aux 12 étapes des AA ?**

L'adaptation est en cours afin d'accorder les étapes aux besoins actuels des personnes du monde entier en pleine émergence spirituelle. Par exemple, le SEA a substitué la « transformation spirituelle » dans la dernière étape 12 à « l'éveil spirituel », car les gens viennent dans le SEA après une sorte d'éveil spirituel, l'objectif étant donc la transformation (ou l'intégration) de cette expérience. De même, à l'étape 3, nous disons « Dieu comme nous entendons Dieu » plutôt que « Dieu comme nous le comprenons ». Ou à l'étape 8, nous « nous incluons nous-mêmes » dans la liste des personnes que nous avons peut-être blessées.

## **Organisation d'une séance (révisé le 09/09/19)**

Ouvert 15 minutes avant le début de la réunion.

### **Pour les nouveaux participants :**

- Informez les participants de conserver l'anonymat de leurs noms de famille s'ils ne l'ont pas déjà fait [sur l'écran de l'ordinateur cliquez sur renommer dans la liste déroulante (1) dans le coin supérieur droit de leur petit écran personnel, ou (2) sur l'icône des participants en bas, ou au centre de l'écran principal. Les deux peuvent être trouvés en faisant défiler le curseur sur les zones].

- **Demandez si les participants comprennent les règles du programme des 12 étapes :**

- **Anonymat** pour SEA signifie ne pas partager nos noms de famille ni nos professions.

- **Confidentialité**, consiste à garder pour soi ce que l'on dit pendant la réunion et à ne pas le partager avec d'autres personnes en dehors de la réunion.

- **Deux manières de partage :**

- (1) narration pendant 5 à 10 minutes, appel partage de nos histoires ;

- (2) séquences de 3 minutes que nous appelons l'enregistrement au début de la réunion et le partage général plus tard dans la réunion.

- **Pas d'aparté** pendant les réunions.

Cela signifie que nous ne parlons que de nous-mêmes et de notre propre expérience, nous ne parlons pas directement aux autres. Si nous sommes inspirés à dire quelque chose en réponse à ce que quelqu'un dit, nous pouvons dire quelque chose comme : « Jeff, ce que tu as dit me rappelle ce qui m'arrive quand je le fais... » ou « Ce que Sally vient de partager m'a amené à un souvenir de... » Une fois la réunion terminée, il est temps de parler plus directement les uns avec les autres. Après la réunion, c'est aussi un bon moment pour faire connaissance, répondre aux propos tenus pendant la réunion, échanger des informations de contact, etc.

- **Aucun conseil ni jugement durant la réunion ni personnel ni professionnel.**

Il est généralement préférable de ne pas partager d'informations sur son métier, même après la réunion. Demandez-leur de faire particulièrement attention, si vous exercez une profession d'aide, à ne pas donner de conseils professionnels et surtout à ne pas offrir de services professionnels. Si une personne recherche des services professionnels, il est important de la renvoyer à des personnes extérieures au SEA, afin de ne pas se promouvoir et de ne pas risquer une relation client lors de réunions.

- **Mentionnez les dates et horaires des prochaines réunions.**

## Déroulement d'une séance type :

1. Bon après-midi/soirée.

Il s'agit de la réunion ordinaire du groupe \_\_\_\_\_ de S.E.A.  
Mon nom est \_\_\_\_\_ et je suis un émergent spirituel et votre secrétaire.

2. **Commençons par un moment de silence** à votre guise suivi de la prière Sérénité :

*« Mon Dieu donne-moi la sérénité, d'accepter toutes les choses que je ne peux changer.*

*Donne-moi le courage de changer les choses que je peux.*

*Et donne-moi la sagesse d'en discerner la différence. »*

3. S.E.A. est une communauté de personnes qui partagent leur expérience, leur force et leur espoir de relever leurs défis communs et d'aider les autres à se rééquilibrer face aux effets de l'émergence spirituelle. La seule condition requise pour devenir membre est le désir de rechercher la stabilité et la clarté. Il n'y a pas de cotisations ou de frais d'inscription au SEA. Nous nous finançons par nos propres contributions. SEA n'est associé à aucune secte, confession religieuse, politique, organisation ou institution. Il ne souhaite s'engager dans aucune controverse ; il n'approuve ni ne s'oppose à aucune cause. Notre objectif principal est de rester sains d'esprit et d'aider les autres émergents spirituels à atteindre la stabilité et la clarté.

4. \_\_\_\_\_ lira maintenant les 12 étapes de l'émergence spirituelle anonyme. Qui a la liste des étapes devant soi ? Vous pouvez alterner la lecture au fur et à mesure. [le secrétaire lit la première étape].

5. Si l'habitude du groupe est de commencer la réunion avec un « enregistrement », veuillez indiquer votre prénom, votre lieu de naissance si vous le souhaitez (État, pays), à quelle heure de la journée il est pour vous et si vous êtes nouveau dans la réunion SEA. Vous pourrez ensuite partager vos sentiments et/ou vos difficultés actuelles. Limitez votre intervention à moins de 3 minutes. Si vous ne souhaitez intervenir, indiquez simplement « Pass ». Nous pratiquons simplement en utilisant notre propre expérience et nous ne faisons pas de conversation croisée ni de conseil. Nous pratiquons l'anonymat en ne partageant pas les noms de famille ou les activités professionnelles et respectons la confidentialité. Ce qui est dit lors de cette réunion d'aujourd'hui reste ici.

OK, je vais commencer. « Je suis \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ et aujourd'hui... »

6. [C'est le bon moment si vous choisissez d'ajouter aux étapes :

Le SEA. Les Traditions du SEA. Les Promesses du SEA et ses concepts.

Nous allons maintenant lire le \_\_\_\_\_. [lecture alternée]. Si quelqu'un souhaite partager quelque chose pendant quelques minutes, inspiré par la lecture de ces \_\_\_\_\_, vous pouvez le partager maintenant. S'il vous plaît, ne dépassez pas 3 minutes.

7. Nous sommes à l'étape \_\_\_\_ pour cette réunion. Je vais le répéter maintenant. [la secrétaire le lit à voix haute]. N'hésitez pas à faire référence à ce que cette étape signifie pour vous à tout moment pendant la réunion, ou non.

Il est maintenant temps de savoir si quelqu'un souhaite partager une partie de son histoire pendant 5 à 10 minutes. Quelqu'un voudrait-il faire cela pendant cette réunion ? [La secrétaire attend que les gens lèvent la main ou parlent en l'air]. OK, pour la première partie de la réunion, nous écouterons pendant que \_\_\_\_\_ partageront leurs histoires. Veuillez garder votre récit à moins de 10 minutes. Après cela, nous aurons tous une chance de parler.

8. Merci de partager votre histoire, \_\_\_\_\_. Quelqu'un voudrait-il partager une partie de leur histoire pendant 5 à 10 minutes avant de commencer le partage général ? Quand les intervenants ont fini, nous commençons notre partage général. Parlez de ce que vous choisissez, si quelque chose vous a inspiré dans le partage d'histoires, dans l'étape pour aujourd'hui, ou dans tout ce que vous avez envie de dire. S'il vous plaît, gardez les commentaires à 3 minutes.

9. Il nous reste quelques minutes avant la fin de la réunion. Quelqu'un a-t-il des annonces ou des sujets qu'il aimera aborder avant la fin ?

10. Nous n'avons aucune cotisation ni aucun frais dans SEA. Nous sommes entièrement autosuffisants et déclinons les contributions extérieures. Nos coûts incluent : logiciel Zoom, Site Web, PayPal et parfois assistance pour les personnes voyageant pour parler de SEA. Les contributions sont facultatives et non obligatoires, personne n'est refusé en raison du manque de fonds. Vous pouvez utiliser le bouton « Faire un don » sur le site internet du SEA pour les contributions.

11. Nous clôturerons la réunion avec la prière de sérénité :

***« Mon Dieu donne-moi la sérénité, d'accepter toutes les choses que je ne peux changer.***

***Donne-moi le courage de changer les choses que je peux.***

***Et donne-moi la sagesse d'en discerner la différence. »***

12. Merci, la réunion ordinaire est terminée.

Vous êtes libre de rester et de discuter aussi longtemps que vous le souhaitez.

(REMARQUE : faites tous les efforts pour commencer et terminer la réunion à l'heure.)