



PARTAGES DERRIÈRE LES MURS

Bureau des Services généraux des AA, Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163 **Automne 2022**

Chers membres des AA,

Commençons notre réunion par un moment de silence, suivi de l'introduction :

« **L**es Alcooliques anonymes sont une association de personnes qui partagent entre elles leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'aider d'autres alcooliques à se rétablir de l'alcoolisme.

« Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour devenir membre des AA. Les AA ne demandent ni cotisation ni droit d'entrée ; nous nous finançons par nos propres contributions. Les AA ne sont associés à aucune secte, confession religieuse ou politique, à aucun organisme ou établissement ; ils ne désirent s'engager dans aucune controverse ; ils n'endossent ni ne contestent aucune cause. Notre but premier est de demeurer abstinents et d'aider d'autres alcooliques à le devenir*.

Un jour (et un plan) à la fois

« Je m'appelle Archie. L'alcool et les drogues m'ont conduit en prison pour 25 ans à vie. Mon affaire n'est pas violente et c'est fou comment j'ai abouti ici. J'ai toujours eu la vie dure, en plus d'avoir des problèmes de santé mentale. Je n'ai pas encore pu assister à une réunion des AA dans cette prison ni trouver de parrain. Par la grâce de Dieu, je suis resté abstinente. J'ai eu quelques rechutes d'alcool, mais je sais maintenant que ce n'est pas pour moi. Je ne peux pas boire et être normal, parce que ça m'amène ensuite à d'autres mauvaises décisions. Mon but ultime est de sortir d'ici pour entrer directement dans un programme, chose que je n'étais pas prêt à faire auparavant. Un jour à la fois, je vais y arriver. » — Archie B., Territoire du Pacifique

« Je m'appelle Sal et non seulement je suis un alcoolique mais je suis aussi un EADA (Enfant Adulte de Famille

*Copyright AA Grapevine Inc. ; traduit et reproduit avec autorisation.

Dysfonctionnelle ou Alcoolique). Quand cet établissement a rouvert après le long arrêt du COVID-19, je n'étais plus affecté aux AA en raison d'un conflit d'horaire avec un autre groupe de croissance personnelle. Après avoir complété les 18 mois, je suis retourné aux AA et j'ai demandé à retrouver la position et les heures que j'avais, comme les autres membres du groupe. Contrairement aux autres, j'ai été placé sur une liste d'attente qui pouvait durer jusqu'à six mois. Entre-temps, je me suis mis à avoir un tas de problèmes. Je me sentais submergé, triste, seul, abandonné, laissé de côté. Toutes ces pensées négatives ont envahi mon esprit. Ma première stratégie d'adaptation était d'assister à une réunion des AA pour faire le point. Le problème, c'est que je n'étais pas encore affecté aux AA. J'ai commencé à sombrer dans le désespoir. Je ne voulais plus me lever le matin. Je connaissais les signes avant-coureurs de l'ivresse mentale et je me suis tourné vers mon réseau d'entraide. Grâce à mon plan de prévention de la rechute, je demeure aujourd'hui au sein du troupeau. » — Sal C., Territoire du Pacifique

« *Mon but ultime est de sortir d'ici pour entrer directement dans un programme, chose que je n'étais pas prêt à faire auparavant. Un jour à la fois, je vais y arriver.* »

Utiliser ma voix pour aider les autres

« Je m'appelle Jeremy et je suis actuellement incarcéré au Kentucky. Je participe au Programme de prévention de la toxicomanie de la prison. Je profite du temps que j'ai pour découvrir qui je suis et quel est mon but. J'ai du mal à entrer en relation avec les gens, surtout par haine de soi. J'espère sincèrement pouvoir utiliser ma voix pour aider les autres. Je trouve la paix quand j'écris de la poésie, et j'ai espoir que d'autres alcooliques et drogués trouveront paix

et compréhension dans ma poésie. Je dédie ce poème aux Alcooliques anonymes et j'espère qu'il atteindra quelqu'un qui en a besoin.

Emprisonnement de soi

Ces quatre murs, ces quatre murs, me gardent à jamais.

Me tiennent au piège de la misère, encore et toujours.

Je sais que vous pensez à la prison, à cette cage de fer appelée cellule.

Mais les murs qui m'emprisonnent n'ont pas besoin de procès ni de caution.

Un mur s'appelle colère. Il se dresse plus haut que mes yeux peuvent voir.

Un autre s'appelle ressentiment, qui reste là à me fixer.

Le troisième s'appelle culpabilité, et là je suis la seule personne responsable.

Et le dernier mur s'appelle peur, démon féroce que je n'ai pas su dompter.

Je sais que ces murs qui m'entourent ont été bâtis de mes propres mains.

Épreuves, tribulations et obstacles m'ont aveuglé à qui je suis.

En baissant la tête, j'admets la défaite et je tends la main en quête d'aide.

Je prie pour que ces murs s'effondrent et me libèrent de l'emprisonnement de soi. »

— Jeremy G., Territoire du Sud-Est

« Je m'appelle Larome W., et je me retrouve en prison après une sixième arrestation pour conduite avec les facultés affaiblies. Je n'aurais jamais cru jusqu'à maintenant que j'avais un problème d'alcool. Je me disais que c'étaient toujours des circonstances malheureuses qui se reproduisaient. Je n'ai jamais eu d'accident de voiture, jamais causé de dommage à la propriété et jamais blessé ni moi-même ni personne d'autre. Mon problème, c'était toujours que les policiers me trouvaient endormi derrière le volant à chaque incident durant les 22 dernières années. J'ai gardé le même emploi pendant 27 ans et je me considérais comme un représentant de la classe moyenne ; par conséquent, je ne pensais pas que l'alcool était un problème majeur dans ma vie. Durant cette incarcération, il y a un livre qui avait été laissé dans ma cellule intitulé *Narcotiques anonymes*. J'ai décidé de le lire et je l'ai trouvé tellement inspirant que je n'arrêtais pas d'en parler. On m'a alors conseillé de lire *Les Alcooliques anonymes* et j'ai trouvé, en lisant ce livre, le même genre

d'inspiration. J'ai toujours pensé qu'un alcoolique était quelqu'un qui vivait dans la rue avec une bouteille à la main dans un sac de papier. Je vois maintenant que je me trompais complètement. En lisant ce livre, j'ai appris qu'un alcoolique peut avoir l'air de quelqu'un comme moi, de la classe moyenne, et qu'il pouvait même être quelqu'un de plus riche, dans une position plus élevée. J'ai appris que l'alcoolisme est une maladie qui affecte n'importe quel individu qui consomme de l'alcool, peu importe son style de vie. J'ai aussi appris et admis que je suis complètement impuissant devant l'alcool, et que cela m'a fait perdre la maîtrise de ma vie. Mon alcoolisme et ma situation actuelle témoignent de mon autodestruction, qui m'a conduit où je suis aujourd'hui. Comme le livre le dit simplement, je ne pourrai jamais prendre ce premier verre ! Je suis très indiscipliné et je suis prêt à laisser Dieu me discipliner en vue de pratiquer une abstinence complète. Ce livre m'éclaire tellement que j'en veux encore plus. Je veux faire partie des Alcooliques anonymes, fraterniser avec d'autres membres et engager ma vie dans le programme de rétablissement des Douze Étapes. J'aurais aimé connaître les Alcooliques anonymes plus tôt dans ma vie ; je suis certain que je ne serais pas dans ma situation actuelle. Je suis maintenant prêt à m'engager pleinement dans le programme. Je veux ce que les AA ont et je suis prêt à tout faire pour l'obtenir. » — Larome W., Territoire du Nord-Est

« Mon alcoolisme et ma situation actuelle témoignent de mon autodestruction, qui m'a conduit où je suis aujourd'hui. Comme le livre le dit simplement, je ne pourrai jamais prendre ce premier verre ! »

« Je vous écris aujourd'hui pour partager mon expérience de réveil spirituel, en priant pour qu'elle sauve un jour la vie d'un alcoolique encore souffrant. Ce miracle a eu lieu le 25 mars 2022 dans un hôpital de la ville de Columbia, au Missouri. On m'a ôté de la tête une tumeur au cerveau, de la taille d'un cinq sous. Normalement, l'opération aurait dû prendre trois ou quatre heures seulement, mais il y a eu des complications et elle a duré 13 heures. Ce n'est que par la volonté et la grâce de mon Dieu d'amour que je suis encore là aujourd'hui. J'entre et sors de prison depuis 32 ans à cause de mon refus d'adhérer à un simple

« La prison est une saison dans ma vie ; ce n'est pas ça qui va dicter ma valeur ni mon avenir. Toutefois, en pratiquant les principes des AA dans tous les domaines de ma vie et en étant un être humain, Dieu m'a donné la maîtrise de ma destinée. »

programme en 12 Étapes. Je sais depuis des années qu'il suffit que je prenne un verre pour déclencher le phénomène de la soif et me retrouver à nouveau incapable d'arrêter, laissant derrière moi famille et amis. J'ai des défauts de caractère — ressentiments, dépression, inquiétude, anxiété — que j'essaie d'éliminer, demandant toujours à Dieu de les faire disparaître. La Sixième Étape des Alcooliques anonymes m'a beaucoup aidé à me rappeler que je recherche la croissance spirituelle. Il se peut que certains de mes défauts me restent toute ma vie, mais la plupart ont diminué ou disparu. Tout ce que la Sixième Étape me demande, c'est d'être disposé à nommer mes défauts, à les assumer et à rejeter ceux dont je peux me défaire. La prison est une saison dans ma vie ; ce n'est pas ça qui va dicter ma valeur ni mon avenir. Toutefois, en pratiquant les principes des AA dans tous les domaines de ma vie et en étant un être humain, Dieu m'a donné la maîtrise de ma destinée. Ma destinée m'amène à fréquenter plusieurs alcooliques encore souffrants. Il est impératif que je travaille auprès d'autres alcooliques, comme d'autres l'ont fait avec moi. La foi sans les œuvres est la mort. Je mène une vie spirituelle en travaillant auprès des autres et en les aidant à surmonter le désir de boire à nouveau. La meilleure récompense du travail de 12^e Étape est de voir les yeux d'autres hommes et femmes s'ouvrir en passant des ténèbres à la lumière, de voir leur vie prendre un sens et un but nouveaux, de voir les familles réunies, de voir l'alcoolique rejeté être accueilli de nouveau dans la communauté en tant que citoyen à part entière, et par-dessus tout de voir les gens s'éveiller à la présence de Dieu dans leur vie. Croire, comme je crois aujourd'hui, a permis à ma Puissance supérieure de continuer à me changer. Le temps passe et je continue de régler ma vie sur ces principes avec beaucoup de soin et d'attention. Mon attitude et ma façon de voir la vie vont encore évoluer ; des miracles vont encore se produire. Mon Dieu, donnez-moi la sérénité d'accepter les choses

que je ne peux changer, le courage de changer celles que je peux, et la sagesse d'en connaître la différence. »

— Larnell B., Territoire du Sud-Ouest

En danger

« Je suis incarcérée en Floride et j'ai 35 ans. J'ai commencé à boire à l'âge de 10 ans et ç'a été de mal en pis à partir de là. Je buvais, puis j'ai pris de la drogue. Je n'avais jamais vu le mal qu'il pouvait y avoir à boire. C'était légal et moins cher que les drogues et ça me faisait oublier ma souffrance. Je menais une vie complètement folle avec l'alcool et les drogues, qui m'ont amenée ici. J'ai tout perdu — ma fille, ma place et mon travail. Quand c'est arrivé, ç'a été un choc, mais j'ai été placée en prison. Je sens que c'était pour une raison, pour que j'arrête de bouger et que je change mon style de vie. J'ai appris que si vous voulez faire quelque chose de votre vie, vous ne pouvez pas le faire pendant que vous êtes intoxiquée. Je n'aurais jamais cru que je finirais en prison, qu'on m'enlèverait en un clin d'œil tout ce que j'aime à cause d'un choix ou d'une décision que j'ai prise. La seule vie qu'il vous reste quand vous êtes intoxiquée, c'est la vie en prison et la mort qui suit. Merci de m'avoir accordé du temps. » — Amber J., Territoire du Sud-Est

« J'ai pensé pouvoir y arriver toute seule. Maintenant que je comprends et que j'ai retrouvé mes esprits, mon désir de rester abstinent est plus grand que jamais. »

« Je voulais juste vous faire savoir que j'ai reçu *Les Douze Étapes et les Douze Traditions* et les autres publications des AA. Merci de penser à moi. La chose que je semble toujours oublier, c'est que le Mouvement sera toujours là pour un de ses membres. Merci encore. Juste un mot à propos de moi : Ma nouvelle date d'abstinence est le 4 février 2022. Je suis censé sortir de prison au début mars 2023. Je fais partie du Mouvement depuis plusieurs années, par intermittence. Mais quand je regarde en arrière, il y a une seule chose qui se dressait entre moi et une vie heureuse et sobre, et c'est que je n'avais jamais vraiment capitulé. J'ai toujours dit que je capitulais, mais sans jamais le penser vraiment. Je faisais semblant en attendant de le faire pour de vrai. J'avais toujours cette

réserve qui me planait derrière la tête, mais je me rends compte que l'alcool me met en danger de plus en plus souvent, et je commence à avoir peur. Je les appelle des suicides indirects et c'est vraiment en train de devenir une situation de vie ou de mort. Il a fallu finalement que je demande à ma Puissance supérieure de m'enlever l'obsession et d'éliminer toutes mes réserves. J'ai hâte de commencer à travailler les Étapes, d'arrêter de me battre avec la maladie et de commencer à vivre ma vie en suivant les principes spirituels du Mouvement. Je crois sincèrement qu'il faut que je revienne au Mouvement, sinon ça va être laid. Alors c'est mon plan. À cause de la pandémie du COVID-19, il n'y a pas de réunions des AA pour le moment. Mais je fais mes lectures dans le Gros Livre chaque matin ; c'est déjà quelque chose pour le moment. » — Gary S., Territoire du Centre-Est

« Je vous écris aujourd'hui parce que je veux rester sobre pendant que je suis en prison et le jour où je serai libérée. En finissant de lire un numéro du Grapevine de l'an dernier intitulé "Keep it real" (Rester vrai), je suis tombée sur les nouvelles des AA et ce serait agréable de pouvoir correspondre avec quelqu'un et de rester vraie. J'ai 42 ans et je purge une peine de 15 ans, en espérant avoir ma libération conditionnelle à la prochaine occasion. Toutefois, les gestes irréfléchis pour lesquels on m'a jetée en prison avaient beaucoup à voir avec ma consommation. Il y a une époque dans ma vie où j'étais sobre, quand j'assistais aux réunions des AA. Mais le temps a passé et je me suis dit que j'allais pouvoir y arriver toute seule. Lentement mais sûrement, j'ai recommencé à boire, et après le décès de mon mari j'ai bu encore plus. Ce n'est pas à cause de lui que je suis ici. C'est parce que j'ai pensé pouvoir y arriver toute seule. Maintenant que je comprends et que j'ai retrouvé mes esprits, mon désir de rester abstinente est plus grand que jamais. En espérant avoir des nouvelles de vous tous au BSG ou de quiconque chez les AA voudrait bien m'éclairer et me conseiller. Merci de prendre le temps de me lire. » — Audry R., Territoire du Sud-Ouest

Reconnaisant de votre soutien

« Cette lettre est une façon pour moi de montrer ma gratitude pour votre soutien en tant que Mouvement. Merci. Les contributions que j'ai reçues : publications, Grapevine, etc., ont été utiles à moi-même et à d'autres

avec qui je les partage dans toute la prison. Même si on ne peut pas avoir de réunion ici, j'ai l'impression qu'on en a quand même juste à parler en tête à tête avec d'autres alcooliques. Bâtir, partager l'expérience, la force et l'espoir aide beaucoup. Le COVID-19 a jeté une lumière nouvelle sur mon rétablissement. Le fait de ne pas pouvoir me retrouver dans un groupe m'a forcé à découvrir d'autres façons de lâcher prise, et j'y suis arrivé par la prière et l'entraide. En conclusion, on n'a toujours pas de réunions dans cette prison, mais avec mes collègues alcooliques on trouve quand même le moyen d'affronter la vie telle qu'elle est sans consommer, en suivant un important mode de vie. On ne peut pas le garder à moins de le redonner. Fraternellement. » — Chris P., Territoire du Nord-Est

Service de correspondance avec les détenus (SDC)

Ce service s'adresse aux alcooliques incarcérés qui ont encore au moins six mois de peine à purger. Nous les jumelons au hasard avec des membres de l'extérieur qui habitent dans une autre région, les hommes écrivant aux hommes et les femmes aux femmes. Nous ne fournissons pas de lettres de référence pour la commission des libérations conditionnelles, les avocats ou les fonctionnaires de justice. Nous n'adjoignons pas de parrains ni de marraines ; toutefois, une fois que vous l'aurez contacté, le membre des AA de l'extérieur sera peut-être disposé à vous parrainer. Si vous avez envie de partager avec quelqu'un au sujet de votre abstinence et de vos problèmes d'alcool, écrivez-nous et demandez le formulaire. Nous vous remercions de votre patience.

Contact avant libération

Ce service s'adresse aux alcooliques incarcérés qui ont une date de libération prévue dans les trois à six prochains mois. Nous n'adjoignons pas de parrains ni de marraines ; toutefois, une fois que votre transition des AA « de l'intérieur » aux AA « de l'extérieur » est complétée, il se peut que quelqu'un soit disposé à vous parrainer. Nous tâchons de faire en sorte qu'un membre des AA de l'extérieur qui habite dans votre localité vous écrive temporairement juste avant votre libération. Vous pouvez demander le formulaire, ou nous écrire, en précisant votre date de libération et votre destination (adresse, ville, État, numéro de téléphone).