



# PARTAGES DERRIÈRE LES MURS

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

Été 2022

Chers membres des AA,

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

« Les 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\*.

## Libérés de la peine

« Je m'appelle Kelsey, et je suis alcoolique et dépendante. J'en suis venue à croire que je ne pourrai plus jamais boire. Je ne veux plus jamais boire. Cela n'a jamais mené qu'à des prisons, des institutions, des hôpitaux et surtout à de la peine. J'en étais au point où, chaque jour, je me retrouvais dans le coma, ivre, me faisant du mal et blessant tous ceux qui m'aimaient, qui se souciaient de moi, ou qui étaient sur mon chemin ou autour de moi. Je crois que la colère est égale à l'amour. Peu importe combien de fois j'ai essayé d'arrêter, combien de fois je me suis dit "juste un verre" ou "juste cette fois", ça n'a jamais marché. Je suis venue aux AA pour la première fois en 2008, après avoir purgé une peine à New York. J'y ai rencontré une femme formidable qui est devenue ma marraine et mon amie. Elle m'a vraiment fait travailler, et j'ai suivi le programme. Ça a été génial tant que ça a duré,

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

jusqu'à ce que je commence à fréquenter de vieilles connaissances. En 2017, j'ai retrouvé les AA et les NA. J'aimais les réunions ; ça fonctionnait pour moi. Ça m'a toujours fait du bien de partager mon histoire, de m'identifier aux autres. À cette époque, mon ex-mari se droguait, et j'ai cédé, à lui et aux drogues. Je ne suis jamais retournée aux réunions. Maintenant, je suis ici, en prison, purgeant une peine de deux à cinq ans pour mes délits d'alcoolémie et mes violations de probation. Je viens de terminer un programme de quatre mois, basé sur la santé comportementale et le traitement de la dépendance, et je suis retournée aux réunions. Je me suis rappelé à quel point j'aimais les réunions, et je crois que le souvenir d'autres histoires m'a peut-être sauvé la vie — un jour à la fois. Le 8 avril marquait l'anniversaire de ma première année de sobriété, mais c'était aussi celui de mon arrivée derrière les barreaux. J'ai déjà lu le Gros Livre, mais j'en ai maintenant un nouvel exemplaire. Je l'apprécie. J'ai commencé à suivre les Étapes et j'espère trouver une marraine. Dieu est ma puissance supérieure ; il m'aide à franchir chaque étape ; il m'a toujours tendu une main

---

*« Je ne veux plus jamais boire. Cela n'a jamais mené qu'à des prisons, des institutions, des hôpitaux et surtout à de la peine. »*

---

secourable. Aujourd'hui plus que jamais, je suis devenue plus attentive, plus consciente et plus ancrée spirituellement. Je veux me libérer de la dépendance et de la douleur qu'elle m'a causée. J'ai beaucoup pleuré, pendant ce programme de quatre mois, et je crois que c'était en grande partie parce que je devais faire mon deuil de l'alcool et accepter que nos routes se séparent. »

— Kelsey C., Territoire du Sud-Est

---

*« Je trouve cela merveilleux quand je tombe sur des choses qui m'indiquent que ma pensée a pris une nouvelle direction. »*

---

« Je m'appelle David et je suis incarcéré à vie à cause de l'alcool. Ma vie avec l'alcool est passée de la consommation occasionnelle le weekend, avec mes copains, aux nuits entières passées en beuveries. La bière ne suffisait pas. J'avais besoin de quelque chose de plus stimulant que la bière, alors j'ai commencé à boire de la vodka avec du jus d'orange. Cela me donnait le coup de fouet dont j'avais besoin pour me sentir comme je voulais à l'intérieur de moi-même. Malheureusement, ma vie est devenue incontrôlable, ingérable. J'ai perdu le contrôle de mon bien-être et de celui des personnes qui m'entouraient. J'ai perdu mon emploi parce que l'alcool nuisait à mon rendement au travail, en prenant une gorgée par-ci, une gorgée par-là. Maintenant, je suis incarcéré à cause de mes agissements négatifs dus à l'abus d'alcool et d'autres substances. La dernière fois que j'ai bu de l'alcool fait en prison, c'était le 28 avril 2009, le jour de mon anniversaire. J'ai entrepris mon cheminement vers la sobriété et j'ai commencé à mettre le Mouvement des AA dans ma vie, en admettant devant 60 détenus que j'étais alcoolique, que j'avais perdu la maîtrise de ma vie et que j'avais besoin d'aide pour changer. J'ai commencé à m'éloigner des anciennes méthodes négatives et à adopter de nouvelles méthodes positives pour rester sobre. Je poursuis ma sobriété alors que je vous écris cette lettre porteuse de changement. J'ai demandé de l'aide à mon Dieu, et de la compréhension, afin que je puisse voir et penser clairement, que je puisse comprendre ce que je dois faire pour rester abstiné, même en étant incarcéré. Je continue d'assister aux réunions des AA ici, en prison, et de lire les publications des AA à ma disposition ; je recherche la sobriété jour et nuit en me tenant à l'écart des personnes négatives et des endroits où l'on vend ou consomme de l'alcool. Merci de m'avoir permis de partager mes expériences de vie avec vous. Un jour à la fois, ça marche ! » — **David V., Territoire du Pacifique**

« Je m'appelle Garrett et je suis alcoolique. Je suis incarcéré et je purge une peine de cinq ans. On nous a présenté les AA et le Gros Livre ici, dans l'établissement. En lisant le Gros Livre, j'ai ressenti une pensée intuitive,

comme si Dieu avait dit : "Hé, écris à ces gars-là." Cette inspiration était très forte, et je dois admettre que j'ai essayé de chasser l'idée de mon esprit. Je rationalisais, je me disais que c'était une idée stupide, mais la pensée ne voulait pas quitter mon cœur. D'où l'objet de cette lettre. Je ne sais pas où cette lettre me mènera. Ce n'est pas ma première fois aux AA ni en prison. Ce que je sais, c'est que j'en ai marre d'avoir marre. Ma date de sobriété est le 7 septembre 2020 ; si Dieu le veut, ce sera ma dernière. Face au besoin impérieux d'écrire ces mots, je retiens ce que me disait mon ancien parrain : "C'est curieux ou c'est Dieu ?" Aussi étrange que ça puisse paraître, je crois vraiment que c'est Dieu qui m'a amené à remettre ma volonté et ma vie entre ses mains ; je vais simplement accepter ! Je suppose qu'il se trouvera quelqu'un dehors qui partagera son histoire avec moi. J'ai appris qu'il n'y a pas de plus fort lien que la souffrance partagée. » — **Garrett A., Territoire du Sud-Est**

### **Reconnaisants d'avoir une autre chance**

« Je vous écris cette lettre pour vous informer que j'aimerais continuer à participer au Service de correspondance avec les détenus. J'ai correspondu avec un membre des AA de l'extérieur avec qui vous m'avez jumelé en 2021. Nous correspondons depuis un certain temps déjà, et cela nous a été bénéfique à tous les deux. Cela fait maintenant un an et demi que je suis dans une prison d'État sans qu'on nous offre la présence des AA dans l'établissement (une honte !). Je chéris donc cette correspondance avec mon partenaire. Je vous remercie infiniment pour ce service que vous me procurez. » — **Glenn Z., Territoire du Nord-Est**

---

*« Grâce à ma Puissance supérieure et à mon groupe des AA, nous pouvons tout faire ; nous pouvons aller de l'avant et marcher sur le droit chemin. »*

---

« Je m'appelle Adam, et je suis alcoolique et toxicomane. Je suis maintenant sobre depuis 22 ans et demi, et je suis incarcéré. Je remercie Dieu d'être présent à mes côtés tout au long de ce voyage et du programme des Douze Étapes. En lisant le Gros Livre et *Les Douze Étapes et les Douze Traditions*, je comprends que, même dans le rétablissement, je pourrais rechuter une fois dehors, si je

ne reste pas en accord avec Dieu. Merci, les AA, d'être là pour moi et de me donner une autre chance de voir le bon côté de la rue. » — Adam S., Territoire du Sud-Est

## La joie des AA

« J'aimerais continuer à écrire à une membre des AA de l'extérieur. Je vous remercie de cette possibilité. Cela m'aide dans un moment comme celui-ci. Toute notre prison est fermée et en quarantaine. Je n'ai personne à l'extérieur avec qui partager mes pensées et mes sentiments ; votre Service de correspondance avec les détenus me fournit un exutoire en ce moment. J'adore lire *Partages derrière les murs*. J'ai l'impression d'être dans la même pièce que certaines de ces personnes. Je retire de

---

*« Les Alcooliques anonymes m'ont permis d'accueillir et de mieux comprendre mes défauts, de rechercher la paix et la sérénité, et de vivre dans la solution. »*

---

ces récits force et espoir. Je suis nouvelle chez les AA et j'apprends tout juste ce que sont les Douze Étapes et comment les appliquer. J'aime lire le Gros Livre et je reconnais souvent dans son contenu mon ancienne façon de penser. Je trouve cela merveilleux quand je tombe sur des choses qui m'indiquent que ma pensée a pris une nouvelle direction. Je sais maintenant pourquoi les AA ont tant de succès. Merci encore d'offrir ce service. Je sais que cela me sauve la vie en ce moment. » — Angela H., Territoire de l'Est Central

« Je m'appelle Jorge et je suis un alcoolique en rétablissement. Cela fait sept ans maintenant que je suis incarcéré, et je veux juste partager mon expérience. Quand j'étais jeune et que je ne me souciais de rien, mon enfance n'était pas si mal. J'ai grandi dans une famille alcoolique, alors j'ai pris tous les mauvais exemples. Quoi qu'il en soit, aujourd'hui j'ai 43 ans et je sens beaucoup de vie en moi ; je sens beaucoup de passion et d'énergie, peut-être pas pour changer le monde mais pour aider mes frères et sœurs qui ont la même maladie que moi. Grâce à ma Puissance supérieure et à mon groupe des AA, nous pouvons tout faire ; nous pouvons aller de l'avant et marcher sur le droit chemin. J'ai lu les histoires de certains de mes frères et sœurs, et il est fascinant de comparer chacune de nos expériences de lutte contre cette horrible

maladie. Je continue à écrire et à partager mon expérience avec d'autres qui ont le même problème. Je prie chaque jour pour les aider à tout surmonter, tous les obstacles, un jour à la fois. Merci d'avoir mis à jour ma nouvelle adresse postale. Je voulais juste vous dire que je suis inscrit à un programme d'études secondaires. Cela m'a beaucoup aidé. J'ai maintenant les idées claires. Avec l'aide de tous mes frères et sœurs des AA, je peux clairement dire maintenant que je suis un homme changé, avec une vision. Avec la volonté de ma Puissance supérieure et les Douze Étapes, ma maladie a disparu. Je dois quand même continuer à me battre. Ma foi est forte, et avec l'aide de ma famille AA, je vais demeurer fort. Je veux aussi remercier le Service de correspondance avec les détenus de nous donner la possibilité de nous exprimer, de donner notre témoignage. Toute la douleur que j'ai eue appartient maintenant au passé. Maintenant, je prie chaque jour pour que la famille de la victime puisse avoir la paix dans son cœur et pardonner. » — Jorge G., Territoire du Sud-Ouest

## Passer de la peur à l'absence de peur

« Je m'appelle Paul, et je fais partie avec reconnaissance d'un groupe ici, dans cet établissement, depuis 2011. Avant, j'avais peur de mes émotions et de ma façon d'entrer en relation avec les gens. Je prenais tout trop à cœur. J'avais peu d'estime de moi-même. Je craignais les personnes en colère et toute forme de critique personnelle. J'avais du mal à me défendre. J'étais en colère et frustré, et je reportais mon agressivité sur les autres. En un mot, j'étais *malheureux*. Aujourd'hui, je suis moins craintif et plus courageux. Je choisis d'accepter la responsabilité de mes actes. Je dois sans crainte faire mon propre inventaire. Je me dois d'être vulnérable, transparent et terriblement conscient si je veux être en santé. Je me fixe maintenant des objectifs. J'affronte mon passé pour retrouver la liberté de travailler à mon rétablissement, de briser l'emprise des pensées et des actions négatives, et de célébrer la croissance. Je m'appuie maintenant sur une nouvelle et saine estime de moi-même. Je bâtis des relations solides et j'acquiers de nouvelles compétences. Les Alcooliques anonymes m'ont permis d'accueillir et de mieux comprendre mes défauts, de rechercher la paix et la sérénité, et de vivre dans la solution. Je prends la peur et la transforme en courage. Vous en valez la peine. Le programme des AA peut faire pour vous des merveilles si vous y travaillez. » — Paul M., Territoire du Pacifique

« Beaucoup de courage et de succès à votre bureau pour ses opérations. C'est plaisant d'avoir des amis, dans des endroits aussi modestes. Je me sentais quelque peu découragé, ces des deux dernières semaines. Il y a des moments où l'ennemi (que j'appelle clairement le lance-flammes) tente de décourager mon cheminement. Pourtant, c'est nécessaire. Je vous écris d'une prison du New Jersey. Je suis en attente de transport vers une prison d'État pour y purger une peine de quatre ans. Je cherchais depuis octobre 2019 à me connecter à ma Puissance supérieure. Ma date de sobriété est le 5 juillet 2021. Hier, j'ai commandé une heure dédiée à la prière, sur ma couchette (visage couvert, larmes abondantes, laissant aller mes défauts de caractère). Ma Puissance supérieure est incroyable ! Pas un nuage à l'horizon. » — Avery F., 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).