



PARTAGES DERRIÈRE LES MURS

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

Automne 2023

Chers amis AA,

Commençons notre réunion par un moment de silence, suivi du préambule :

« 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*. »

Title to Come

« Depuis que j'ai franchi le seuil des Alcooliques anonymes, le Mouvement m'a redonné ma vie. C'est ici que j'ai trouvé un Dieu tel que je le conçois. Le programme m'a enseigné et continue de m'apprendre à pratiquer et à cultiver l'amour, la paix, la joie, le bonheur, la liberté, la sérénité, le contentement, la détermination et l'équilibre un jour à la fois.

« J'ai grandi dans une famille éclatée. Mon père était lui-même aux prises avec des dépendances. Il sautait les plombs en s'attaquant verbalement et physiquement à ma mère, ma sœur et moi. J'ai fait le tour des familles d'accueil entre 4 et 16 ans. La nôtre était dysfonctionnelle à tous les points de vue. Au début de ce voyage qu'on appelle la vie, je me suis attaché à des personnes qui avaient l'âme, le corps, l'esprit et le cœur aussi meurtris que moi. Malheureusement, je me suis mis à convoiter et à adorer les biens matériels de ce monde, gens, personnes, endroits et choses qui m'ont conduit petit à petit sur un chemin de destruction. J'ai blessé beaucoup de monde en paroles et en gestes, comme mes enfants, leurs mères, d'autres familles et amis, et ma communauté en général. J'ai commencé à abuser de diverses substances à l'âge de 16 ans, dont l'alcool. J'ai tâté des drogues de la rue. À cause de cette vie débridée, dissolue et amoralisée, toutes mes relations ont échoué.

J'ai aussi fait quelques séjours en prison. J'ai perdu des emplois à cause de mes absences. Je vivais dans le déni. Dans ma tête, je pensais que le problème, c'était les autres, pas moi. Cette folie a duré pendant plusieurs décennies. Au fin fond de moi-même, je ne savais pas comment être un père, un ami, un partenaire ou un mentor. Perdu spirituellement et spirituellement coupé de Dieu, aveugle, mort, esclave et désespéré, j'avais besoin du sauveur que j'ai trouvé depuis. Donc, pour ce qui est de mon délit, ce fut un énorme signal d'alarme, et cette incarcération m'a beaucoup fait réfléchir. J'étais vraiment déterminé à prendre ma vie et mon rétablissement au sérieux. Et ça, mes amis, c'est ce que j'ai fait, avec l'aide des AA. Je termine cette lettre en disant que j'ai hâte d'avancer dans ce merveilleux programme avec vous tous. Que Dieu vous bénisse. » — Stephen D., Territoire de l'Ouest du Canada

Un nouveau demande

« Je m'appelle Ricci et je suis un alcoolique. Je suis en détention dans une prison de comté. Pour être honnête, j'essaie simplement de tendre la main en quête d'aide. Je ne sais pas à qui d'autre je pourrais m'adresser. Je n'ai personne à qui parler ou demander de l'aide. Je suis au bout du rouleau et j'essaie de vaincre ma dépendance et d'obtenir de l'aide. J'en ai ras le bol de me réveiller en prison. J'en ai ras le bol de m'apitoyer sur mon sort une fois que j'ai dégrisé. J'ai des souvenirs qui hantent mes rêves. L'alcool a tout gâché dans ma vie. Je veux juste en savoir plus sur les AA. Je suis prêt à tout essayer. Je veux juste arrêter de boire et réparer ce qui reste de ma vie. Comme je l'ai

« *Comme je l'ai dit, je ne sais plus vers qui me tourner. Je tends la main parce que ma propre façon de faire ne fonctionne pas. J'espère que cette lettre va trouver quelqu'un qui pourra me guider dans la bonne direction.* »

dit, je ne sais plus vers qui me tourner. Je tends la main parce que ma propre façon de faire ne fonctionne pas. J'espère que cette lettre va trouver quelqu'un qui pourra me guider dans la

bonne direction. Merci de prendre le temps de me lire. Aidez-moi s'il vous plaît. » — Ricci M., Territoire du Sud-Est.

Plus de demi-mesures

« J'aimerais partager mon expérience, ma force et mon espoir avec d'autres qui sont en prison. Je m'appelle Antonio. Je suis né et j'ai grandi dans un quartier mal famé, au milieu des drogues, de l'alcool et des gangs, et je suis le produit de cet

« Je suis croyant et je vais apporter ce que j'ai appris ici dans la rue pour aider les jeunes. »

environnement. J'ai développé des dépendances très tôt dans la vie. Au début, comme n'importe quel jeune sans réel souci ni stress, c'était amusant et excitant. Je me rends compte maintenant que c'était davantage pour me rendre insensible aux problèmes quotidiens et à la dépression. Au début de mon alcoolisme et de ma toxicomanie, j'allais juste prendre un verre et fumer un joint chez des amis, ce qui était passablement inoffensif, mais l'usage est devenu plus fréquent à mesure que la tolérance augmentait. J'ai commencé à me rebeller, je suis devenu agressif, violent, et j'ai fait mes premiers pas dans la criminalité. En prison, j'ai connu les AA et d'autres programmes qui s'inspirent des 12 étapes, mais pour être honnête je n'ai jamais fait beaucoup d'efforts, je n'y ai pas prêté beaucoup d'attention. J'étais le gars assis au fond de la salle qui espère qu'on ne lui demandera rien et qui compte les secondes jusqu'à la fin de la réunion. Je me contentais de demi-mesures dans les réunions comme dans la vie. Maintenant je crois que je suis un autre homme, un homme qui a un but, un père qui est amplement capable de protéger ses enfants et d'en prendre soin. Je suis détenu dans cette prison de comté depuis 17 mois, et durant les 10 derniers j'ai travaillé dans l'unité de santé mentale où j'aide les nombreux détenus qui sont affectés par l'abus d'alcool et des autres substances. Nos esprits finissent par être infectés. J'ai rencontré tellement de bonnes âmes dans cette unité. J'ai eu le plaisir de participer à la thérapie qui est offerte ici. Une chose dont je suis fier, c'est le programme d'entraînement. La course libre l'esprit des idées noires et de l'envie de boire. Un ami et moi présidons les réunions des AA pour les détenus en santé mentale. Nous pouvons passer entre 3 et 5 heures par semaine à étudier les Étapes de 1 à 12. Nous avons des discussions libres, nous écoutons en groupe et donnons notre opinion. J'en suis à un point dans ma vie où je suis enfin réveillé, mes yeux sont ouverts, je suis abstinent depuis 17 mois et je sais qu'un jour à la fois je peux vivre le reste de ma vie d'alcoolique sans toucher à l'alcool. J'apprends à me connaître. J'ai maintenant des buts que j'essaie d'accomplir chaque jour. Il y a maintenant des personnes très

positives dans ma vie, qui m'aident dans mon abstinence et dans ce que je fais ici. J'ai toujours été égoïste quand je buvais, toujours à vouloir et à prendre, espérant remplir le vide qu'il y avait en moi. Toujours à vouloir plus, sans jamais obtenir assez. Je sais maintenant comment remplir ce trou, ce vide qui me rendait fou. Je le remplis maintenant en aidant les autres, en écoutant, en guidant et en aidant des esprits meurtris un à la fois. Je ne suis plus le gars au fond de la salle qui compte les minutes jusqu'à la fin. Non, maintenant je suis le gars qui partage encore cinq minutes après l'heure, en espérant toucher celui qui est assis au fond. Si je pouvais aider ne serait-ce qu'un gars, ici ou ailleurs, alors j'aurais fait la volonté de Dieu. Les anges se présentent sous différentes formes. Je sais que mon ange en avait plein les bras avec moi. Je crois fermement que plus on vieillit, plus on devient sage. Il n'est jamais trop tard pour retrouver la maîtrise de sa vie. Je sais que si je n'avais pas suivi toutes les étapes, en m'appliquant, si je ne les avais pas comprises, je ne serais pas devenu l'homme que je suis aujourd'hui. Je suis croyant et je vais apporter ce que j'ai appris ici dans la rue pour aider les jeunes. Je suis parti de rien, toujours à jouer la victime. Maintenant que je vais mieux, je veux continuer à répandre la joie du changement, que ce soit ici ou ailleurs. Merci aux membres des AA en rétablissement de l'alcoolisme. Merci au Bureau des Services généraux et à quiconque lit ou participe à "Partages derrière les murs". Vos histoires m'ont aidé à trouver un but dans la vie. Que Dieu soit avec vous. » — Antonio G., Territoire du Pacifique

Bâtir sur de bonnes fondations

« Allô, je m'appelle James. Je vous écris d'une prison d'État de la Pennsylvanie où je suis incarcéré encore une fois. J'ai entrepris le processus par lequel on essaie d'apprendre à mener une vie utile, et le premier pas consiste à admettre que je suis un alcoolique. Quand je regarde en arrière, mes problèmes ont commencé il y a 44 ans quand j'ai pris mon premier verre à l'âge de 13 ans. Ma famille venait de déménager dans une nouvelle ville et j'essayais de faire ma place parmi les "gars cool". À peu près un mois plus tard, je me faisais arrêter pour la première fois. Je ne vous ennuierais pas avec les histoires de guerre de mes 6 arrestations juvéniles ou de mes 18 arrestations en tant qu'adulte. J'essaie de laisser le passé derrière moi et pour commencer j'ai prévu d'assister aux réunions des AA qui auront lieu en prison samedi prochain. En parlant à d'autres détenus, j'ai appris qu'on a la chance de lire le Gros Livre et les 12 Étapes et 12 Traditions durant ces réunions. Je sais que j'ai besoin de plus qu'une fois par semaine, alors j'écris pour savoir si quelqu'un parmi vous pourrait me faire le cadeau d'un Gros Livre et d'une copie du livre *Les 12 étapes* et les *12 Traditions* pour que je puisse lire et étudier à ma guise. J'ai perdu le soutien de ma famille à cause de mes gestes passés, alors j'espère qu'en recevant un peu d'aide extérieure et en continuant de choisir de faire les bonnes

actions, je serai libéré avec les connaissances et la force nécessaires pour être un meilleur homme, un homme abstinent. Je sais maintenant que si je veux changer ma vie, il faut que je change mes actions. Je ne peux pas m'attendre à ce qu'une vie meilleure me soit simplement donnée. Toutes les autres fois que je suis sorti de prison, je me suis enivré la journée même — même après une peine de 5 ans. Je sais maintenant que je peux admettre que je suis impuissant devant l'alcool, et je dois commencer maintenant si je veux régler mes problèmes et bâtir une vie meilleure sur de bonnes fondations. » — **James R., Territoire du Sud-Est**

Les AA, une bénédiction

« Les Alcooliques anonymes ont transformé ma vie même en prison. Je m'appelle Richard W. et je suis un alcoolique. Il n'y a pas de doute dans mon esprit aujourd'hui. Je suis incarcéré depuis 31 ans. J'ai assisté pour la première fois à une réunion des AA dans une prison de comté en 1991. J'ai rencontré tellement de personnes merveilleuses durant ce voyage, qui ont contribué à mon rétablissement. Je suis abstinent depuis 31 ans en vivant un jour à la fois. Je suis maintenant incarcéré en Ohio. Nous avons ici une réunion en ligne des AA le mercredi soir, et les membres de l'extérieur qui y assistent en ligne sont une bénédiction. On entend la gratitude dans leur voix quand ils transmettent le message. Les Alcooliques anonymes et ma Puissance supérieure (Dieu) ont vraiment transformé ma vie. Un gros merci à Bill W. et au Dr Bob. Ma date d'abstinence est le 2 octobre 1991. » — **Richard W., Territoire du Centre-Est**

Le choix

« Merci beaucoup d'avoir répondu si vite à ma lettre. La vie a été dure dernièrement et votre réponse a ensoleillé ma journée/ semaine ! Je suis encore "au trou" et j'y resterai encore quelque temps. J'ai déjà lu le Gros Livre deux fois et j'achève une troisième lecture. Chaque fois que je le relis, je trouve autre chose sur quoi méditer, ainsi que quelque chose de nouveau qui me touche profondément. J'ai aussi été encouragé par la lecture de "Partages derrière les murs". Merci à tous pour vos expériences. Que votre Puissance supérieure soit avec vous ! » — **Jacob T., Territoire du Pacifique**

Je m'appelle Mia H. et je ne sais pas par où commencer. Tout est en train de se replacer. Dans ce casse-tête, j'ai découpé moi-même mon avenir, mes comportements alcooliques semant la pagaille dans ma famille. En fait, c'est un drogué qui m'a dirigé vers les AA il y a plusieurs années. Je ne sais pas si c'est l'orgueil qui m'a fait rester. Ma foi en Dieu vacillait. J'étais jalouse des autres. Ils se débrouillaient bien et paraissaient heureux, sans la foi, insensibles. J'ai résisté à la foi, pensant que les choses s'arrangeraient toutes seules. Amours, mort, confiance, calme, loyauté, bonheur, éducation, famille, tout éclatait lentement en morceaux. Je sais que les méthodes des AA m'ont sauvé la vie tellement de fois. Cette fois j'ai retrouvé

la foi en Dieu, les AA, la santé mentale et ma famille. J'ai trouvé cette adresse dans le Gros Livre, qui disait d'écrire pour voir comment le chemin de Dieu vous guide. Cette lettre est une colombe de la foi. » — **Mia A., Territoire du Sud-Est**

Parrainage interne

Je m'appelle Jessica, j'ai 35 ans et je suis du Mississippi. J'ai attendu ma date de procès pendant un an dans une prison de comté pour adultes. Ma marraine y présidait les réunions et c'est elle qui avait introduit le programme de parrainage interne des AA. L'idée était de donner aux femmes qui voulaient vraiment rester abstinentes une chance de travailler davantage

« J'ai entrepris le processus par lequel on essaie d'apprendre à mener une vie utile, et le premier pas consiste à admettre que je suis un alcoolique. »

que les trois premières Étapes. Il y avait une classe d'étude du Gros Livre chaque semaine et nos marraines étaient là avec nous. On les appelait chaque jour pour passer nos vies en revue, pour rester en contact et présider des réunions individuelles des AA à l'intérieur de nos zones quand il n'y avait pas de réunion. J'ai été la première à lancer le programme dans mon établissement et je vous écris pour expliquer comment ma vie et ma vision du rétablissement ont changé. Je pensais que je savais déjà tout avant de commencer mais une fois que je me suis mise à travailler les Étapes chaque jour avec ma marraine, ma vie a changé parce que j'avais trouvé quelqu'un qui se souciait de moi autant que moi-même. Quelqu'un qui allait me dire ce que j'avais besoin d'entendre et me le dire sans détour, aussi désagréable que ça puisse être. J'ai passé à travers les 12 Étapes et les 12 Traditions et j'ai réussi à attirer d'autres femmes aux réunions, des femmes qui sont sérieuses dans leur approche du rétablissement et du programme. Jusqu'ici, c'est une grande réussite et je suis tellement fière des filles et de moi-même pour avoir tenu le programme en place. Il est certain que ça vaudrait le coup de l'introduire dans tous les établissements autour du monde pour aider les gens. Il a changé ma vie du tout au tout. Je quitte la prison pour faire cinq ans d'assignation à domicile et j'espère que je pourrai quand même aider d'une façon ou d'une autre à maintenir le programme dans mon établissement. Si vous ne l'avez pas dans le vôtre, je vous suggère de le faire ajouter. Je suis abstinente depuis 11 mois mais sans ce programme, et sans une marraine prête à me suivre dans le monde libre comme en prison, une marraine qui était là pour moi durant tout ce temps, je ne crois pas que je serais aussi sûre de ma volonté et de ma sobriété que je le suis maintenant. » — **Jessica W., Territoire du Sud-Est**

« Tout a commencé le jour où j'ai accompagné mon père à une réunion des AA. J'étais jeune et je n'avais pas le désir de boire, alors je n'ai pas fait attention à toutes les histoires, ni à la souffrance que l'alcool avait causé à ces personnes. Mais le jeune homme finit par devenir adulte, à 21 ans. J'ai commencé à faire la fête en buvant régulièrement quelques petites bouteilles de bière, avant de passer aux packs de 6, puis de 12, jusqu'au jour où la bière ne m'a plus suffi. Alors j'ai commencé à boire du whiskey et 8 ans plus tard j'étais devenu un alcoolique invétéré. J'en suis venu au point où j'arrivais au boulot trop tôt le matin pour avoir la chance d'arrêter dans un bar et peut-être dans un magasin d'alcool pour avoir quelque chose à boire le midi. Puis vint une deuxième phase. Un jour, en rentrant chez moi en voiture après le travail, je m'endors au volant et je frappe un autre automobiliste de plein fouet. Quand les policiers sont arrivés, ils ont senti l'alcool, mais à ce moment-là j'étais inconscient. On m'a conduit à l'hôpital ; j'avais la mâchoire fracturée à 4 endroits et 2 côtes brisées. Ils ont prélevé du sang ; j'avais un taux d'alcoolémie de .219. J'ai été accusé de lésions corporelles graves et condamné à une peine de 2 à 5 ans de prison dans le Nevada. Présentement, je suis logé dans le Désert des Mojaves, mais ça pourrait changer bientôt. J'espère pouvoir continuer à correspondre avec vous. Merci. — Christopher K., Territoire du Pacifique

Savoir que je ne suis pas seul

Allô, je m'appelle Antonio. Je suis incarcéré depuis octobre 2021. Pour le moment je suis dans un centre de détention. Je préside les réunions dans mon unité et je sers depuis maintenant 19 mois. Servir les autres est une grande leçon d'humilité. J'ai commencé à boire à l'adolescence. J'ai grandi dans une famille éclatée et j'ai utilisé l'alcool pour engourdir ma souffrance. Je ne pouvais pas passer une seule journée sans boire. J'ai assisté à des réunions des AA au fil des ans mais je n'arrivais pas à arrêter de boire. L'alcool m'a coûté ma liberté avec le temps. Je suis abstinente depuis maintenant deux ans et je prends la vie un jour à la fois. Aider les autres, et faire du service, m'a ouvert les portes de ma situation actuelle, parce que dans l'unité où je suis, je peux aider les autres qui ont des troubles de santé mentale. Je suis reconnaissant de cette

expérience parce que cela m'aide à me rappeler que je ne suis pas seul. Dans le passé j'avais du mal à m'appliquer dans les réunions parce que je n'étais pas prêt. Mais depuis un an et demi, le fait d'être dans ce groupe d'individus et d'avoir gravi les échelons jusqu'à un poste de président, par le service et par mon assiduité, m'a montré que j'aurais été capable de m'appliquer durant tout ce temps. Je ne vais pas vous mentir : la route n'est pas facile. Je sais qu'avec ma Puissance supérieure et avec de la constance, je vais surmonter ma maladie, un jour à la fois. J'ai hâte de lire les bulletins de nouvelles des AA ; ils m'inspirent parce que je vois que les AA sont à l'œuvre partout dans le monde. Je suis heureux de faire partie du programme. Sincères salutations. » — Antonio A., Territoire du Pacifique

Service de correspondance avec les détenus

Ce service s'adresse à l'alcoolique incarcéré à qui il reste au moins six mois à purger à sa sentence. Nous le jumelons au hasard avec un membre des AA de l'extérieur qui habite dans une autre région, les hommes écrivant aux hommes et les femmes aux femmes. Nous ne fournissons pas de lettre de recommandation pour la commission des libérations conditionnelles, les avocats ou les fonctionnaires de justice. Nous n'assignons pas de parrain ou marraine ; toutefois, une fois que le contact est établi, un membre des AA de l'extérieur sera peut-être disposé à vous parrainer. Si vous avez envie de faire partager vos expériences concernant le rétablissement et les problèmes d'alcool, alors écrivez-nous et demandez le formulaire. Nous vous remercions pour 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'assignons pas de parrain ou marraine ; toutefois, une fois que vous êtes passé de membre des AA « de l'intérieur » à membre des AA « de l'extérieur », quelqu'un sera peut-être disposé à vous parrainer. Nous essayons de trouver un membre des AA de l'extérieur qui habite dans votre localité et qui vous écrira temporairement juste avant votre libération. Vous pouvez demander un formulaire, ou nous écrire, en donnant votre date de libération et votre destination (adresse, ville, État, numéro de téléphone).