



PARTAGES DERRIÈRE LES MURS

Bureau des Services généraux des AA, Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163 **Printemps 2021**

Chers amis des AA,

Nous allons commencer la réunion par un moment de silence, suivi du Préambule des AA :

« **L**es Alcooliques anonymes sont une association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'en aider d'autres 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 et ne contestent aucune cause. Notre but premier est de demeurer abstinents et d'aider d'autres alcooliques à le devenir. »*

Pour moi, vous êtes corrects

« Voici une carte pour tous les anniversaires et les fêtes à venir. Elle couvre toutes les grandes occasions que je pourrais manquer. Pour moi, vous êtes corrects. J'ai toujours voulu écrire à quelqu'un des AA, et vous m'avez connecté. Merci ! Je vous envoie mes respects ! Bonne journée et portez-vous bien. Merci pour tous les membres des AA, un jour à la fois. » — **David G., Territoire du Pacifique**

Je remercie Dieu de m'avoir mis ici

« Chers AA, je suis actuellement incarcéré dans un centre de détention fédéral. Le mois dernier, j'ai écrit une lettre à votre adresse de Grand Central Station et j'ai beaucoup aimé votre réponse. J'ai reçu de la merveilleuse documentation, que j'ai trouvée extrêmement utile. Le centre où je me trouve n'a pas grand-chose à offrir pour le rétablissement, pas même de quoi lire. Et la Covid-19 rend les choses encore plus difficiles. Raison de plus pour être si reconnaissant envers les AA ! J'ai assisté à des réunions des AA à l'extérieur, mais apparemment pas assez, d'où ma situation actuelle. Le mois prochain, je fêterai six mois d'abstinence ; c'est le plus long que j'ai réussi à faire depuis que j'ai commencé à boire à l'âge de 12 ans. Il aura fallu que je

sois enfermé pour y arriver, alors je remercie Dieu de m'avoir mis ici. Je ne raconterai pas mon histoire, sauf pour dire que j'ai lutté contre l'alcool presque toute ma vie, jusqu'à 39 ans, mon âge actuel. Je vous écris parce que je suis tombé, récemment, sur un autre message concernant les AA dans une liste de ressources pour prisonniers que j'ai reçue par courrier.

L'information concernait le Service de correspondance avec les détenus, le Programme de contact avant libération et autres ressources. Cela a attiré mon attention. Pourriez-vous m'envoyer des informations sur ces services et sur tout autre sujet semblable que vous jugeriez utile pour moi ? Je n'ai vraiment aucun soutien ici, alors plus vous pourrez me fournir de matériel et de renseignements, mieux ce sera. Moi et un autre détenu avons commencé à tenir des réunions des AA dans nos cellules. Pour l'instant, nous ne sommes que tous les deux, mais c'est un début. Nous nous réunissons tous les jours. (Du moins, nous le faisons, jusqu'à ce que nous soyons confinés 24/7, il y a deux semaines, en raison d'une éclosion de Covid-19). Nous sommes en train de passer à travers un atelier de 19 semaines sur le Gros Livre. Comme beaucoup, je n'ai jamais réussi à franchir la Troisième Étape, mais je vais tenter de le faire bientôt. Je n'ai jamais eu de parrain non plus, mais je vais me mettre à en chercher un. » — **Peter F., Territoire du Nord-Est**

Je me sens vivante

« J'ai commencé à boire quand mon grand-père maternel est mort, en 1984. (J'ai maintenant 53 ans.) Je me suis d'abord servie à même la bière familiale, puis, quand j'ai été assez vieille pour ça, j'ai commencé à acheter ma propre bière. J'ai réussi à obtenir mon diplôme d'études secondaires en 1986. J'ai fait quelques années de collège public, mais je m'enivrais et je n'allais pas en classe. J'étais plutôt au bar du coin ou à la maison, en train de voler l'argent de ma famille. Je me suis mariée en 1991, mais ça n'a pas duré longtemps. Pendant mon mariage, soit je m'enivrais, soit je me défonçais, ou bien je trompais mon mari. J'ai été arrêtée pour la première fois en 1994. J'étais avec D., et nous avons eu des ennuis. L'été suivant, je suis allée en prison pendant un mois, puis dans un hôpital psychiatrique public, où j'ai passé trois semaines et

demie. Je suis restée sobre pendant deux ans, en allant aux réunions des AA de la ville où je vivais à l'époque. Puis, en août 1998, j'ai fait une grosse rechute. J'ai trompé mon mari ; j'étais paquetée. On m'avait amenée en auto chez son ami, et c'est parti de là. Quand je suis rentrée à la maison, ce soir-là, je suis tombée inconsciente dans notre lit. Le lendemain matin, je me suis rendu compte que j'avais fait une grosse erreur. Il fallait que j'arrête de boire pour de bon. En avril 1999, alors que

« *Aujourd'hui, huit ans plus tard, honnêtement, je peux dire que je me sens vivante.* »

j'étais encore dans un autre hôpital, mon mari en a eu assez et il est parti. J'étais furieuse : il avait osé me quitter ! Des années plus tard, j'ai bien vu qu'il devait sauver sa peau. En 2000, notre divorce était définitif. J'aimerais pouvoir dire que j'ai arrêté de boire, mais ce n'est pas le cas. En 2010, je suis retournée en prison, dans une nouvelle ville. Je me suis retrouvée dans un groupe qui n'était pas très bon pour moi. J'ai fait un an de prison. J'étais aussi en probation stricte, mais j'ai quand même réussi à boire. La dernière goutte, ç'a été le 24 juillet 2012. Plus tôt cette année-là, j'avais entendu dire qu'on préparait un incendie criminel. Je ne voulais pas y participer, mais comme je m'étais engagée dans ce groupe en 2010, le chef m'a dit que je devais faire quelque chose. J'ai protesté, mais en vain. Quand ç'a été terminé et que le groupe a été arrêté, pour une fois, j'étais sobre. Je me suis rendue à la police quand j'ai découvert qu'il y avait un mandat d'arrêt contre moi aussi. Aujourd'hui, huit ans plus tard, honnêtement, je peux dire que je me sens vivante. Je ne bois pas et j'occupe tout mon temps à des choses constructives, pas destructrices. Je choisis de lire et de faire du crochet, et j'aime être sobre. Nous n'avons pas beaucoup de groupes des AA là où je suis, mais j'y vais quand je peux. » — **Laura M., Territoire du Nord-Est**

Un nouveau mode de vie sobre

« Je m'appelle Ryan M. et je suis alcoolique. J'écris parce que j'ai lu récemment le Gros Livre, *Les Réflexions quotidiennes* et *Dr Bob et les pionniers*. J'ai fréquenté et quitté les AA et les prisons aussi souvent que n'importe quel alcoolique, je suppose. Je suis actuellement détenu, en attendant la date de mon procès. J'aimerais en savoir plus sur les AA. Si vous pouviez m'envoyer de l'information ou des livres gratuits qui pourraient m'aider à conserver mon nouveau mode de vie sobre, comme les *Réflexions quotidiennes* ou tout autre livre ou brochure de développement personnel, ce serait très apprécié. Merci. » — **Ryan M., Territoire du Nord-Est**

Ne jamais abandonner

« Chers AA, j'écris non seulement pour moi, mais aussi pour plusieurs personnes que j'aime et que je considère comme ma

famille. J'ai été élevé par un père et une mère alcooliques. J'ai eu des amis, des tantes et des oncles qui ont aussi souffert d'alcoolisme et qui en sont morts. J'ai eu la chance de ne pas suivre leurs traces. J'ai cependant développé une dépendance à la rue. Cela m'a causé autant de problèmes que l'alcool en a causé à tant d'autres à qui vous, les AA, tendez la main. Je me détestais, mais j'aimais les autres (surtout les femmes). À 22 ans, j'ai été pris dans une voiture volée et j'ai fini par purger une peine de trois ans en prison. Avant d'aller plus loin, il faut que je vous dise que, pendant mon séjour en prison, j'ai vu un homme se faire poignarder plus d'une douzaine de fois sur sa chaise à la cafétéria. Je ne pesais que 60 kilos tout mouillé quand je suis entré en prison. J'ai commencé à soulever des poids avec quelques gars. Je suis aussi devenu le compagnon de cellule d'un meurtrier connu qui m'a amené à faire des choses encore plus stupides ; je me suis mis à avaler des pilules. À ma libération, j'ai tout de suite recommencé à consommer. J'ai rencontré ma future femme et j'ai commencé à consommer et à boire avec elle. Mon agent de libération conditionnelle m'a dit que nous ne pouvions pas être ensemble pendant ma libération conditionnelle, mais j'ai décidé de désobéir, et nous avons fini par vivre ensemble. Nous avons continué à consommer et à faire la fête, malgré les ordres de mon agent de libération conditionnelle. Elle est devenue enceinte, et je suis devenu stupide. Nous avons fini par aller vivre avec ma mère, en dehors de l'État, mais ça n'a duré que quelques mois, et nous nous sommes mariés à notre retour. Nous avons été mariés moins d'un an et nous avons surtout vécu à l'hôtel et chez ses amis. J'ai continué à entretenir cette mascarade d'ex-détenu dur à cuire, ce que je n'étais pas. J'étais violent, verbalement et même physiquement, avec elle et les enfants (son fils de 3 ans et l'enfant que nous avons eu ensemble). Nous avons passé plusieurs mois à nous éloigner l'un de l'autre, à nous disputer, à nous accuser et à nous déchirer. Je dois aussi vous dire que je l'ai trompée le soir où notre fils est né. Tout au long de notre relation, quand elle avait besoin d'une pause, nous nous séparions, puis nous nous remettions ensemble. Notre mariage a duré environ huit mois. Puis j'ai abandonné ma famille. J'ai recommencé à commettre des crimes ; j'encaissais des chèques. Je suis retourné en prison plusieurs fois au cours des années suivantes, et c'est là que j'ai connu les AA et les NA. J'étais un membre dévoué chaque fois que j'étais incarcéré. J'assistais aux réunions hebdomadaires. J'ai lu le Gros Livre ainsi que les Douze Étapes. J'aimais le programme et les personnes qui assistaient aux réunions avec moi. C'est triste à dire, mais dès que j'étais libéré, je rechutais et je me retrouvais aussitôt en prison. Sans abri, sans emploi et à nouveau plein de haine envers moi-même, six ans après m'être séparé de ma femme, j'ai commencé à vouloir mettre de l'ordre dans ma vie. J'étais toujours seul, à dire des bêtises, à moi-même ou à qui s'adonnait à être là. Je croyais que Dieu me détestait. Je pensais que ma famille m'avait renié. En somme, je n'avais

rien ni personne vers qui me tourner. J'étais à plat et presque à bout. Puis j'ai rencontré une femme dans la cinquantaine. Moi, je n'ai pas encore 40 ans. Elle ne consommait ni drogue ni alcool depuis plus de 25 ans. Elle m'a accueilli et m'a dit qu'elle ferait tout ce qu'elle pouvait pour m'aider. Je me rappelle les paroles si merveilleuses qu'elle avait toujours pour les AA, combien le Mouvement l'avait aidée à cesser de boire et de

« Juste pour aujourd'hui, merci encore pour tout ce que les AA ont fait... »

consommer. Comment sa marraine l'avait aidée à rester sobre pendant si longtemps. Puis je suis retourné en prison en novembre 2019 et je pensais pouvoir éviter de consommer à ma sortie. Je me suis drogué dès la première nuit. Je crois maintenant, dans mon cœur, que j'en ai fini ! Je dois un grand merci au programme et aux membres ! Vous m'avez tous aidé à rester motivé, à continuer de croire en moi, quoi qu'il arrive. J'ai lu, récemment *One Big Tent*, de Grapevine. Ce livre m'a aidé à retrouver ma force et mon espoir. Maintenant, je peux me regarder dans le miroir sans détester l'homme que je vois. J'ai perdu mon oncle, récemment, lors de mon dernier séjour en prison. Mon frère a pris soin de me dire ceci : « Oui, mon frère, et maman a dit qu'il avait arrêté de boire et qu'il reprenait sa vie en main. » Mon père a arrêté de boire et il est sobre depuis de nombreuses années. J'aurais aimé que ma tante retrouve sa sobriété avant de mourir. Je suis maintenant sur l'autre versant de ma dernière peine de prison. Libéré sous condition, je participe à un programme de rétablissement et je vais faire ce qu'il faut pour rester sobre. Juste pour aujourd'hui, merci encore pour tout ce que les AA ont fait et continuent de faire pour d'autres comme moi. » — Craig S., Territoire du Sud-Ouest

Béni et honoré

« Chers AA, je m'appelle Ryan. Je vais m'expliquer dans les quelques pages qui suivent. Ma date de sobriété est le 11 juillet 2011. J'aurai bientôt 10 ans d'abstinence, si Dieu le veut. Je suis actuellement détenu et en attente de mon procès pour une tentative de meurtre présumée qui a eu lieu en 2012. Il va sans dire que ces neuf dernières années ont été intéressantes et, honnêtement, constituent l'un des plus grands miracles dont j'aie été témoin. Voilà pourquoi je vous écris cette histoire. J'espère que quelqu'un prendra le temps de la lire et m'enverra une prière. Mon parcours dans l'alcoolisme remonte à quand j'étais tout jeune, aussi loin que je peux me souvenir, avec un mal intérieur que je ne peux pas expliquer. Je voyais mes parents se quereller et je me demandais pourquoi et si c'était ma faute. À 8 ans, il m'est arrivé une chose pas terrible, et je ne peux pas l'expliquer. Mais cela a fait que je suis devenu violent. J'ai été suspendu de l'école primaire à plusieurs reprises pour

m'être battu avec d'autres enfants. C'est aussi l'année où je me suis soûlé, lors d'une fête du Nouvel An, avec mon père et ses amis. Il a pensé que ce serait drôle de me donner des *shots* de tequila. Je me souviens d'avoir fait semblant que ce n'était pas la forme de feu la plus pure que j'avais jamais ressentie, et ils ont tous trouvé ça très drôle. À l'âge de 8 ans, trois "coups", et je me sentais super — c'est le moins qu'on puisse dire. Tout à coup, je suis devenu le centre d'attraction ; j'étais un adulte qui amusait ses semblables. Les neuf années suivantes n'ont fait que reproduire cette nuit-là. Je volais des bouteilles à ma mère alcoolique et je les buvais avec mes amis. Je suis vite devenu le gars *cool* qui pouvait procurer de l'alcool à tous les jeunes délinquants avec lesquels je me tenais. Nous étions livrés à nous-mêmes. J'étais grand et développé, j'avais donc l'air plus âgé et, avec mon tempérament d'alcoolique, je suis rapidement devenu un leader et je savais manipuler mes semblables. Et j'étais incroyablement violent. J'ai été expulsé du secondaire pour m'être battu, et on m'a envoyé vivre avec mon père. Ce fut le début d'une rapide descente dans l'abîme de l'alcoolisme. L'alcool était la constante. Dans ce nouvel environnement, j'ai travaillé fort pour asseoir ma réputation de dur à cuire et je suis rapidement devenu toxicomane. Je n'avais à peu près pas de pensée cohérente, à cette époque, juste une impression de désastre imminent et une quête sans fin pour plus d'alcool et de drogues afin de me replonger dans le vide du néant et de la torpeur. J'ai été renvoyé à nouveau du secondaire pour m'être battu et, cette fois, à 14 ans, j'ai entrepris une traversée du pays. Entre les compétitions de *skateboard* semi-professionnelles et un passage à la maison occasionnel pour prendre une douche et changer de vêtements, j'étais totalement dominé par l'alcool. Je dormais dans des grottes. Je me faisais un feu et j'enterrais des tas de roches dessous, pour les chauffer, puis je me couchais dessus pour ne pas mourir de froid. J'ai volé un scooter et je suis arrivé à Las Vegas. Une fois à Vegas, à l'âge de 15 ans, j'ai pu trouver le "ghetto" et me procurer tout l'alcool et toute la drogue dont j'avais besoin. J'ai rapidement été arrêté et envoyé dans un établissement fermé. J'ai découvert que le tribunal imposait des réunions des AA, et

« Je dois ma vie à ce programme et je suis tellement béni et honoré de pouvoir partager mon histoire. »

ces réunions sont devenues les plus beaux moments de ma vie. J'ai aussi commencé à me faire plusieurs amitiés durables. Au début, j'ai remplacé l'alcool et la drogue (un autre programme) par le sexe. J'ai cependant trouvé un parrain. Je me souviendrai toujours de m'être mis à genoux et d'avoir dit honnêtement la prière de la Troisième Étape (devenue mon mantra quotidien pour le reste de ma sobriété). Ma spiritualité, en revanche, a

progressé lentement. J'étais celui dont personne ne s'attendait à ce qu'il dure longtemps. J'ai eu quatre relations à court terme la première année. Je luttais pour rester sobre et j'étais sans abri. Puis j'ai eu l'occasion de commencer une nouvelle vie en Floride (un autre miracle encore inexplicable). Nous sommes allés dans un hôpital où les jeunes se rencontrent, et je me suis vite impliqué avec les jeunes des AA de la région. Ce groupe est devenu ma puissance supérieure. J'étais encore un jeune de 22 ans en colère, j'en voulais au monde entier et j'avais une petite amie modèle super malade. Mais j'ai commencé à voir des gens sourire pour la première fois depuis longtemps. Sans compter que la plupart étaient plus âgés que moi. Mon image de dur a commencé à fondre, et enfin je souriais, moi aussi. J'aimerais vous raconter en détail la magie des neuf années suivantes, mais ce n'est rien de moins qu'un miracle. J'ai trouvé un travail, une famille, une maison et un ami dans le programme. Je n'ai jamais manqué une journée d'un travail éreintant sous le chaud soleil de Floride. J'adorais ça. Je suis graduellement devenu autre chose qu'un rebut et j'ai continué à travailler fort. Au bout de trois ans, quelqu'un a été assez fou pour me demander de le parrainer. Aujourd'hui, il est sobre depuis cinq ans. Mais le 20 août 2020, mon passé m'a finalement rattrapé ; j'ai été arrêté. Aujourd'hui, au moment où je vous écris, je suis plus proche de Dieu que jamais dans ma vie. La prière de la Troisième Étape m'a procuré l'acceptation et la sérénité. Mon Dieu m'accorde le miracle de la sobriété et bien plus encore. J'ai finalement pu prouver mon innocence et j'espère être bientôt libre et avoir une vie heureuse avec ma future épouse et sa fille. Ma femme fera partie du processus dans ce programme. Je dois ma vie à ce programme et je suis

tellement béni et honoré de pouvoir partager mon histoire. »
— Ryan W., 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).

Si vous recevez ce bulletin et que vous aimeriez qu'un membre des AA vous écrive et partage avec vous son expérience, sa force et son espoir, veuillez remplir et poster le formulaire ci-joint.