



PARTAGES DERRIÈRE LES MURS

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

Été 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*.

Faire partie de quelque chose de fabuleux

Je suis en prison, à nettoyer les dégâts de mon passé (ça s'appelle faire ce que j'ai pas envie de faire). En tout cas, j'ai reçu récemment une réponse du Service de correspondance avec les détenus, et je tenais à vous dire à quel point j'étais ravi de recevoir cette lettre. En toute honnêteté, je peux dire que j'ai l'impression de faire partie de quelque chose de génial, d'énorme, d'extraordinaire. Je l'ai entendu dire, je l'ai lu dans nos publications, et là, j'en ai fait l'expérience concrète personnellement. Faire partie de quelque chose de bon et de positif, c'est inspirant. Je vous remercie. — George H., Territoire du Pacifique

Merci au Grapevine

Je suis un alcoolique incarcéré, et ma date de sobriété est le 26 avril 2022. Je vous écris aujourd'hui pour exprimer ma gratitude pour le soutien que j'ai reçu de la part du Bureau des Services généraux et pour partager mon expérience, ma force et mon espoir en ce qui a trait aux AA dans un centre de détention. Je tiens d'abord à remercier le BSG pour la pochette de correspondance et de documentation. Elle contenait une lettre personnalisée et attentionnée d'un membre affecté au bureau du Correctionnel, un exemplaire récent de la revue *Grapevine*, le bulletin *Partages derrière les murs*, et une lettre d'accompagnement, ainsi qu'un formulaire d'inscription au

*© A.A. Grapevine, Inc. ; traduit et reproduit avec permission.

Service de correspondance avec les détenus. Le numéro de *Grapevine* n'aurait pas pu être plus approprié puisqu'il comportait une section spéciale intitulée « Communautés éloignées ». Cela avait une résonance particulière pour un gars comme moi qui suis en prison. Les histoires sur les obstacles et les luttes uniques que les membres des AA des régions éloignées ont dû surmonter pour organiser des réunions, assister à des réunions et rester en contact étaient inspirantes. Les réunions à 90 minutes de distance, les barrières linguistiques, les régions peu peuplées, ces histoires illustraient une grande détermination. L'accès aux réunions des AA a été un défi, car il n'y a pas de réunions dans mon complexe carcéral. Cependant, même si je ne peux pas assister aux réunions, je prends des mesures pour que les AA fassent partie intégrante de ma vie et pour rester spirituellement actif. Ces mesures comprennent la lecture quotidienne du Gros Livre et/ou des *Douze Étapes et Douze Traditions*, la relecture de certains passages de la revue *Grapevine*, le travail auprès d'autres alcooliques, et deux échanges téléphoniques par semaine avec un membre des AA abstinent. Cet échange téléphonique avec mon ami est très important pour moi. C'est la clé de voûte de mes activités dans le Mouvement et une source de nourriture spirituelle. Mon ami et moi prenons le temps de nous parler au téléphone deux fois par semaine, de lire à tour de rôle à haute voix le Gros Livre, trois pages à la fois. Nous avons commencé cette routine de rencontre virtuelle par la lecture des préfaces et

« Je prends des mesures pour que les AA fassent partie intégrante de ma vie et pour rester spirituellement actif. »

de « l'opinion du médecin », puis en alternant entre un chapitre des 186 premières pages du Gros Livre et l'une des 42 histoires personnelles qui suivent. Une fois la lecture terminée, nous discutons du contenu et de ce que nous « emportons » avec nous — en appliquant et en associant ce que nous retenons de la lecture à quelque chose que nous vivons dans notre vie. Les séances téléphoniques ont été extrêmement utiles et importantes. Elles ont servi de base à ma croissance et de catalyseur pour élargir ma compréhension des Étapes et des principes des AA. En plus des connaissances que j'ai absorbées

en lisant les chapitres, les histoires personnelles m'ont enrichi et ont élargi mon lien avec le Mouvement. Je suis étonné de voir les divers groupes démographiques représentés et les différentes voies qui ont été tracées vers les salles des AA. Le principe des réunions téléphoniques avec mon ami a attiré un autre détenu, qui a partagé l'histoire de ses luttes avec l'alcool et son désir de rester sobre en suivant les Étapes. Il m'a demandé de l'aider à lire le Gros Livre, et je prends le temps de travailler avec lui dans un esprit de service. Dieu m'a donné l'occasion d'aider un autre alcoolique et de redonner ce que j'ai reçu gratuitement de mon ami. En tout cas, ce sont les mesures que je prends pour rester sobre, favoriser ma croissance spirituelle et rester sain d'esprit. Dans mon combat, je remercie Dieu, le Mouvement des AA, et les Étapes et les principes des AA qui constituent un modèle de vie. Il y a de nombreux défis à relever en prison, à naviguer dans cet environnement, avec ses maladies, et à composer avec toutes ces personnalités et ces éléments négatifs. Le Mouvement des AA continue de m'aider à transformer le désespoir en espoir. Le fait de placer les AA au premier rang de mes préoccupations m'a aidé à changer d'attitude, de point de vue, de perspective. Je vais continuer à avancer et permettre à Dieu et aux AA de me guider à travers cette période difficile : « ... nous bénéficions seulement d'un sursis quotidien, lequel dépend du maintien de notre forme spirituelle » (p. 96 du Gros Livre). Merci de m'avoir permis de partager. — Mureithi D., Territoire du Pacifique

« Je suis reconnaissant de pouvoir partager mon expérience et mon espoir avec d'autres personnes susceptibles de vivre la même chose que moi en ce moment. »

30 ans, un jour à la fois

Je suis devenu sobre le 20 novembre 2020. J'aurais plus de 15 mois de sobriété avant d'être libéré en mars 2022. Il m'est arrivé beaucoup de choses qui m'ont rendu presque fou. Le Dieu qui m'a aidé à rester sobre le premier jour semblait vraiment meilleur le deuxième et le troisième jour. Mais quand les vagues de la vie ont déferlé et que les vents m'ont assailli, j'ai oublié qui était là depuis toujours. Il n'enlèvera peut-être pas mes montagnes, mais il me donnera la force de les escalader. J'ai juste à me rappeler le passé. Il nous a toujours aidés, ma famille et moi, à traverser les épreuves. J'ai une mère de 81 ans, deux sœurs et un frère. Le 3 novembre, j'ai été envoyé à l'unité médicale d'une autre prison. Quand je suis arrivé à la nouvelle unité de cardiologie, l'une des dérivations s'était refermée à 99 %. On m'en a posé quatre en 2014. Ils n'ont pu l'ouvrir qu'à 20 % à l'aide d'un ballonnet. Je souffre d'une maladie cardiaque et j'ai des blocages dans les jambes et le cou. Je suis de retour à mon point de départ, mais dans l'ancienne partie de l'hôpital, appelée Unité de soins infirmiers spécialisés. Elle compte

15 chambres et elle a été fermée en mai parce qu'une autre, plus grande, a été construite à côté. Nous sommes onze. Nous avons dû être amenés ici en raison de nos besoins. Il n'y a pas d'escalier. Mais vous, vous m'avez apporté la réunion. J'ai le bulletin *Partages derrière les murs*, le nouveau magazine et votre lettre ; je les garderai précieusement comme les autres. Vous vous souciez vraiment de moi. J'ai commencé à aller en traitement et aux réunions vers 1995. Cela fera bientôt 30 ans. Je suis peut-être déjà là, je m'étais inscrit pour assister aux réunions des AA, mais je ne me suis jamais rendu à une réunion au nouvel endroit. J'ai 59 ans et la vie est sur le point de changer. Je travaille à ma spiritualité avec un mentor. Il n'y a pas de solution simple et facile. Ce qui compte, c'est de savoir de quoi on se sort et comment on s'en sort. Il me reste cinq à huit ans. Un jour à la fois. Prenez soin de vous, — Robert F., Territoire du Centre-Ouest

Des progrès, sans regret

Oui, c'est encore moi, Laura M. J'ai récemment (le 24 juillet 2022) fêté dix ans de sobriété. Ok, elles n'ont peut-être pas toutes été heureuses. Je suis entrée en prison le 24 juillet 2012. J'ai décidé que j'avais été sauvée, et non arrêtée, parce que la façon dont j'existais dehors ne m'aidait pas, n'aidait personne. Aujourd'hui, je suis dans cet établissement depuis neuf de ces dix années, je participe à de nombreux groupes, j'ai de vraies amies, et ma famille est heureuse de mes progrès. C'est nouveau, je progresse, je ne régresse pas. — Laura M., Territoire du Nord-Est

La bénédiction de l'abstinence

Je m'appelle Portia, j'ai 49 ans. Je suis alcoolique. Je suis dans un centre de détention et je vous écris depuis ma section. J'ai la chance d'être sobre depuis le 22 mai 2020, soit le jour où ma vie a changé. J'ai été enfermée le 21 juillet 2021 pour ma troisième conduite en état d'ivresse et pour avoir violé mes conditions de probation. L'expérience m'a donné le temps de réfléchir et de remettre mon esprit en ordre par rapport au Seigneur. Je prends les choses un jour à la fois, et le dimanche, si nous avons un enseignement dominical, je m'y rends et je remercie toujours le Seigneur pour ce jour, car je serais censée être morte ou dans le coma, Dieu merci ! En ce moment, je pense à ce que j'ai fait et à ce que je peux faire pour m'améliorer. Le mercredi, je vais à la réunion des AA et je parle de mon premier verre, et de mes premières, deuxième et troisième CFA (conduites avec facultés affaiblies), et de la grâce que j'ai reçue. Je suis sobre depuis le 22 mai 2022 et je fais de la prison depuis le 21 juillet 2022. Je sors le 6 septembre 2023. J'ai appris de mes erreurs. J'ai perdu mon travail, mon appartement et ma voiture. Je n'ai pas d'enfants. J'ai déçu ma famille. Mais le Seigneur veille sur moi et me bénit de bien des façons, avec les réunions AA, le Gros Livre, ma famille et mes amis. Je m'aime davantage. J'ai la paix, la foi et la force, et le respect de moi-même et des autres. Je parle aux autres et j'essaie de les aider si je peux, afin de m'aider à rester concentrée et à garder la tête froide, à ne pas boire et à ne pas

faire de bêtises. Je me sens bien chaque jour et je vis un jour à la fois. Merci de me permettre de partager mon histoire.—

Portia B., Territoire du Sud-Est

Que sa volonté soit faite

Cher Service de correspondance avec les détenus. Bonjour, famille, frères et sœurs AA. Je suis reconnaissant d'avoir eu une réponse du SCD. Cela m'a fait chaud au cœur, avec l'aide de ma Puissance supérieure. Merci beaucoup de m'avoir envoyé le bulletin *Partages derrière les murs* et ces extraits de partages d'alcooliques reconnaissants et pleins d'espoir qui partagent leur expérience, leur force et leur espoir avec moi, comme si nous étions ensemble dans une réunion. Je ressens leur joie et leur défaite, comme je les vis de temps à autre, mais maintenant j'ai de nouveau espoir de pouvoir rester sobre plus que 26 mois. En matière de sobriété, je sais que j'ai beaucoup de chemin à faire pour entrer de nouveau dans le programme et le Mouvement, un jour à la fois. D'aussi loin que je me souviens dans ma carrière de buveur, il m'a fallu un certain temps pour détruire ma vie au point de me retrouver sans abri, de tout perdre et d'être enfermé une fois de plus. Cela m'a vraiment ouvert les yeux. De plus, comme je n'ai pas d'amis ou de famille pour me soutenir dans les situations que j'ai traversées, j'ai parfois l'impression d'être tout seul dans ce voyage de la vie. Mais ma Puissance supérieure m'assure qu'elle a toujours été là, à travers certaines de ces expériences de mort imminente auxquelles j'ai échappé tant de fois. Même à travers les bonnes expériences de ma vie, pendant que j'écris, quand je regarde en arrière, en fin de compte j'ai beaucoup de raisons d'être reconnaissant. Je suis reconnaissant de pouvoir partager mon expérience et mon espoir avec d'autres personnes susceptibles de vivre la même chose que moi en ce moment. Je cherche davantage à comprendre plutôt qu'à être compris. Ça ne me fait rien si vous partagez mes lettres avec d'autres, comme d'autres ont partagé les leurs avec moi. Alors, je vais prier chaque jour, jusqu'à ce que je sorte de prison, pour que la volonté de ma Puissance supérieure soit faite et pour que j'en accepte le résultat, quel qu'il soit, sans amertume ni ressentiment. Merci donc aux membres des AA pour l'amour et l'attention. Sincèrement, — Craig B., Territoire du Sud-Est

De la tragédie à la sobriété

Je m'appelle Bradford P. et je suis alcoolique. Malheureusement, il a fallu une tragédie pour que je l'admette enfin. Je vivais dans le déni et la peur. À tel point que je me suis tourné vers l'alcool, comme je l'ai toujours fait, dans une période de tristesse et d'apitoiement, buvant jusqu'à perdre conscience et prenant le volant pour rentrer chez moi en état d'ébriété. Comme il fallait s'y attendre, j'ai pris l'autoroute à contresens, fonçant droit dans le trafic qui venait en sens inverse. Ce soir-là, j'ai tué deux innocents et j'en ai envoyé un autre dans un fauteuil roulant. Ils rentraient d'une longue journée de prière en assemblée de fidèles. Quand on dit « innocents »... Quand j'ai appris l'étendue de la tragédie que j'avais causée, allongé sur mon lit d'hôpital j'ai réalisé trois

choses : 1) je ne voulais plus jamais boire ; 2) je ne voulais plus jamais blesser quelqu'un ; 3) je ne voulais pas être CELA. Je devais changer. Je ne savais pas vraiment comment ni quelle forme cela prendrait, mais j'ai promis de rester ouvert d'esprit. (J'ai découvert plus tard qu'il s'agissait là d'un principe spirituel des AA.) Des années plus tard, après être passé par le système de justice pénale, j'ai commencé à purger ma peine de 23 ans à perpétuité et je me suis retrouvé en prison. J'ai participé à divers programmes d'entraide et j'ai beaucoup appris de chacun d'eux, mais je crois que les AA détiennent le modèle pour ma sobriété dans la vie. Je suis enfin prêt à suivre les Étapes aussi rigoureusement qu'il est humainement possible et je demande l'aide de quelqu'un qui est passé par là. Merci de m'avoir écouté. Sincèrement, — Bradford P., Territoire du Pacifique

Surmonter la culpabilité

J'ai 46 ans et je suis en prison. J'ai donné 35 ans de ma vie à des institutions : Juvenile Hall (Californie), Youth Authority, centres de détention et prisons. J'ai 22 ans de fait dans ma troisième condamnation, une peine de 25 ans à perpétuité. Dans deux jours, je retourne devant la Commission des libérations pour une éventuelle remise en liberté et j'ai peur. J'ai peur parce que je dois faire face, tout en étant sobre, aux conséquences et au jugement. Je n'ai jamais eu, abstinent de drogue et d'alcool, à affronter quelqu'un qui avait mon avenir entre les mains. Depuis quelques semaines, je lutte contre l'envie de boire ou de me droguer, ce qui signifierait à coup sûr un « refus de libération conditionnelle ». Oui, je peux obtenir des substances ici avant que quiconque ne me donne 45 cents pour une soupe *ramen* au

« Nous bénéficions seulement d'un sursis quotidien, lequel dépend du maintien de notre forme spirituelle. »

chili. Quand l'inquiétude, l'anxiété, la peur et le manque d'estime personnelle prennent le dessus, je me réfugie dans l'alcool. Mon manque de courage pour affronter les choses m'amène à me sentir coupable et honteux, et je trouverais normal de boire ou de me droguer. Quand je m'en veux d'être faible et de ne pas être en contrôle, je me lance dans les substances. Je deviens paresseux et rancunier, je blâme les autres pour mes lacunes. Mais je ne me sens plus comme ça parce que je connais ma valeur et mes possibilités. Je suis peut-être anxieux aujourd'hui, mais je suis plus fort et déterminé. Alors, je suis encore sobre. Je sais que je resterai sobre et que je continuerai à progresser dans le rétablissement en surmontant le manque d'estime, la honte et la culpabilité, ce qui signifie que je surmonterai toujours mes défauts de caractère : la peur, l'anxiété, le manque de courage, la colère, l'impulsivité, l'insécurité, l'insensibilité et la toxicomanie. Prenez soin de vous, car vous comptez pour moi. — Tyrone T., Territoire du Pacifique

Changement de paradigme

Je m'appelle Devante T., j'ai 30 ans et je suis alcoolique. Honnêtement, je suis incarcéré depuis l'âge de 16 ans, moment où j'ai choisi de commettre mon délit. Alors que j'assistais à une réunion des AA dans mon ancien établissement, je me suis accroché à deux vieux numéros (automne et hiver 2019) du bulletin *Partages derrière les murs* et au numéro de mai 2021 du magazine *AA Grapevine*. J'ai ressenti l'énergie des autres membres de la communauté des AA. J'ai adhéré au Mouvement des AA à l'époque où j'étais bénévole en tant que « coordonnateur des activités des détenus », c'est-à-dire que j'aidais à saisir dans l'ordinateur les feuillets pour les programmes et les organisations, entre autres activités de développement informatique. Les réunions des AA venaient de reprendre, en 2021, après la COVID-19, et je savais que je devais faire partie du groupe parce que je savais que j'étais alcoolique et que j'évitais tout ce qui me rattache à cette vérité et à ses conséquences. En outre, je voulais travailler sur la manière dont j'interagis au sein de groupes d'inconnus. Mon histoire commence à l'âge de huit ans, quand j'ai été victime d'attouchements. Cela m'avait fait bizarre et je ne savais pas ce qui se passait. C'est là qu'a commencé mon expérience avec l'alcool. Mon frère aîné et moi, nous allions dans le bar ou le frigo de notre grand-père et nous volions des verres d'alcool ou de bière. La poussée d'adrénaline liée à l'habitude et à la rébellion était toujours là quand je volais des bières, de l'alcool et des cigarettes à tous ceux qui en avaient. J'étais avec des membres de ma famille et des étrangers qui buvaient, ce qui m'a aussi amené à voler de la marijuana à ma mère. De huit à onze ans, j'ai lentement noyé mon esprit, mes émotions et mon enfance dans ce voleur d'alcool, de marijuana, de cigarettes, de nourriture, d'argent, de colère et d'agression. Comme excuse, je n'ai jamais connu l'ivresse dégueulasse, et mon niveau de tolérance a augmenté. À 12 ans, on m'a envoyé vivre avec mon père et ma sœur. J'ai été à nouveau agressé, mais j'ai gardé le secret. Cela a renforcé ma relation avec l'alcool. Alors que j'essayais d'éviter les pièges et les déclencheurs de mes dépendances, j'ai fait le choix imprévu de faire quelque chose de différent. Je me suis présenté à une course de rue illégale. Par ennui, j'ai volé une arme à mon employeur. Je voulais me lancer dans une aventure de braquage pour financer mes projets à court terme. Puis j'ai décidé de laisser de côté toutes mes habitudes criminelles et de vivre correctement. Je me suis fait prendre. Je n'ai pas voulu rendre l'arme. Je me suis enfui de chez moi et je me suis caché dans une maison inoccupée que je n'aurais pas hésité à habiter en tant que citoyen libre. J'ai essayé de rentrer chez moi, de rassembler de l'argent, des vêtements, de la nourriture, mon ordinateur portable, etc., mais j'ai été arrêté par un officier de police. J'ai résisté à mon arrestation, la peur et l'inquiétude se sont amplifiées, et j'ai tiré plusieurs fois sur l'officier, dans un cimetière. C'est une grâce qu'il soit sorti de là vivant. Ma jeunesse est morte là ; mon essence a été envahie par

les broussailles sous lesquelles je me suis caché. Aujourd'hui, je purge une peine de 30 ans. Ma nouvelle audience de libération conditionnelle aura lieu en 2024 au lieu de 2033. J'ai disséqué mon passé et revu toutes mes erreurs, et j'ai réalisé et compris mon véritable objectif grâce à ma relation et à ma communication continues avec Dieu, que j'ai choisi d'appeler Allah. Mon esprit cède encore au stress et je pense à boire et à fumer de l'herbe. Mais à mesure que je vis cette vie sobre et que je grandis, mûris et guéris, je sais chaque jour que Dieu (Allah) me gratifie d'une autre sorte d' « extase » et d'ivresse chaque fois que j'écris quelque chose qui vient de mon esprit et de mon cœur. Je me sens toujours seul, mais Dieu m'a permis de pondre cette lettre, où je partage mon passé avec d'autres pour enfin attirer des gens dans ma vie. Mon processus de guérison, de rétablissement et de cheminement a commencé par la psychologie et le comportement. J'ai étudié beaucoup de choses en rapport avec mon passé, mon présent et mon avenir, y compris les autres. Ma discipline est à l'aise avec l'Islam, et mon changement de paradigme a débuté quand j'ai commencé à dire ma vérité en novembre 2022, à l'âge de 29 ans, dans des réunions et à un ami. Depuis ce jour, j'ai le sentiment qu'une vie sobre m'aide à poursuivre le processus de guérison. J'ai juste besoin de savoir que les autres comprennent. — **Devante T., Territoire du Sud-Ouest**

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).