



PARTAGES DERRIÈRE LES MURS

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

Printemps/Été 2024

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, 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*. »

Les AA, en qui nous pouvons avoir confiance

Je commence à changer d'idée sur la question de savoir si je veux être une buveuse ou pas. Au moins, les AA me sont un endroit fiable où je peux aller, un endroit sûr où il y a des gens avec qui je peux m'identifier. En fin de compte, je pense que ça m'intéresserait de faire les Étapes. Je n'ai pas assez d'argent pour

«Au moins, les AA me sont un endroit fiable où je peux aller, un endroit sûr où il y a des gens avec qui je peux m'identifier.»

demander à un professionnel, si vous voyez ce que je veux dire. Même si je crois souvent que je suis totalement différente des membres des AA, je retourne toujours aux réunions. J'habite en Alberta, au Canada. Je suis une femme de 35 ans qui peut commencer une nouvelle carrière dans le métier qu'elle a toujours voulu, sans le savoir. Depuis des années, je me présente aux réunions seulement à l'occasion. Parfois, je me dis que les AA, c'est quelque chose que je ne voulais pas pour moi, et ça m'ôte l'envie d'y aller. J'aime savoir et comprendre que les grandes villes

du Canada et des États-Unis ont un endroit et un moment où je peux me rendre pour quelque raison que ce soit. Merci d'être là pour moi. Au cours du dernier mois, j'ai commencé à avoir le désir d'arrêter de boire, ce qui est nouveau. Merci encore.

Ashley K. — Territoire de l'Ouest du Canada

Lire et aimer le livre des AA

Me revoici en prison jusqu'en 2027, si j'arrive à éviter les ennuis, sinon jusqu'en 2030. Et il se trouve que les ennuis me suivent partout, et je dois admettre que j'aime la boisson et la drogue. Et tout ça m'a mené au trou pour trois mois, sans pouvoir téléphoner à ma famille et avec seulement la Bible à lire. Mais j'ai réussi à me retrouver avec un livre des AA. Non seulement je l'ai lu d'un bout à l'autre (c'est comme ça que j'ai eu cette adresse), mais j'ai pris plaisir à le lire. En lisant le chapitre sur l'homme qui voyageait en train avec une barbe et les cheveux jusqu'à la ceinture, s'il avait eu un couteau dans une botte et un calibre .38 dans l'autre... je n'ai pas pu m'empêcher de penser : « Ça me ressemble, on dirait que c'est moi! » Je me suis aussi rendu compte que tout le monde, à la fin, vit une vie pleine de bonheur. Non seulement je veux être heureux, mais je veux être sobre et plus près de ma Puissance supérieure. Si je pouvais avoir la chance de recevoir des livres, des brochures, des dépliants, des périodiques, des bulletins d'information, je vous en serais éternellement reconnaissant. Chaque jour, je m'assois, je prie et j'essaie de me trouver. Je me rends compte, alors, que ce que tout le monde dans le Gros Livre a aujourd'hui, c'est la sobriété. Sans mon compagnon de cellule ici, au trou, avec un stylo, du papier, un timbre et une enveloppe, je n'aurais pas pu envoyer cette lettre et demander de l'aide. S'il vous plaît. Merci, et que Dieu vous bénisse. Charles K. — Territoire du Sud-Est

Je m'appelle Daniel et je purge actuellement une peine dans une prison à Abilene, au Texas. Je suis alcoolique, mais je suis sobre depuis près de quatre ans. Ma date de sobriété est le 4 mars 2020. Mais c'est seulement à cause de mon incarcération que je suis devenu sobre. Je n'ai jamais pu assister à des réunions quand j'étais au centre de détention du comté. Une fois le procès terminé et ma condamnation prononcée, je me suis rendu ici, dans ma première unité carcérale. Je voulais m'améliorer et rester

sobre. La prison n'est pas très différente du monde libre quand il s'agit de satisfaire ses vices. Je cherchais de la documentation, des réunions, tout ce qui pouvait m'aider. En février 2023, je suis finalement tombé sur un livre des AA et je l'ai lu et relu, mais j'étais toujours perdu, toujours à la recherche d'aide. Je me suis abandonné à Dieu totalement, je lui ai confié entièrement ma vie. Pendant cette période, j'ai aussi pu rencontrer un autre alcoolique qui n'avait été incarcéré que peu de temps, mais qui était sobre depuis plus de cinq ans, qui suivait le programme, qui vivait les Étapes 10 à 12 et qui parrainait des gens. Ce bon gars a obtenu de l'unité qu'elle autorise la mise en place d'un programme des Douze Étapes. Nous nous réunissons une fois par semaine dans une salle privée. J'apprends à connaître les Étapes, mais j'ai l'impression de ne pas pouvoir commencer à les mettre en pratique sans parrain. Je veux maintenir ma sobriété, aider les autres et apporter plus au Mouvement. **Daniel G.**
— Territoire du Sud-Ouest

Maintenant, je suis prêt

J'ai 57 ans et je suis un alcoolique de longue date. Je purge actuellement ma deuxième peine pour conduite avec les facultés affaiblies, ma septième infraction au total. Au fil des ans, à force de me soûler, j'ai perdu ma mère, mon père, mon épouse depuis 26 ans, ma maison et mes deux fils. Sans parler des innombrables emplois, des nombreux amis et de milliers de dollars. Ici, parmi plus de 1000 détenus, je suis tout seul, je n'ai personne à part Dieu. Je crois fermement qu'après des années d'efforts, j'ai enfin touché le fond. J'ai toujours entendu parler des AA. Et maintenant, je suis certain d'être prêt à confier ma volonté et ma vie aux soins de Dieu et à essayer. **Danny M.**
— Territoire du Sud-Ouest

Une expérience spirituelle?

Je voulais juste partager avec vous une expérience dans laquelle je ne peux voir que la manifestation d'une Puissance supérieure. Ces deux derniers mois, j'ai eu beaucoup de mal. Comme je l'ai déjà dit, je n'ai vraiment personne à qui parler, mais le mercredi soir, deux hommes viennent à la prison nous transmettre le message des AA, à moi et à une quinzaine d'autres détenus. C'est le seul endroit où je peux baisser ma garde et m'ouvrir à d'autres hommes, leur dire à quel point j'ai perdu espoir et même la volonté de vivre. Pendant ces trois heures, j'oublie presque que je suis en prison. Quand j'ai parlé de mon sentiment de désespoir, quelques-uns se sont reconnus. Le matin, je priais Dieu de me donner un peu d'espoir, mais cette fois j'ai demandé : « Pourrais-tu me donner un signe qu'il y a de l'espoir pour moi? » Vers midi, j'ai commencé à lire un livre et à la deuxième page, en caractères gras, ça disait : « Je dédie ce livre à quiconque cherche de l'espoir. » J'étais tellement ému que mon corps a été irradié de chaleur. Oh mon Dieu! c'était la même sensation de chaleur que

je ressentais après la première gorgée d'alcool, qui me descendait jusqu'aux orteils et me remontait à la tête, sauf que cette fois-ci, j'ai pleuré comme je n'avais pas pleuré depuis des années. J'avais le sentiment tranquille que tout allait bien se passer. Je ne sais pas s'il s'agit d'une expérience spirituelle, mais elle m'a donné de l'espoir alors que je n'en avais plus. Je voulais juste partager cela avec vous. **Henry J.** — Territoire du Nord-Est

Mener une vie au sein des AA

Je comprends que je suis un alcoolique et que j'ai vraiment perdu la maîtrise de ma vie. J'ai perdu mes parents, qui étaient mes parents adoptifs, qui m'ont tout donné, et tout ce que j'ai fait, c'est leur faire du mal. Maintenant, il est temps de reprendre ma vie en main, non seulement pour eux, mais aussi pour moi. J'ai compris que si je continuais comme ça, je serais bientôt mort ou emprisonné à vie. Il est temps de demander de l'aide. Je sais que les AA, ça fonctionne. J'ai des amis qui sont encore membres, qui sont sobres, qui vivent heureux et qui ont de la joie dans leurs vies. C'est ce que je veux. S'il vous plaît, aidez-moi. Je veux utiliser ce temps pour travailler et pour non seulement rester sobre, mais aussi mener une vie au sein des AA. Je suis fatigué d'être écoeuré. **Lance B.** — Territoire du Nord-Est

Une alcoolique très reconnaissante — en vie et en bonne santé

J'ai essayé pendant des années d'arrêter de boire. J'y suis parvenue une fois pendant quatre ans, avant de retomber et d'échouer de façon spectaculaire! Il me semble ridicule de croire que l'on puisse gérer l'alcool après des années de sobriété, pour finalement se retrouver là où l'on était quand on s'est arrêté! La folie à son comble! Je suis sérieuse, je veux vraiment rester sobre, et j'y arriverai. Je suis en prison en ce moment. J'ai pratiquement touché le fond et j'ai l'impression qu'il n'y a qu'une seule issue, et c'est de remonter! Je suppose que j'ai besoin d'être ici pour comprendre que je ne peux plus prétendre ne pas être alcoolique, parce que je sais que je le suis. Et une alcoolique très reconnaissante en plus. Reconnaisante d'être encore en vie et en bonne santé. Je travaille sur les Douze Étapes. J'en suis à la Quatrième. Les histoires que j'ai lues, ici, m'ont ouvert les yeux de bien des façons et m'ont révélé de nouvelles dimensions de ma vie. Je suis impatiente de vivre et d'apprendre le programme et de trouver enfin la paix et le bonheur. **Lynette B.** — Territoire du Pacifique

Un miracle s'est produit ici

Je vous écris pour vous faire part du miracle qui s'est produit ici, à l'unité Lynaugh de Fort Stockport, au Texas. Un nouveau groupe est né, appelé « The Game Changers » (« Les chambardeurs »). Nous sommes une trentaine et nous nous réunissons une fois par semaine dans le gymnase. Nous sommes en pleine croissance. Nous gagnons quatre à six personnes par mois. Lors d'une

réunion moyenne, nous comptons entre 40 et 45 personnes (nouveaux et invités compris). Beaucoup viennent voir de quoi il retourne, ce qui nous permet de nous développer rapidement.
Marcos A. — Territoire du Sud-Ouest

Fidèle à ma spiritualité

Je pense que j'ai subi une lésion cérébrale il y a près de 10 ans. J'ai peur que cela ne s'améliore pas beaucoup, et ça me va. Ce que je n'aime pas, par contre, c'est de ne pas pouvoir être utile, de ne pas pouvoir aider les autres à devenir sobres. Peut-être que le simple fait de partager mon espoir suffira. La spiritualité, comme les AA, est le fondement solide de la foi. La spiritualité est comme l'ancre qui maintient l'unité du Saint-Esprit ici, sur Terre. Rester fidèle à ma spiritualité, c'est ma responsabilité, et ça me convient.
Megan E. S. — Territoire du Pacifique

Mettre de l'ordre dans ma vie

Je me retrouve en prison pour la onzième fois. J'ai fait 37 ans de prison parce qu'à chaque fois que je sors, je me retrouve sans abri, je traîne dans les bars et je bois de l'alcool, ce qui m'amène à me droguer aussi. Je crois en Dieu, mais j'enfreins toutes les règles et tous les commandements de la volonté de Dieu. Par n'importe quel moyen, je me procure de l'alcool quotidiennement, jusqu'à ce que je sois arrêté et mis en prison, où je ne peux plus en obtenir. Je vais mourir en prison si je ne remets pas de l'ordre dans ma vie. J'ai 58 ans. Je suis une personne malhonnête. Je vole pour acheter de l'alcool. Je prie Dieu et j'ai l'impression que ma vie est maudite et que Dieu ne se soucie pas de moi.
Michael D. — Territoire de l'Est Central

La sobriété, c'est tellement mieux

J'ai un problème d'alcool depuis l'âge de 13 ans environ. J'ai été en centre de traitement quatre fois dans ma vie, et après chaque fois, j'ai participé régulièrement aux réunions des AA, tous les jours si possible, car j'ai découvert que les réunions étaient la clé de ma sobriété. Quand je suis sorti de thérapie sans aller aux réunions, j'ai fait une rechute qui m'a conduit à être révoqué pour la première fois de ma vie. Je n'étais jamais passé par l'administration pénitentiaire ou la prison auparavant et je n'ai jamais voulu ça.

J'ai commencé mes propres réunions des AA ici uniquement à l'aide de la quatrième édition du livre *Les Alcooliques anonymes*. Maintenant, je peux me servir du programme des AA en prison pour montrer aux jeunes détenus la valeur des AA, leur montrer que cela aide vraiment s'ils ouvrent leur cœur et leur esprit; que la sobriété vaut tellement mieux que la maladie de l'alcoolisme; qu'ils peuvent ainsi avoir un mode de vie plus heureux et plus sain.

J'ai aussi perdu ma fille de 22 ans, l'année dernière, quand un chauffeur ivre l'a fauchée alors qu'elle marchait au bord de la

route. Elle comptait pour moi, alors je change de vie pour elle. Mais je dois me soigner avant de pouvoir aider qui que ce soit!
Michael W. — Territoire de l'Ouest central

Pas besoin d'un verre, mais d'une réunion

C'est tellement agréable d'écrire à deux jours de mes 14 mois de sobriété, et ce, sur une base solide. C'est grâce à ma forte conscience de Dieu, ma Puissance supérieure, que je ne me suis pas effondré comme j'ai vu d'autres le faire ici. Je n'avais pas besoin d'un verre, mais d'une réunion, et d'une autre encore. Le flambeau que vous portez sauve tellement de vies. Il est difficile de rester sobre à l'intérieur d'une prison, mais grâce à vous et aux personnes qui viennent modérer les réunions pour nous, à l'intérieur, le miracle se produit encore et encore. Je chéris ma sobriété. C'est un miracle perpétuel. Dieu nous a vraiment éclairés. Je rends grâce. Bill W. et les pionniers nous ont donné tellement de sagesse. Ils ont trouvé Dieu, puis ils nous ont tout transmis.
Robert F. — Territoire de l'Ouest central

Nous sommes unis

Je m'appelle R.J. et je suis alcoolique. Je sers depuis 19 ans et demi une peine de 25 ans. Je suis un alcoolique qui se bat quotidiennement pour rester sobre. Je me souviens d'une époque où je devais boire pour dormir. Le matin, j'oubliais tout de ce qui s'était passé la veille, mais cela ne me dérangeait pas, car je fuyais un passé plein de démons. Mon passé est affreux, mais mon avenir est prometteur, uniquement parce que j'ai Dieu dans ma vie et le soutien solide d'un groupe de frères des AA qui m'appuient suffisamment pour que je n'aie plus jamais envie de boire.

Alors, à tous mes frères tombés, perdus et brisés, derrière ces murs, sachez que nous ne faisons qu'un. Je vous aime tous et je prie chaque jour pour que vous, moi et nous tous restions forts. Et aux autres qui se sont éloignés des AA, rappelez-vous ceci : les portes des AA sont toujours ouvertes, et vous êtes les bienvenus. Prenez soin de vous, mes frères. Merci de m'avoir écouté.
Jacques R. — Territoire du Sud-Est

Il reste de l'espoir

C'est la première fois que je cherche de l'aide par moi-même et je suis terrifiée. Écrire mes problèmes sur un bout de papier et envoyer ça à l'autre bout du pays à une personne inconnue me déconcerte et me rend plutôt nerveuse. Mais étant donné que je me suis déjà mise dans des situations plus embarrassantes par le passé, quel mal cette lettre peut-elle me faire?

Je suis une autochtone d'Amérique du Nord de 27 ans qui purge actuellement une peine de prison pour un certain nombre d'agressions commises sous l'influence de l'alcool. J'ai commencé à boire à neuf ans et j'ai essayé la méthamphétamine à 17 ans. C'est ma deuxième fois en prison. La première fois, j'avais

ingéré de la méthamphétamine. Je me considère comme une toxicomane en rétablissement mais comme une alcoolique en difficulté. J'ai vraiment l'impression d'avoir touché le fond. Quand je me regarde dans le miroir, je vois une étrangère, et ça me rend triste. Y a-t-il encore de l'espoir pour quelqu'un comme moi?

Je cherche une mentore, une marraine ou peut-être même une « amie » pour m'aider à garder les pieds sur terre dans ma sobriété, surtout quand j'aurai été libérée de prison. Tout ce que j'ai vécu dans la vie m'a poussée dans la mauvaise direction. À cause de ça, je m'isole, je me renferme sur moi-même. Je suis calme, timide, très renfermée et je préfère éviter que les gens s'approchent de moi.

Je ne sais pas si cette lettre sera une bonne chose pour moi, mais ça ne peut pas être pire que de rester active dans la consommation d'alcool. J'admets que je suis impuissante devant l'alcool et que j'ai sérieusement perdu la maîtrise de ma vie. Aussi terrifiée que je sois à l'idée de vous écrire, je demande humblement de l'aide et des conseils. Taylor W. — Territoire de l'Ouest central

Alcoolique jusqu'à la moelle, et en rétablissement

Bonjour. Je m'appelle Michelle et je suis alcoolique. Je suis une femme transgenre à qui l'on a assigné le sexe masculin à la naissance. Je purge une peine de quatre ans d'emprisonnement pour coups et blessures, et j'ai de la chance de n'avoir écopé que de quatre ans, compte tenu de mes antécédents. Cela me fait du bien de pratiquer la gratitude. La prison est un environnement difficile, mais c'est ce qu'il me fallait. J'ai la tête dure. Il a fallu qu'on me retire toutes mes libertés pour que je puisse voir les choses plus clairement. J'ai beaucoup de temps pour me concentrer sur moi-même et sur mon rétablissement. Ma mère a commandé pour moi deux exemplaires du Gros Livre, et je les ai reçus il y a quelques jours. L'un des exemplaires est en espagnol. Je parle couramment l'espagnol et j'espère maintenant apprendre à mieux lire et écrire dans ma deuxième langue.

Pour ce qui est des présentations, je commencerai par dire un peu ce que c'était de d'être un alcoolique et un toxicomane dans la communauté transgenre. J'avais une vision terriblement erronée de la vie. Je croyais avoir besoin de boire et de faire la fête pour supporter la douleur de me sentir incomprise. Quand j'ai fait mon coming-out, j'étais adolescente. J'ai perdu des relations importantes, et certains membres de ma famille m'acceptent mieux aujourd'hui qu'à l'époque. C'était dur de me sentir rejetée autant par les personnes que j'aimais le plus. Et je me retrouvais dans des endroits effrayants, avec des inconnus, simplement parce que l'alcool et les drogues avaient modifié mes sentiments et mes relations sociales.

Heureusement, j'ai une mère merveilleuse et j'ai donc bénéficié de certains avantages dans la vie : une assurance médicale, de l'argent de poche, un chèque pour le loyer, des vêtements, de la nourriture — vraiment tout. Le problème, c'est que j'étais alcoolique jusqu'à la moelle, alors plus j'avais de privilèges, plus je pouvais manipuler pour obtenir mon prochain verre ou ma prochaine drogue. Mon psychiatre me qualifie d'excentrique, mais parmi les AA, je suis simplement une membre. Je suis à ma place. Dans les endroits où j'ai été, les gens disent : « Va où tu te sens à ta place. » Les AA me procurent ce sentiment d'appartenance.

Chez moi, en dehors de la prison, j'ai une marraine. Nous nous parlons parfois au téléphone et j'envoie des lettres à mon groupe d'attache. Ce n'est que depuis deux ou trois mois que j'ai repris le chemin du rétablissement par les Douze Étapes, alors j'en suis encore à poser ma fondation. Mon Dieu, donnez-moi la sérénité! J'ai besoin d'un maximum de ce programme dans ma vie. Jour après jour, ma vie change. — Michelle, 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).