



## **AS DOZE PROMESSAS DE A. A.**

### **3) COMEÇAREMOS A COMPREENDER A PALAVRA SERENIDADE E CONHECEREMOS A PAZ**

Encontramos muitas pessoas em A. A., que antes pensavam como nós, que humildade era sinônimo de fraqueza. Eles nos ajudaram a nos reduzir ao nosso verdadeiro tamanho. Com seu exemplo, nos mostraram que a humildade e o intelecto poderiam ser compatíveis, contanto que colocássemos a humildade em primeiro lugar.

Quando um bêbado está com uma terrível ressaca, porque bebeu em excesso ontem, ele não pode viver bem hoje. Mas existe outro tipo de ressaca que todos nós experimentamos, bebendo ou não. É a ressaca emocional, resultado direto do acúmulo de emoções negativas de ontem e, às vezes, de hoje - raiva, medo, ciúme e outras semelhantes.

Se quisermos viver serenamente o hoje e o amanhã, sem dúvida precisaremos eliminar essas ressacas. Isso não quer dizer que precisemos perambular morbidamente pelo passado. Requer, isso sim, uma admissão e correção dos erros cometidos agora. Só assim, conheceremos a serenidade e atingiremos a paz.