



# JUNTOS E MISTURADOS

## " POLITICA FINANCEIRA DE A.A : POBREZA COLETIVA "

Desde os primeiros tempos de sentiu-se a necessidade de termos recursos financeiros que permitissem a existência da Irmandade. Assim nos idos de 1937 dois antigos membros conversavam sobre a importância da recuperação de cerca de quarenta membros, daquela então chamada sociedade, pessoas que vinham se mantendo sóbrias graças a princípios que eram transmitidos oralmente de um indivíduo para outro, conhecido como programa de informação verbal.

Neste momento que pode ser considerado um dos marcos da existência de Alcoólicos Anônimos sentiu-se ser necessário que a mensagem de recuperação fosse transmitida em larga escala. Percebeu-se que se não fosse feita alguma coisa, essa forma de recuperação estaria restrita a poucos e alguns milhões de alcoólicos no mundo inteiro morreriam sem alcançar a graça de ter acesso à mensagem que poderia salvar-lhes a vida.

A conhecida falta de recursos financeiros de nossos primeiros membros era um fator impeditivo para que se pudesse fazer qualquer investimento, que permitisse por meios próprios, nos estruturarmos para que a mensagem fosse levada a todo alcoólico que ainda sofria nas garras do alcoolismo.

Após muito pensarem, chegaram à conclusão que a forma mais viável de transmitir a mensagem naquele momento era através de um livro no qual pudessem narrar as experiências daquele punhado de membros que vinham praticando princípios espirituais e conseguindo trilhar um caminho de recuperação.

Porém, algumas questões iniciais surgiram de imediato, como editar um livro sem dinheiro, como divulgá-lo para que a mensagem chegasse ao conhecimento dos alcoólicos, como manter um endereço para onde fossem enviados os pedidos de ajuda que chegariam, como responder essas solicitações, algumas talvez desesperadas?

Todas essas indagações precisavam de respostas urgentes. A solução encontrada foi buscar ajuda de pessoas amigas que nos ajudassem a conseguir os recursos necessários para que uma, ainda que tímida, estrutura de serviços mundiais pudesse ser formada. Para isso criou-se um quadro de Custódios para A.A. como um todo, esse quadro foi denominado de Fundação do Alcoólico que veio a ser depois mudado para Junta de Serviços Gerais de Alcoólicos Anônimos.

Passou-se então, a empreender uma verdadeira cruzada em busca de dinheiro, as nossas idéias de grandeza e poder logo a floraram, pensamos imediatamente não apenas no livro, mas também, em missionários, hospitais, centros de recuperação, que nos permitissem "salvar" os alcoólicos do mundo inteiro, tirando-os de qualquer tipo de aflição. Imaginou-se que as pessoas ricas de imediato colocariam parte de suas fortunas à disposição de uma causa tão meritória. Entretanto, com surpresa e decepção nossos antigos membros descobriram que essas pessoas não estavam interessadas em tentar a reabilitação de uma porção de alcoólicos arruinados que tinham chegado a esse estado por si mesmos.

Ainda assim, continuaram na busca do que pensávamos fosse a solução ideal para a nossa iniciante Irmandade. Através de amigos verdadeiros chegamos a um nome que era sem dúvida um marco do poderio econômico de então, essa pessoa era simplesmente John D. Rockefeller. Na famosa reunião na casa deste magnata compareceram diversos amigos que poderiam nos ajudar. Um deles era Albert Scott, presidente dos Curadores da Igreja de Riverside, que após ouvir de um dos nossos membros mais antigos os nossos objetivos e planos que envolviam grandes somas de dinheiro, fez uma pergunta que até hoje ainda ecoa em nossos ouvidos, "Será que o dinheiro não destruiria isso?" Este foi o primeiro alerta e sinalizador na busca de nossa política financeira.

Algum tempo depois e após um intenso trabalho de convencimento a respeito da extensão de nossa obra e de sua importância para a recuperação de

alcoólicos, um dos amigos sugeriu a Rockefeller que concedesse a importância de 50.000 dólares para o movimento. Este ouviu atentamente as explicações a respeito da Irmandade. Dizendo-se muito impressionado varias vezes repetiu que a sua ligação com Alcoólicos Anônimos encontrava-se entre as experiências mais comoventes e formidáveis de sua vida.

Apesar disto, recusou firmemente a ceder a soma solicitada, dizendo: "tenho medo de que o dinheiro vá destruir isso", em mais de uma vez já tínhamos ouvido isto. John D. Rockefeller Jr. foi orientado nesse momento para salvar a Irmandade de A.A. de si mesma e dos perigos desnecessários do dinheiro, propriedade e profissionalismo. Foi um dos momentos decisivos na história de A.A., sua grande riqueza poderia nos ter arruinado.

Após muito tempo, caminhávamos para a consolidação dos princípios que finalmente norteariam as relações dos membros entre si e de Alcoólicos Anônimos com o mundo como um todo. Ainda assim, continuávamos a nos debater em torno das necessidades financeiras da Irmandade e as questões agora eram, ou ainda eram, podemos misturar espiritualidade e dinheiro ou devemos ter muito dinheiro para fazer boas obras? Uns diziam, não precisamos de nenhum dinheiro, nem de livros, escritórios e serviços mundiais, por outro lado outros diziam: "precisamos de tudo isso sim, aliás, precisamos de muito mais, precisamos de milhões, peçamos ao público como fazem as instituições."

Conseqüentemente, as experiências com uso de dinheiro para finalidades diversas em A.A. nos levou para o outro extremo, também perigoso.

Assustados nos tornamos pães-duros, recusando até mesmo a manter nossos serviços essenciais sem os quais falharíamos em nosso funcionamento e crescimento. Em 1958 ainda não havíamos conseguido superar isso e hoje quase meio século depois, será que conseguimos? A renda dos membros de A.A. somadas agora chegaria a uma fantástica importância. A recompensa material, bem como a recompensa espiritual decorrentes do modo de vida de A.A. são simplesmente incríveis, porque então, não doar um pouco desta renda para Alcoólicos Anônimos?

Finalmente um episódio, classificado como a mais perigosa de todas as tentações que passamos por causa de dinheiro. Certa ocasião soube-se que uma senhora havia deixado em seu testamento a importância de 10.000 mil dólares para Alcoólicos Anônimos, sob a custódia da Fundação. Era época de imensa dificuldade financeira, o escritório não conseguia se manter com as escassas contribuições enviadas pelos grupos. De imediato, alguns se manifestaram a favor do recebimento de tal doação, haja vista, que a Fundação

jamais conseguirá se manter apenas com as contribuições dos grupos. Em seguida, surgiram as vozes discordantes, alegaram, que outras doações já estavam estabelecidas nos inventários de pessoas ainda vivas e que chegariam a meio milhão de dólares. Disseram, isso será muito perigoso e poderá desencadear uma onda que acabará por tornar a Fundação rica. Onde isto nos levaria? De pronto, os alcoólicos ao perceberem que a Fundação estava rica, perderiam o senso de responsabilidade, por não ter que se preocupar com a idéia de manter Alcoólicos Anônimos. Por outro lado, os benfeitores poderiam exigir que A.A. enveredasse pelo campo do assistencialismo e teríamos que nos desviar do nosso propósito primordial. Então, nossos Custódios escreveram uma página brilhante da história de A.A. Declararam que por princípio, A.A. deveria sempre permanecer pobre. Oficialmente recusaram aquela doação e adotaram uma formal e incontestável resolução de que todas as doações como essa seriam no futuro igualmente recusadas. Naquele momento, o princípio da pobreza coletiva foi encaixado firmemente na Tradição de A.A.

Este princípio hoje está bem definido na Garantia Dois do Conceito XII quando diz: "Que suficientes fundos para as operações, mais uma ampla reserva sejam o seu prudente princípio financeiro." Essa é uma garantia de que não precisamos de dinheiro demais, que venha a nos afastar do nosso propósito primordial, mas que também não podemos ter dinheiro de menos, para que a nossa estrutura de serviços não venha a ocorrer riscos.

Há um lugar em A.A. onde a espiritualidade e o dinheiro se misturam, este lugar é a sacola, neste momento o dinheiro &#9472; material &#9472; iluminado pela luz do Programa &#9472; espiritual &#9472; salva vidas, através do Décimo Segundo Passo que leva mensagem, serviço básico que a nossa Irmandade oferece: nosso principal objetivo e razão primordial de nossa existência.

"Todos os grupos de A.A. deverão ser absolutamente auto-suficientes, rejeitando quaisquer doações de fora" (Sétima Tradição)

Isaias

Referências Bibliográficas:

- Os Doze Passos e as Doze Tradições
- Alcoólicos Anônimos Atinge a Maioridade
- Doze Conceitos para Serviço Mundial

## " PARTICIPAÇÃO COM RESPONSABILIDADE "

### A RESPONSABILIDADE DOS GRUPOS COM OS SERVIÇOS MUNDIAIS

Os grupos de A.A. têm hoje em dia a responsabilidade final e autoridade suprema pelos nossos serviços mundiais. (Conceito I)

### A RESPONSABILIDADE DELEGADA (CONFERÊNCIA/ JUNTA DE CUSTÓDIOS)

Em benefício de A.A. como um todo, a nossa Conferência de Serviços Gerais tem a principal responsabilidade de manter os nossos serviços mundiais. Mas a Conferência também reconhece que a principal iniciativa e responsabilidade ativa, na maioria desses assuntos, deveria ser exercida principalmente pelos Custódios, membros da Conferência quando eles atuam entre si como Junta de Serviços Gerais de Alcoólicos Anônimos. (Conceito VI)

### A RESPONSABILIDADE NO SERVIÇO

Quase todas as sociedades e governos, hoje, apresentam sérios desvios do princípio muito sadio de que cada responsabilidade operacional deve ser acompanhada de uma autoridade correspondente para acompanhá-la. É por isso que temos tido tanto trabalho em discussões precedentes ao definir as autoridades e responsabilidades dos Grupos de A.A., da Conferência, dos Custódios e das nossas corporações de serviço ativo. Tentamos fazer, certamente, com que a autoridade em cada um desses níveis seja igual à nossa responsabilidade. Então tentamos relacionar esses níveis entre si de tal maneira que esse princípio seja mantido completamente. (Conceito X)

### A RESPONSABILIDADE COM A AUTO-SUFICIÊNCIA

Para que A.A. possa manter-se livre de quaisquer influências externas, precisamos assumir a responsabilidade com a manutenção dos nossos grupos e organismos de serviços em todos os níveis.

"Os serviços abrangem, desde a xícara de café até a Sede de Serviços Gerais para a ação nacional e internacional. A soma de todos esses serviços é o Terceiro Legado de A.A. Tais serviços são absolutamente necessários para a existência e crescimento de A.A. Aspirando simplicidade, muitas vezes nos perguntamos se poderíamos eliminar alguns dos serviços atuais de A.A. seria maravilhoso não se ter preocupações, nem políticas, nem despesas e nem responsabilidades! Mas isso é apenas um sonho acerca de simplicidade; isso,

na verdade, não seria simplicidade. Sem seus serviços essenciais, A.A. se converteria rapidamente numa anarquia disforme, confusa e irresponsável. " (A.A. Atinge a Maioridade, pg . 122; 5ª ed, 2001)

#### A RESPONSABILIDADE NO SERVIÇO DO GRUPO

"A.A. jamais deverá organizar-se como tal; podemos porém criar juntas ou comitês de serviço diretamente responsáveis perante aqueles a quem prestam serviços" (Nona Tradição)

#### A RESPONSABILIDADE DOS SERVIDORES DE CONFIANÇA

Não obstante, os grupos de A.A. reconheceram que para os propósitos dos serviços mundiais, a "Consciência de Grupo de A.A.", como uma totalidade, tem certas limitações. Não pode atuar diretamente em muitos assuntos de serviço porque não está suficientemente informada sobre os problemas em questão. É também verdade que a Consciência de Grupo, durante de muito distúrbio, não é sempre o guia mais seguro, porque temporariamente podem impedir o seu funcionamento de forma inteligente e eficiente. Portanto, quando a Consciência de Grupo não pode ou não deve atuar diretamente, quem deveria atuar no seu lugar? A segunda parte da Segunda Tradição nos dá a resposta quando descreve os líderes de A.A. como "servidores de confiança". Esses servidores devem estar sempre prontos para fazer pelos Grupos o que os grupos não podem ou não devem fazer por si mesmos.

Conseqüentemente, os servidores tendem a usar as suas próprias informações e julgamento, às vezes a ponto de discordar de uma opinião mal informada ou preconcebida do Grupo.

Portanto, será observado que nos serviços de mundiais de A.A. confiamos numa pequena porém idônea minoria — nos cento e tanto membros da C.S.G. — para atuar como Consciência de Grupo de A.A., em muito dos nossos assuntos dos nossos serviços. Como em outras sociedades livres, confiamos nos nossos servidores (cf. Conceito III), embora sabendo que na eventualidade de falharem nas suas responsabilidades ainda teremos ampla oportunidade para adverti-los ou substituí-los. (Conceito V)

#### A RESPONSABILIDADE NA RECUPERAÇÃO

"Algumas pessoas se opõem firmemente à posição de A.A. de que o alcoolismo é uma doença. Sentem que esse conceito tira dos alcoólicos a responsabilidade moral. Como qualquer A.A. sabe, isso está longe de ser verdade. Não utilizamos o conceito de doença para eximir nossos membros da responsabilidade. Pelo contrário, usamos o fato de que se trata de uma doença

fatal para impor a mais severa obrigação moral ao sofredor, a obrigação de usar os Doze Passos de A.A. para se recuperar". (Na Opinião do Bill – pág. 32)

#### A RESPONSABILIDADE NO APADRINHAMENTO

"Todos os padrinhos são necessariamente líderes. Os valores são tão grandes quanto podem ser. Uma vida humana e geralmente a felicidade de toda uma família está em jogo. O que o padrinho diz ou faz, como prevê as reações dos seus afilhados, como controla e se apresenta bem, como faz as suas críticas e como controla bem o seu afilhado, através de exemplos espirituais pessoais – essas qualidades de liderança podem constituir toda a diferença entre a vida e a morte". (Conceito IX)

#### A RESPONSABILIDADE COM A TRANSMISSÃO DA MENSAGEM

Quando qualquer um, seja onde for,  
estender a mão pedindo ajuda,  
quero que a mão de A.A.  
esteja sempre ali.  
E por isto: Eu sou responsável".

— Declaração do 30º aniversário  
Convenção Internacional de 1965

"(...) O Escritório de Serviços Gerais de Alcoólicos Anônimos é muito mais do que o principal portador da mensagem de A.A. ele tem apresentado A.A. ao mundo conturbado em que vivemos. Tem encorajado a propagação de nossa Irmandade em todos os lugares. A.A. World Services, Inc. está pronto para atender às necessidades especiais de qualquer grupo ou indivíduo isolado, seja qual for a distância ou o idioma. Seus muitos anos de acumulada experiência estão disponíveis para todos nós. (...)

Esse é o legado de responsabilidade dos serviços mundiais que nós, os membros mais antigos que vão desaparecendo, estamos deixando a vocês, os A.As de hoje e de amanhã. Sabemos que vocês vão guardar, sustentar e estimar esse legado mundial como a maior responsabilidade coletiva que A.A. já teve. (Bill W. – Na Opinião do Bill, pág. 332)

Isaias

Bibliografia:

- Doze Conceitos para Serviços Mundiais
- Alcoólicos Anônimos Atinge a Maioridade
- Doze Passos e Doze Tradições
- Na Opinião do Bill

## **" OS TRÊS LEGADOS "**

### RECUPERAÇÃO – O Primeiro Legado

Apresentação: Doze Passos sugeridos para a recuperação pessoal;

Constituição: grupo de princípios espirituais por sua natureza;

Manutenção: requer humildade, disciplina, vigilância e mente aberta;

Forma de uso: praticar em todas as atividades, como um modo de vida;

Período: durante todo o tempo em que durar a recuperação;

Efeitos alcançados:

Ter arrancada de si a obsessão pela bebida;

Alcançar a vida íntegra, feliz e útil.

Superação de dificuldades na vida;

Obtenção de uma vida feliz e efetiva.

"Os Doze Passos de A.A. consistem em grupo de princípios, espirituais em sua natureza que, se praticados como um modo de vida, podem expulsar a obsessão pela bebida e permitir que o sofredor se torne íntegro, feliz e útil."

### UNIDADE – O Segundo Legado



Apresentação: Doze Tradições para assegurar o nosso futuro;

Constituição: Grupo de princípios que formam um corpo de tradição; eficiente vigilante contra todas as destruições de tempo e circunstâncias;

Natureza: Espiritual, também requer humildade e vigilância;

Manutenção: No coração de cada membro por sua própria convicção profunda e pelo consentimento comum de seus companheiros;

Risco: atitudes e práticas que tem desmoralizado outras formas de sociedade humana;

Característica: é a mais preciosa qualidade da irmandade;

Objetivo: preservação de Alcoólicos Anônimos.

"O futuro de A.A. depende de ser colocado, em primeiro lugar, o nosso bem-estar comum, a fim de manter a nossa irmandade unida. Da unidade de A.A. dependem as nossas vidas e as vidas daqueles que virão."

## SERVIÇO – O Terceiro Legado

Apresentação: Doze Conceitos que interpretam a estrutura de serviço mundial;

Constituição: Cada Conceito é um grupo de princípios relacionados;

Natureza: Refletem a experiência de mais de 20 anos de experiência na criação de nossa estrutura de serviço e na direção dos assuntos mundiais de A.A.

Manutenção: Aceitar a disciplina necessária que as nossas diversas tarefas requerem.

Características:

Mostram a evolução pela qual passou a estrutura de serviços;

detalham a experiência e as razões sobre as quais as nossa operações se apóiam até hoje;

registram o "porquê" da nossa estrutura de serviço.

.

Objetivo: Colocar a sobriedade ao alcance de todos.

Quando qualquer um, seja for, estender a mão pedindo ajuda, quero que a mão de A.A. esteja sempre ali.

E por isto: Eu sou responsável.

Estas são as três poderosas forças motrizes, geradoras da energia própria, que mantém Alcoólicos Anônimos. Pela primeira força; Recuperação nos livramos da compulsão pelo álcool e buscamos a vida integra, feliz e útil. Esta energia gera a segunda força &#61630; Unidade pela qual preservamos Alcoólicos Anônimos para as gerações futuras. Resultado deste somatório de energia, surge a terceira força propulsora de Alcoólicos Anônimos; o Serviço.

Quanto maior o nível de Recuperação, melhor é a Unidade em Alcoólicos Anônimos e quanto mais Unidade tivermos melhor será a qualidade do Serviço.

Assim temos uma irmandade que gera a sua própria energia, senão vejamos, a Recuperação gera Unidade que gera o Serviço que irá gerar novas recuperações. Desta forma, a nossa irmandade consegue gerar a energia da qual se alimenta. Alcoólicos Anônimos nutre-se a si mesmo. Não precisamos de nenhuma força externa, basta que cada um de nós faça a sua parte, através do nosso chamado "Quarto Legado"; RESPONSABILIDADE.

Isaias

Obras consultadas:

- Os Doze Passos e as Doze Tradições
- Doze Conceitos para Serviço Mundial
- A Tradição de A.A. como se desenvolveu

## **O INVENTARIO DO GRUPO "**

APRESENTAÇÃO: Sou igual a vocês, não vim ensinar, mas trocar com vocês as experiências que aprendi em todos os anos que convivi, com companheiros e companheiras de AA, no Grupo, e em diversos setores de A. A. Se alguma

coisa eu falar, que desgoste a algum de vocês, não liguem, eu não vim dizer o que você tem que fazer e sim o que a maioria faz, pôr ter entendido que isso é o melhor, mesmo que desagrade a alguns.

Ninguém está em A. A. para agradar ou desagradar companheiros (as), mas sim para ficar sóbrio e servir a AA, para fazer o melhor para que A. A. permaneça para sempre, e para isso o melhor é amar nossos irmãos, compreendê-los, tolerá-los, perdoá-los e ajudá-los em sua trajetória nesta vida, mesmo que discordemos de suas atitudes. Posso até detestar as atitudes de alguém, mas devo amá-lo mesmo assim, pois somos irmãos/as, estamos na mesma nave e dependemos um do outro para sobreviver.

#### VEJAMOS O INVENTÁRIO:

O grupo e o indivíduo. O indivíduo, os conflitos e a paz. O Grupo é um conjunto de indivíduos que dele fazem parte, não é composto só dos que prestam serviços, portanto o que é feito ou não, é da responsabilidade de todos. Ao melhorarmos o comportamento individual melhoramos o grupo, ao diminuirmos os conflitos internos de cada um de nós, geramos a paz em nosso o grupo. Ninguém pode melhorar o comportamento do outro, mas sim o seu próprio, e isto já é difícil, é preciso querer modificar-se, é necessário programar-se para isso e agir. A diferença entre o ideal e a ação que transforma é enorme. Cada um dos problemas maiores que estão diante de nós foi provocado por um comportamento humano nosso. A boa notícia é que nosso comportamento é a causa, nós temos o poder de modificá-lo! Existem ações que cada um de nós pode realizar dentro de si mesmo, para iniciar uma cadeia de conseqüências específicas e positivas no seu grupo, no seu distrito, na sua área e no A. A. como um todo. O único limite para o impacto que causamos é a nossa imaginação e o nosso compromisso com AA. Pensemos bem nisso, AA é maior de que qualquer um de nós e de que qualquer uma parcela de nós, AA é para todos seus membros, e todos devem ser ouvidos e considerados, não há os mais sábios, nem os melhores, mas a consciência coletiva, à qual todos devemos render-nos humildemente. Em A. A. não deve prevalecer os gostos, usos e preferências pessoais, seus princípios são a nossa única salvação, quer seja na Recuperação, na Convivência e nos Serviços.

Vejamos então sob o ponto de vista individual e coletivo:

- 1 - Qual o propósito básico do Grupo?
- 2 - O que mais poderá ser feito para transmitir a mensagem?

- 3 - Estamos alcançando o número suficiente de alcoólicos (as)?
- 4 - Que mensagens temos dado aos diversos setores da sociedade?
- 5 - Estamos atingindo todas as camadas sociais?
- 6 - Os companheiros (as) têm permanecido entre nós?
- 7 - Nosso apadrinhamento na recuperação e no serviço é eficiente?
- 8 - As nossas salas de reuniões são agradáveis, ou tem sempre alguém contestando algo?
- 9 - Esclarecemos o suficiente, sobre a necessidade de prestarmos serviços?
- 10 - A todos (as) é permitido participar das atividades do grupo?
- 11 - Os servidores (as) são escolhidos (as) com cuidado e responsabilidade?
- 12 - O grupo cumpre a sua parte referente aos órgãos de serviço?
- 13 - Damos a todos (as) informações sobre Recuperação, Unidade e Serviços?
- 14 - Sou saudável? Será que sou, ao invés de dividir?
- 15 - Critico companheiros (as) ou grupos em depoimentos de recuperação?
- 16 - Sou pacificador (ra) ou provocador (ra) de discussões estéreis?
- 17 - Gosto de comparar meu grupo com os demais da cidade?
- 18 - Considero inferiores certas atividades em AA?
- 19 - Estou bem informado sobre AA como um todo, para discutir esses assuntos?
- 20 - Pareço bonzinho (boazinha), mas secretamente faço conluios e ajo com rancor e hostilidade em grupinhos fora de A. A.?
- 21 - Procuo conhecer a fundo, o programa de AA, para usá-lo e transmiti-lo?
- 22 - Compartilho nos momentos bons e difíceis do grupo e da Irmandade?
- 23 - Vivo criticando líderes, serviços, e centrais sem auxiliá-los?
- 24 - Procuo elogios pelas minhas idéias e ações, e destaco meu trabalho dizendo que quando eu era responsável por um serviço tudo era melhor?
- 25 - Sou aberto (a) para aceitar as deliberações do grupo? Trabalho com boa vontade, mesmo que as decisões sejam contra o que penso?
- 26 - Mesmo antigo (a) ainda faço tarefas simples nos grupos?
- 27 - Não participo pôr desconhecer os assuntos de AA?
- 28 - Julgo a possibilidade de recuperação dos novatos (as)?
- 29 - Acho que alguns (umas) companheiros (as), não deveriam vir ao meu grupo?
- 30 - Costumo julgar o ingressante como sincero ou hipócrita?
- 31 - Tenho preconceito de qualquer tipo, a meus companheiros (as)?
- 32 - Impressiono-me com pessoas consideradas importantes?
- 33 - Não dou importância às pessoas que eu considero inferiores?
- 34 - Abordo com a mesma boa vontade, um companheiro (a) sujo (a) e um companheiro (a) novo (a) e bonito (a), sendo eu mulher ou homem

respectivamente?

35 - Como trato o anonimato do outro, com os amigos e na minha família?

36 - Como ajo com a lei do sigilo? Com o que ouço dos desabafos de companheiros (as)? No grupo? Na rua? Em casa?

37 - Sabendo que somos emocionalmente infantis e cheios de mania de grandeza, procuro o autoconhecimento para modificar-me, ou só julgo os outros?

38 - Sei hoje, de que muitos de meus defeitos de caráter são inconscientes?

39 - Procuo métodos, para eliminar meus defeitos de caráter, além das ferramentas de AA, sem trazê-los para dentro de A. A.?

40 - Continuo entendendo que eu sei como é melhor para AA e meus companheiros (as), do que a Consciência Coletiva do Grupo?

41 - Procuo em meus depoimentos, limitar-me ao tempo concedido, ou sou indisciplinado?

42 - Deixo de dar minha experiência, ou sempre pulo na frente para falar?

43 - Tenho falado só do meu progresso material, ou falo preferencialmente de meu crescimento espiritual e autodomínio emocional?

44 - Continuo dizendo que em AA tudo é de graça, ou digo que somos responsáveis pelas nossas despesas e manutenção dos órgãos de serviços, e de nosso Grupo?

45 - Digo que em AA é proibido proibir, ao invés de dizer que em AA temos uma liberdade responsável, como A. A. nos ensina?

46 - Sei que sem o uso das tradições, A. A. correrá perigo no futuro, ou desprezo essa verdade?

47 - Observadas as tradições e os passos, insisto dizendo que são poucas as maneiras de proceder em AA?

48 - Meu grupo sempre considera o bem estar de todo A. A.?

49 - Considero todos os companheiros (as) ou excludo alguns como indesejável, ou até desejo atenção especial para assuntos meus particulares?

50 - Para os que sabem que sou um A. A. sou um bom exemplo em minha vida particular?

51 - Preocupo-me em saber o que devo dizer ao recém chegado (a)? Como trato o que já é companheiro (a), tenho atenção para com todos?

52 - Gosto de homenagem e elogio, ou faço homenagem e elogio a companheiro (a) vivo ou morto (a)?

53 - Faço observações maldosas sobre o comportamento dos companheiros (as)?

54 - Critico os companheiros que querem estudar os princípios de AA, e falar sobre eles?

55 - Já me perguntei, porque só quero reuniões de depoimentos, e só gosto de falar sobre minha época de bebedeira? Não tenho nada de reformulação para contar?

56 - Já me dei conta que o plano de 24 h. é só para parar de beber, mas que para permanecer abstinência e ser feliz preciso praticar os doze passos, as doze tradições e entrar nos serviços?

57 - Já me dei conta que faço parte do todo e que sem um, ou com a ausência de alguém, o todo estará incompleto?

58 - Entendi que A. A. não nos obriga a nada, mas que devo obrigar-me a participar dos serviços de AA, e a contribuir com dinheiro tão logo possa, pôr gratidão?

59 - Já pensei que se não consigo amar a todos, muito e sempre, pelo menos posso não ter reserva ou raiva de ninguém?

60 - Tenho ajudado na divulgação efetiva de AA? Preparei-me para isso?

61 - Uso o nome de A. A. para obter desconto, emprego, transporte publico, etc.?

62 - Participo das reuniões de serviço para cooperar, ou para ser do contra e derrotar alguém? Ou sequer participo das mesmas?

63 - Culpo o grupo pôr tudo, ou ajudo o mesmo no que posso? Entendo que a verdade se divide em cada mente, e que cada um tem a sua visão do certo?

64 - Preocupo-me com a origem da sugestão para considerá-la; ou se ela é boa ou não para AA? Dou atenção a quem não participa do grupo, para trazer seus questionamentos pessoais e particulares para o grupo?

65 - Não faça tudo dizendo que ninguém o faz, estimule humildemente que outros façam alguma coisa, não diga também que ninguém o deixa fazer, faça humildemente alguma coisa.

66 - Você é livre, mas coopere, participe, não espera convite, não seja indiferente com seus irmãos.

67 - Procure ser sintético quando falar, treine para isso, você falará menos, dirá mais coisas e outros poderão falar também.

68 - Não critique quem fala bem, nem quem fala mal, quem não fala, ou quem fala demais, deixe cada um ser como é, e dar-se conta, se estiver errado. (Se o fizer, faça-o direta e particularmente, ou nas reuniões de serviço se o grupo estiver sendo prejudicado) .

69 - Não tenha vergonha de ser entusiasta com A. A. e mostrar calor humano.

70 - Não precisa concordar com as opiniões alheias, mas nem detestar-lhes pôr pensarem diferente.

71 - Não prejudique o grupo, seja parte da solução, participe.

72 - Não procure companheiros (as) errados (as), e sim acertos.

73 - A consciência coletiva só se manifesta após exaustivas discussões, em várias reuniões, sempre à luz dos princípios de AA, para que a votação atinja substancial unanimidade, colaboro para isso.

74 - Lembro-me que os antigos (as) também são doentes?

75 - Sei que a recuperação sem os passos não traz unidade, nem paz?

76 - Sei que Unidade sem Tradições produzem Serviços deficientes?

77 - Contribuo com gratidão, para a mensagem atingir outros doentes?

78 - Se todos fossem como eu, como seria o AA hoje?

Pense nisso. Como numa empresa, que passa a utilizar um programa de qualidade, não basta uma exposição por outra empresa especializada desse processo moderno; é necessário impregnar seus servidores desses princípios, com atividades permanentes no sentido de tirar velhos hábitos, e introduzir novos em seus servidores e membros. Em A.A. esse processo não é diferente, o que muda é que temos orientação definida, os Três Legados de nossa Irmandade, e para aplicá-los com acerto, é necessário dedicação, debates, estudos e troca de experiências permanentemente, tendo como norte esses mesmos Legados. Em A.A. isso não é diferente, a mudança exige esforço contínuo, não devemos ficar no sonho, é necessária a ação, e sempre a Consciência Coletiva é nosso Mestre.

**VAMOS PARTICIPAR**

**VOCÊ TAMBÉM É RESPONSÁVEL PELO SEU GRUPO BASE.**

## **" INVENTARIO"**

( Do Livro Os Doze Passos e as Doze Tradições )

Os Oitavo e Nono Passos se preocupam com as relações pessoais. Primeiro olhamos para o passado e tentamos descobrir onde erramos; então, fazemos uma enérgica tentativa de reparar os danos que tenhamos causado; e, em terceiro lugar, havendo dessa forma limpado o entulho do passado, consideramos de que modo, com o novo conhecimento de nós mesmos, poderemos desenvolver as melhores relações possíveis com todas as pessoas que conhecemos. (pág.69)

...Aprender a viver em paz, companheirismo e fraternidade com qualquer homem e mulher, é uma aventura comovente e fascinante. Todo AA. acabou descobrindo que pouco pode progredir nesta nova aventura de viver sem antes voltar atrás e fazer, realmente, um exame acurado e impiedoso dos destroços

humanos que porventura tenha deixado em seu passado. Até certo ponto, tal exame já foi feito quando fez o inventário moral, mas agora chegou a hora em que deveria redobrar seus esforços para ver quantas pessoas feriu e de que forma. Esta reabertura das feridas emocionais, algumas velhas, outras talvez esquecidas e ainda outras, sangrentas e dolorosas, dará a impressão, à primeira vista, de ser uma operação desnecessária e sem propósito. Mas se for reiniciada com boa vontade, então as grandes vantagens de assim proceder vão se revelando tão rapidamente que a dor irá diminuindo à medida que os obstáculos, um a um, forem desaparecendo.

Tais obstáculos, contudo, são muito reais. O primeiro e um dos mais difíceis, diz respeito ao perdão. Desde o momento em que examinamos um desentendimento com outra pessoa, nossas emoções se colocam na defensiva. Evitando encarar as ofensas que temos dirigido ao outro, costumamos salientar, com ressentimento, as afrontas que ele nos tem feito. Isto acontece especialmente quando ele, de fato, tenha se comportado mal. Triunfalmente nos agarramos à sua má conduta como a desculpa perfeita para minimizar ou esquecer a nossa. (págs. 69, 70).

Embora em alguns casos não possamos fazer reparação alguma, e em outros o adiamento da ação seja preferível, deveríamos, contudo, fazer um exame acurado, real e exaustivo da maneira pela qual nossa vida passada afetou as outras pessoas. Em muitas instancias descobrimos que, mesmo que o dano causado aos outros não tenha sido grande, o dano emocional que causamos a nós mesmos foi enorme. Embora, às vezes, totalmente esquecidos, os conflitos emocionais que nos prejudicaram se ocultam e permanecem, em lugar profundo, abaixo do nível da consciência.

Essas ocorrências podem realmente ter distorcido, de forma violenta, nossas emoções que, desde então, passaram a descolorar a nossa personalidade e alterar a nossa vida para pior.

Ainda que seja da maior importância o propósito de fazer reparação aos outros, é igualmente necessário que tiremos de um exame de nossas relações pessoais todas as informações possíveis sobre nós e nossas dificuldades fundamentais. Em vista de que nossas relações deficientes com outros seres humanos quase sempre foram às causas imediatas de nossas mágoas, inclusive de nosso alcoolismo, nenhum campo de investigação poderia render resultados mais satisfatórios e valiosos como este. A reflexão calma e ponderada sobre nossas relações pessoais pode aprofundar nosso conhecimento. Podemos ir muito além daquelas coisas superficiais que estavam erradas em nós, até ver essas falhas que eram básicas, falhas que, às vezes, eram responsáveis pela formação de nossa vida toda. A minuciosidade,



descobrimos, nos recompensará – e nos recompensará bem.

Poderíamos então perguntar a nós mesmos: O que queremos dizer quando falamos que "prejudicamos" outras pessoas? Que tipo de "danos" se fazem a outras pessoas afinal? Para definir a palavra "dano" de maneira prática, poderíamos dizer que é o resultado de choque entre instintos, que causam prejuízos físicos, mentais, emocionais ou espirituais a outras pessoas. Se estamos constantemente mal humorados, despertaremos a ira nos outros, se mentimos ou defraudamos, privamos os outros não somente de bens materiais, mas de sua segurança emocional e paz de espírito. Na realidade, nós os convidamos para se tornarem desdenhosos e vingativos. Se nossa conduta sexual for egoísta, poderemos despertar o ciúme, a angústia e o desejo de nos pagar na mesma moeda. (págs. 71, 72).

Havendo cuidadosamente revisto toda esta área das relações humanas, e decidido exatamente quais os traços de nossa personalidade que prejudicaram e incomodaram os outros, podemos agora rebuscar nossa memória na busca das pessoas que temos ofendido. Identificar os mais próximos e mais profundamente feridos não deveria ser difícil. Então ao retroceder, ano por ano, pelas nossas vidas até onde chegar a memória, certamente formaremos uma longa relação de pessoas que foram afetadas em menor ou maior grau.

Deveríamos, é claro, ponderar e pesar cada caso, cuidadosamente.

Haveremos de querer nos apegar à decisão de admitir as coisas que nós temos feito, ao mesmo tempo em que desculpamos as injúrias feitas a nós, sejam elas reais ou imaginárias. Deveríamos evitar os julgamentos extremos, tanto de nós mesmos quanto das outras pessoas envolvidas. Não devemos exagerar em nossos defeitos, nem os deles. Um exame calmo e objetivo será nossa firme intenção. ...É o começo do fim do nosso isolamento de nossos semelhantes e de Deus. (pág. 73)

Isaias

## " INVENTARIO "

( Do Livro Os Doze Passos e As Doze Tradições )

Uma olhada contínua sobre nossas qualidades e defeitos e o firme propósito de aprender e crescer dessa forma, são necessidades para nós. Nós alcoólicos aprendemos isto de maneira difícil. Em todos os tempo e lugares, é claro, pessoas mais experientes adotaram a prática do auto-exame e da crítica

impiedosa. Os sábios sempre souberam que alguém só consegue fazer alguma coisa de sua vida, depois que o exame de si mesmo venha a se tornar um hábito regular, admita e aceite o que encontrar e, então, tente corrigir o que lhe pareça errado, com paciência e perseverança.

Um ébrio não pode viver bem hoje se está com uma terrível ressaca, resultante do excesso de bebidas ontem ingerido. Porém, existe outro tipo de ressaca que todos experimentamos, bebendo ou não. É a ressaca emocional, fruto direto do acúmulo de emoções negativas sofridas ontem e, às vezes, hoje – o rancor, o medo, o ciúme e outras semelhantes. Se quisermos viver serenamente hoje e amanhã, sem dúvida temos que eliminar essas ressacas. Isto não quer dizer que devemos perambular morbidamente pelo passado. Requer, isto sim, a admissão e correção dos erros agora.. No inventário podemos pôr em ordem o nosso passado. Feito isso, nos tornamos de fato capazes de deixá-lo para trás. Se nosso balanço é feito com cuidado e se tivermos obtido paz conosco mesmo, segue-se a convicção que os desafios de amanhã poderão ser encarados na medida em que se apresentem. (pág.78 e 79)

...O inventário só é difícil pela falta do hábito da auto-análise meticulosa. Uma vez que essa saudável prática tenha se tornado rotineira, passará a ser tão interessante e proveitosa que não nos daremos conta do tempo tomado. Pois os minutos ou horas passados em auto-exame certamente terão o condão de tornar mais leves e felizes as horas restantes do dia. Com o passar do tempo, os inventários passarão a fazer parte integrante de nossa vida diária e não serão coisas raras ou à parte.(pág. 79)

...É um preceito espiritual, o de que cada vez que estamos perturbados, seja qual for a causa, alguma coisa em nós está errada. Se ao sermos ofendidos, nos irritamos, é sinal de que também estamos errados. Mas esta é uma regra sem exceções? Que é do rancor "justificável" ? Se alguém nos enganar, não temos o direito de ficarmos magoados? Não podemos, com razão, ficar zangados com os hipócritas ou farisaicos? Para nós em AA., as exceções são sempre perigosas. Descobrimos que devemos deixar o rancor, embora justificável, para àqueles que possam melhor controlá-lo. (pág. 80)

Em todas essas situações necessitamos de autodomínio, análise honesta de tudo o que se encontra envolvido, disposição para admitir nossa culpa e, igualmente, para desculpar as outras pessoas. Não há motivo para cair em desânimo quando recaímos nos equívocos dos nossos hábitos antigos, pois essas disciplinas não são fáceis. Seguimos à procura do aperfeiçoamento, não

da perfeição.

Nosso primeiro alvo deve ser o desenvolvimento do autodomínio, que é a mais alta das prioridades. Quando falamos ou agimos precipitada ou imprudentemente, nossa capacidade de fazer justiça e ser tolerante se evapora imediatamente. Uma só palavra dura ou julgamento leviano pode estragar nossas relações com outras pessoas por todo um dia ou, talvez, um ano. Nada traz mais proveito que o controle da língua ou da pena. Devemos evitar a crítica mal-humorada e os argumentos contundentes. O mesmo vale para o amuo ou o desdém silencioso. Estas são as armadilhas para as emoções feitas com orgulho e espírito de vingança. (pág. 81)

...Finalmente começamos a perceber que todas as pessoas, inclusive nós, estamos até certo ponto emocionalmente doentes e freqüentemente errados, e então, aproximando-nos da verdadeira tolerância, conhecemos o real significado do amor ao próximo. Enquanto progredimos, vai se tornando cada vez mais evidente o fato de que não faz sentido ficarmos zangados ou ofendidos, com pessoas que, como nós, estão sofrendo dos males ou desajustes peculiares ao crescimento. (pág.82)

...Mesmo quando tenhamos nos esforçado e falhado, podemos considerar o fato como dos mais positivos. Sob estas condições, as dores do fracasso se transformaram em vantagem. Dela recebemos o estímulo que necessitamos para progredir. Um conhecedor do assunto disse uma vez que a dor era a pedra de toque de todo o progresso espiritual. Nós AAs. Podemos concordar de coração com ele, pois sabemos que antes da sobriedade vem, obrigatoriamente, o sofrimento resultante da bebida, assim como antes da serenidade, vem o desequilíbrio emocional. (pág. 83)

Desejando triunfar numa inútil e banal discussão, forjávamos "críticas construtivas". Estando ausente a pessoa visada, achávamos que estaríamos ajudando os outros a compreendê-la, quando, na realidade, nosso motivo era diminuí-la para que nos sentíssemos superiores. Sob o pretexto de que precisam "tomar uma lição", às vezes atacamos àqueles que amamos, quando o que queremos é, pura e simplesmente, puní-los.

Aprender a identificar, admitir e corrigir estas falhas todos os dias, constitui a essência da edificação do caráter e da vida reta. O sincero arrependimento pelos danos causados, a gratidão genuína pelas bênçãos recebidas e a

disposição de tentar realizar melhor coisa amanhã, serão os valores permanentes que procuraremos. Tendo, dessa forma, feito o exame metuculoso de nosso dia, sem deixar de incluir as coisas bem feitas e tendo vasculhado nossos corações, sem medo ou concessões, estamos realmente prontos para agradecer a Deus todas as graças recebidas e podemos, então, DORMIR COM A CONSCIENCIA TRANQUILA. (pág. 84)

Isaias

### **Reunião Mundial de Serviços-27-/30-1980**

**“Tema da REUNIÃO MUNDIAL”**

**“Serviço – O CORAÇÃO de A.A.”**

**ANNE O’C.(Austrália)**

**‘Conheça a Literatura de Alcoólicos Anônimos para transmitir corretamente a Mensagem’**

**“BOA tarde ,meus caros amigos .JUNTO com meu companheiro Delegado ,BOB, trago-lhe ardentes saudações e amor de nossa Irmandade de A.A. da Austrália .**

**“Para nós ,Compartilhar desta Reunião Mundial de Serviços é muito importante e valioso , porque nossa terra é muito isolada ,não tendo fronteiras comuns com outras terras, sendo cercada por vastos oceanos . Na nossa Austrália,temos muitos animais estranhos, animais completamente de outros desta terra”Há o nosso ornitorrinco , um pequeno Mamífero que põe ovos e amamenta seu filhote e naturalmente nossos COALAS e Cangurus ,com suas bolsas , e estes são tão desenvolvidos . “ Desta maneira ,por causa do nosso isolamento de quaisquer influências externas também nos desenvolvemos.”**

**“ DA mesma maneira ,que giros e voltas , nós Alcoólicos ,poderíamos dar em nosso caminho! Nosso pensamento podia facilmente , tornar-se estreito e introspectivo, através da Ausência de Experiências mais amplas. “Talvéz nossos amigos da Nova Zelândia se identifique conosco nisto.”**

**“ Atentos a este perigo, pensamos mais elevadamente no Privilégio de sermos capazes de Compartilhar com todos vocês neste nível de SERVIÇO MUNDIAL.**

É, realmente, um serviço de que precisamos e pelo qual estamos imensamente gratos . DE grande significado para nós é o tema de nossa VI REUNIÃO Mundial :-“SERVIÇO – O CORAÇÃO DE A.A.”

e sinto que nenhum Símbolo Universal poderia ser mais apropriado , por este aspecto de nossa Irmandade que o CORAÇÃO .”

“ Não importa a palavra em cada uma de nossas línguas maternas , o Símbolo do Coração é usado estas três Idéias:-é a incorporação do Amor ; é o núcleo em torno do qual tudo é construído ; é o órgão Vital do qual depende a Vida. E estes três Conceitos não se aplicam ao nosso Terceiro Legado?

“ Como eu penso , SERVIÇO é Amor de A.A. Na Prática” .

“ Até que eu chegasse aqui e me entregasse a esta Irmandade , minha Vida fora caracterizada pela própria Obsessão. Uma total absorção com meus próprios problemas e temores por uma ausência completa de Consciência, de Interesse e Compreensão para outro ser Humano. Vivi auto –aprisionada ,o que obstruía qualquer desejo ou esperança de Servir a outros.”

“Porém, desde o meu primeiro contato com A.A. entrei num outro Mundo- um mundo de SERVIÇO e de CARINHO- -,como no qual me senti , primeiramente ,como tendo perdido o pé . Pessoas estavam doando :eles deram-me seu número de telefônico, xícaras de café ,transporte para as reuniões .ELES deram-se a sí próprios ; seu tempo para ouvir e partilhar , visitando-me e telefonando-me ;eles deram sua compaixão e compreensão ; e particularmente ,sua Paciência com meus pensamentos e Atitudes Doentias .Ao mesmo tempo assustaram--me e me elevaram—me”.

“EU não sabia , porém estava ouvindo o Coração de A.A. bater. EU não entendia este Amor e este Dar ,porque estas coisas estavam fora de minha Experiência passada ,e eu não sabia recebê-las gratuitamente.”

“Posteriormente , encontrei um Padrinho que, aos poucos , me foi encorajando, introduzindo—me em atividades do Grupo, encorajando—me a expressar minha Opinião e falar , a aceitar pequenas tarefas em A.A. e eu comecei a sentir—me bem”.

“ Comecei a ser capaz de compartilhar , de ouvir as Opiniões de meus companheiros , de compreendê-los um pouco e de conhecê-los mais de perto para , finalmente , amá-los como seres humanos . Como tenho crescido nesta atmosfera de dar e compartilhar ,tenho experimentado e

entendido , com maior profundidade , o Grande Alcance do Coração de A.A. e Aprendí que não é necessário ter limites.”

“ Este Coração de A.A. serviço Recíproco para aqueles que necessitam , bate em cada canto de nossa Irmandade ,às vezes silenciosa e rotineiramente , às vezes alto e com grande vibração.”

“Serviço está no centro de todo Conceito de atividade de A.A.” È tão fundamental para A.A. ,como Abstinência de álcool está para a Sobriedade . “ É o verdadeiro Núcleo em torno da qual a Irmandade è construída. PORQUE , sem esse dar-se de sí mesmo ao outro , esse compartilhar experiências Próprias , força e Esperança , esse Levar a Mensagem de Recuperação para aqueles que ainda sofrem o Desespero sem Saída do Alcoolismo , não haverá Irmandade . SEM este desejo de Servir , não haveria Recuperação”.

“ NENHUMA Recuperação da DOENÇA da auto-obsessão e da auto-busca , nenhuma Libertação da nossa prisão de sentimentalismo embriagado da introspecção . “QUEM de nós não tem se livrado da Auto-Piedade e Depressão buscando ajudar alguém em maiores dificuldades “?

**\*COALAS \_Mamífero Marsupial da Austrália .**

“NOSSOS DOZE PASSOS de RECUPERAÇÃO são um Caminho para uma Vida de SERVIÇO ,como está demonstrado em nosso GRANDE LIVRO quando fala que, se Seguirmos este Caminho,aquele Sentimento de INUTILIDADE E AUTOPIEDADE desaparecerá .”

“PERDEMOS interesse por coisas egoísticas e ganhamos interesse por nossos companheiros . O EGOCENTRISMO desaparece .NO Décimo Primeiro Passo nós nos sentimos incentivados a buscar somente a execução do Desejo de DEUS ; no DÈCIMO SEGUNDO PASSO tentamos dar de Nós Próprios para outro companheiro Alcoólico .SERVIÇO é inseparável da RECUPERAÇÃO E SOBRIEDADE.”

“ Quando eu era nova neste Programa , freqüentemente perguntava a mim mesma :-“ Por que fui escolhida para isto,quando OUTROS ESTÃO MORRENDO.?”

“ Naquele tempo concluí que o Poder Superior talvez tivesse um objetivo para mim e um DIA poderia tornar-se claro . O Terceiro Passo parece apoiar isso

e, tentando praticar esse Passo, eu aprendi a “aceitar” que minha razão de Viver desabrocharia em tempo.”

“ DESDE então muitas coisas têm acontecido , muitas tarefas têm sido apresentadas para mim ,muitos pedidos feitos ,que trouxeram com eles o Sentimento Bom de que era definitivamente ÚTIL NESTE MUNDO.”

“ NA REUNIÃO MUNDIAL de SERVIÇO em Helsinque, Finlândia , um dos Delegados , finalmente decifrou minhas Experiências ,para mim, numa Única e Simples frase , quando disse : “ A Razão Última da Sobriedade é SERVIR “. FOI a frase que se tornou um Marco Guiar a minha VIDA. Quando agora, olho para trás e Medito na nova atividade de minha Vida, eu percebo que ao estar prestando um serviço a meus companheiros “Não tem SIDO SOMENTE a Razão e o FIM da SOBRIEDADE mas, também, UM MEIO.”

“ O SERVIÇO também está no coração do Segundo Legado \_UNIDADE .

“ È o Objetivo atrás de cada uma das Doze Tradições . SOMENTE através de uma atitude Recíproca de Serviço , podemos trabalhar juntos em espírito de “ Humildade e Harmonia” ,para assegurar o Bem-estar Comum de todos nós. Somente , através desta atitude estamos prontos a “Servir em vez de Dirigir, levar nossas Mensagens a outros sofrendores do alcoolismo, trabalhar em comitês ,trabalhar em base voluntárias ,fazer um apoio Financeiro Externo ,ser suficientemente Humilde para colocar “ Os Princípios Antes da PERSONALIDADE”, particularmente a nossa Própria.”

“ CADA uma das de nossas Tradições está baseada na aceitação do Desejo de Servir uns aos outros e ao A.A. como um todo . A Verdadeira pela qual nos reunimos em “GRUPOS” é para ajudarmos nosso companheiro Alcoólico e , mais eficientemente ,possamos levar a Mensagem para aqueles que estão Morrendo na Escuridão.”

“ Verdadeiramente , SERVIÇO não é , apenas , nosso TERCEIRO LEGADO ,mas é Encontrado no Coração de cada Faceta de A.A..”

“ Não è, Simplesmente ,uma Atividade Voluntária de uns poucos ENTUSIASTAS”.

“O CORAÇÃO , num corpo , é de tal importância que deve continuar se o corpo quer viver e , pode-se dizer ao mesmo COM RELAÇÃO AO SERVIÇO em A.A..” EM 1935, quando nós nascemos ,em um ato de SERVIÇO ,quando BILL ,para manter sua própria Sobriedade e VIDA ,procurava um outro ser humano a quem pudesse Ajudar , pôs de lado todos seus outros interesses de trabalho ,dinheiro e família ,e dedicou-se ,inteiramente, ao Dr. BOB , e Dr BOB viveu ; mas, para quê?”

“Para passar o resto de sua Vida á procura de Doentes Alcoólicos ,procurando disseminar esta Esperança de SOBRIEDADE ,ampla e longinquamente” .

“A Vida de Sobriedade de Bill também foi uma Dedicção em SERVIR outros Alcoólicos, principalmente em nossa recém –nascida IRMANDADE”. “Parece-me que , através BILL e BOB , DEUS disse para todos nós :-“Há Muitas Tarefas em muitos Campos e Escolho meus trabalhadores de Acordo com seus Talentos.”

“ Enquanto Dr BOB trabalhava sem descanso,face a face com DOENTES ALCOÓLICOS desesperados , Bill se aprofundava na tarefa de edificar o A.A.como uma Irmandade que pudesse durar através dos anos ,trazendo sua Mensagem para, talvez, incontáveis Gerações de Alcoólicos Futuros .”

“DELE era a tarefa de estabelecer o Sistema de Artérias e veias através do qual o CORAÇÃO de A.A. bombeia suas Mensagens Vivificadoras.”

“ Talvez estivesse no Plano de DEUS escolher dois homens de diferentes talentos para mostrar-nos a todos que cada um de nós deve procurar seu próprio Campo .”

“Há Membros que são talentosos em trabalho de Instituições , outros que podem escrever para Solitários e atender telefonemas ,há aqueles cujos talentos repousam em trabalhos de Comitês , trabalho do Décimo Segundo Passo,apadrinhamento ; todos esses são Essenciais à Vida de A.A. para nosso objetivo de permanecermos Sóbrios e levamos a Mensagem.DEIXE que cada um de nós procure seu próprio Talento e aceite sua Responsabilidade para com DEUS e use a SOBRIEDADE que ELE lhe deu da Maneira que for Designada por cada Um” .

“ EM 1955,Bill W. havia visto o perigo que a Irmandade corria se este Serviço não fosse passado para as mãos de seus Membros”.

“Ele explicou que, somente através de uma \*ESTRUTURA de SERVIÇO, Poderia esta crucial parte da nossa Irmandade ser continuamente, regenerada, assegurando assim, sua continuidade Vital da Mensagem Salvadora de Vidas .” D@ Bob havia morrido e ele não poderia ficar para SEMPRE.” Ele transferiu todas as Tarefas que ele e os “ Velhos Pioneiros”

vinham fazendo para nós .Nós aceitamos esta Responsabilidade ,prazerosamente ,e como BILL disse :-“ DESDE aquele Tempo , o A.A. continuou com seus próprios Pés para Servir ao Objetivo de DEUS por todo o tempo que foi designado , sob sua Providência ,PERDURAR .”

“DR BOB, também nos deixou esta Mensagem, quando disse “EU fui somente o primeiro ELO daquela Corrente de circunstâncias da Providência que é chamada A.A..Por graça e boa Sorte ,meu Elo não se quebrou , apesar de



minhas faltas e fracassos freqüentemente poderiam trazer resultados infelizes. EU era somente outro Alcoólico tentando permanecer sobre a graça de DEUS. ESQUEÇAM-ME: porém, 'Vá você e faça da mesma forma'. Adicione seu Próprio ELO à nossa Corrente; com ajuda de DEUS, forje, bem e fortemente, a Corrente."

"O A.A. é um corpo, amante, crescente e vivo, seu Coração é SERVIÇO.

Torná-se vivo, através do Serviço; ama através do Serviço; e cresce, através do Serviço. SUA Reprodução não é Biológica e novas Gerações somente poderão acontecer, através do SERVIÇO. Então, tendo recebido esse Grande Legado Espiritual de nossos antepassados, é a nossa Responsabilidade conjunta, trabalhá-lo, desenvolvê-lo, melhorá-lo, para com maior riqueza passá-lo para aqueles que virão depois de nós" !

"Devemos encorajar nossos Novos Membros nessa atitude de Serviço, desde o início. ÀS suas perguntas nunca respondamos :-"Esqueça, isto não é importante". Atraíamo-los para nossos grupos; dando-lhes pequenas Responsabilidades, envolvendo-os em Discussões de Consciência de Grupo, gastando Tempo em explicar-lhes como nossos Grupos operam. Lembre-se de que o Serviço o ajudará na sua Recuperação; dê-lhes de usá-lo assim. Deixe-o ver que A.A. é Serviço RECÍPROCO. Padrinho, envolve seu novo afilhado, ajudando-o a falar e expressar suas Opiniões, discutir assuntos do GRUPO, tão logo seja Possível."

"SIMPLES tarefas de serviço ajudarão a desenvolver a confiança, um início de crédito em seus próprios valores e opiniões, a respeito próprio e auto-estima."

"Nossos Novos membros estão ávidos, entusiastas e curiosos; porém nós não tememos, freqüentemente, que o SERVIÇO, complicará sua Recuperação? "Não é possível que, por protegê-los, nós podemos estar, atualmente, estorvando seu Crescimento e danificando o Futuro de nossa Irmandade" ?.

"A Vida e a continuidade existencial de nossa Irmandade, e a Esperança das futuras gerações de Alcoólicos estão dependentes como efetivamente, nós passamos nosso LEGADO DE SERVIÇO para cada nova Geração de A.A.."

“ Nesta tarefa ,que nós possamos ser dignos da CONFIANÇA de DEUS ,que possamos continuar a estar seguros de Sua PRESENÇA e AJUDA.”.

## " CONCEITO V "

"Através da nossa estrutura de serviços mundiais, deveria prevalecer um tradicional "Direito de Apelação", assim nos assegurando de que a opinião da minoria seja ouvida e de que as petições para a reparação de queixas pessoais sejam cuidadosamente consideradas. "

O Direito das minorias se manifestarem, é um dos aspectos da Democracia, consagrado em nossa Irmandade, e que Alcoólicos Anônimos, como caso único talvez no mundo, vem conseguindo provar na prática, que pode existir. Sejam estas minorias do nosso quadro de funcionários, comitês, juntas ou entre custódios.

### "Direito de Apelação"

Indo mais além, este conceito estimula estas minorias a apresentar um relatório das minorias quando A.A. puder vir a ser afetado como um todo, por um erro da maioria. As minorias às vezes podem estar certas. Mesmo quando estão total ou parcialmente erradas, forçam-nos a um debate completo dos assuntos de importância. A bem-ouvida maioria, é portanto, a nossa principal proteção contra uma maioria desinformada, mal informada, impetuosa ou irada.

### "Direito de Petição"

Garante que qualquer pessoa da nossa estrutura de serviço, servidor ou funcionário, possa apresentar uma queixa pessoal, levando em mão o seu protesto, para a Junta de Serviços Gerais. É uma garantia, quanto ao uso indevido do poder, por aqueles que possuem autoridade.

Estes Direitos visam permitir a proteção total das minorias e melhor aplicação possível dos seus sentimentos . Utilizando o que a opinião das minorias possa ter de bom, temos conseguido resolver um dos grandes desafios da Humanidade através dos tempos &#61630; a Democracia, por isto dizemos que "A.A. é a Democracia que deu certo".

Este conceito é também a garantia da liberdade individual, que em A.A. é da maior importância. Senão vejamos: qualquer alcoólico é um membro de A.A. a

partir do momento que assim se declare. Ninguém pode impedir que ele seja, tem o direito de tomar parte. Não podemos exigir que ele acredite em nada, nem mesmo que pague alguma coisa. Nossas são certamente uma grande lista de privilégios e liberdades das minorias.

A Segunda Tradição, é clara quando define a consciência de grupo como a autoridade final pelos serviços mundiais de A.A. e assim deve ser com todos os assuntos de importância com que nos defrontamos. Mas como reconhecidos pelos grupos, para os serviços, a "consciência de grupo de A.A." como uma totalidade tem certas limitações. Nos assuntos de serviço esta consciência nem sempre pode ter todas as informações necessárias para a tomada de decisão, por não estar suficientemente informada sobre os problemas em questão. Outro ocasião seria durante um período de muito distúrbio, que impedisse o seu funcionamento de forma clara e inteligente. Numa ocasião assim, esta consciência não é sempre o guia mais seguro. Portanto quando a consciência do grupo não pode ou não deveria atuar diretamente, quem deve atuar no seu lugar? Dentro da própria Segunda Tradição, temos a resposta, quando descreve os líderes como servidores de confiança. Estes devem estar prontos para fazer o que os grupos não podem ou não devem fazer por si mesmos. Neste momento os servidores tendem a usar suas próprias informações e julgamentos, chegando às vezes a discordar de uma opinião mal informada, mal esclarecida ou preconcebida de um grupo.

Nos serviços muitas vezes confiamos numa pequena, porém idônea minoria, nos cento e poucos membros da Conferência de Serviços Gerais para atuar como a consciência de grupo em A.A., em muito de nossos assuntos de serviço.

Como em outras sociedades, também temos os nossos mecanismos de defesa para o caso de servidores de confiança falharem em suas responsabilidades. Temos uma ampla oportunidade para adverti-los ou substituí-los.

Até aqui vimos a preocupação de A.A. com a liberdade e proteção de cada membro e a boa vontade de todos os membros em confiar em servidores capazes e conscientes para trabalharem por nós, dentro de suas diversas capacitações.

A Ata de Constituição da nossa Conferência, já inclui a proteção e o respeito pelas minorias. O nosso "Terceiro Legado" método de escolha de delegados, é

um exemplo disto. A não ser que receba dois terços dos votos, o candidato da maioria da assembléia da sua área, terá que colocar o seu nome numa sacola junto com um ou mais candidatos da minoria desta mesma assembléia. Então por sorteio os candidatos da minoria têm a mesma chance que os da maioria.

A democracia funciona pela vontade da maioria, por menor que seja essa maioria. Ao fazermos concessões pelos sentimentos e várias vezes demonstrada sabedoria das minorias, podemos por vezes negar esse princípio de decisão final da democracia por um simples voto da maioria. Todavia o nosso método do Terceiro Legado, usado nas eleições dos nossos delegados e servidores dos Organismos de Serviços, consolidou a unidade, aumentou a cooperação e o verdadeiro espírito democrático por especial deferência à opinião da minoria.

A Conferência de Serviços Gerais movida pela respeito às minorias somado ao desejo de unidade e certeza, debate por vezes longamente, questões importantes de diretrizes, salvo quando da necessidade de uma decisão imediata ou antecipada. A Ata de Constituição consagra o respeito pela opinião da minoria, quando prevê que nenhum voto da Conferência possa ser obrigatório para os Custódios da Junta, a não ser que represente dois terços do "quorum" da Conferência. Isto dá aos custódios o direito do veto quando a maioria não é muito grande.

Este generoso reconhecimento de privilégios das minorias, somado aos Direitos de "Apelação" e de "Petição", assegura a todas as minorias, seja de grupos ou de indivíduos, os meios para bem desempenhar suas tarefas nos serviços, confiante e harmoniosamente. Felizmente não estamos obrigados a manter uma administração que obrigue obediências e imponha punições. Precisamos apenas manter uma estrutura de serviço, que preserve as nossas Tradições, que pratique e exerça as diretrizes nelas contidas, de maneira a transmitir continuamente a nossa mensagem àqueles que ainda sofrem.

Este Conceito é hoje a Garantia de que jamais estaremos sujeitos à tirania, seja das majorias ou pior ainda, de pequenas minorias investidas de poder absoluto, para isto basta que definamos claramente, o relacionamento entre elas.

Encerramos, lembrando que este trabalho é uma síntese do Conceito V, contido no livro "DOZE CONCEITOS PARA SERVIÇOS MUNDIAIS" por Bill

W., publicado por Alcoholics Anonymous World Services, Inc. e traduzido e impresso no Brasil com autorização pelo Junta de Serviços Gerais de Alcoólicos Anônimos do Brasil. Esta literatura, deve ser consultada para conhecimento e estudo do texto integral.

Isaias

## **" ALCOÓLICOS ANÔNIMOS: COMO TUDO COMEÇOU "**

Muito pouca gente em AA sabe que Bill W. atribuía ao psiquiatra suíço Carl Gustav Jung (26/07/1875 - 06/06/1961) um preponderante papel na corrente de eventos que vieram a resultar na criação de Alcoólicos Anônimos. De fato, afora o depoimento pessoal de Bill W., a participação de Jung só veio a ser documentada por uma tímida troca de correspondência havida entre os dois no ano de 1961. Bill W. mandou uma carta ao Professor Jung em 23/01/1961 relatando os fatos, este respondeu e logo em seguida veio a falecer.

Antes de mais nada é preciso situar a importância de Jung no campo da Psiquiatria e/ou Psicanálise como queiram. Dos três homens reconhecidos como os precursores do estudo da psiquê humana ( Freud, Adler e Jung ) apenas Jung defendia que o homem seria algo mais do que simples bioquímica. Dos três só Jung aceitava abordar a idéia do espírito humano, só Jung era capaz de admitir a existência de uma dimensão espiritual no ser humano. Não podemos, entretanto, nos esquecer que, desde o final do século passado até bem pouco tempo atrás, a vanguarda intelectual e científica do Planeta rechaçava tanto a existência de Deus, como a eventual existência de uma dimensão espiritual que fosse concernente a condição humana.

Pois bem, no início da década de 30 mais precisamente em 1931 o Dr. Jung teve como seu paciente, na Suíça, um certo homem de nome Rowland H., americano, natural de Rhode Island, que fora atrás do Dr. Jung em uma desesperada tentativa de parar de beber. Depois de um ano de tratamento este homem recebeu alta e um mês depois estava bêbado e desesperado outra vez. De volta aos cuidados do Dr. Jung este senhor Rowland H. lhe perguntou se havia alguma esperança para o seu caso uma vez que a perícia do Dr. Jung lhe parecia ser, até então, a última possibilidade.

Humildemente o Dr. Jung disse a este homem que seu problema, o alcoolismo,

estava além de suas possibilidades como médico e cientista, disse ainda que o próprio alcoolismo estava além da capacidade de compreensão da ciência naquele momento. "Roland, lhe disse Jung, eu não teria encorajado você a fazer o tratamento se não achasse que os meus conhecimentos poderiam ser úteis a você. Eu cheguei mesmo a acreditar, durante algum tempo, que você poderia ser um desses raros casos em que a medicina poderia ser útil. Não obstante é preciso admitir que a minha ciência fracassou."

"Não tenho nenhuma chance?" perguntou Rowland desesperado. "Rowland, sabemos de casos em que, eventualmente, algum alcoólatra se recupera, em todos estes casos o doente experimenta uma espécie de despertar espiritual ou conversão religiosa, mas este despertar espiritual é incerto, em seu lugar eu tentaria me aproximar desta possibilidade, procurando viver num ambiente religioso, propício ao desenvolvimento espiritual." Foi mais ou menos esta a resposta de Jung para o infeliz Rowland H.

De volta aos EUA este homem integrou-se aos Grupos Oxford constituído por homens e mulheres que pregavam uma mensagem muito simples de renovação dos valores cristãos. Conforme transcrito por Bill W. os membros dos Grupos Oxford renovavam-se para a fé através da prática de passos muito simples que eles chamavam das seis etapas:

1. Admitimos que fomos derrotados;
2. Resolvemos fazer uma honesta avaliação de nosso caráter e nossas atitudes;
3. Conversamos sobre isto, sem reservas, com uma outra pessoa;
4. Reparamos os danos que causamos aos outros;
5. Levamos esta mensagem a outras pessoas sem pensar em recompensas;
6. Rezamos a Deus na forma em que cada um o concebe.

Em essência eram estes os passos praticados pelos integrantes dos Grupos Oxford que desejavam renovar suas vidas e sua fé.

Passando férias em Vermont, estado natal de Bill W., este Sr. Rowland H. foi levado ao encontro de um conhecido alcoólatra, um encenqueiro chamado Ebby Thatcher, amigo de muitos anos de Bill W., o Ebby T. que veio a falecer em avançada idade sem nunca ter alcançado a graça de uma sobriedade duradoura, e que mesmo assim Bill W., até o fim da sua própria vida, referia-se a ele como "meu padrinho Ebby".

Pois Rowland levou esta mensagem a Ebby T., na forma do passo 5 ( cinco ) dos Grupos Oxford, falando de sua vida, de seu alcoolismo, de sua experiência com Jung e de como buscava sua recuperação através de um programa de ação e de renovação religiosa com os demais membros dos Grupos Oxford. Isto foi em 1934, quando Ebby T. havia se metido em encrencas com a justiça local por dirigir bêbado e em seu medo e desespero foi apresentado ao Sr. Rowland H. por outro membro dos Grupos Oxford, que era filho do Juiz da cidade.

Sóbrio, Ebby T. foi levado de Vermont para Nova York onde veio a se encontrar com Bill W., seu amigo de infância e de farras e bebedeiras juvenis, para quem levou esta mensagem.

Estes fatos ocorreram entre 1932, quando Rowland é informado por Jung que a solução para o seu alcoolismo não pode ser dada pela medicina, mas pode ser encontrada num ambiente espiritual e o final de 1934 quando Ebby diz a Bill W. que parou de beber por que agora tinha uma religião fato que produziu um extraordinário impacto em Bill W., um agnóstico.

Pois bem, em 1933, andou freqüentando os Grupos Oxford de Nova York, onde conheceu o tal Rowland H. e seu empenho em conversar honestamente com os outros sobre seu alcoolismo; um senhor de nome Jim Newton (que freqüentava os Grupos Oxford desde 1923) e que residia em Akron, Ohio, desde 1926, onde fora o responsável pela introdução do movimento na cidade. Pois em 1933 o Sr. Jim Newton (que não era um alcoólico) fica sabendo pelo Sr. Rowland H. que os Grupos Oxford podem ajudar a recuperar alcoólicos. O Sr. Jim Newton voltou para Akron com esta nova informação, bastante útil para os demais membros da comunidade local que se preocupavam seriamente com o sofrimento de homens como o de um médico da cidade conhecido como Dr. Bob, por exemplo.

Eis então que tanto Bill W. quanto o Dr. Bob já tinham em mente, através das mensagens passadas pelos membros dos Grupos Oxford, que o alcoolismo poderia ser contido pelo desenvolvimento espiritual do alcoólico. Esta idéia não devia ser muito clara para eles. O Dr. Bob era um homem religioso e não obstante bebia, o que poderia haver de errado com sua fé? (deveria ser o que ele pensava) e Bill não tinha religião, então como poderia alcançar um estágio espiritual em que se veria livre da "compulsão alérgica" pela bebida, como

descrevia o alcoolismo o Dr. Silkworth. Estas deveriam ser certamente, as angústias de ambos quando afinal se conheceram.

Em assim sendo, quando Bill W. e Ebby T. se encontraram em Nova York, Bill W. já

havia recebido os fatos sobre o alcoolismo do Dr. Silkworth conforme ele nos revela no Livro Azul. Bill fora informado pelo médico que era alcoólico, que o alcoolismo era uma grave doença física e mental, uma espécie de alergia, incurável e que ele estava condenado a beber até a sua morte (como disse o próprio Dr. Silkworth à respeito de Bill no texto em que apresentou a primeira edição do livro Alcoólicos Anônimos em A Opinião do Médico) "em fins de 1934 atendi um paciente que, embora tivesse sido um competente e bem sucedido homem de negócios, era um alcoólico de uma espécie que eu viera a considerar sem esperanças" (sic).

Quando no fim do mês de novembro de 1934 Bill W. recebeu Ebby T. em sua casa este não bebia fazia dois meses. Ebby fora detido depois de invadir com seu carro a cozinha de uma senhora. Esta, acuada no único canto que restara inteiro viu, estarrecida, Ebby colocar a cabeça para fora da janela do carro e perguntar se ainda havia um café. Detido por insanidade Ebby foi solto graças a intervenção do filho de um Juiz e de Rowland H. que depois de alguma conversa com Ebby resolveram se responsabilizar por ele perante o Juiz que determinara sua detenção.

Sóbrio, Ebby adicionou - ao conhecimento que Bill já havia recebido do Dr. Silkworth à respeito do alcoolismo - o endosso do Dr. Jung a esta opinião (de que a doença era incurável, inalcançável ao conhecimento médico e científico da época) mas também noção de que havia uma outra dimensão para a doença além da FÍSICA, havia a dimensão ESPIRITUAL, conforme apontada por Jung e justamente nesta poderia estar uma chave para o alcoólico alcançar a sobriedade, e esta chave parecia ter sido encontrada por Rowland H. e mencionado pelo próprio Ebby.

Ebby encontrou Bill bebendo. Dali Bill foi para o hospital onde teve sua experiência espiritual. Deste hospital Bill saiu direto para o convívio com os Grupos Oxford de Nova York, convencido de que deveria se dedicar a passar a mensagem que recebera de Ebby para outro alcoólico a fim de vencer sua insaciável compulsão pelo álcool.



Nos diversos escritos que deixou, em trechos de palestras que proferiu e depoimentos que fez Bill relata que sua experiência espiritual consistiu no reconhecimento de sua derrota perante o álcool seguida de um vislumbamento e que uma corrente de alcoólicos pelo mundo (uns conversando com os outros sobre seus problemas, tal como ocorrera entre Rowland e Ebby e depois entre ele e Ebby) poderia ser uma resposta, uma saída para o alcoolismo. Assim tentando fazer enquanto procurava reorganizar sua vida profissional é que foi parar em Akron, Ohio, em maio de 1935, para onde fora mandado por investidores de Nova York, interessados em adquirir uma companhia local. Até então Bill não fora capaz de converter nem um bêbado sequer.

Em Akron o Grupo Oxford conduzido por Jim Newton já obtivera uma significativa vitória contra o alcoolismo. Um certo membro da família Firestone, de nome Russell, fora alcançado pela mensagem e havia parado de beber, pelo menos temporariamente. Animado o grupo dedicava-se a tentar ajudar um outro alcoólico, marido de uma das integrantes deste grupo, um médico de boa reputação, conhecido como Dr. Bob.

Bill W. nos conta que sua tentativa de realizar negócios em Akron fracassou. Foi quando ele se viu assaltado pelo desejo de beber. Ele estava no Hotel Mayflower e, no seu desespero lembrou-se que, apesar de não ter resultado em nenhuma "conversação" à causa da abstinência, seu intenso trabalho com outros bêbados tinha produzido resultado em pelo menos uma pessoa, nele mesmo, ele não havia bebido! A solução, então, era achar um bêbado para conversar e quem poderia compreender melhor esta sua necessidade, e ajudá-lo, senão um membro dos Grupos Oxford? E é assim, resolvido a pedir apoio a um membro dos Grupos Oxford local, que ele se dirige ao telefone público no saguão do Hotel Mayflower à procura de um religioso que pudesse entendê-lo e ajudá-lo, que lhe desse ao menos uma forma de encontrar os Grupos Oxford locais.

Neste telefone público Bill coloca o dedo sobre o número do Reverendo Walter Tunks, ministro da família de Harvey Firestone, patrão de Jim Newton e pai de Russell, o homem cujo alcoolismo havia sido assistido pelo programa dos Grupos Oxford. O Reverendo Tunks não teve dificuldades em identificar Henrietta Seiberling para Bill W. Isto foi em 11 de maio de 1935. O grupo de Henrietta começara em abril algumas pequenas reuniões com o Dr. Bob, com o intuito de ajudá-lo em seu alcoolismo, mas ele continuava bêbado, apesar de parecer estar imbuído de um desejo de parar de beber. Para Henrietta o

telefonema de Bill era um sinal. E não deve ter sido muito difícil para Bill convencer Henrietta a lhe ajudar a encontrar um bêbado, não era o encontro da fome com a vontade de comer (muito menos da sede com a vontade de beber), mas algo bem próximo. No dia seguinte Bill teve o primeiro de seus diversos encontros com o Dr. Bob que vieram a resultar na sobriedade contínua deste a partir de 10 de junho de 1935, até sua morte em 1950. Este dia marca o início de Alcoólicos Anônimos no mundo.

Isaias

## **" ATRAÇÃO EM VEZ DE PROMOÇÃO "**

Para aqueles que desconhecem a lógica própria de Alcoólicos Anônimos deve parecer realmente muito estranho que a irmandade contrarie o entendimento global de que a promoção pessoal seja o melhor meio de atração do público-alvo e transite na contramão ao estabelecer que, em termos de relações públicas, a melhor forma de a irmandade aparecer seria o membro não aparecer, conforme orienta a Décima Primeira Tradição, que diz: "Nossas relações com o público baseiam-se na atração em vez da promoção, cabe-nos sempre preservar o anonimato pessoal na imprensa, no rádio e em filmes". Na década de 1950, Bill W. recebeu um convite que, a princípio, pareceu-lhe tentador: ser a matéria de capa da revista semanal americana Time, em que se mostraria a parte de trás de sua cabeça e contaria a história de sua vida associada à de Alcoólicos Anônimos. Certamente que tal acontecimento seria capaz de divulgar a nossa irmandade nos quatro cantos do mundo, pois essa publicação já tinha, naquela época renome internacional. Mas Bill não aceitou a oferta, mesmo tendo consciência de que estaria impondo a vários sofredores da doença do alcoolismo a continuação de seu sofrimento ou – quem poderá saber! – "uma sentença de morte para alguns bêbados". Ele sabia, contudo, que se aceitasse tal proposta estaria abrindo uma precedente perigoso, ao transgredir um de nossos princípios já estabelecidos: o da atração em vez da promoção.

Para tentar alcançar o sentido dessa resolução é oportuno iniciar estas reflexões enfatizando a importância das Tradições, através das palavras de Bill W., e, particularmente, entendendo o porquê do anonimato, esse princípio fundamental em que basicamente a irmandade se apoia : "As Tradições nos orientam para melhorar nossa maneira de trabalhar e viver; (...) Elas também apontam diretamente para muitos de nossos defeitos individuais. Por dedução elas pedem a cada um de nós para deixar de lado o orgulho e o ressentimento.

Elas pedem pelo benefício do Grupo, bem como pelo benefício pessoal. Elas nos pedem para nunca usar o nome de A.A. na busca de poder pessoal, fama ou dinheiro (...) Elas nos indicam como podemos funcionar melhor em harmonia como um todo. Em consideração ao bem-estar de toda a nossa irmandade, as Tradições pedem a cada indivíduo, cada Grupo e cada setor de A.A. que ponham de lado todos os seus desejos, ambições e ações inconvenientes que possam ocasionar séria divisões entre nós ou a perda de confiança que nos deposita o mundo todo."

O anonimato, que desestimula qualquer desejo de prestígio e poder, tem sido a grande força para evitar que quaisquer um dos membros de A.A. procure obter, em seu nome, fama ou culto à própria personalidade. Ele nos oferece o caminho para manter uma igualdade espiritual e tem exercido uma imensa atração em todos os povos onde chega a irmandade. Além de antídoto para as referidas tentações humanas, há que se considerar a possibilidade da perda da credibilidade em A.A. no caso de recaída de membros que apareceram na mídia e revelaram suas ligações com Alcoólicos Anônimos.

Atrair é exercer atração sobre e atração é poder de encantar, simpatia, fascínio; promover é fazer promoção através de propaganda. Entender-se-á melhor a conveniência da atração para a irmandade com a assimilação dos ensinamentos emanados de duas situações cruciais na nossa história. No primeiro encontro dos co-fundadores, quando Dr. Bob expôs os motivos que o faziam desacreditar de possível ajuda de Bill, este disse que não se propunha a dar ajuda, pois realmente estava buscando ajuda, afirmativa que seria determinante para o prolongamento da conversa por seis horas, bem além dos quinze minutos que o médico reservara inicialmente para o visitante. Em outro momento o conceituado jornalista Jack Alexander foi designado para escrever uma matéria sobre Alcoólicos Anônimos e empenhou-se com toda dedicação e seriedade para conhecer a nascente irmandade; foram-lhe passadas as informações necessárias ao cumprimento de seu trabalho, bem como foi-lhe dada toda a liberdade para tirar suas próprias conclusões; constam naquele artigo fundamental para a projeção mais ampla de A.A. as palavras que de fato atestam a eficácia da atração: "Em primeiro lugar os AAs narram suas horríveis experiências a homens acamados." Isso faz lembrar a assertiva de Bill de que entre todas as dádivas que Deus nos tem dado, a maior é a da identificação, pois, a partir daí, surge uma ponte de confiança sobre o abismo que havia desconcertado médicos, pastores, padres e familiares do alcoólico.

Os resultados da abordagem ao Dr. Bob e do trabalho de Jack Alexander servem de prova cabal de que a linha de pensamento e de ação de Alcoólicos Anônimos advém de princípios sólidos, plenamente confirmados pela

experiência, convincentes de que a honestidade é por si só o adequado meio de atração, tanto dentro, por proporcionar a identificação, como fora, por instaurar a credibilidade; Bill atraiu o Dr. Bob pelo relato humilde de sua condição e de seu conhecimento da doença; A.A. atraiu o jornalista pela honestidade e pelos resultados e Alexander atraiu uma imensidão de gente pelo conhecimento, pela confiança e pela credibilidade; não há necessidade de estardalhaços, elaborados discursos persuasivos, exaltação de personalidades, maquiagens, para convencer as pessoas do valor de A.A., pois o que se quer é apenas pôr à disposição de quem interesse o caminho que percorremos para sobreviver à tragédia do alcoolismo e ainda manifestar na realidade de nosso existir a esperança, sempre renovada pelas conquistas, da vida íntegra, feliz e útil; e para isso só é necessário informar, com honestidade e sobriedade. Mas, contudo, pode ser que ainda tenham ficado obscuras as razões que justifiquem o anonimato de membros alcoólicos nos meios de comunicação.

Nós, alcoólicos, se estamos verdadeiramente dispostos a vivenciar a Recuperação proposta por Alcoólicos Anônimos, devemos nos empenhar para viver sob as orientações do Programa dos Doze Passos; a experiência afirma que dificilmente fracassa quem seguiu esse caminho com honestidade; se não há fracasso, há a vitória maior da conquista do Despertar Espiritual, vale dizer, de uma reformulação interior radical, conduzida concretamente pelo Poder Superior; quem viveu a desesperança, quem sofreu as terríveis conseqüências da perda do autocontrole, da impotência e do desamparo, mas achou um caminho garantido de Esperança, Fé e Amor, tem autoridade para servir de referência a quem esteja precisando por ter passado pelo mesmo processo de aviltamento da vida; as pessoas à nossa volta terminam apreciando a mudança do nosso comportamento o que, afinal, se torna a melhor recomendação para a irmandade; praticando a humildade conseguimos vencer o orgulho: um dos mais perigosos defeitos do alcoólicos; contudo, sabemos, ou deveríamos saber, o quanto estamos sujeitos a recaídas emocionais e o quanto necessitamos de empenho diário para neutralizar as forças auto destruídas que nos assediam permanentemente, fazendo aflorar adormecidas (ou nem tanto!) imperfeições; se podemos ser úteis no cara-a-cara com semelhantes que estão bebendo, há riscos concernentes a exposições em meios de comunicação, pois o orgulho e a vaidade, inimigos sorrateiros, podem ressurgir e ameaçar nossa sobriedade e a credibilidade de A.A.; aqui entra a conveniência do anonimato e de se deixar que os amigos nos recomendem "(...) foi por esse processo que a 11ª Tradição de A.A. foi desenvolvida. Para nós ela representa mais do que simplesmente uma política de relações públicas. Ela é mais do que uma negação do egoísmo. A 11ª Tradição é

certamente um lembrete permanente de que a ambição pessoal não tem lugar em A.A., mas nela também está implícito que cada membro deveria se tornar um guardião ativo de nossa irmandade, em suas relações com o público em geral."

Como se vê a decisão de Bill W. a respeito da possível aparição na revista foi muito mais que omissão medrosa; foi a atitude responsável de alguém consciente dos riscos da obediência às imposições da vaidade; prevaleceu a percepção de que o cuidado com o anonimato no concernente à divulgação externa faria bem mais por A.A. do que enganosas perspectivas advindas da autopromoção.

Isaias

## **TERCEIRA TRADIÇÃO**

### **" ABAIXO OS PRECONCEITOS "**

#### **ESTÁ HAVENDO DISCRIMINAÇÃO EM A.A.?**

Em 1939 a primeira edição do livro "Alcoólicos Anônimos" já firmava as bases do que viria a ser uma das nossas mais queridas Tradições, quando dizia: "O único requisito para ser membro é o desejo sincero de deixar de beber. (...) Simplesmente almejamos ajudar os afligidos por esse mal."

Assim sendo, com o passar do tempo este princípio mostrou-nos que Alcoólicos Anônimos nunca deveria ser exclusivo, não deveria excluir ninguém. Pelo contrário, deveríamos ser sempre inclusivos devendo, portanto incluir todos aqueles que nos procuram em busca de solução para o seu alcoolismo. Para alcançar este propósito a experiência de A.A. nos ensinou que não devemos ter regras para o ingresso na irmandade, que um único requisito precisa ser atendido, o desejo de abandonar a bebida.

Este entendimento hoje bem sedimentado entre nós, porém não é ainda suficientemente forte ou não foi devidamente aprofundado para entendermos que a aplicação da Terceira Tradição vai além da chegada do membro pela primeira vez em uma sala de reuniões de A.A. Senão vejamos:

"Discriminação: Tratamento pior ou injusto dado a alguém por causa de características pessoais; intolerância, preconceito.

Ato que quebra o princípio de igualdade, como distinção, exclusão, restrição ou

preferências, (o grifo é nosso) motivado por raça, cor, sexo, idade, trabalho, credo religioso ou convicções políticas.(Dicionário Houaiss da língua portuguesa)"

Duas definições para a palavra discriminação. Ao aceitarmos a Terceira Tradição como permanente norma de procedimento para o recebimento de novos membros, conseguimos suplantar o contido na primeira definição. Quanto à segunda, precisamos levar em consideração algo ali contido e para nós de fundamental importância o princípio da igualdade. No livro "Alcoólicos Anônimos Atinge a Maioridade" na página 87 existe um alerta sobre este princípio quando diz "As Tradições garantem a igualdade de todos os membros..."

Atualmente nos deparamos em Alcoólicos Anônimos com alguns costumes que nos trazem preocupações quanto à quebra do princípio da igualdade entre nós. À luz desse princípio vejamos alguns procedimentos que contêm características discriminatórias.

RESTRICÇÃO; Livro de Assinaturas - ao criar constrangimento a membros ou visitantes que não saibam assinar, pode restringir a sua participação nas reuniões.

EXCLUSÃO; Reunião fechada só para membros ou pessoas que tenham problemas com a bebida – exclui aqueles que nos procuram "pela mera suspeita de que possa ser um alcoólico". (A Tradição de A.A. Como se Desenvolveu – pág. 16)

DISTINÇÃO; Fichas por ingresso ou tempo de sobriedade – atinge profundamente o princípio de que o programa "é só por hoje", ao evidenciar a distinção por tempo de permanência em A.A.

DISTINÇÃO / PREFERÊNCIAS; Festa por tempo de abstinência alcoólica – transformam-se em verdadeiras homenagens, que vão de encontro ao objetivo do programa que é o desinflar do ego. Criam a tendência de privilegiar-se aquele ou aqueles que possam oferecer grandes "festas" em detrimento dos que não podem fazê-lo.

DISTINÇÃO; Aplausos e palmas – privilegiam alguns com a maior ou menor intensidade da ovação.

EXCLUSÃO; Orações e preces em conjunto realizadas no início ou final das reuniões – excluem aqueles que não são religiosos, quebrando o princípio de que a prática do Programa é individual.

DISTINÇÃO / EXCLUSÃO / RESTRIÇÃO / PREFERÊNCIAS &#61664; Lista de Contribuições, Rifas e GAF (Grupo de Apoio Financeiro) – criam distinção ao privilegiar os que podem contribuir com maiores quantias, excluem os que não têm condições financeiras para participarem dessas práticas, restringem a participação dos que o fazem apenas na sacola anônima e voluntariamente como prevêm os princípios e criam a tendência de dar-se preferência aos que contribuem com mais.

DISTINÇÃO / RESTRIÇÃO; Aquisição ou construção de sede própria – cria distinção ao tornar os membros que a construíram "benfeitores de A.A."; o fato não terem contribuído para a construção de tal sede, torna-se uma restrição àqueles que chegam depois, porque neste aspecto jamais serão iguais aos que lá já estavam quando da construção ou aquisição da mesma. Além de constituir-se numa violação flagrante da Sexta Tradição e da Garantia Dois do Conceito Doze.

Por tudo isto, somos levados a refletir a respeito da importância da obediência aos princípios de nossa irmandade. Quando deles nos afastamos colocamos em risco as nossas vidas e a daqueles que ainda estão por vir. A Terceira Tradição visa tornar possível o ingresso e a permanência de qualquer alcoólico em nossa irmandade. Ao chegar e ao retornar cada dia às salas de A.A., que a única identificação requerida seja a mínima que de imediato nos identifica "sou um alcoólico" que juntamente com a expressão "hoje eu não bebi" torna o indivíduo participante com todos os direitos que as Tradições lhe garantem e mais do que isso, cria a indispensável igualdade que nos une em torno de um propósito comum &#61630; a busca da sobriedade pela Recuperação.

Se buscarmos nos princípios de Alcoólicos Anônimos as soluções espirituais que comprovadamente funcionam, estaremos livres das ameaças que poderiam por em risco o nosso futuro.

Quando as Tradições pedem a cada indivíduo, cada grupo e a cada setor de A.A. que ponham de lado todos os seus desejos, ambições e ações inconvenientes, elas nos lembram "que a unidade é tão vital para nós membros de A.A., que não podemos nos arriscar tomando aquelas atitudes e práticas

que têm às vezes desmoralizado outras formas de sociedade humana".

A Terceira Tradição na sua forma integral alerta &#61630; Nossa experiência em Alcoólicos Anônimos nos ensinou que:

"Nossa Irmandade deve incluir todos os que sofrem do alcoolismo . Não podemos, portanto, recusar quem quer que deseje se recuperar. A condição para tornar-se membro não deve nunca depender de dinheiro ou formalidade. Dois ou três alcoólicos quaisquer reunidos em busca da sobriedade podem se auto determinar um grupo de A.A., desde que como grupo não possuam qualquer outra afiliação."

\*\*\*\*\*

Isaias

Bibliografia: Os Doze Passos e as Doze Tradições

Alcoólicos Anônimos Atinge a Maioridade

A Tradição de A.A. Como se Desenvolveu – Por Bill W.

Relatório Final da XXVI Conferência de Serviços Gerais

## " AS PROMESSAS DE A.A. "

Após o reconhecimento da nossa impotência perante o álcool e da admissão perda de controle de uma vida antiga, precisamos transitar pelo caminho que poderia nos levar de volta à sanidade perdida. Para que isso fosse possível tivemos que tomar uma decisão difícil para nós que éramos dominados pelo egocentrismo. Esta decisão foi renunciar à nossa vontade desenfreada e até ao que nos é mais caro, a nossa vida. Foi preciso buscar alinhar a nossa vontade à vontade de um Poder Superior, para que sobrevivêssemos. Finalmente, descobrimos que não conseguíamos dar estes passos porque alguma ou muita coisa dentro de nós impedia que, independente de nossa vontade, estas atitudes fossem postas em prática. Esta descoberta deveu-se a um minucioso, destemido e diríamos doloroso inventário moral.

Percebemos que trilhávamos um tortuoso caminho que havia tornado nossas vidas ingovernáveis e que nossas destrutivas bebedeiras eram meras



conseqüências dos graves defeitos de caráter que povoavam nossas personalidades.

Por isso, precisávamos urgentemente entrar em ação, fazer alguma coisa para que as nossas vidas voltassem ao leito de rocha firme do qual nos desviáramos. Inicialmente precisamos admitir que falhas existiam, esta admissão perante Deus na forma em que O concebíamos, perante nós mesmos e perante outro ser humano, precedeu a busca da verdadeira humildade, condição essencial para que nos dispuséssemos a admitir que havíamos causado danos não só a nós mesmos, mas também a outros. A reparação de danos foi uma oportunidade de ouro para que pudéssemos continuar agindo em busca da profunda mudança interior.

O momento da ação é a parte do Programa que nos permite buscar o verdadeiro crescimento em busca do progresso espiritual, que terá como conseqüência natural o reencontro conosco mesmo, o despertar para uma nova vida onde então as Promessas se tornarão uma feliz realidade.

01 - Se nos empenharmos nesta fase de nosso desenvolvimento, ficaremos surpresos antes de chegar a metade do caminho.

02 - Estamos a ponto de conhecer uma nova liberdade e uma nova felicidade.

03 - Não lamentaremos o passado, nem nos recusaremos a enxergá-lo.

04 - Compreenderemos o significado da palavra serenidade e conheceremos a paz.

05 - Não importa até que ponto descemos, veremos como a nossa experiência pode ajudar outras pessoas.

06 - Aquele sentimento de inutilidade e auto-piedade irá desaparecer.

07 - Perderemos o interesse em coisas egoístas e passaremos a nos interessar pelos outros semelhantes.

08 - O egoísmo deixará de existir.

09 - Todos os nossos pontos de vista e atitudes perante a vida irão se modificar.

10 - O medo das pessoas e da insegurança econômica nos abandonará.

11 - Saberemos, intuitivamente, como lidar com situações que costumavam nos desconcertar.

12 - Perceberemos, de repente, que Deus está fazendo por nós o que não conseguíamos fazer sozinhos.

Serão estas promessas extravagantes? Achamos que não. Estão sendo cumpridas entre nós - às vezes depressa, outras devagar. Sempre se tornarão realidade se trabalharmos para isto.

"Raramente temos visto fracassar aqueles que cuidadosamente seguiram os nossos caminhos" (Alcoólicos Anônimos – Capítulo 5)

(Alcoólicos Anônimos, Capítulo 6, Entrando em Ação, página 103 da edição brasileira do cinqüentenário de A.A.).

Isaias

## **" O PLANO DAS 24 HORAS "**

Em nossos dias de bebedeira, freqüentemente passamos tão mal que juramos: "Nunca mais!" Fizemos votos até por um ano ou prometemos a alguém que não iríamos beber durante três semanas ou três meses. E, é claro, tentamos ficar abstêmios por algum tempo.

Éramos absolutamente sinceros ao fazer essas promessas, rangendo os dentes. De todo coração desejávamos jamais voltar a embriagar-nos. Estávamos decididos. Prometendo deixar de beber totalmente, tencionando afastar-nos do álcool por tempo indeterminado.

Todavia, apesar de nossas intenções, o resultado foi, quase que inevitavelmente o mesmo. Com o passar dos dias, apagava-se a lembrança dos votos e do sofrimento que nos levou a fazê-los. Bebemos de novo e nos vimos envolvidos em mais dificuldades. Nosso incisivo "nunca mais" não durou muito.

Aqueles dentre nós que faziam juramentos mantinham uma reserva. A promessa de não beber era referente apenas a "bebida forte", não a cerveja ou vinho. Foi desse modo que aprendemos, se é que já não sabíamos, que a cerveja e o vinho podiam embriagar-nos também – bastava sorver quantidade superior às bebidas destiladas. Acabávamos tão bêbados com cerveja ou vinho como antes com as bebidas fortes.

É verdade que muitos de nós desistimos do álcool por completo, mantendo os juramentos até o prazo terminar... E, então, finda a "secura" voltamos a beber e logo nos vimos enroscados outra vez, sobrecarregados de novas culpas e remorsos.

Com este passado de lutas, agora no A.A. tentamos evitar as expressões "lei seca" e fazer "juramento". Elas nos fazem recordar nossos fracassos.

Mesmo compreendendo que o alcoolismo é uma condição permanente, irreversível, nossa experiência nos ensinou a não fazer promessas a longo prazo a respeito de não beber. Achamos mais realista – e mais seguro – dizer: "Só por hoje não tomo o primeiro gole".

Embora tendo bebido ontem, podemos planejar não beber hoje. É possível que venhamos a beber amanhã – quem sabe se estaremos vivos então – mas, durante estas 24 horas, decidimos não beber. Sejam quais forem as tentações ou a provocação, determinamo- nos ir aos extremos necessários para evitar um gole hoje.

Nossos amigos e nossas famílias estão compreensivelmente cansados de ouvir-nos jurar: "Desta vez é pra valer" e, depois, nos ver chegar cambaleando. De modo que não lhes prometemos, nem uns aos outros, deixar a bebida. Cada um promete a si mesmo. Afinal, é nossa própria saúde e nossa vida que estão em jogo. Nós, e não nossas famílias ou nossos amigos, devemos dar os passos necessários para permanecermos bem.

Se o desejo de tomar um trago é realmente grande, muitos de nós dividem as 24 horas em períodos menores. Decidimos, por exemplo, não beber pelo menos durante uma hora; depois outra; e assim por diante. Na realidade, toda recuperação do alcoolismo começou por uma simples hora de sobriedade. Uma outra maneira é simplesmente adiar o (próximo) gole.

(Que tal? Ainda tomando seu refrigerante? Adiou aquele gole que nós mencionamos na página 7? Se conseguiu, isto pode ser o começo de sua recuperação).

O próximo gole é provável que o tomemos depois, mas agora nós o adiamos pelo menos pelo dia de hoje ou pelo momento presente (que tal até o fim da página?).

O plano das 24 horas é bastante flexível. Podemos recomeçá-lo a qualquer momento, onde quer que estejamos. Em casa, no trabalho, num bar, num hospital, as quatro da tarde ou as três da manhã, podemos decidir não tomar

um gole durante as próximas 24 horas ou nos próximos cinco minutos.

Renovado assim continuamente, este plano evita a fragilidade da "lei seca" ou dos juramentos. Os períodos de "lei seca" ou de juramento sempre terminavam (como planejado), e nos julgávamos livres para beber de novo. Mas o hoje está sempre presente. A vida é o dia-a-dia. O hoje é tudo que temos. E qualquer pessoa pode passar um dia sem beber.

Primeiro tentamos viver no presente só para não beber – e vemos que funciona. E, depois que essa idéia se torne parte de nosso modo de pensar, verificamos que viver a vida em pedacinhos de 24 horas é uma forma eficaz e agradável de lidar com outros assuntos também.

Fonte: Alcoólicos Anônimos - Área SP

## **" O PROCESSO DE RECAÍDA E SUA PREVENÇÃO "**

O que é Recaída?

É voltar ao uso do álcool após um período de abstinência.

Por que me preocupar com a recaída?

A recaída é uma realidade que faz parte da doença (Alcoolismo) e possui particularidades. Conhecendo tais particularidades, é possível evitá-la, ou melhor, preveni-la.

Você pode estar em uma recaída antes mesmo de usar o álcool. Isto pode durar dias, semanas, meses ou anos.

Existem sinais de alerta, são os Sintomas de Recaída Emocional (antes do l gole).

Aqui está a lista de alguns deles, mais significativos e freqüentes:

### **1. MUDANÇA DE COMPORTAMENTO**

- Discussões sem motivo aparente;
- Abandono ou menor participação em AA;
- Parar num bar ou outro local de ativa socialmente para beber refrigerante;
- Compulsão para cigarro, sexo, jogo, comida, consumismo etc.

## 2. MUDANÇA DE ATITUDES

- Não se preocupar com o passado ou com a manutenção de abstinência;
- Pensamentos negativos e auto destrutivos;
- Não valoriza as conquistas adquiridas sem o álcool.

## 3. MUDANÇA DE SENTIMENTO OU HUMOR

- Depressão;
- Raiva e ressentimento de si próprio ou de outros;
- Irritabilidade;
- Oscilações bruscas de humor (angústia e súbita euforia);

## 4. MUDANÇA DE PENSAMENTOS

- Achar que merece beber por passar algum tempo de abstinência;
- Pensar em substituir o tipo de bebida ou droga, concluindo que não faria mal;
- Pensar estar curado após um determinado período sem uso;
- Achar que pode controlar a quantidade de químicos;
- Achar que pode se automedicar ou usar outras drogas;

Estes são alguns dos sinais. Podem indicar que o seu processo de recaída esteja em andamento. Neste caso, é importante que você tenha um plano estratégico para lidar com situações que podem colocar a recuperação em risco. Observe a lista a seguir e identifique as suas possíveis situações de alto risco (procure relacionar, inclusive aquelas que já lhe proporcionaram uma recaída):

- Dificuldade de externar raiva (não expressa adequadamente, age passiva ou agressivamente)
  - Ansiedade ou nervosismo
  - Monotonia ou falta de interesse em lazeres construtivos  Negação — "eu não sou alcoólatra..."
  - Depressão
  - Outras compulsividades (desafios, sexo, jogo, comida, cigarro, roubo etc)
- Cansaço
- Medos que parecem sem fundamento
  - Baixa auto-estima
  - Culpa
  - Auto-piedade

- ( ) Impaciência com o plano de recuperação (imediatismo)
- ( ) Solidão / isolamento
- ( ) Auto-suficiência e prepotência
- ( ) Ressentimento, Irritabilidade/ Intolerância
- ( ) Vergonha
- ( ) Voltar aos ambientes da ativa
- ( ) Fantasiar o prazer dos químicos sem lembrar as conseqüências
- ( ) Dificuldade de dizer não, recusar álcool e outras drogas oferecidos por amigos
- ( ) Descrédito no programa de AA ( ) Achar que o seu alcoolismo é diferente dos outros
- ( ) Não aceitar o envolvimento da família em atividades de Recuperação (Al-anon e Nar-anon, por exemplo)
- ( ) Problemas de relacionamento — conjugal, familiar e social
- ( ) Dificuldade de fazer novos relacionamentos / amizades
- ( ) Auto-desconfiança e de terceiros
- ( ) Companheiro (a) com problemas de dependência química na ativa
- ( ) Problemas sexuais — associar sempre o sexo aos químicos, medo do sexo na sobriedade, impotência temporária, compulsão sexual, baixo auto-valor
- ( ) Expectativas desmedidas em terceiros e em si
- ( ) Perfeccionismo
- ( ) Grandiosidade
- ( ) Orgulho
- ( ) Ter químicos ao alcance (em casa, no trabalho, etc)
- ( ) Desafiar o químico
- ( ) Associar ambientes e odores ao químico, lembrança constante Sucesso no trabalho
- ( ) Inadequação ao ficar limpo
- ( ) Dificuldades de lidar com estresse e frustrações
- ( ) Responsabilizar terceiros por suas perdas e problemas
- ( ) Procurar causas para sua doença
- ( ) (outros)

J.C.F.

Psicólogo e Conselheiro em Adicções

## **QUEM É MEMBRO DE ALCOÓLICOS ANÔNIMOS?**

(A Terceira Tradição originou-se deste artigo de Bill W., publicado na revista The A.A. Grapevine)

A primeira edição do livro "Alcoólicos Anônimos" faz esta breve declaração, a respeito de afiliação: "O único requisito para ser membro é o sincero desejo de parar de beber. Não pertencemos a nenhuma seita ou denominação religiosa, em particular, nem nos opomos a nenhuma delas. Simplesmente almejamos ajudar os afligidos por esse mal". Isso expressa nossos sentimentos na época em que nosso livro foi publicado, isto é, em 1939.

Desde esse dia todos os tipos de experiência com membros foram tentados. O número de regras estabelecidas para ingressos de membros (e infringidas em sua maioria) era enorme. Há dois ou três anos atrás, o Escritório Geral pediu aos grupos que enviassem as listas de suas regras para afiliação. Quando elas chegaram, registramos uma por uma. Foram necessárias muitas folhas de papel. Um breve estudo dessa infinidade de regras nos levou a uma conclusão surpreendente. Se todas essas regras realmente tivessem sido seguidas, por toda parte, teria sido praticamente impossível qualquer alcoólico ter ingressado em Alcoólicos Anônimos. Cerca de nove entre dez de nossos mais antigos e melhores membros jamais poderiam ter sido aceitos!

Em alguns casos, teríamos também sido desencorajados pelas exigências a nós impostas. Os primeiros membros de A.A., em sua maioria, teriam sido rejeitados porque recaíam muito, porque sua moral era péssima, porque tinham tanto problemas psíquicos como com o álcool. Ou ainda, acredite ou não, porque não inham vindo das melhores classes da sociedade. Nós, os mais antigos, poderíamos ter sido excluídos por não ler o livro "Alcoólicos Anônimos" ou por nosso padrinho ter se recusado a confiar em nós, como candidatos, e assim por diante.

O modo como nossos "alcoólicos dignos" têm as vezes tentado julgar os "menos dignos" é, como vemos agora, engraçado. Imaginem, se vocês puderem, um alcoólico julgando outro!

Uma vez ou outra grupos de A.A. resolvem ir criando regras. Do mesmo modo, quando um grupo começa a crescer rapidamente, ele enfrenta muitos problemas sérios. Mendigos começam a mendigar. Membros ficam bêbados e às vezes levam outros a ficarem bêbados como eles. Os que têm problemas psíquicos caem em depressão ou agredem os companheiros. Fofoqueiros se justificam, denunciando os Lobos e os Chapeuzinhos Vermelhos do lugar. Recém-chegados argumentam que não são alcoólicos absolutamente, mas de qualquer modo continuam vindo. "Recaídos" tiram partido do bom nome de A.A. para conseguir empregos para si mesmos. Outros recusam aceitar todos os Doze Passos do programa de recuperação. Alguns vão mais longe, dizendo que esse "negócio de Deus" é besteira e completamente desnecessário. Nessas condições, nossos membros mais conservadores do programa ficam assustados. Essas condições assustadoras devem ser controladas, eles chamam, de outro modo A.A. certamente irá à ruína total. Eles vêm com alarme para o bem do movimento!

A essa altura o grupo entra na fase dos regulamentos e regras. Atas de Constituição, estatutos e regras para ser membros são emitidos, e a autoridade é garantida aos comitês para que filtrem os nomes dos indesejáveis e disciplinem os violadores. Então os mais antigos do grupo, agora revestidos de autoridade, começam a se ocupar. Os desobedientes são jogados para fora, na desgraça. Os respeitáveis intronizados atiram pedras nos pecadores.

Com relação aos pecadores, estes ou insistem em ficar, ou então formam um novo grupo para si mesmos. Ou talvez se juntem a uma turma mais afim e menos intolerante da vizinhança. Os mais antigos logo descobrem que as regras e os regulamentos, não funcionam muito bem. As tentativas, em sua maioria, causam ondas de dissensão e intolerância no grupo, e essa condição é agora reconhecida como sendo a pior para a vida do grupo.

Depois de um período, o medo e a intolerância diminuem e o grupo sai são e salvo. Todos aprenderam muito. Assim é que poucos de nós estão com medo daquilo que qualquer recém-chegado possa fazer para a reputação ou para a eficiência de A.A. Aqueles que recaem, aqueles que mendigam, aqueles que escandalizam, aqueles com problemas psíquicos, aqueles que se rebelam quanto ao programa, aqueles que



tiram partido de reputação de A.A. - todos esses raramente prejudicam, por muito tempo, um grupo de A.A. Alguns deles vêm a ser nossos mais respeitados e queridos amigos. Alguns têm ficado para pôr à prova nossa paciência, apesar de estar sóbrios. Outros se afastam. Nós começamos a vê-los não como ameaças, mas como nossos professores. Eles nos obrigam a cultivar a paciência, a tolerância e a humildade. Nós finalmente percebemos que eles são somente pessoas mais doentes do que nós, que nós que os condenamos somos os fariseus, cuja falsa justiça leva nosso grupo ao mais profundo prejuízo espiritual.

Todo A.A. mais antigo treme quando se lembra dos nomes das pessoas que uma vez condenou, pessoas que ele confidencialmente havia dito que nunca ficariam sóbrios, pessoas que ele tinha certeza que deveriam ser colocadas para fora de A.A., para o bem do movimento. Agora que algumas dessas pessoas estão sóbrias, há anos, e podem ser encontradas entre seus melhores amigos, o membro mais antigo pergunta para si mesmo: "E se todos tivessem julgado essas pessoas, como eu uma vez fiz? E se A.A. tivesse batido a porta na cara delas? Onde elas estariam hoje?"

Por isso é que julgamos o recém-chegado cada vez menos. Se o álcool é um problema incontrolável para ele e ele deseja fazer algo a respeito, isso é suficiente para nós. Não nos preocupamos se seu caso é grave ou brando, se sua moral é boa ou má, se ele tem outras complicações ou não. A porta de nosso A.A. permanece aberta e, se ele passa por ela e começa a fazer finalmente algo a respeito de seu problema, ele é considerado membro de Alcoólicos Anônimos. Ele não assina nada, não faz nenhum acordo, não promete nada. Nós não exigimos nada. Ele se junta a nós por sua própria vontade. Hoje em dia, na maioria dos grupos, ele nem mesmo tem que admitir que é um alcoólico. Ele pode ingressar em A.A. pela mera suspeita de que possa ser um alcoólico, de que já possa apresentar os sintomas fatais de nossa doença.

Naturalmente esse não é o caso de todos aqueles que estão em A.A. As regras para ser membro ainda existem. Se um membro insiste em vir embriagado, nas reuniões, ele pode ser levado para fora; podemos pedir para alguém tirá-lo

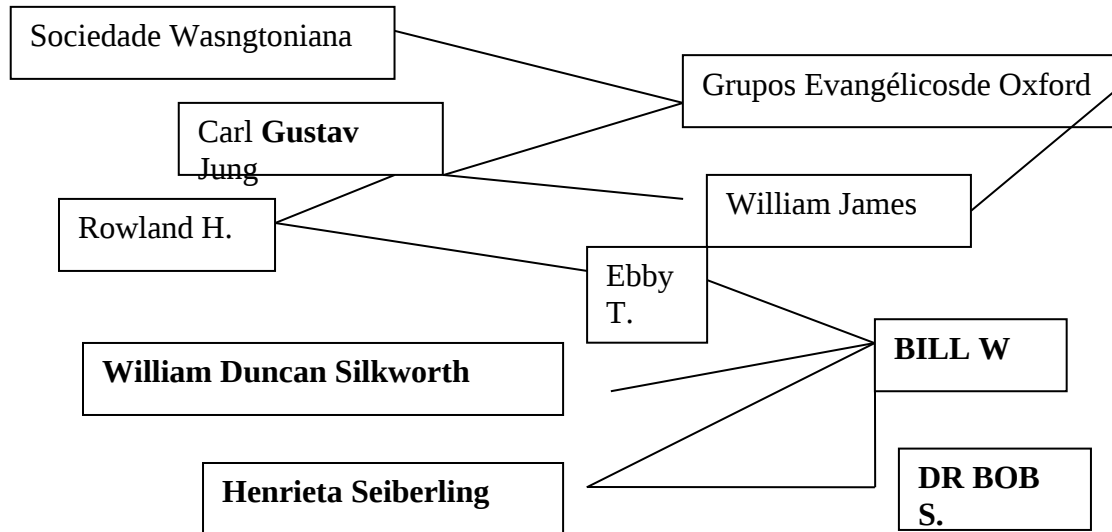
dali. Mas, na maioria dos grupos, ele pode voltar no dia seguinte, se estiver sóbrio. Embora ele possa ser colocado para fora de um clube, ninguém pensa em colocá-lo para fora de A.A. Ele é um membro, contanto que diga que é. Conquanto esse amplo conceito de afiliação ao A.A. ainda não seja unânime, ele representa hoje a principal corrente do pensamento de A.A. Não queremos negar a ninguém a oportunidade de recuperar-se do alcoolismo. Queremos ser justos, tanto quanto possível, sempre ficando ao alcance de todos.

Talvez essa tendência signifique algo muito mais profundo do que uma mera mudança de atitude sobre a questão de afiliação. Talvez isso signifique que estamos perdendo totalmente o medo daquelas violentas tempestades emocionais que às vezes cruzam nosso mundo alcoólico; talvez isso mostre nossa confiança de que depois da tempestade vem a bonança; uma calma que é mais compreensão, mais compaixão, mais tolerância do que qualquer outra que jamais conhecemos.

## **A Origem e o porquê da Estrutura de AA**

### **A origem: (a busca)**

Fontes e eventos que fundamentaram a origem:



..... e tantos outros!

Cleveland

Akron

New York

1935 - Por intermédio da Sr<sup>a</sup>. Henrietta, Bill fala com Dr. Bob.

1937 – 40 casos mais ou menos sólidos. Um olhar para o futuro: necessidade de estruturar.

1938 – Criada a Fundação do Alcoólico

1938 – Bill escreve Os Doze Passos –O Primeiro Legado: **Recuperação**

1939 - Publicação do livro **Alcoólicos Anônimos**.

1941- março-A reportagem de Jack Alexander, no Saturday Evening Post, possibilita o reconhecimento nacional (EUA). Expansão de 2000 para 8000 membros.

1942- A Oração da Serenidade é adotada pela Irmandade.

1946- As Doze Tradições são publicadas – O Segundo Legado: **Unidade.**

**1949-A Associação Psiquiátrica Americana reconhece A.A.**

1950- Primeira Convenção Internacional em Cleveland. Cerca de 3000 membros aprovam As Doze Tradições.

1951- 12000 médicos da Associação Americana de Saúde Pública outorgam a **Alcoólicos Anônimos o Prêmio Lasker.**

1954- Os “Propósitos Múltiplos” da Fundação do Alcoólico são abandonados; agora é Junta de Serviços Gerais de **Alcoólicos Anônimos.**

1955-03 de julho de 1955. “Domingo às Dezesesseis Horas”. Ergue-se o espiral do Terceiro Legado: Serviço.

O Símbolo, a Marca, a Estrutura Visual de A.A.

(Finalmente, a definição).



Identificável, a identidade

A Estrutura de Alcoólicos Anônimos, representadas, graficamente, por um triângulo eqüilátero (equilíbrio), dentro de um círculo (igualdade) é, essencialmente espiritual. Assim, a estrutura de A.A, como um todo, por ser espiritual, não se organiza. A estrutura de **Serviço (Terceiro Legado)**, sim.

(Paralelo entre a Fé e a Igreja)

A Estrutura do Terceiro Legado

O PORQUÊ:

(a normatização)

( ORGANOGRAMA)

A CONFERÊNCIA DE SERVIÇOS GERAIS

“ (...)”

PELO fato de conhecermos o grande impacto que A.A.pode ter sobre as gerações futuras que nos seguirão, tivemos o cuidado de constituir uma estrutura de serviço de A.A. na Junta de Serviços Gerais, na Conferência de Serviços Gerais e nas incontáveis unidades de serviço que cumprem as

tarefas diárias essenciais para levar a mensagem de A.A., através do mundo inteiro.

Com toda a razão Bill tem descrito essa estrutura de serviço como um legado, que merece a mesma atenção e compreensão que têm sido outorgadas ao Primeiro Legado( Doze Passos ) (Sic) e ao Segundo Legado (Sic) (Doze Tradições) (Sic).

Mas o Terceiro Legado ( SERVIÇO )tem um elo de ligação com os outros dois. É o elo que nos permite usar esse legado durante toda a nossa vida,com a condição de que nós não somente o preservemos, mas que tratemos de aumentar seu conteúdo espiritual para as gerações que venham depois de nós.Cada geração seguinte , á medida que recebe esse legado ,deverá do mesmo modo protegê-lo, se os membros quiserem empregá-lo para ganhar a vida e passá-lo à geração seguinte , com um conteúdo espiritual enriquecido . A Conferência de Serviços Gerais de A.A. é, naturalmente , o instrumento prático para a preservação , intensificação e administração desse grande Terceiro Legado (Serviço). A idéia da Conferência foi desde o princípio simples e decisiva .É baseada na crença de que todos nós que temos estado ligados ao A.A., durante seu crescimento e desenvolvimento inicial , temos uma obrigação para com a sociedade . Essa obrigação é para assegurar que essa Irmandade sobreviva , que essa tocha de fé , essa luz radiante de esperança para o mundo jamais seja extinta.

Podemos não precisar de uma Conferência de Serviços Gerais para assegurar nossa própria recuperação , mas precisamos dela para assegurar a recuperação do alcoólico que tropeça ainda na escuridão , à procura de luz . Precisamos dela para assegurar a recuperação de alguns recém-nascidos , inexplicavelmente destinados ao alcoolismo .Precisamos dela para manter , de acordo com o Décimo Segundo Passo , um refúgio permanente para todos os alcoólicos que no futuro possam encontrar em A.A. esse renascimento que fez com que seus primeiros membros voltassem à vida .

Precisamos dela porque somos conscientes do efeito devastador da tendência humana para o poder e o prestígio que nunca devemos permitir que invada o A.A.. Precisamos de uma Conferência para proteger A.A. de qualquer tipo de governo e ao mesmo tempo para preveni-lo da anarquia ; precisamos dela para proteger a Irmandade da desintegração , ao mesmo tempo que se evita a superintegração . Precisamos dela para que Alcoólicos Anônimos e unicamente Alcoólicos Anônimos possa ser depositário permanente de seus próprios Doze Passos, Suas Doze Tradições e todos os seus Serviços.

Precisamos de uma Conferência para assegurar que mudanças dentro do A.A. ocorram unicamente como resposta para as necessidades e desejos de A.A. como um todo, e não somente de alguns . Precisamos dela para assegurar que as portas de A.A. nunca se fechem , para todas as pessoas que tenham um problema alcoólico possam sempre chegar livremente em nossas salas de reunião e se sentir bem vindas . Precisamos dela para ajudar a assegurar que Alcoólicos Anônimos nunca pergunte a ninguém que precisa de ajuda qual é a sua raça , qual é a sua crença ou qual é a sua posição social.”

BERNARD B. SMITH

PRESIDENTE DA JUNTA DE SERVIÇOS DE ALCOÓLICOS ANÔNIMOS DE  
1951 a1956

AUTOR :-- EFECÊ DE SOUZA

## Como Funciona

Raramente vimos alguém fracassar tendo seguido cuidadosamente nosso caminho.

**Os que não se recuperam são pessoas que não conseguem ou não querem se entregar por completo a este programa simples, em geral homens e mulheres que, por natureza, são incapazes de ser honestos consigo mesmos.**

Existem pessoas assim. Não é culpa sua, parecem ter nascido assim. São naturalmente incapazes de aceitar e desenvolver um modo de vida que requeira total honestidade. Suas chances são inferiores à média. Existem, também, as que sofrem de graves distúrbios mentais e emocionais, mas muitas delas se recuperam, se tiverem a capacidade de serem honestas.

Nossas histórias revelam, de uma forma geral, como costumávamos ser, o que aconteceu e como somos agora. Se você chegou à conclusão de que quer o que nós temos e deseja fazer todo o possível para obtê-lo,

então está pronto para dar alguns passos.

Diante de alguns, nós recuamos. Achamos que poderíamos encontrar um modo mais fácil e mais cômodo. Mas não conseguimos. Com toda a veemência a que somos capazes, pedimos que você seja corajoso e cuidadoso, desde o início. Alguns de nós tentamos nos agarrar a nossas velhas idéias e o resultado foi nulo, até que nos rendemos incondicionalmente. Lembre-se de que estamos lidando com o álcool - traiçoeiro, desconcertante, poderoso! Sem ajuda, é demais para nós. Mas há Alguém que tem todo o poder - este Alguém é Deus. Que você possa encontrá-lo agora!

*Extraído do Livro Alcoólicos Anônimos, Capítulo 5, publicado em português pela JUNAAB e com autorização de A.A. World Services, Inc.*

## **A importância do anonimato**

Tradicionalmente, os membros de A.A. sempre cuidaram de manter seu anonimato em nível público: na imprensa, no rádio, na televisão, no cinema e, mais recentemente, na Internet.

Nos primeiros dias de A.A., quando a palavra "alcoólico" levava um estigma maior do que hoje, era fácil entender este receio de identificar-se publicamente.

À medida que Alcoólicos Anônimos foi crescendo, logo se tornaram evidentes os valores do anonimato.

Primeiro, sabemos, por experiência, que muitos bebedores-problema vacilariam em recorrer a Alcoólicos Anônimos se acreditassem que seu problema seria assunto de discussão pública, ainda que por descuido. Os novatos devem ter a possibilidade de buscar ajuda com total segurança de que sua identidade não será revelada a ninguém fora da Irmandade.

Ademais, acreditamos que o conceito de anonimato pessoal tem também um significado próprio para nós - que contribui para refrear os impulsos de reconhecimento pessoal e de poder, prestígio e riqueza que provocaram tantas dificuldades em outras sociedades. Nossa eficácia relativa ao trabalho com os alcoólicos poderia ver-se

prejudicada em alto grau se buscássemos ou aceitássemos o reconhecimento público.

Ainda que todo membro de A.A. tenha perfeita liberdade de interpretar as Tradições de A.A. como melhor lhe aprouver, não se reconhece a nenhum indivíduo a legitimidade como porta-voz da Irmandade em nível local, nacional ou internacional. Cada membro fala unicamente por si mesmo.

Alcoólicos Anônimos tem uma dívida de gratidão com todos os meios de comunicação pelo que eles têm contribuído, ao longo dos anos, em reforçar a Tradição de Anonimato. O CTO/JUNAAB envia correspondência regularmente aos meios de comunicação para explicar-lhes essa Tradição e pedir-lhes que cooperem para que ela seja \*\*\*prida.

Por diversas razões, um membro de A.A. pode "romper" seu anonimato deliberadamente perante o público. Já que isso é um assunto de escolha e consciência pessoais, obviamente a Irmandade como um todo não tem nenhum controle sobre tais desvios da Tradição. Não obstante, fica bem claro que os membros que o fazem, não têm a aprovação da maioria esmagadora de seus companheiros de Alcoólicos Anônimos.

### **As promessas de A.A.**

1. Se formos cuidadosos nesta fase de nosso desenvolvimento, ficaremos surpresos antes de chegar à metade do caminho.
2. Estamos a ponto de conhecer uma nova liberdade e uma nova felicidade.
3. Não lamentaremos o passado, nem nos recusaremos a enxergá-lo.
4. Compreenderemos o significado da palavra serenidade e conheceremos a paz.
5. Não importa até que ponto descemos, veremos como a nossa experiência pode ajudar outras pessoas.
6. Aquele sentimento de inutilidade e auto-piedade irá desaparecer.
7. Perderemos o interesse em coisas egoístas e passaremos a nos interessar pelos nossos semelhantes.
8. O egoísmo deixará de existir.
9. Todos os nossos pontos de vista e atitudes perante a vida irão



se modificar.

10. O medo das pessoas e da insegurança econômica nos abandonará.
11. Saberemos, intuitivamente, como lidar com situações que costumavam nos desconcertar.
12. Perceberemos, de repente, que Deus está fazendo por nós o que não conseguíamos fazer sozinho

### **Serão estas promessas extravagantes?**

Achamos que não. Estão sendo cumpridas entre nós - às vezes depressa, outras devagar.

Sempre se tornarão realidade se trabalharmos para isto.

Alcoólicos Anônimos, Capítulo 6, Entrando em Ação, página 103 da edição brasileira do cinqüentenário de AA, página 65 da edição portuguesa) publicado com autorização.

**Direitos autorais de Alcoholics Anonymous World Services, Inc.;**  
**publicado com permissão**

### **As relações públicas**

Em 1956 formou-se a primeira Comissão de Informação ao Público da Junta de Serviços Gerais (EUA/Canadá), e sua correspondente na Conferência de Serviços Gerais (EUA/Canadá) foi estabelecida em 1961. A Conferência de Serviços Gerais (EUA/Canadá) estabeleceu esta norma de procedimento para a Informação Pública de A.A.:

"Em todas as relações públicas, o único objetivo de A.A. é ajudar ao alcoólico que ainda sofre. Tendo sempre em conta a importância do anonimato pessoal, cremos que se pode alcançar esse objetivo informando ao alcoólico que ainda sofre, e a todos que possam estar interessados em seu problema, a nossa experiência como indivíduos e como Irmandade, de aprender a viver sem álcool.

Cremos que nossa experiência deva ser posta livremente à disposição de todos os que mostram um interesse sincero. Cremos também que todos os nossos esforços neste campo devam refletir tanto nosso agradecimento pelo

dom da sobriedade, como nossa consciência de que muita gente fora de A.A. se preocupa igualmente pelo grave problema do alcoolismo."

Em 1973, a Conferência de Serviços Gerais (EUA/Canadá) confirmou que: "Temos de reconhecer que nossa competência para falar de alcoolismo se limita ao tema de Alcoólicos Anônimos e seu programa de recuperação."

Essas declarações refletem a Tradição de A.A. já estabelecidas há muitos anos, que aconselha não buscar divulgação com fins publicitários, mas sim estar sempre disposta a cooperar com representantes de todos os meios que solicitem informações sobre o programa de recuperação ou sobre a estrutura da Irmandade. O Escritório de Serviços Gerais responde a milhares de solicitações de informações desse tipo, a cada ano.

Aos repórteres e jornalistas são sempre dadas boas-vindas nas reuniões abertas, nos encontros regionais e outros eventos similares de Alcoólicos Anônimos. A única limitação é que pedimos que não revelem o nome de nenhum membro de A.A. Por razões óbvias, também não se podem tirar fotos que possam identificar os membros, nas reuniões ou eventos de A.A.

**NOTA: Em muitas Áreas, os membros de A.A. estabeleceram, dentro dos CTOs, Comissões de Cooperação com a Comunidade Profissional e Comissões de Informação ao Público, para auxiliar os representantes dos meios de comunicação locais a obter informações exatas sobre a Irmandade. Outros materiais informativos e históricos podem ser obtidos junto a essas Comissões.**

## **As reuniões de Alcoólicos Anônimos**

Os dois tipos de reunião mais comuns em A.A. são:

**Reuniões Abertas:** Como indicam as palavras, as reuniões desse tipo são abertas aos alcoólicos e suas famílias, bem como a qualquer pessoa que se interesse em solucionar seu problema com bebida alcoólica ou em ajudar outra pessoa a solucionar um problema de alcoolismo.

A maioria das reuniões abertas segue um roteiro mais ou menos fixo,

ainda que em alguns lugares se tenha verificado diversas variações. A Conferência recomenda a leitura do Preâmbulo de A.A. em todas as reuniões. O Coordenador descreve o programa de A.A. em forma resumida para os novatos que estão na sala e em seguida apresenta um ou mais oradores, que contam suas próprias histórias de bebedores e como estão se recuperando em A.A. e podem, às vezes, dar suas interpretações pessoais de A.A.

Na metade da reunião, normalmente há um período para dar os avisos locais de A.A. e o Tesoureiro recolhe as contribuições espontâneas para pagar o aluguel da sala de reuniões, os gastos com literatura e outros custos. Geralmente, depois da reunião, os presentes se reúnem informalmente para tomar cafezinho ou refrescos e "papear".

Nas reuniões abertas, sempre se lembra aos convidados de que as opiniões e interpretações que escutarem ali são unicamente as do orador que as apresenta. Todos os membros têm total liberdade de interpretar o programa de recuperação segundo seu próprio parecer, mas ninguém pode falar pelo Grupo local ou por A.A. em sua totalidade.

**Reuniões Fechadas:** Essas reuniões são somente para os alcoólicos. Nelas os membros encontram uma oportunidade de compartilhar, uns com os outros, tudo o que se refere aos problemas relacionados com formas e costumes de beber, assim como seus esforços para alcançar uma sobriedade estável. Também é possível discutir diversos elementos do programa de recuperação e estudar a literatura de A.A. Da mesma forma que as abertas, há espaço para ler a correspondência e os avisos e recolher as contribuições voluntárias para cobrir as despesas do Grupo. O cafezinho ou os refrescos são componentes indispensáveis durante os bate-papos informais, no meio ou no final das reuniões.

**A.A. é para você?**

**1. Já tentou parar de beber por uma semana (ou mais), sem conseguir atingir seu objetivo?**

Muitos de nós "largamos a bebida" muitas vezes antes de procurar A.A. Fizemos sérias promessas aos nossos familiares e empregadores. Fizemos juramentos solenes. Nada funcionou até que ingressamos em A.A. Agora não lutamos mais. Não prometemos nada a ninguém, nem a nós mesmos. Simplesmente esforçamo-nos para não tomar o primeiro gole hoje. Mantemo-nos sóbrios um dia de cada vez.

**2. Ressente-se com os conselhos dos outros que tentam fazê-lo parar de beber?**

Muitas pessoas tentam ajudar bebedores-problema. Porém, a maioria dos alcoólicos ressentem-se com os "bons conselhos" que lhes dão. (A.A. não impõe esse tipo de conselho a ninguém. Mas, se solicitados, contaríamos nossa experiência e daríamos algumas sugestões práticas sobre como viver sem o álcool.)

**3. Já tentou controlar sua tendência de beber demais, trocando uma bebida alcoólica por outra?**

Sempre procurávamos uma fórmula "salvadora" de beber. Passamos das bebidas destiladas para o vinho e a cerveja. Ou confiamos na água para "diluir" a bebida. Ou, então, tomamos nossos goles sem misturá-los. Tentamos ainda beber somente em determinadas horas. Porém, seja qual for a fórmula adotada, invariavelmente acabamos embriagados.

**4. Tomou algum trago pela manhã nos últimos doze meses?**

A maioria de nós está convencida (por experiência própria) de que a resposta a esta pergunta fornece uma chave quase infalível sobre se uma pessoa está ou não a caminho do alcoolismo, ou já se encontra no limite da "normalidade" no beber.

**5. Inveja as pessoas que podem beber sem criar problemas?**

É óbvio que milhões de pessoas podem beber (às vezes muito) em seus contatos sociais sem causar danos sérios a si mesmos, ou a outros. Você parou alguma vez para perguntar-se por que, no seu caso, o álcool é, tão freqüentemente, um convite ao desastre?

**6. Seu problema de bebida vem se tornando cada vez mais sério nos últimos doze meses?**

Todos os fatos médicos conhecidos indicam que o alcoolismo é uma doença progressiva. Uma vez que a pessoa perde o controle da

bebida, o problema torna-se pior, nunca desaparece. O alcoólico só tem, no fim, duas alternativas: (1) beber até morrer ou ser internado num manicômio, ou (2) afastar-se do álcool em todas as suas formas. A escolha é simples.

**7. A bebida já criou problemas no seu lar?**

Muitos de nós dizíamos que bebíamos por causa das situações desagradáveis no lar. Raramente nos ocorria que problemas deste tipo são agravados, em vez de resolvidos, pelo nosso descontrole no beber.

**8. Nas reuniões sociais onde as bebidas são limitadas, você tenta conseguir doses extras?**

Quando tínhamos de participar de reuniões deste tipo, ou nos "fortificávamos" antes de chegar, ou conseguíamos geralmente ir além da parte que nos cabia. E, freqüentemente, continuávamos a beber depois.

**9. Apesar de prova em contrário, você continua afirmando que bebe quando quer e pára quando quer?**

Iludir a si mesmo parece ser próprio do bebedor problema. A maioria de nós que hoje nos encontramos em A.A., tentou parar de beber repetidas vezes sem ajuda de fora. Mas não conseguimos.

**10. Faltou ao serviço, durante os últimos doze meses, por causa da bebida?**

Quando bebíamos e perdíamos dias de trabalho na fábrica ou no escritório, freqüentemente procurávamos justificar nossa "doença". Apelamos para vários males para desculpar nossas ausências. Na verdade, enganávamos somente a nós mesmos.

**11. Já experimentou alguma vez 'apagamento' durante uma bebedeira?**

Os chamados "apagamentos" (em que continuamos funcionando sem contudo poder lembrar mais tarde do que aconteceu) parecem ser um denominador comum nos casos de muitos de nós que hoje admitimos ser alcoólicos. Agora sabemos muito bem quais os problemas que tivemos nesse estado "apagado" e irresponsável.

**12. Já pensou alguma vez que poderia aproveitar muito mais a vida, se não bebesse?**

A.A., em si, não pode resolver todos os seus problemas. No que se refere, porém, ao alcoolismo, podemos mostrar-lhe como viver sem os "apagamentos", as ressacas, o remorso ou o desconsolo que acompanham as bebedeiras desenfreadas. Uma vez alcoólico, sempre

alcoólico. Portanto, nós em A.A. evitamos o "primeiro gole". Quando se faz isto, a vida se torna mais simples, mais promissora e muitíssimo mais feliz.

### **Qual foi a contagem?**

#### **Respondeu SIM quatro vezes ou mais?**

Em caso positivo, é provável que você tenha um problema sério de bebida, ou poderá tê-lo no futuro. Por que dizemos isto? Somente porque a experiência de milhares de alcoólicos recuperados nos ensinou algumas verdades básicas a respeito dos sintomas do alcoolismo - e de nós mesmos. Você é a única pessoa que poderá dizer, com certeza, se deve ou não procurar o A.A. Se a resposta for SIM, teremos satisfação em mostrá-lhe como conseguimos parar de beber. Se ainda não puder admitir que você tem um problema de bebida, não faz mal. Apenas sugerimos que você encare sempre a questão com mentalidade aberta. Se algum dia precisar de ajuda, teremos satisfação em recebê-lo em nossa Irmandade.

## **Os Jovens em A.A.**

Todos nós sentimos o mesmo quando chegamos em A.A. – que éramos jovens demais para sermos alcoólicos.



### **Jovens demais?**

Todos nós sentimos o mesmo quando chegamos em A.A. – que éramos jovens demais para sermos alcoólicos. Alguns de nós não havíamos bebido por muito tempo. Alguns de nós não havíamos tomado bebida forte. Alguns de nós não chegamos a cair ou ter perda de memória.

"É só sentar-se e prestar atenção", foi o que nos disseram. "Você pode voltar a beber a hora que quiser. Mas, primeiro, tente assistir a algumas reuniões de A.A. porque, se não tivesse problema algum com a bebida, não estaria aqui."

Logo ouvimos dizer que tanto faz quanto bebemos, onde bebemos, o que

bebemos ou a idade que temos – o que importa é o que o álcool faz dentro de nós. Ninguém melhor do que você mesmo para avaliar se tem ou não problema. E você sabe disso intimamente – se você se sente culpado, isolado, envergonhado; se o álcool está interferindo em sua vida, este livrete talvez possa ajudá-lo a se decidir.

Todos nós nos sentimos estranhos indo para A. A. Mas acabamos percebendo que A.A. salvou nossas vidas e deu-nos um novo começo – foi o melhor que podia ter-nos acontecido.

### **Para o recém ingressado em A.A.**

#### **Para quem encaminha pessoas para A.A.**

Estas informações são tanto para pessoas que acreditam que tem problemas com a bebida como para aqueles que convivem com quem tem, ou acreditam que tenham problema. Muitas destas informações estão disponíveis em maiores detalhes na literatura publicada de A.A. Este resumo conta o que se espera de Alcoólicos Anônimos. Ele descreve o que A.A. é, O que A.A. faz, e o que A.A. não faz.

#### **O que é A.A.?**

Alcoólicos Anônimos é uma irmandade de homens e mulheres que compartilham suas experiências, forças e esperanças, a fim de resolver seu problema comum e ajudar outros a se recuperarem do alcoolismo.

O único requisito para se tornar membro é o desejo de parar de beber. Para ser membro de A.A. não há taxas ou mensalidades; somos auto-suficientes, graças às nossas próprias contribuições.

A.A. não está ligada a nenhuma seita ou religião, nenhum partido político, nenhuma organização ou instituição; não deseja entrar em qualquer controvérsia; não apóia nem combate quaisquer causas.

Nosso propósito primordial é manter-nos sóbrio e ajudar outros alcoólicos a alcançarem a sobriedade.

## **Simplicidade de propósito e outros problemas além do alcoolismo.**

Alcoolismo e droga adicção são freqüentemente abordados como "Abuso de Substancias" ou "Dependência Química". Alcoólicos e não-alcoólicos, são então, encorajados e freqüentar as reuniões de A.A. Qualquer um pode estar presente numa reunião aberta de A.A. Mas somente aqueles que realmente tem problemas com a bebida pode participar de reuniões fechadas ou ingressar em A.A. como membro. Pessoas com problemas outros que o alcoolismo são aceitos como membros de A.A. se tiverem problemas com a bebida.

### **O que A.A. faz?**

1. Membros de A.A. dividem suas experiências com qualquer um que procure ajuda com problemas de alcoolismo; eles dão depoimento cara a cara em reuniões ou apadrinhando o alcoólico recém chegado em A.A.
2. O programa de A.A. é proposto em Doze Passos, que proporciona ao alcoólico uma maneira de desenvolver satisfatoriamente a vida sem o álcool.
3. Este programa é apresentado nas reuniões de grupo de A.A.
  - a. reuniões abertas
  - b. temáticas abertas
  - c. reuniões fechadas
  - d. reuniões de passos
  - e. reuniões em instituições e clínicas
  - f. reuniões de C.T.O.

### **O que A.A. não faz.**

Recrutar membros, ou tentar aliciar alguém para juntar-se ao A.A.

Manter registro de seus membros ou de suas histórias.

Acompanhar ou tentar controlar seus membros.

Fazer diagnósticos ou prognósticos clínicos ou psicológicos.

Providenciar hospitalização, medicamentos ou tratamento psiquiátrico.

Fornecer alojamento, alimentação, roupas, emprego, dinheiro ou outros serviços semelhantes.

Fornecer aconselhamento familiar ou profissional.



Participar de pesquisas ou patrociná-las.

Filiar-se a entidades sociais (embora muitos membros e servidores cooperem com elas).

Oferecer serviços religiosos.

Participar de qualquer controvérsia sobre álcool ou outros assuntos.

Aceitar dinheiro pelos seus serviços ou contribuições de fontes não A.A..

Fornecer cartas de recomendação a juntas de livramento condicional, advogados, oficiais de justiça, escolas, empresas, entidades sociais ou quaisquer outras organizações ou instituições.

### **Conclusão**

O propósito primordial de A.A. é de levar a mensagem ao alcoólico que sofre pela bebida.

1

#### **A Política Financeira de A.A. - Pobreza Coletiva.**

**“Ainda que a Irmandade tenha sempre enfrentado problemas de dinheiro, propriedade, e prestígio de uma forma ou de outra, através da sabedoria da Sétima Tradição nós nunca temos nos afastado de nosso objetivo primordial de levar a mensagem ao alcoólico que ainda sofre – esteja ele ou ela onde estiver. Esse é o trabalho fundamental de Alcoólicos Anônimos, e para garantir que a mão de A.A. sempre permanecerá estendida, o dinheiro e a espiritualidade devem continuar a se misturar. E para isso, nós somos todos responsáveis”.** (“El Automantenimiento: Donde se mezclan la espiritualidad y el dinero”, A.A.W.S. ed. 2007, p. 9).

A Política Financeira de A.A. já está pronta, desde quando foram publicados as Doze

Tradições e os Doze Conceitos Para o Serviço Mundial. Nós só não a aplicamos. E compete à Junta de Serviços Gerais, aos ESL's, Comitês de Áreas, de Distritos e demais servidores fazerem cumpri-la, ou tentar fazer cumprir com o que nos diz a nossa Sétima Tradição, e com a Garantia Dois do Conceito Doze. A Conferência de Serviços Gerais tem o compromisso solene de garantila.

Para isso é necessária conscientização, e conscientização é transmissão da mensagem, é transmitir, transmitir... Transmitir. Devemos começar a evitar aquela linguagem inadequada que alimenta nossa “munhequice” e nossa

ignorância. Ainda agimos política e financeiramente como bêbados. Se a mensagem for transmitida adequadamente um dia as coisas mudarão. Assim, vejamos o que nos diz uma parte final do texto da Sétima Tradição: **“Os nossos**

**curadores declararam que, por princípio, A.A. tinha que permanecer pobre. Tão apenas as despesas correntes mais uma reserva prudente resumiriam dali em diante a política financeira da Fundação (hoje leia-se Junta)... Acreditamos que naquele instante o princípio da pobreza coletiva enraizou-se de forma definitiva na tradição de A.A.”** (Os Doze Passos e as Doze Tradições, 2ª edição, 1997, pp. 148-149). E o princípio da pobreza coletiva não significa que não precisamos de nenhum dinheiro e sim que **“precisamos de um mínimo de dinheiro para fazer o trabalho bem feito. É nesse sentido que A.A. optou pelo princípio da pobreza coletiva”**

(Alcoólicos Anônimos Atinge a Maioridade, 4ª edição, 1994, p. 100). Esse princípio foi

influenciado pelo movimento franciscano, pela filosofia de S. Francisco, de onde A.A. tirou seu modelo. Está implícito nesse princípio que a nossa preocupação não é ter e acumular bens materiais e sim que todo nosso dinheiro tem uma única e exclusiva finalidade espiritual: a transmissão da mensagem de A.A. Portanto, o princípio da pobreza não tem a ver com ausência de dinheiro e nem com miséria.

A Garantia dois do Conceito Doze, que trata das garantias gerais da Conferência, nos diz:

**“Que suficientes fundos para as operações, mais uma ampla reserva, sejam o seu prudente princípio financeiro”** (Doze Conceitos Para Serviços Mundiais, 5ª edição, 1999, p. 105). Desta forma podemos escrever que: Política Financeira de A.A. (PF) = Despesas Correntes (DC) + Reserva Prudente (RP). Resumidamente:  $PF = DC + RP$ .

**“Quando nos defrontamos e vencemos a tentação de aceitar grandes presentes, nós estamos simplesmente sendo prudentes. Porém quando somos generosos com a sacola damos uma mostra de nossa gratidão por nossas bênçãos e evidencia que estamos ansiosos para compartilhar o que temos encontrado com todos aqueles que ainda sofrem”.** (El Lenguaje del Corazón, pág. 221, *apud* “El Automantenimiento: Donde se mezclan La espiritualidad y el dinero”, A.A.W.S. ed. 2007, p. 5).

Agora vejamos o exemplo das despesas de um Grupo de A.A., relativamente pequeno, do interior, por mês:

- Aluguel e condomínio = 300,00

- Luz, gás e café = 80,00
- Limpeza ....= 50,00
- Manutenção ....= 30,00
- CTO ....= 50,00
- Comitê Distrito ....= 10,00\* (valor estimado = despesas CD / no grupos atendidos)
- ESL ....= 60,00\* (valor estimado = Despesas ESL / no grupos atendidos).
- Junaab/ESG ....= 20,00\* (Despesas do ESG, 100 mil reais / 5.000 grupos no Br.)
- Total ....= 600,00

2

O Fundo de Reserva, ou Reserva Prudente (RP) desse Grupo deveria ser, portanto, cerca de R\$ 1.200,00 (Um mil e duzentos reais). O que equivaleria a cerca de dois meses de despesas correntes (DC).

Os valores dos órgãos de serviços, assinalados com asterisco (\*), são definidos pelo valor total das despesas do organismo de serviço, dividido pelo número de grupos que ele atende, e que faz parte dele. Por exemplo, o ESG tem uma despesa de cerca de R\$ 100.000,00 (cem mil reais) por mês que divididos pelo número de grupos cadastrados existentes no Brasil (5.000), dá um valor de R\$ 20,00 por Grupo por mês. Da mesma forma um ESL que tem uma despesa de R\$ 3.000,00 (três mil reais) e atende cerca de 50 grupos, cada grupo teria uma responsabilidade

financeira mensal de R\$ 60,00 (sessenta reais) para sua manutenção.

**“A auto-suficiência começa comigo, porque eu sou parte de nós - o grupo. Nós**

**pagamos o aluguel e nossas contas de eletricidade e gás, compramos café, biscoitos e a literatura de A.A. Nós contribuimos com a manutenção do nosso escritório, com o Comitê de Área e nosso Escritório de Serviços Gerais. Se não fosse por essas entidades, muita gente nova nunca teria descoberto os milagres de A.A.”** (“El Automantenimiento: Donde se mezclan la espiritualidad y el dinero”, A.A.W.S. ed. 2007, p. 6)

De uma maneira geral verificamos que o Problema não é a quantidade e sim o mau uso que se faz do dinheiro em A.A. O dinheiro de A.A. é para ser usado nas “coisas” de A.A., ele deve ser usado para o nosso único propósito, que é o da Quinta Tradição: “a transmissão da mensagem ao alcoólico que ainda sofre”. Cada órgão de serviço de certa forma “define”, de acordo com os Grupos que ele atende, o valor da contribuição de cada Grupo. Fala-se muito em “Autonomia de Grupo”, mas o Grupo deve ser autônomo para aplicar e cumprir os princípios de A.A., e não descumpri-los. O Grupo e os servidores de

A.A. têm responsabilidades com os seus princípios, e os princípios de A.A. devem ser cumpridos, ou estaremos condenados à falência e a morte.

Portanto, devemos partir para a conscientização, que é o grande problema em A.A. Para isso temos diversas formas de conscientização: divulgação intensa, em todos os níveis de serviços de A.A., nos eventos de A.A., na revista Vivência e informativos, folhetos, etc. Logo, devemos fazer uma massificação do conhecimento. A massificação da informação é a solução.

Hoje os tesoureiros de A.A. são como “caixas”: só recebem e repassam o dinheiro. Sendo que o que deveria existir, em todos os níveis, do Grupo à JUNAAB, é o planejamento financeiro, mensal (Grupo) e anual (ESG). Portanto, devemos fazer um serviço de “educação” em A.A., através do apadrinhamento, da informação correta e da literatura.

Assim, devemos dar andamento ao denominado **“Processo de Conscientização da**

**Política Financeira de A.A. – Pobreza Coletiva”**. Essa proposta foi aprovada por maioria absoluta na primeira reunião anual da Junta de Custódios, de 2007, em São Paulo/SP, realizada no dia 27 de janeiro p.p.

Dorothy W. disse, em sua Temática “Auto-suficiência: responsabilidade individual”,

apresentada na XIV REDELA (2005), que: ***“Talvez devemos destacar os princípios espirituais –o conhecimento de que cada grupo é uma parte de algo muito maior e tem a oportunidade de ajudar a levar a mensagem a todas as partes do mundo. Ao adotar a Sétima Tradição tornamos possível converter em ação as palavras do texto da Primeira Tradição e da Quinta Tradição. A contribuição que um grupo faz representa mais do que dinheiro. Representa a compreensão de que o grupo tem dos serviços pelos quais ele paga e seu desejo de sustentá-los.***

***É uma contribuição à Unidade de A.A.”*** (Relatório Confidencial da XIV REDELA, 2005, p.85).

**“O paradoxo de A.A. é que a independência financeira e a manutenção de nossa**

**Irmandade pelos alcoólicos e somente pelos alcoólicos não apenas aumenta a importância de A.A. para cada um de nós como também estimula nosso engajamento em nossa própria recuperação... A.A. é “coisa nossa” desde a tesouraria do grupo até o balancete financeiro do Escritório de Serviços Gerais”.** (“El Automantenimiento: Donde se mezclan La espiritualidad y el dinero”, A.A.W.S. ed. 2007, p. 8).

Para finalizar gostaríamos de deixar citado aqui as palavras de Bill W. referentes a

Garantia Dois do Conceito Doze: ***“Não é agradável pagar o senhorio. Às vezes recuamos, quando somos convidados a dar uma cota para as despesas de serviço da área ou dos escritórios... Mas nos últimos anos, essas atitudes estão diminuindo em toda a parte; elas desaparecem rapidamente quando uma necessidade verdadeira para um certo serviço de A.A. se torna clara. Tornar essa necessidade clara é uma simples questão de educação e de informação correta... Feito isso, as contribuições esperadas não tardam em aparecer”*** (Doze Conceitos Para Serviços Mundiais, 5ª edição, 1999, pp. 106-107).

#### **Conclusão:**

- 1) Dinheiro em A.A. é para a transmissão da mensagem ou para dar condições para que ela chegue ao alcoólico da ativa que dela precise e queira;
- 2) O dinheiro de A.A. deve se originar de uma única fonte: a sacola (onde o material se une ao espiritual);
- 3) O princípio da reserva financeira é que é “prudente” e se aplica aos organismos de serviços de A.A., principalmente à JUNAAB/ESG (no caso do Brasil);
- 4) A consciência coletiva precisa ser informada e educada corretamente dentro dos 36 princípios de A.A.;
- 5) A prática da Sétima Tradição deve ser, sempre, esclarecida para que o membro de A.A. tenha conhecimento da real necessidade do dinheiro em A.A. e de sua correta destinação;
- 6) A Política Financeira de A.A., desde o Grupo à CSG / JUNAAB-ESG, já está definida nos seus 36 Princípios.
- 7) O que foi exposto aqui reflete o comportamento ideal e desejado, pela prática desses princípios.
- 8) A informação correta e os esclarecimentos dos nossos princípios devem ser repassados aos recém-chegados.
- 9) A responsabilidade, tanto financeira como espiritual, é de todos nós.
- 10) “Aquilo que é acordado não é caro!”.
- 11) “Quem paga, manda!”.

**Obs.** Verificar no estatuto da JUNAAB as obrigações (direitos e deveres) dos grupos associados.

V. Capítulo II, Seção Única. Artigos terceiro, quarto, quinto, sexto e sétimo.

*Art. 3º - São associados da JUNAAB os Grupos de A.A. existentes em todo o território nacional.*

*Art. 4º - São requisitos de admissão como associado da JUNAAB:*

*I – aceitar os princípios contidos nos Doze Passos, nas Doze Tradições e nos Doze*

*Conceitos para Serviço Mundial;*

*II – assumir a responsabilidade pela manutenção financeira e administrativa da JUNAAB.*

(Manual de Serviço, edição 2005, pp. 146-147).

**“Agora que estamos sóbrios em A.A., a palavra ‘manutenção’ tem a ver com o compartilhamento, as pessoas, a dignidade, a gratidão, e com aquilo que temos o privilégio de dar – não de tomar – em termos materiais”.**

(“El Automantenimiento: Donde se mezclan la espiritualidad y el dinero”, A.A.W.S. ed. 2007, p. 9).

## **O ATO DA RENDIÇÃO NO PROCESSO TERAPÊUTICO**

**Por Harry M. Tiebout, médico.**

(O primeiro psiquiatra que deu reconhecimento ao trabalho de Alcoólicos Anônimos, Dr. Harry Tiebout, usou muitos conceitos de A.A. em sua prática profissional. )

\* Este trabalho é a reprodução de um folheto distribuído pelo Conselho Nacional de Alcoolismo (EE. UU.), sendo publicado pela Revista El Mensaje.

O ato da rendição é um evento inconsciente e involuntário no paciente, ainda quando este deseje fazê-lo voluntariamente. E pode ocorrer unicamente quando um indivíduo que tem certas características, em sua mente inconsciente, se vê envolto numa determinada combinação de circunstâncias. Quando estas condições se conjugam, a rendição pode ser prognosticada com precisão considerável, como demonstraremos posteriormente. Não pode definir-se em termos conscientes diretamente, senão que devem ser entendidas todas suas ramificações inconscientes antes de poder vislumbrar seu verdadeiro significado interior.

A forma mais simples de representar os fatos envolvidos no ato da rendição, é dando um exemplo de uma experiência de conversão que pareceu resultar de um ato de rendição. O paciente é um homem de uns cinqüenta anos, com muito êxito em seus negócios e a quem seus sócios apelidam de Napoleão devido seus métodos autocráticos. Durante vários anos se lhe apresentaram situações de intoxicação, originárias de seu beber excessivo, o que, em

alguma medida, interferiu em sua eficiência, porém nunca ao extremo de chegar ao fracasso comercial.

Tive meu primeiro contato com ele faz seis ou sete anos, quando chegou em Blythewood para desintoxicar-se. Dentro de nossa política de tratar paulatinamente e de tempo em tempo alertar o paciente sobre o perigo da situação, permitimos a este homem que permanecesse apenas durante o tempo necessário para recuperar-se fisicamente, porém aproveitando para dizer-lhe que, em nossa opinião, ele se veria envolvido com sérios problemas se prosseguisse com a tendência que levava. Sem usar de nenhum tipo de pressão para não despertar nele resistência, expulsemos simplesmente os fatos e deixamos as coisas nesse ponto.

Continuamos com a política de deixá-lo ir e vir tantas vezes como quisesse, porém sempre lhe indicando a necessidade de que fizesse algo para deixar de beber, e sempre procurando fazê-lo ver nosso interesse não apenas em sua desintoxicação temporalmente, como também em ajudá-lo a abandonar a bebida, que era seu verdadeiro problema. Algum tempo depois, ele nos disse, referindo-se à nossa tática: "Eu gostava de vir aqui. Vocês quase nunca discutiam comigo. Eu sempre sabia a posição exata de vocês e percebia que não os estava enganando".

Durante todo esse tempo, contudo, eu continuava investigando sua vida tendo por objetivo encontrar finalmente algo que o fizesse sair do torvelinho de seu egocentrismo. Pouco a pouco, a esposa foi deixando de protegê-lo e antes de sua última admissão já estava disposta a abandoná-lo se prosseguisse bebendo. Além do mais, tomei conhecimento através de uma conversa que tivemos, seu sócio decidiu que se o paciente não envidasse esforço real para emendar-se ele se retiraria da empresa junto com os empregados mais importantes.

Depois de um período particularmente severo, o paciente foi induzido a ingressar novamente em Blythewood. Disse-lhe francamente que, desta vez, se não se internasse durante trinta dias não o receberíamos, pois estávamos cansados de vê-lo e queríamos resolver seu caso de uma vez por todas. Ele se surpreendeu, apanhou seu chapéu, brincou um pouco com ele, dizendo, em seguida:

"Está bem; Vou para Hilltopo, que é onde devo estar", referindo-se ao refúgio campestre para aonde o havíamos levado em ocasiões anteriores.

No curso de três ou quatro dias estava sem os efeitos da bebida e com a mente razoavelmente descarregada. Então foi informado sobre a decisão de sua esposa e ele, sem disparatar contra ela, pela primeira vez, tratou o assunto com calma, compreendendo o penoso que se havia tomado a vida para ela e

dando a entender seu arrependimento. Ao final da primeira semana, o sócio, que havia se preparado para uma forte contenda, falou-lhe sobre o propósito que tinham ele mesmo e seus companheiros de renunciar se o paciente prosseguisse bebendo e não só surpreendeu-se como também ficou feliz ao ver a tranqüila aceitação quanto a sua decisão e o reconhecimento espontâneo quanto ao seu desejo de mudar. Rapidamente se uniu aos Alcoólicos Anônimos e desde então é um membro ativo de sua comunidade local, permanecendo sóbrio até hoje.

Recentemente, falando de seu caso, disse: `Vocês fizeram algo por mim quando me obrigaram a internar-me. Compreendi que estavam dispostos a ajudar como diziam. Eu intuía que minha esposa estava desgostosa e que meu sócio, Bill, estava aborrecido, porém quando vocês me demonstraram que não iriam se deixar enganar, recebi um verdadeiro golpe. Eu sabia que necessitava de ajuda e que por mim mesmo não poderia ir adiante. Então admiti a derrota e me senti aliviado ao fazê-lo. Aceitei a idéia de que não continuaria governando minha vida e me dispus a me disciplinar. Depois falei com Cristina, soube de suas intenções e como se sentia; Logo em seguida veio 8111 e senti no mais profundo de meu ser que eles tinham razão. Porém não me importei; não comecei a discutir em tom irado como era de meu costume. Quase me surpreendi por estar de acordo com eles. Era maravilhoso não ter que contender. Senti-me mais tranqüilo e acalmado em meu interior e desde então assim tenho estado, conquanto tenha consciência de que ainda não resolvi totalmente os meus problemas.»

Eis aqui a história de um paciente que passou por uma experiência de conversão e se encontra ainda na fase positiva. Sua narrativa sobre o que lhe sucedeu enfatiza o jogar da toalha como sendo o momento crucial de sua experiência. Eu estou seguro de que isto é correto. Podemos resumir a experiência deste homem dizendo que, depois de manejar seu próprio caso até o fracasso, deu por perdida a batalha e se rendeu à necessidade de ajuda, após o que entrou em um novo estado mental que lhe tem permitido permanecer sóbrio.

A experiência que acabamos de narrar (que, incidentalmente não se limita aos alcoólicos), suscita três perguntas:

1. Que qualidades havia em sua natureza que o fizeram resistir durante tanto tempo a aceitar ajuda, e que finalmente foram forçadas a render-se?
2. Quais foram os fatores que tornaram possível o ato final da rendição?
3. Por que há uma fase positiva que sucede a experiência de rendição?

Minhas respostas a estas perguntas derivam primordialmente de meus estudos em pessoas alcoólicas, porém não totalmente, posto que também tenho



observado casos de rendição com conseqüências ulteriores em quatro casos pelo menos entre os estudantes de Sarah Lawrence. Espero, através de minha exposição em resposta a estas perguntas, não somente definir o ato da rendição, como também dar a vocês a idéia de que este evento é de uma entidade psicológica.

Começamos então com a primeira pergunta: Quais são as qualidades que levam o paciente a opor uma batalha de tal magnitude que tenha que se render ou morrer? No alcoólico, minhas observações têm-me conduzido a verificar que as qualidades que Sillman selecionou como características, ou seja a individualidade desafiante e a grandiosidade, podem explicar muito bem o fato conhecido de que o alcoólico é, dentre os enfermos "não muito graves", o mais obstinado e irrazoável para buscar ajuda, ou para recebê-la quando consegue buscá-la. Ambas qualidades operam nas capas inconscientes da mente, e deve ser considerada a influência que ambas têm quando se quer entender aquilo que provavelmente ocorre no momento da rendição.

A atitude de desafio pode ser definida como a qualidade que permite ao indivíduo que a possui para fazer caso omissa da realidade e viver de forma imperturbável. Tem dois valores especiais para manejar as situações da vida, sejam exteriores ou interiores.

Em primeiro lugar, a atitude de desafio, que por certo com os alcoólicos é uma ferramenta de surpreendente eficácia para manipular situações de ansiedade, ou a realidade, que é tão freqüentemente uma fonte de ansiedade. Se você desafia um fato e diz que não é assim, e obtém êxito em sua atitude de fazê-lo inconscientemente, poderá beber até o fim de seus dias negando sempre a iminência de seu trágico final. Segundo palavras textuais de um paciente, "meu desafio era uma armadura". Assim é, em efeito, um escudo confiável contra a verdade e todas as pressões que esta coadjuva.

Em segundo lugar, o desafio se disfarça como uma fonte de força interior e de confiança pessoal, fonte que parece real e confiável, posto que diz em essência: "Nada pode me acontecer. Eu desafio que aconteça". Para a pessoa que enfrenta a realidade com esta base, a vida é uma permanente batalha, cujos despojos são para o mais forte. Há muito sobre o que se falar quanto ao desafio como método para enfrentar a vida. É o recurso principal do tipo de ajuste que se faz com a frente elevada e sem temor, além de que, como medida temporária, ajuda a atravessar momentos críticos difíceis.

A grandiosidade, segunda qualidade anotada por Sillman, se infiltra em grande quantidade através das reações do alcoólico. Diferencia-se do desafio, que parecem estruturar-se quase exclusivamente nos alcoólicos, provindo do ego infantil persistente. Este, como outros estados neuróticos, se nutrem

caracteristicamente de sentimentos de onipotência, exige a satisfação direta de todos os desejos e se predispõe a interpretar como evidência de oposição e de falta de amor qualquer frustração que aconteça.

O efeito deste ego infantil persistente no alcoólico não difere muito do mesmo efeito em qualquer outro tipo de neurótico. No alcoólico, talvez, a arrogância e o sentimento de superioridade que lhe são típicos, mantêm-se mais próximos da superfície pela associação com o desafio, que alimenta o ego infantil com suas repetidas vitórias. Porém, com tudo isso, não existe nenhuma diferença entre a grandiosidade de um alcoólico e a de um neurótico, cujo ego infantil sobrevive até chegar a converter-se em um fator de importância na vida adulta. E parte do egocentrismo típico de seu grupo, e sua presença pode ser confirmada com um estudo cuidadoso de tais neuróticos.

Estamos já em condições de considerar a maneira em que estas duas qualidades operam no alcoólico. Por um lado, o desafio diz: "Não é verdade que eu não seja capaz de controlar a bebida". Por outro, os fatos falam claramente o contrário e cada vez com maior insistência. Por um lado, a grandiosidade pretende que não existe nada que não possa controlar e governar. Por outro, os fatos demonstram o contrário de forma irrefutável. É óbvio o dilema do alcoólico. Sua mente inconsciente resiste por meio de sua capacidade de desafio e de grandiosidade aquilo que é percebido por sua mente consciente; por conseguinte, o indivíduo está atemorizado por sua maneira de beber e, ao mesmo tempo, permanece bloqueado para fazer algo a respeito, pois há uma atividade inconsciente que pode ignorar, e o faz, à mente consciente, para a ele se impor.

Vejamos agora como se manifesta no quadro clínico este choque entre as reações conscientes e inconscientes. Um estímulo proveniente da realidade, tal como o reconhecimento do pioramento da forma de beber se incrusta na mente consciente e se registra como preocupação, tensão, medo e temor. Neste estado, o paciente se enche de desejo de libertar-se e se aferra ansiosamente a qualquer tipo de ajuda. Encontra-se em um estado de crise que o faz sofrer. Ao mesmo tempo, todavia, o estímulo da realidade está golpeando as capas inconscientes da mente e revolvendo as reações de desafio e grandiosidade. Posto que, de maneira característica, toma algum tempo antes que as respostas inconscientes logrem mobilizar-se o suficiente para influir no intelecto consciente, sempre há um período apreciável antes que se evidenciem na mente consciente as atividades que se estão desenvolvendo no inconsciente. Logo, pouco a pouco, vão-se apresentando estas atitudes. Os pacientes expressam uma preocupação menor com sua maneira de beber, crêem haverem-se precipitado ao buscar ajuda, supõem que não estão tão maus, que

o interesse demonstrado por outras pessoas não é senão uma intromissão gratuita em seus direitos, até que, finalmente, se desvanece a lembrança do agudo período de ansiedade ante a presença do desafio e da grandiosidade, perdendo-se assim a efetividade do estímulo para criar o sofrimento e o desejo de mudança. Este ciclo se repetirá indefinidamente enquanto o desafio e a grandiosidade continuarem com vigor que nada se pode igualar.

Chegamos agora à segunda pergunta: "Quais foram as circunstâncias que fizeram o paciente renunciar à sua atitude e jogar a toalha? Permitam-me revisá-las. Ele esteve bebendo durante vários anos, e sabia que sua maneira de beber, aos olhos de todos os seus conhecidos, estava piorando gradualmente. Não obstante, sabia que sua condição chegara a um ponto em que sua esposa e seus associados comerciais iriam abandoná-lo, retirando dele, assim, seu apoio e proteção. Estava assustado ante a perspectiva de ter que administrar por si mesmo sua situação, de modo que procurou minha ajuda e proteção para que o desintoxicasse e assim se pôr em condição de reassumir seu papel de êxito quanto ao desafio e a grandiosidade.

## **O ATO DA RENDIÇÃO NO PROCESSO TERAPÊUTICO - ( FINAL )**

**Dr. Harry M. Tiebout - Médico**

Mas desta vez recusei-me a atuar como de costume quando me posicionava com condescendência e sempre disposto a agradá-lo. Quando lhe pedi que se internasse, sabia que suas circunstâncias haviam mudado e que neste momento eu representava sua única solução. Então, disse-lhe, em essência, que ele já não estava governando seu caso, nem a mim, nem a ninguém mais. Removi de seus pés o último apoio que o sustentava. Já não lhe restava maneira alguma de fazer reluzir seu desafio nem sua grandiosidade, nem mesmo contra mim, que representava para ele a última esperança posto que me havia convertido no recurso extremo para suas dificuldades. De sorte que se livrou de uma luta interior e se dispôs a jogar a toalha. Havia ocorrido o ato de rendição.

Em resumo, o ato da rendição, ou seja, o jogar a toalha, sucedeu, primeiro, quando lhe foi retirado todo apoio; segundo, quando não podia desafiar irritadamente àqueles que lhe haviam retirado seu apoio, porque se deu conta de que essas pessoas o haviam suportado pacientemente durante muito tempo; terceiro, quando se viu em desesperada necessidade de buscar ajuda e não lhe restaram idéias grandiosas acerca de poder beber como qualquer outra pessoa. Já não tinha o desafio e nem a grandiosidade como armas para lutar. Estava vencido, e o sabia e o sentia.

Vem agora a terceira pergunta: "A que se deve a fase positiva que tem lugar em seguida?" Neste ponto não podemos mais que especular. A fase positiva se apresenta, mas não sabemos por quê. A rendição significa abandonar a luta e tal abandono parece acompanhar, logicamente, um estado de paz e quietude. Este ponto parece razoavelmente óbvio. Porém não o é tanto a causa de que todo o sentimento se transforme de negativo em positivo, com todas as mudanças concomitantemente. De todas as maneiras, e apesar de minha incapacidade para explicar o fenômeno, não cabe dúvida de que tal mudança tem lugar e que pode ser iniciada com um ato de rendição.

Deve ter-se em conta um fato, que é a necessidade da distinção entre a rendição, ou derrota absoluta, e a submissão ou derrota parcial. Na submissão, o indivíduo aceita a realidade de forma consciente mas não na inconsciência. Aceita como um fato prático que neste momento não pode combater a realidade; porém em seu inconsciente continua girando a idéia "talvez algum dia...", idéia que implica na não aceitação total, já que a luta prossegue. Com a submissão, que no melhor dos casos é uma rendição superficial, continua a tensão.

Por outro lado, quando funciona a habilidade para aceitar a realidade ao nível do inconsciente, não resta resíduo da batalha e sobrevém o descanso, com a liberação do esforço e do conflito. Em realidade, é perfeitamente possível garantir ou medir o grau de aceitação da realidade ao nível inconsciente, face à reação de descanso e paz que se apresentam. Quanto maior o descanso, maior é a aceitação interior da realidade.

Podemos agora ser mais precisos em nossa definição de um ato de rendição. È considerado como o momento em que as forças inconscientes de desafio e grandiosidade deixam de atuar de forma real e efetiva. Quando isto acontece, o indivíduo abre sua mente à realidade, escuta e aprende sem conflitos nem reação. Torna-se receptivo, não antagônico à vida. Experimenta uma sensação de relação com seus semelhantes e de unidade consigo mesmo e esta sensação se converte na fonte de paz e serenidade interior, cuja possessão libera o indivíduo da compulsão pelo álcool. Em outras palavras, um ato de rendição é uma ocasião na qual o indivíduo não prossegue lutando contra a vida e passa a aceitá-la tal como é.

Tendo definido um ato de rendição como o momento da aceitação da realidade à nível inconsciente, nos é possível definir o estado emocional de rendição como um estado continuado de capacidade de aceitação da realidade. Nesta definição, deve-se conceber a capacidade para aceitar a realidade, não em um sentido passivo, mas num sentido ativo de uma realidade na qual o indivíduo pode viver e atuar como pessoa, reconhecendo suas próprias

responsabilidades e sentindo-se com liberdade para fazer que dita realidade seja mais "visível" para si mesmo e para os demais. Não há sentido de "obrigação" e tampouco de fatalismo. Quando ocorre uma verdadeira rendição inconsciente, a aceitação da realidade significa que o indivíduo pode trabalhar nela é com ela. O estado de rendição é realmente positivo e criativo.

Em resumo, minhas observações me têm levado a concluir que a um ato de rendição segue invariavelmente um estado de rendição, o qual é realmente o estado positivo do quadro da conversão. Posto que os dois estão sempre associados, creio que representam um só fenômeno, denominado de "reação de rendição".

Tendo finalmente aclarado, o máximo possível, o uso do termo "rendição", procurarei relacioná-lo com o processo terapêutico. Se bem que o reconhecimento da força dinâmica do evento tem ajudado a iluminar muitos aspectos, tem sido particularmente útil na compreensão das flutuações do estado de ânimo dos pacientes e em certos aspectos da terapia.

O problema de outro paciente ganhou significado para mim quando consegui entender que ele experimentou um ato de rendição quando assistiu sua primeira reunião em A.A. Um homem de uns trinta e cinco anos narra sua história nos seguintes termos: "Estava combatido. Havia tentado tudo e nada me havia servido. Minha esposa estava determinada a abandonar-me. Meu trabalho ia explodir diante dos meus olhos. Encontrava-me desesperado quando fui pela primeira vez a uma reunião de A.A. Quando ali entrei, algo me aconteceu. Não sei ainda (um ano depois) o que se passou, mas ao ver lentamente aos homens e às mulheres que se encontravam na sala dei-me conta de eles tinham algo que eu necessitava, e disse para mim mesmo: Vou ouvir o que eles têm para dizer-me. Desde então, as coisas têm sido diferentes para mim. Assisto as reuniões, trabalho na transmissão da mensagem a outros alcoólicos, aprendo tudo que possa sobre esta enfermidade. Eu sei que sou alcoólico e jamais me permito esquecer este fato."

Se revisarmos atentamente esta história, notaremos esta afirmação: "Vou ouvir o que eles têm para dizer-me" Neste comentário íntimo, o paciente iniciou o ato de rendição. Não havia nenhum interesse outro em sua boa vontade, além do desejo de buscar ajuda. Não havia naquele momento nem desafio nem grandiosidade que o impedissem de escutar. Havia aceitado, sem reservas nem conflitos interiores, a realidade de sua condição e a necessidade de ajuda".

De forma muito significativa, neste ponto continua: "Desde então, as coisas têm sido diferentes". Os eventos subseqüentes indicam claramente que este homem experimentou a mudança típica que eu denominei de conversão e a

partir daquele momento as coisas realmente tornaram-se diferentes. Sua esposa, ao comentar tal mudança, dizia: "È ainda mais maravilhoso do que eu poderia imaginar. O único problema é que ainda não consigo ver tudo isto como um fato consumado, pois não há ainda um sentido claro para mim." Contudo, o paciente me pediu uma consulta porque, segundo ele, não lhe agradava sua forma de comportamento. Com isto, ele queria dizer que estava muito mal-humorado em casa, irritado no trabalho, etc., e sabia que, segundo os ensinamentos de A.A., estes sintomas eram ruins. Quando lhe perguntei porque havia deixado de beber, respondeu que se dispusera a não mais beber, embora tivesse que admitir que A o havia ajudado em seu propósito.

Um tanto surpreso e tomado por alguma dúvida ante esta afirmação, comecei a fazer novas perguntas para poder, pouco a pouco, ir averiguando a verdade, através da qual me inteirei de que aquele homem havia vivido uma típica experiência de rendição, seguida por uma típica reação positiva. Entretanto, tal mudança não durou muito, e após alguns meses nos quais o paciente viveu em estado de rendição, foi voltando gradualmente a adquirir suas atitudes e sentimentos iniciais. Em outras palavras, a reação de rendição não se fixou na personalidade e por isso o paciente permitiu que retornasse seu antigo estado mental. O fato que faz passar ligeiramente a reação de rendição é por si mesmo um estudo interessante. Em algumas pessoas, a experiência de rendição é o início do desenvolvimento e da genuína maturidade. Em outras, que têm apenas uma fase de rendição, nunca perdem a necessidade de participação nas reuniões e de seguir o programa assiduamente, confiando aparentemente em tudo aquilo que lhes faça lembrar suas experiências, para poder suprir em sua existência diária o ímpeto necessário de sua sensação de rendição pelo menos no que é concernente ao álcool. Em umas poucas pessoas, parece ocorrer o fenômeno que poderíamos denominar de "rendição seletiva", isto é, que após terem sido passados os efeitos da experiência de rendição inicial, o indivíduo volta a ser muito parecido com o que era antes, exceto que já não bebe e não sente a necessidade de beber. Rendeu-se ao álcool como alcoólico, porém não se rendeu à vida como pessoa.

Ocorrem indubitavelmente muitos outros tipos de fases posteriores ao ato de rendição; porém se estudarmos a todas ou a algumas delas, observaremos o mesmo fato básico presente em todas: que a experiência de rendição é seguida por uma etapa de pensamento e sentimentos positivos, que atravessa uma série de vicissitudes antes de estabelecer-se de uma forma ou de outra no inconsciente, ou perder-se completamente e converter-se em uma vaga lembrança ou em uma miragem.

O ato de rendição é temporal. Lentamente se vê suplantado por um feixe de

resistências ou

sentimentos negativos; se requerem, portanto, novas mudanças na estrutura inconsciente para que o ato de rendição se converta em um estado permanente, no qual não se apresentem o desafio e a grandiosidade, e na mudança apareçam a serenidade e a capacidade para atuar como ser humano. Para recapitular, meus estudos sobre a experiência da conversão me conduzem às seguintes observações:

1. Que o ato de rendição inicia a mudança de negativo a positivo.
2. Que o ato de rendição tem lugar quando a atitude de desafio e grandiosidade residente no inconsciente se rende totalmente por ação das circunstâncias ou da realidade.
3. Que o ato de rendição e a mudança que o segue são inseparáveis, donde se pode razoavelmente deduzir que se não há mudança é porque não existiu a rendição.
4. Que a fase positiva é realmente um estado de rendição que segue ao ato de rendição.
5. Que em alguns casos, o chamado melhoramento ou "sentir-se melhor" é realmente um estado de rendição induzido por um ato de rendição.
6. Que o estado de rendição, caso se mantenha, proporciona um vigor emocional em todos os pensamentos e sentimentos, de forma tal que permite assegurar o reajustamento saudável da pessoa.

Tradução: Edson H.

## **DIVIDENDOS ESPIRITUAIS DO ANONIMATO**

(Este artigo foi publicado na Revista "EL MENSAJE" de abril de 1977 e seu autor não está identificado) .

Consta da publicação que o escritor é uma pessoa não-alcoólica, especializada no estudo do alcoolismo, e que crê que o anonimato também é bom para a sua alma.

No artigo que Bill escreveu para a Revista Grapevine "Por que Alcoólicos Anônimos é Anônimo?", é destacado o valor do anonimato como proteção e segurança para o grupo, em letras suficientemente grandes que permitem até a um cego enxergá-las. No artigo é dada ênfase à importância do anonimato para a sobrevivência e contínua efetividade de A.A. Igualmente interessantes para mim foram as sugestões que se encontram disseminadas nesse artigo

mostrando que o anonimato não é apólice ordinária de seguros, mas uma garantia de que paga dividendos adicionais — tanto na área pessoal quanto na espiritual.

Quais são esses dividendos adicionais?

São muitos. Mas, na minha opinião, um deles está acima dos demais. Ele é a remoção da tentação de conceder nutrição ao ego moribundo, devolvendo-lhe a vida. Vejamos isso mais detalhadamente.

Há entre meus colegas profissionais um importante consenso, tanto quanto ocorre entre os membros de AA., sobre os problemas emocionais quando se chega ao fundo de poço no alcoolismo. As raízes mais profundas são apontadas como insegurança ou ansiedade, quer dizer a sensação de se sentir inadequado, inferior, ou indigno, o que conduz à sensação de ameaça a autoestima. Acredita-se que tais raízes se aprofundaram na infância.

Tomaria muitas páginas para fazer-se justiça a este ponto de vista, mas permita-me condensar esta idéia numas poucas frases.

Crê-se, para começar, que a fé em si mesmo e a fé na vida são resultado de uma profunda sensação interior de segurança e estima. Porém, nenhuma criança escapa às experiências que lhe proporcionam algum grau de insegurança emocional (atitudes que as pessoas tomam fazendo-a sentir-se ferida, enraivecida, inadequada, temerosa ou solitária). Algumas crianças podem tornar-se muito inseguras; outras, não tanto.

Muito bem, a criança se verá motivada para sobrepor-se a estas sensações penosas no mesmo grau em que esta insegurança foi produzida. Neste ponto aprenderá a construir uma sensação substituta para a segurança e estima relacionando-se com outras pessoas de diferentes formas. Experimentando e errando, na primeira situação familiar descobre as maneiras pelas quais pode sentir-se menos ansiosa, menos ameaçada, menos só e menos indigna. Pode aprender que se comportando de algumas formas que atraem atenção e apreciação (convertendo-se em uma "estrela") pode sentir que de todas as maneiras é alguém, e ganhar, assim, um alívio temporal para sua profunda sensação de que realmente não tem muito valor. Ou, talvez, descubra que se sente menos ameaçada quando manipula e controla as pessoas que a rodeiam, ou seja que a melhor defesa é uma boa ofensiva. Se é menos senhora de si mesma, pode ganhar segurança própria apoiando-se em outros ou uma falsa segurança criando uma envoltura de reserva a seu derredor. Qualquer estilo de conduta que pareça funcionar no sentido de fazê-la sentir-se menos insegura ou menos indigna tem a tendência de continuar. Sim, é assim, pouco a pouco irá se infiltrando na personalidade. Quando chega à idade adulta, a pessoa ainda será manejada inconscientemente para repetir os



padrões de conduta que pareciam dar-lhe auto estima e segurança que necessitava nos dias de criança.

Tal parece ser o processo dinâmico que, em pessoas mais agressivas, produz as compulsões do "Grande Eu": busca de atenção, de valorização e de prestígio pessoal, ou do poder para controlar e manejar as pessoas que as conduzam a uma posição de destaque, ao dinheiro, ou qualquer outra coisa que sirva para demonstrar de que elas realmente são personagens importantes.

Não é que os alcoólicos se comportem dessa forma muito mais do que qualquer outra pessoa normal. Estes padrões propulsores do ego são encontrados em toda a humanidade. Nossa sociedade praticamente no-las ensinam. Mas não importa que tão corriqueiros e comuns sejam, permanece o problema de que não eliminam a insegurança e por isso tais formas de comportamento não reduzem realmente a ansiedade. E o que é pior, criam-se novas tensões.

O que sucede então se uma pessoa não puder encontrar uma maneira de reduzir suas ansiedades que o levam à tensão (por exemplo, através de uma modificação nas atitudes), e se não aprendeu suficientes maneiras saudáveis de aliviar temporalmente suas tensões através de atividades tais com um hobby, jogos, atividade social, música, oração, etc.? Ver-se-á impulsado a buscar alívio dessas tensões de forma negativa. É assim que algumas pessoas encontram esse alívio no álcool.

Entretanto, os não-alcoólicos também encontram maneiras negativas. Alguns comem demasiadamente, ou trabalham demasiado, ou impulsionam demasiado sua vida. Alguns praticam a promiscuidade sexual, ou buscam o jogo, ou as drogas. Outros conseguem manter-se vivendo agitados, elétricos. etc. Outros deterioram seus corpos através das enfermidades psicossomáticas. Outros deterioram suas relações sendo extremamente possessivos. Existem muitas formas. O uso do álcool para aliviar as tensões produzidas por estes padrões substitutos é uma dessas maneiras. Mas, a mais comum, e talvez a razão pela qual isto ocorre com tantas pessoas hoje em dia, é simplesmente porque parece ser efetiva, durante algum tempo. Contudo, pode ser fatal, como muito bem sabem os alcoólicos.

O programa de A.A. funciona de forma tão efetiva, creio eu, porque coloca seu dedo na personalidade subjacente e exige a boa vontade para modificá-la. E esta a atitude de entregar a vontade e a vida a Deus, "tal corno nós O concebemos". Quer dizer, descartam-se os antigos padrões para obter uma sensação substituta de segurança e ubiquação. Em seu lugar, o membro de A.A. aprende uma nova forma de vida que lhe proporciona o real.

Em resumo, A.A. ensina que abandonando o antigo ego, a pessoa se capacita para encontrar sua verdadeira personalidade (perdendo-se a si mesmo se encontra a si mesmo). O programa de A.A. ajuda a pessoa a deixar de lado as antigas maneiras insatisfatórias e a ajuda a desenvolver uma nova forma de vida que proporciona genuína segurança e uma sensação válida de estima própria. É esta é uma maneira que requer que o álcool não intervenha, porque sintoniza a pessoa em sua vida exatamente como a pessoa deve ser sintonizada; porque he proporciona os sentimentos e ralações que verdadeiramente a satisfazem, com valores espirituais.

Mas todos os membros de A.A. sabem, tal como minha experiência pessoal com a modificação tem me ensinado, que o antigo ego não se rende facilmente. Permita-me personificar e dizer que o antigo ego é como um mendigo ignorante e persistente. Quando o lançamos fora da porta dianteira, se introduz pela porta traseira. Despedimo-lo novamente, e ele voltará disfarçado com racionalizações, seguramente ainda mais engenhosas. As mais engenhosas de todas são os disfarces que o fazem parecer um novo ego. Por exemplo, se o poder e o controle das pessoas têm sido fatores importantes, se mascarará buscando "manejar as coisas para o bem do grupo", mas aí está uma outra vez manejando as coisas.

As Tradições de A.A. acerca dos comitês rotativos, de que não existem autoridades, e o espírito de serviço, foi introduzido para golpear-lhe este antigo desejo de poder e controle.

De forma similar, o anonimato dá um basta ao antigo padrão da "estrela". Se o alimento do antigo ego consistia no reconhecimento e no aplauso, não permitirá facilmente que lhe neguem esta nutrição. Novamente, seu truque engenhoso será o "bem do grupo". Ilude ao membro para fazê-lo acreditar que não há nada de errado sempre e quando seja para o bem do grupo. Em realidade, aqueles que prestam serviços são exatamente o que o grupo necessita. Que venham a nós todos os interessados! Antes de nos darmos conta, a publicidade pessoal e o trabalho do Décimo Segundo Passo são praticamente sinônimos. E não importa que tão atrativamente se disfarcem, ainda formam parte do antigo ego. a velha busca de segurança através do reconhecimento e do prestígio. E, assim, deveria ser muito claro que qualquer iniciativa na direção dessa antiga compulsão pode reviver facilmente o antigo padrão com seu antigo vigor, e com resultados desastrosos.

Visto deste ângulo, o anonimato é, então, uma política espiritual que objetiva "não deixar ressurgir" os antigos aspectos de "estrela" do velho ego.

Tudo isto, por conseguinte, se enlaça com o Terceiro Passo. De fato, a aceitação do anonimato é a parte importante deste Terceiro Passo. Conquanto

subsista uma certa inquietação quanto ao abandono do desejo de ganhar honras através de A.A., o processo do abandono é obviamente incompleto. A boa vontade para renunciar a toda idéia de utilizar a afiliação com A.A. para ganhar reconhecimento e atenção, constitui, por conseqüência, uma boa prova da medida em foi aceito o Terceiro Passo.

E a profundidade da aceitação do Terceiro Passo é uma necessidade crucial! Tal como vejo, todo o programa de A.A. se baseia na premissa de que o antigo padrão do ego deve se ir se desejamos que cresça e prospere uma nova forma de personalidade livre do álcool.

É claro que antes de A.A. o prestígio parecia algo bom para nós. Assim ocorreu com outros valores como o poder, a importância social e demais símbolos de "êxito". Mas sem importar o bom sabor daquelas comidas, permanece o fato de que eram substitutos pobres e pouco nutritivos. Nenhum deles satisfazia a fome real, a fome do espírito por uma relação satisfatória e cordial com todas as pessoas e com a vida. A solução de A.A. é estabelecer a real necessidade. Quando satisfeita, não há porque existir qualquer desejo de prestígio ou de nenhum outro nutriente do antigo ego.

Em minha opinião, é isto o que faz o programa de A.A.: Conduz o alcoólico a uma forma de vida que satisfaça suas necessidades reais, O programa não só exige a eliminação do álcool (por meio do qual o alcoólico procurou sobrepor-se às deficiências de sua antiga dieta espiritual), como também pede o abandono dos nutrientes substitutos com os quais tratou em vão de alimentar seu espírito. O programa de AA. me parece, se baseia na suposição psicológica ou espiritual de que para afastar-se da garrafa é necessário também abandonar os nutrientes substitutos espirituais, como o prestígio, e substituí-los com uma dieta adequada. E a dieta que preenche realmente nossas necessidades, e que satisfaça plenamente nosso espírito, consiste na relação positiva e cordial, de todo coração, com outras pessoas, com nosso trabalho, com a vida, e com Deus.

Extraído, também, da Revista "EL MENSAJE":

«Aqueles que adotam a eletricidade como seu poder superior termina freqüentemente necessitando tratamentos de choques elétricos.»

Tradução: Edson H.

**ENCARGOS EM A. A.**

## Encargos em A.A. - Responsabilidades e Serviços

Parece que infelizmente os "Encargos" e as "Eleições" em A.A. são, as vezes, objeto de interpretação errônea por parte de alguns companheiros. Os encargos têm sido encarados por alguns como fatores de prestígio e promoção às eleições como teste de popularidade nos grupos.

Há companheiros que se candidatam a tudo e geralmente acontece uma das duas coisas: ou ele é eleito e se promove com isso e simplesmente não trabalha; ou então tremendamente ressentido ou deixa de freqüentar o grupo, por achar que sua recuperação não foi reconhecida.

Em verdade, convém lembrar o que nos diz o livreto "O Grupo de A.A." a respeito: As funções que executam não podem ter títulos. "Mas os títulos em A.A. não representam autoridade ou honrarias, referem-se a serviços e responsabilidades".

Quando começa a nossa recuperação em A.A. percebemos o valor da dádiva recebida, e compreendemos que é algo tão valioso que não podemos nos fechar egoisticamente dentro daquilo que recebemos. Procuramos então, através de serviços prestados a outras pessoas, com a responsabilidade e humildade colocar a disposição de outro tudo aquilo que nos foi dado. Quando os serviços em A.A. são encarados dentro deste espírito de doação e desprendimento, crescemos em nossa recuperação, e se esvazia orgulho e vaidade.

O Trabalho em A.A. nos dá a consciência do muito que se tem ainda por fazer, não dando assim condição de nos sentirmos grandiosos pelas pequenas coisas que tenhamos feito individualmente. . Isso nos mantém realmente integrados no espírito de unidade de A.A. cada um de nós com a consciência de que nossa parte está sendo realmente feita, irmanado no propósito de compartilhar com outro aquilo que recebemos. Quando pelo contrário, serviços em A.A.. são usados como motivo de vaidade e orgulho próprio coloca em perigo nossa harmonia e só trazem prejuízos à Irmandade. Surge "Personalismo" que se colocam acima de nossos princípios, deixa-se de lado a tão "Difícil" humildade e luta-se por prestígio pessoal. O Grupo e o A.A. deixam de ser um todo harmonioso e passa a ser palco de conflito de "Personalidades" e os princípios relegados a segundo plano.

São uma de nossas responsabilidades como membros de A.A. escolhermos como nossos servidores de confiança aqueles que realmente estejam dispostos e em condições de serviço ao A.A. e não se servir de A.A.

Devemos ser criteriosos na escolha de companheiros que nos servirão, porque os resultados dessa escolha, bons ou maus, serão sentidos por todos nós.

Cada grupo, ou A.A. no seu todo, tem os servidores que merece, e é de responsabilidade nossa tudo o que acontece em A.A.

Cada um de nós deve zelar pela harmonia e a unidade de A.A., pois é acima de tudo, compartilhando de um bem estar comum que podemos usufruir nosso bem estar individual e então transmiti-lo a quem chega à irmandade. Diante do exposto acima, percebemos a necessidade dos grupos realizarem reuniões específicas para falar do serviço e servidores. Com isso dando oportunidade aos membros novos que estão chegando de conhecerem a Irmandade da qual fazem parte e assim, não ter que passar pelas mesmas dificuldades que nós outros passamos por falta de um apadrinhamento adequado. Muitos de nós entramos para o serviço em A.A., apenas com o desejo de ficar sem beber alguns dias, ainda não tínhamos decidido se íamos ficar ou não. Entretanto, entramos para o Comitê de Serviços do Grupo e começamos a prestar serviços de qualquer maneira, sem nenhuma consciência do que é A.A., tínhamos apenas o desejo de ficar sem beber.

O Procedimento que tem sido adotado de se colocar qualquer pessoa, despreparada para prestar serviços e geralmente com a intenção de ajudá-la, tem trazido muitos problemas para o membro, para os grupos e para o A.A. como um todo.

Portanto, gostaríamos de sugerir aos companheiros dos grupos, para incluir na programação do grupo, reunião de esclarecimentos sobre o Terceiro legado, usando os livros "O Grupo onde tudo começa" e o "Manual de Serviços".

Acreditamos que com essa atitude vamos acabar com a dificuldade de formar os Comitês de serviços nos grupos e também nos Órgãos de Serviços.

Fonte: Informativo "um amigo" Órgão de Serviço de A.A. (BH).

### **A Relação do Indivíduo Com A.A. como Grupo.**

Pode ser que alcoólicos Anônimos seja uma nova forma de sociedade humana. O Primeiro dos Doze Pontos de nossa Tradição diz: Cada membro de Alcoólicos Anônimos não é senão uma pequena parte de um grande todo. É necessário que eu o A.A. continue vivendo ou, do contrário, seguramente a maioria de nós morrerá. Por isto, o nosso bem-estar comum tem prioridade, porém seguido de perto pelo bem-estar individual. Isto representa um reconhecimento, comum em todas as sociedades, de que, às vezes, o indivíduo tem que antepor o bem-estar de seus companheiros aos seus

próprios desejos descontrolados.

Se o indivíduo não cedesse nada, em benefício do bem-estar comum, não poderia existir sociedade alguma o que restaria seria a obstinação e a anarquia, no pior sentido da palavra.

Todavia, o Terceiro Ponto de nossa Tradição parece ser um convite aberto à anarquia. Aparentemente, contradiz o Primeiro Ponto. Ele diz: Nossa Comunidade deve incluir a todos os que sofrem de alcoolismo. Por isto, não podemos rechaçar a ninguém que queira recuperar-se. Para tornar-se membro de A.A. não depende de dinheiro ou formalidade. Quando dois ou três alcoólatras se reunirem para manter a sobriedade, podem chamar-se um grupo de A.A.. Isto implica claramente em dizer que um alcoólatra é membro se ele assim o disser; que não podemos privá-lo de ser membro; que não podemos exigir-lhe sequer um centavo; que não podemos impor-lhe nossas crenças e costumes; que ele pode recusar tudo o que sustentamos e, não obstante, continuar sendo membro. Na realidade, nossa Tradição leva o Princípio de independência individual a tal fantástico extremo que, enquanto tiver o mínimo interesse na sobriedade, o alcoólico mais imoral, mais anti-social, mais crítico, pode reunir-se com uma quantas almas gêmeas e anunciar-nos que foi formado um novo grupo de A.A. Mesmo opondo-se a Deus, à medicina, contrários ao nosso programa de recuperação, inclusive uns contrários aos outros, estes indivíduos desenfreados, ainda assim, constituem um grupo de A.A., se assim o crêem.

Às vezes, nossos amigos não-alcoólicos nos perguntam: Temo-los ouvido dizer que o A.A. tem estrutura social segura E prosseguem: Devem estar brincando. Segundo vemos, sua Terceira Tradição tem uma cimentação tão firme quanto à cimentação da Torre de Babel. No Primeiro Ponto, vocês dizem abertamente que o bem-estar do grupo tem a primazia. Em seguida, no Ponto Três, passam a dizer a cada A.A. que ninguém o pode impedir que pense ou faça como melhor lhe convenha. É certo que no Segundo Ponto falam vagamente de uma autoridade final, Um Deus amoroso tal como se expresse na consciência do grupo. Com todo respeito aos seus pontos de vista, olhada de fora esta Tradição parece irrealista. Além de tudo, o mundo atual não é senão a triste história de como a maioria dos homens tem perdido sua consciência e, por isto, não pode encontrar o seu caminho. Agora vêm vocês, alcoólicos (gente, além de tudo, pouco equilibrada. Verdade?) para nos dizer amavelmente: 1) Que o A.A. é um formoso socialismo muito democrático. 2) Que o A.A. também é uma ditadura, sujeitando-se os seus membros ao mandato benigno de Deus. E, finalmente, que o A.A. é tão individualista que a organização não pode punir aos seus membros por mal comportamento ou incredulidade. Portanto,

continuam nossos amigos, quer nos parecer, dentro da Sociedade de Alcoólicos Anônimos vocês têm uma democracia, uma ditadura e uma anarquia, tudo funcionando ao mesmo tempo. Deita-se tranqüilamente na mesma cama estes conceitos que nos dias atuais acham-se em tão violento conflito que vão dilacerando o mundo? Contudo, sabemos que o A.A. dá resultado. Portanto, vocês, de alguma forma, devem ter conciliado estas grandes forças. Contem-nos, se puderem, o que é que mantém o A.A. unido? Por que o A.A. também não se desgarrar? Se todo membro de A.A. goza de uma liberdade pessoal que pode chegar à libertinagem, por que sua Sociedade não explode? Deveria explodir, mas não explode.

É provável que, ao ler o nosso Primeiro Ponto, nossos amigos do mundo afora, tão tomados pela perplexidade deste paradoxo, deixem de atentar para uma declaração muito significativa: É necessário que o A.A. continue vivendo ou, do contrário, seguramente a maioria de nós morrerá.

Esta dura asserção leva implícito todo um mundo de significado para cada membro de Alcoólicos Anônimos. Embora seja totalmente certo que nenhum grupo de A.A. pode forçar a qualquer alcoólico a contribuir com dinheiro ou a submeter-se aos Doze Passos, cada membro de A.A. se vê obrigado, com o passar do tempo, a fazer estas coisas.

A verdade é que, na vida de cada alcoólico, sempre há um tirano à espreita. Chama-se álcool. Astuto, impiedoso, suas armas são a aflição, a loucura e a morte. Não importa o tempo que levemos sóbrios, ele se coloca sempre ao nosso lado, vigiando, pronto para aproveitar qualquer oportunidade para reiniciar seu trabalho de destruição. Tal como um agente da Gestapo, ele ameaça a cada cidadão A.A. com a tortura e a extinção a menos que o cidadão A.A. esteja disposto a viver sem egoísmo, amiúde antepondo a seus planos e ambições pessoais o bem-estar de A.A. no seu todo.

Aparentemente, nenhum ser humano pode forçar os alcoólatras a viverem juntos felizes e utilmente. Porém o Sr. Álcool pode e costuma fazê-lo! Isto se pode ilustrar com uma história: Faz algum tempo, listamos amplamente nossos aparentes fracassos ocorridos durante os primeiros anos de A.A. A cada alcoólatra que aparecia na lista, se lhe havia sido dada uma boa orientação.

A maioria havia assistido as reuniões durante vários meses. Depois de recair e tornar a recair, todos desapareceram. Alguns diziam que não eram alcoólatras. Outros não puderam aceitar nossa crença em Deus. Uns quantos carregavam intensos ressentimentos contra seus companheiros. Anarquistas convencidos, não podiam ajustar-se à nossa Sociedade. E como a nossa Sociedade não se ajustava a eles, marcharam. Porém, só temporariamente. No curso dos anos, a

maioria destes chamados fracassos tem retornado, convertendo-se, freqüentemente, em excelentes membros. Nunca fomos atrás deles. Voltaram por conta própria.

Cada vez que vejo alguém que acaba de retornar, pergunto-lhe porque voltou a se unir ao nosso rebanho. Invariavelmente, sua resposta é mais ou menos assim: Quando contatei A.A. pela primeira vez, inteirei-me de que alcoolismo é uma enfermidade: uma obsessão mental que nos impulsiona a beber e uma sensibilidade física que nos condena à loucura ou à morte se continuamos bebendo. Porém, logo fiquei desgostoso com os métodos de A.A. e cheguei a odiar a alguns dos alcoólicos que conhecia ali. E ainda continuava com a idéia de que podia deixar a bebida pelos meus próprios meios. Depois de vários anos bebendo de forma terrível, compreendi que era impotente para controlar o álcool e me rendi. Retornava ao A.A. porque não tinha outro lugar a que recorrer. Já havia tentado em todos os demais. Tendo alcançado este ponto, soube que teria que fazer algo rapidamente: que tinha que praticar os Doze Passos do programa de recuperação de A.A.; que teria que deixar de odiar aos meus companheiros alcoólicos; que agora teria que ocupar meu lugar entre eles, como uma pequena parte deste grande todo, a Sociedade de Alcoólicos Anônimos. Tudo se reduzia à simples alternativa do agir ou morrer. Tinha que me ajustar aos princípios de A.A. se não, poderia despedir-me da vida. Acabou a anarquia para mim e aqui estou.

Esta história mostra a razão pela qual, nós, os A.As., temos que viver juntos. Do contrário, morreremos sós. Somos os atores de um drama inexorável, no qual a morte é o ponto dos que vacilam em seus papéis (nota do tradutor: ponto, aqui, significa pessoa que no teatro vai lendo o que os atores hão de dizer, para lhes auxiliar a memória). Há alguém que possa imaginar a imposição de uma disciplina mais rigorosa que esta?

Não obstante, a história do beber descontrolado nos mostra que o temor, por si só, tem disciplinado a muitos poucos alcoólatras. Para nos mantermos unidos, nós, os anarquistas, é necessário muito mais do que o simples temor. Há uns poucos anos, fazendo uma palestra em (Baltimore), encontrava-me pondo sal nos grandes sofrimentos que nós, os alcoólicos, havíamos conhecido.

Desconfio que as minhas palavras tinham um forte cheiro de autocomiseração e exibicionismo. Insistia em descrever a nossa experiência de bebedores como uma grande calamidade, um terrível infortúnio. Depois da reunião, fui abordado por um padre, que com um tom muito gentil, me disse: Eu o ouvi dizer que cria que sua maneira de beber era um infortúnio. Entretanto, a mim me parece que, no seu caso, aquilo era uma tremenda bem-aventurança.

Não foi essa experiência horrível o que o humilhou tanto que fez com que



pudesse encontrar a Deus? Não foi o sofrimento o que lhe abriu os olhos e o coração? Todas as oportunidades que você tem hoje, toda esta maravilhosa experiência a que você chama de A.A., tiveram sua origem num profundo sofrimento pessoal. No seu caso, não foi nenhum infortúnio. Foi uma bem-aventurança a que não tem preço. Vocês, A.As., são pessoas privilegiadas. Este sincero e profundo comentário me comoveu muito. Marca um momento decisivo de minha vida. Fez-me pensar, como nunca, sobre a relação que mantinha com meus companheiros de A.A. Fez-me pôr em dúvida os meus próprios motivos. Por que havia vindo à Baltimore? Estava ali só para banhar-me nos aplausos e louvação dos meus companheiros? Estava ali como mestre ou como pregador?

Via-me como um eminente expedicionário da cruzada moral. Ao refletir, confessei envergonhadamente a mim mesmo que tinham todos esses motivos, que havia extraído um prazer indireto, e bastante egocêntrico, de minha visita. Mas, isso era tudo? Não haveria um motivo melhor do que a minha avidez por prestígio e aplauso? Fora à Baltimore unicamente para satisfazer a esta necessidade e a nenhuma outra mais profunda ou nobre? Então, me veio uma luz de inspiração. Sob minha vanglória superficial ou pueril, vi operando Alguém muito superior a mim. Alguém que queria transformar-me; Alguém que, se eu o permitisse, livrar-me-ia dos meus desejos menos honestos e os substituiria com aspirações mais louváveis, nas quais, se eu tivesse suficiente humildade, poderia encontrar a paz. Naquele momento, vi nitidamente a razão pela qual devia ter vindo à Baltimore.

Devia ter viajado para ali possuído pela feliz convicção de que necessitava dos baltimorenses ainda mais do que eles necessitavam de mim; que teria necessidade de compartilhar com eles tanto suas penas, quanto suas alegrias; que teria necessidade de sentir-me unido a eles, fusionando-me em sua sociedade; que, inclusive, se eles persistissem em considerar-me como seu mestre, eu deveria considerar a mim mesmo como aluno deles. Compreendi que havia estado vivendo muito isolado, muito apartado dos meus companheiros e muito surdo a essa voz interior. Ao invés de ir à Baltimore como mero agente que levava a mensagem de experiência, cheguei com fundador de Alcoólicos Anônimos. E, tal como um vendedor numa convenção, coloquei meu crachá de identificação para que todos pudessem vê-lo bem. Como seria melhor se tivesse gratidão ao invés de satisfação de mim mesmo? gratidão por haver padecido os sofrimentos do alcoolismo; gratidão pelo milagre da recuperação que a Providência havia operado em mim; gratidão pelo privilégio de servir aos meus companheiros alcoólatras e gratidão pelos laços fraternais que me uniam a eles numa camaradagem cada vez mais

íntima, como raras sociedades conhecem. Era verdade o que me dissera o padre: ?Seu infortúnio converteu-se em bem-aventuranç a.

Vocês, os A.As., são pessoas privilegiadas.

A experiência que tive em Baltimore não foi nada insólita. Cada A.A. passa em sua vida por parecidos acontecimentos espirituais decisivos momentos de iluminação que o une, cada vez mais intimamente, aos seus companheiros e ao seu Criador. O ciclo é sempre o mesmo. Primeiro, recorremos ao A.A. porque morreríamos se não o fizéssemos. Depois, para deixar de beber, dependemos de sua filosofia e do companheirismo que nos é oferecido.

Depois, por algum tempo, tendemos a voltar a depender de nós mesmos, e buscamos a felicidade por intermédio do poder e dos aplausos. Finalmente, algum acidente, talvez um grave contratempo, nos abre ainda mais os olhos. Na medida em que vamos aprendendo as novas lições e aceitamos, de fato, o que nos ensinam, alcançamos um novo e mais frutífero nível de ação e emoção. A vida adquire um sentido mais nobre. Vislumbramos novas realidades; percebemos a qualidade de amor que nos faz enxergar que mais vale dar do que receber. Estas são as razões pelas quais cremos que Alcoólicos Anônimos pode ser uma nova forma de sociedade

Cada grupo de A.A. é um refúgio seguro. Porém, sempre está rodeado pelo tirano álcool. Como os companheiros de Eddie Rickenbacker, flutuando numa balsa em alto mar, nós, os que vivemos no refúgio de A.A., apegamo-nos uns aos outros com uma determinação tal que o mundo raramente pode compreender.

A anarquia do indivíduo vai desaparecendo. Se desvanece o egoísmo e a democracia se converte em realidade. Começamos a conhecer a verdadeira liberdade de espírito. Tornamo-nos, cada vez mais, conscientes de que tudo vai bem; de que cada um de nós pode confiar, incondicionalmente, em quem nos guia com amor desde o nosso interior e desde do alto.

(Artigo escrito por Bill W. para a Grapevine de julho/46)

### **A Relação do Indivíduo Com A.A. como Grupo.**

Pode ser que alcoólicos Anônimos seja uma nova forma de sociedade humana.O Primeiro dos Doze Pontos de nossa Tradição diz: Cada membro de Alcoólicos Anônimos não é senão uma pequena parte de um grande todo. É

necessário que eu o A.A. continue vivendo ou, do contrário, seguramente a maioria de nós morrerá. Por isto, o nosso bem-estar comum tem prioridade, porém seguido de perto pelo bem-estar individual. Isto representa um reconhecimento, comum em todas as sociedades, de que, às vezes, o indivíduo tem que antepor o bem-estar de seus companheiros aos seus próprios desejos descontrolados.

Se o indivíduo não cedesse nada, em benefício do bem-estar comum, não poderia existir sociedade alguma o que restaria seria a obstinação e a anarquia, no pior sentido da palavra.

Todavia, o Terceiro Ponto de nossa Tradição parece ser um convite aberto à anarquia. Aparentemente, contradiz o Primeiro Ponto. Ele diz: Nossa Comunidade deve incluir a todos os que sofrem de alcoolismo. Por isto, não podemos rechaçar a ninguém que queira recuperar-se. Para tornar-se membro de A.A. não depende de dinheiro ou formalidade. Quando dois ou três alcoólatras se reunirem para manter a sobriedade, podem chamar-se um grupo de A.A.. Isto implica claramente em dizer que um alcoólatra é membro se ele assim o disser; que não podemos privá-lo de ser membro; que não podemos exigir-lhe sequer um centavo; que não podemos impor-lhe nossas crenças e costumes; que ele pode recusar tudo o que sustentamos e, não obstante, continuar sendo membro. Na realidade, nossa Tradição leva o Princípio de independência individual a tal fantástico extremo que, enquanto tiver o mínimo interesse na sobriedade, o alcoólico mais imoral, mais anti-social, mais crítico, pode reunir-se com uma quantas almas gêmeas e anunciar-nos que foi formado um novo grupo de A.A. Mesmo opondo-se a Deus, à medicina, contrários ao nosso programa de recuperação, inclusive uns contrários aos outros, estes indivíduos desenfreados, ainda assim, constituem um grupo de A.A., se assim o crêem.

Às vezes, nossos amigos não-alcoólicos nos perguntam: Temo-los ouvido dizer que o A.A. tem estrutura social segura E prosseguem: Devem estar brincando. Segundo vemos, sua Terceira Tradição tem uma cimentação tão firme quanto à cimentação da Torre de Babel. No Primeiro Ponto, vocês dizem abertamente que o bem-estar do grupo tem a primazia. Em seguida, no Ponto Três, passam a dizer a cada A.A. que ninguém o pode impedir que pense ou faça como melhor lhe convenha. É certo que no Segundo Ponto falam vagamente de uma autoridade final, Um Deus amoroso tal como se expresse na consciência do grupo. Com todo respeito aos seus pontos de vista, olhada de fora esta Tradição parece irrealista. Além de tudo, o mundo atual não é senão a triste história de como a maioria dos homens tem perdido sua consciência e, por isto, não pode encontrar o seu caminho. Agora vêm vocês, alcoólicos (gente, além

de tudo, pouco equilibrada. Verdade?) para nos dizer amavelmente: 1) Que o A.A. é um formoso socialismo muito democrático. 2) Que o A.A. também é uma ditadura, sujeitando-se os seus membros ao mandato benigno de Deus. E, finalmente, que o A.A. é tão individualista que a organização não pode punir aos seus membros por mal comportamento ou incredulidade. Portanto, continuam nossos amigos, quer nos parecer, dentro da Sociedade de Alcoólicos Anônimos vocês têm uma democracia, uma ditadura e uma anarquia, tudo funcionando ao mesmo tempo. Deita-se tranqüilamente na mesma cama estes conceitos que nos dias atuais acham-se em tão violento conflito que vão dilacerando o mundo? Contudo, sabemos que o A.A. dá resultado. Portanto, vocês, de alguma forma, devem ter conciliado estas grandes forças. Contem-nos, se puderem, o que é que mantém o A.A. unido? Por que o A.A. também não se desgarrar? Se todo membro de A.A. goza de uma liberdade pessoal que pode chegar à libertinagem, por que sua Sociedade não explode? Deveria explodir, mas não explode.

É provável que, ao ler o nosso Primeiro Ponto, nossos amigos do mundo afora, tão tomados pela perplexidade deste paradoxo, deixem de atentar para uma declaração muito significativa: É necessário que o A.A. continue vivendo ou, do contrário, seguramente a maioria de nós morrerá.

Esta dura asserção leva implícito todo um mundo de significado para cada membro de Alcoólicos Anônimos. Embora seja totalmente certo que nenhum grupo de A.A. pode forçar a qualquer alcoólico a contribuir com dinheiro ou a submeter-se aos Doze Passos, cada membro de A.A. se vê obrigado, com o passar do tempo, a fazer estas coisas.

A verdade é que, na vida de cada alcoólico, sempre há um tirano à espreita. Chama-se álcool. Astuto, impiedoso, suas armas são a aflição, a loucura e a morte. Não importa o tempo que levemos sóbrios, ele se coloca sempre ao nosso lado, vigiando, pronto para aproveitar qualquer oportunidade para reiniciar seu trabalho de destruição. Tal como um agente da Gestapo, ele ameaça a cada cidadão A.A. com a tortura e a extinção a menos que o cidadão A.A. esteja disposto a viver sem egoísmo, amiúde antepondo a seus planos e ambições pessoais o bem-estar de A.A. no seu todo.

Aparentemente, nenhum ser humano pode forçar os alcoólatras a viverem juntos felizes e utilmente. Porém o Sr. Álcool pode e costuma fazê-lo! Isto se pode ilustrar com uma história: Faz algum tempo, listamos amplamente nossos aparentes fracassos ocorridos durante os primeiros anos de A.A. A cada alcoólatra que aparecia na lista, se lhe havia sido dada uma boa orientação.

A maioria havia assistido as reuniões durante vários meses. Depois de recair e

tornar a recair, todos desapareceram. Alguns diziam que não eram alcoólatras. Outros não puderam aceitar nossa crença em Deus. Uns quantos carregavam intensos ressentimentos contra seus companheiros. Anarquistas convencidos, não podiam ajustar-se à nossa Sociedade. E como a nossa Sociedade não se ajustava a eles, marcharam. Porém, só temporariamente. No curso dos anos, a maioria destes chamados fracassos tem retornado, convertendo-se, freqüentemente, em excelentes membros. Nunca fomos atrás deles. Voltaram por conta própria.

Cada vez que vejo alguém que acaba de retornar, pergunto-lhe porque voltou a se unir ao nosso rebanho. Invariavelmente, sua resposta é mais ou menos assim: Quando contatei A.A. pela primeira vez, inteirei-me de que alcoolismo é uma enfermidade: uma obsessão mental que nos impulsiona a beber e uma sensibilidade física que nos condena à loucura ou à morte se continuamos bebendo. Porém, logo fiquei desgostoso com os métodos de A.A. e cheguei a odiar a alguns dos alcoólicos que conhecia ali. E ainda continuava com a idéia de que podia deixar a bebida pelos meus próprios meios. Depois de vários anos bebendo de forma terrível, compreendi que era impotente para controlar o álcool e me rendi. Retornava ao A.A. porque não tinha outro lugar a que recorrer. Já havia tentado em todos os demais. Tendo alcançado este ponto, soube que teria que fazer algo rapidamente: que tinha que praticar os Doze Passos do programa de recuperação de A.A.; que teria que deixar de odiar aos meus companheiros alcoólicos; que agora teria que ocupar meu lugar entre eles, como uma pequena parte deste grande todo, a Sociedade de Alcoólicos Anônimos. Tudo se reduzia à simples alternativa do agir ou morrer. Tinha que me ajustar aos princípios de A.A. se não, poderia despedir-me da vida. Acabou a anarquia para mim e aqui estou.

Esta história mostra a razão pela qual, nós, os A.As., temos que viver juntos. Do contrário, morreremos sós. Somos os atores de um drama inexorável, no qual a morte é o ponto dos que vacilam em seus papéis (nota do tradutor: ponto, aqui, significa pessoa que no teatro vai lendo o que os atores hão de dizer, para lhes auxiliar a memória). Há alguém que possa imaginar a imposição de uma disciplina mais rigorosa que esta?

Não obstante, a história do beber descontrolado nos mostra que o temor, por si só, tem disciplinado a muitos poucos alcoólatras. Para nos mantermos unidos, nós, os anarquistas, é necessário muito mais do que o simples temor. Há uns poucos anos, fazendo uma palestra em (Baltimore), encontrava-me pondo sal nos grandes sofrimentos que nós, os alcoólicos, havíamos conhecido.

Desconfio que as minhas palavras tinham um forte cheiro de autocomiseração e exibicionismo. Insistia em descrever a nossa experiência de bebedores como

uma grande calamidade, um terrível infortúnio. Depois da reunião, fui abordado por um padre, que com um tom muito gentil, me disse: Eu o ouvi dizer que cria que sua maneira de beber era um infortúnio. Entretanto, a mim me parece que, no seu caso, aquilo era uma tremenda bem-aventurança.

Não foi essa experiência horrível o que o humilhou tanto que fez com que pudesse encontrar a Deus? Não foi o sofrimento o que lhe abriu os olhos e o coração? Todas as oportunidades que você tem hoje, toda esta maravilhosa experiência a que você chama de A.A., tiveram sua origem num profundo sofrimento pessoal. No seu caso, não foi nenhum infortúnio. Foi uma bem-aventurança que não tem preço. Vocês, A.As., são pessoas privilegiadas. Este sincero e profundo comentário me comoveu muito. Marca um momento decisivo de minha vida. Fez-me pensar, como nunca, sobre a relação que mantinha com meus companheiros de A.A. Fez-me pôr em dúvida os meus próprios motivos. Por que havia vindo à Baltimore? Estava ali só para banhar-me nos aplausos e louvação dos meus companheiros? Estava ali como mestre ou como pregador?

Via-me como um eminente expedicionário da cruzada moral. Ao refletir, confessei envergonhadamente a mim mesmo que tinham todos esses motivos, que havia extraído um prazer indireto, e bastante egocêntrico, de minha visita. Mas, isso era tudo? Não haveria um motivo melhor do que a minha avidez por prestígio e aplauso? Fora à Baltimore unicamente para satisfazer a esta necessidade e a nenhuma outra mais profunda ou nobre? Então, me veio uma luz de inspiração. Sob minha vanglória superficial ou pueril, vi operando Alguém muito superior a mim. Alguém que queria transformar-me; Alguém que, se eu o permitisse, livrar-me-ia dos meus desejos menos honestos e os substituiria com aspirações mais louváveis, nas quais, se eu tivesse suficiente humildade, poderia encontrar a paz. Naquele momento, vi nitidamente a razão pela qual devia ter vindo à Baltimore.

Devia ter viajado para ali possuído pela feliz convicção de que necessitava dos baltimorenses ainda mais do que eles necessitavam de mim; que teria necessidade de compartilhar com eles tanto suas penas, quanto suas alegrias; que teria necessidade de sentir-me unido a eles, fusionando-me em sua sociedade; que, inclusive, se eles persistissem em considerar-me como seu mestre, eu deveria considerar a mim mesmo como aluno deles. Compreendi que havia estado vivendo muito isolado, muito apartado dos meus companheiros e muito surdo a essa voz interior. Ao invés de ir à Baltimore como mero agente que levava a mensagem de experiência, cheguei com fundador de Alcoólicos Anônimos. E, tal como um vendedor numa convenção, coloquei meu crachá de identificação para que todos pudessem vê-lo bem.

Como seria melhor se tivesse gratidão ao invés de satisfação de mim mesmo ? gratidão por haver padecido os sofrimentos do alcoolismo; gratidão pelo milagre da recuperação que a Providência havia operado em mim; gratidão pelo privilégio de servir aos meus companheiros alcoólatras e gratidão pelos laços fraternais que me uniam a eles numa camaradagem cada vez mais íntima, como raras sociedades conhecem. Era verdade o que me dissera o padre: ?Seu infortúnio converteu-se em bem-aventuranç a.

Vocês, os A.As., são pessoas privilegiadas.

A experiência que tive em Baltimore não foi nada insólita. Cada A.A. passa em sua vida por parecidos acontecimentos espirituais decisivos momentos de iluminação que o une, cada vez mais intimamente, aos seus companheiros e ao seu Criador. O ciclo é sempre o mesmo. Primeiro, recorremos ao A.A. porque morreríamos se não o fizéssemos. Depois, para deixar de beber, dependemos de sua filosofia e do companheirismo que nos é oferecido.

Depois, por algum tempo, tendemos a voltar a depender de nós mesmos, e buscamos a felicidade por intermédio do poder e dos aplausos. Finalmente, algum acidente, talvez um grave contratempo, nos abre ainda mais os olhos. Na medida em que vamos aprendendo as novas lições e aceitamos, de fato, o que nos ensinam, alcançamos um novo e mais frutífero nível de ação e emoção. A vida adquire um sentido mais nobre. Vislumbramos novas realidades; percebemos a qualidade de amor que nos faz enxergar que mais vale dar do que receber. Estas são as razões pelas quais cremos que Alcoólicos Anônimos pode ser uma nova forma de sociedade

Cada grupo de A.A. é um refúgio seguro. Porém, sempre está rodeado pelo tirano álcool. Como os companheiros de Eddie Rickenbacker, flutuando numa balsa em alto mar, nós, os que vivemos no refúgio de A.A., apegamo-nos uns aos outros com uma determinação tal que o mundo raramente pode compreender.

A anarquia do indivíduo vai desaparecendo. Se desvanece o egoísmo e a democracia se converte em realidade. Começamos a conhecer a verdadeira liberdade de espírito. Tornamo-nos, cada vez mais, conscientes de que tudo vai bem; de que cada um de nós pode confiar, incondicionalmente, em quem nos guia com amor desde o nosso interior e desde do alto.

(Artigo escrito por Bill W. para a Grapevine de julho/46)

**O QUE SÃO RECAÍDAS? ACONTECEM POR ACASO?**

Por:  
Emílio  
M.

**01).** - Denominamos de recaída quando alguém abstêmio ou sóbrio graças à A.A. se embebede. Isto pode acontecer nos primeiros dias, meses ou até depois de vários anos de abstinência ou sobriedade. Aqueles que passaram por esta desafortunada experiência, declaram que deram sorte para o azar, esquecendo sua impotência alcoólica e desenvolvendo excessiva confiança quanto à sua capacidade para controlar a bebida. Porém, a maioria confessa seu afastamento das reuniões de A.A. e do convívio com outros membros. Atribuindo prioridade aos assuntos sociais, de negócios ou de outra natureza e exagerando nestas atividades cansaram e perderam suas defesas emocionais, mentais e espirituais. Alguns se supunham “curados”; e, esquecendo da programação proposta pela nossa Irmandade, ingeriram o 1º gole, reativando a doença de que são portadores.

**02).** - Assim fica bem entendido que no alcoolismo, como em qualquer outra doença, a falta de cuidados com o tratamento, as recaídas acontecem, independente do tempo que se esteja sem beber. Sendo verdadeiro que, quanto maior o período de abstinência ou sobriedade, menor a possibilidade de recair, muito mais verdadeiro é que, a atribulação que ela imporá muito maior será.

**03).** - Por experiência própria afirmo que nada, neste mundo, é mais calamitoso e tenebroso do que a recaída alcoólica. Ela sempre existiu e continuará existindo, pois nenhum de nós está curado ou vacinado contra o alcoolismo; assim, qualquer desleixo poderá ser fatal. Como a bússola aponta para o pólo norte - a mente do alcoólico, pela peculiaridade da doença, aponta para o álcool. Para aqueles que nem eu, portadores de patologia associada (comorbidade). No meu caso graves surtos de depressão endógena do tipo bipolar (Outrora denominada de PMD – Psicose Maníaca Depressiva), os cuidados devem ser redobrados. Preciso tratar destas patologias concomitante, caso contrário o perigo é extraordinariamente maior e associar isso, a prática dos princípios de A.A. deve ser levada a sério - Só Por Hoje - até a morte chegar, mas não pelo alcoolismo ativo.

**04).** - “A idéia de que de algum modo, algum dia, vai controlar e desfrutar da bebida constitui a grande obsessão de todo bebedor anormal. A



persistência dessa ilusão é incrível. Muitos a perseguem até as portas da loucura e da morte”.

**05).** - A experiência de A.A. explica o que são as recaídas, que elas não acontecem por acaso e que podem ser evitadas desde que a manutenção da sobriedade tenha prioridade máxima.

**06).** - Considerando a gravidade de uma recaída permito-me tecer alguns comentários, que poderão ajudar-me e, quiçá, ajudar-te:

**06A).** - É indispensável eu estar alerta aos sinais que antecedem uma recaída, alguns dos quais passo a descrever: a) Coloco em segundo plano as reuniões de A.A.; b) Compareço mas falo dos outros ou até de mim mesmo, porém fico na defensiva; c) Critico nossos servidores, a coordenação, a experiência, mesmo papo de insanidade eu ouvia sim, mas no botequim.

**06B).** - Substituo as idéias e sugestões da programação pelas minhas próprias. Ignoro que os Passos são Doze e não dois. Desejo praticar o programa ao meu modo, pois no meu caso pode ser diferente. Desenvolvo displicente autoconfiança, tipo – Beber? Eu? Jamais! Isso nem me passa pela cabeça, afinal já sofri tanto. Sou alcoólatra, mas não sou burro. Assim mantenho uma abstinência teimosa e sofrida. Faço pouco caso quanto a gravidade do alcoolismo, doença tríplice, incurável e fatal. Esqueço que é Só Por Hoje! Que só eu posso, mas não posso sozinho.

**06C).** - Na solução de problemas, julgo-me auto-suficiente e não recorro ao Terceiro Passo, até porque, nem acredito no Segundo.

**06D).** - Será que alguma vez disse ou pensei: “Eu faço o meu Quarto e Quinto Passos nas reuniões de A.A. ou só na presença de Deus?” Se assim for, me declaro irresponsável ou no mínimo mal informado. Isso é conversa fiada. Não liberta. Não funciona. Não resolve. Não alivia. Não gera sobriedade. Só tumultua e piora cada vez mais. Além disto o Quinto Passo é bem claro: “Admitimos Perante Deus, Perante Nós Mesmos E Perante Outro Ser Humano, A Natureza Exata De Nossas Falhas”. E não perante Outros Seres Humanos. Existem particularidades que só revelo ao meu padrinho de Quinto Passo e a mais ninguém.

**06E).** - “Prontificamo-nos Inteiramente A Deixar Que Deus Removesse Todos Esses Defeitos De Caráter”. Esses, Quais? Aqueles que identifiquei no Quarto Passo; verbalizei no Quinto e agora, com a ajuda d'Ele, aos pouco, os eliminarei trabalhando o Sexto Passo.

**06F).** - Será que como posso semear a mais bela, formosa e rica de todas as sementes, a da humildade, preconizada no Sétimo Passo, em terreno infestado por ervas daninhas ou num matagal? Se minha casa está alugada para um mau, como posso alugá-la para um bom? Como posso obter humildade, se trapaceio até na programação de A.A. – questão de vida ou morte?

**06G).** - Como posso relacionar os prejudicados e repará-los? Se ainda me julgo o único prejudicado?

**06H).** - Como posso, fazer os inventários: Relâmpago, Diário e Periódico? Se continuo chafurdando no lamaçal deixado pela pior das enchentes, a alcoólica?

**06I).** - Como posso desfrutar da quietude interior, da paz e da harmonia possibilitadas pela prece e a meditação? Se continuo me rebelando contra Deus? Como posso entrar em consonância com a Consciência Divina se continuo embrulhado nos meus defeitos e na própria vida?

**06J).** - Posso até levar a mensagem aos sofredores, mas e quanto ao despertar espiritual prometido para quem pratica o programa? Como posso exercer os princípios, inseridos nos Passos, em todas as minhas atividades diárias, se nem os conheço?

**06L).** - De muito longe, mas muito longe mesmo sobriedade é só parar de beber. Preciso modificar-me e para melhor. Fui convidado para o banquete dos Doze Passos. Não quero contentar-me apenas com as migalhas do Primeiro e parte do Décimo Segundo Passo. Seria insensatez.

**06M).** - Quero ser feliz, mas não sei como ou não faço a minha parte. Busco a felicidade nas coisas e não dentro de mim. Valorizo mais o ter do que o ser, o material do que o espiritual, a promoção do que a atração, a força de vontade do que a boa vontade, o intelecto do que a humildade e sou mais fachada do que alicerce. Assim raciocinando e agindo traço metas além do

meu potencial, porque tenho medo de não ganhar o suficiente ou de perder aquilo que já tenho. Desta forma exijo demais de mim e dos outros, afinal a felicidade está nas coisas e não em mim.

**06N).** - Desafortunadamente, penso, ajo e trabalho compulsivamente. Não doso minhas atividades. Exagero! Descuido dos horários das refeições, do sono e do lazer. Sinto cansaço físico e mental. Estou esgotado! E acaso não deveria estar?

**06O).** - Fico mal humorado, triste, ranzinza, azedo, irritado, tumultuado, confuso, preocupado, revoltado, com raiva, muito nervoso, frustrado e deprimido.

**06P).** - O ideal seria dedicar-me oito horas ao trabalho; oito horas entre atividades comunitárias, A.A. e lazer; finalmente oito horas para o necessário repouso.

**06Q).** - Se não estiver agindo assim é melhor **PARAR**, em inglês escreve-se **HALT**, **H**unger = Fome; **A**nger = Raiva; **L**oneliness = Solidão e **T**iredness = Cansaço. Portanto, diante da Fome; Raiva; Solidão ou isolamento e Cansaço ou fadiga. Pare, pois sinalizam perigos de recaída iminente.

**06R).** – Se eu continuar nesse porre seco, crio uma visão de túnel, isto é, tenho uma idéia empobrecida dos perigos que me cercam. Não consigo avaliar aquilo que está acontecendo comigo e em torno de mim. Começo a me queixar de A.A., das reuniões, dos companheiros, dos familiares, do trabalho, dos amigos, do clero, dos subalternos, dos superiores, dos governantes, da mídia, do cachorro, do gato, do mundo e acima de tudo de mim mesmo. Julgo que tudo está difícil. Que ninguém colabora comigo e, o pior, que nem me entendem. Os mecanismos de defesa se reinstalam. (Negação, racionalização, projeção, minimização...). Lembra-se deles ou já os esqueceu? Procuo saídas erradas como: viagens, praias, pescarias. (Posso e devo desfrutar desde lazer, desde que não seja como mera fuga geográfica).

**06S).** - Já sei tudo sobre a doença e à Irmandade. Sou professor em A.A. Mas, continuo com os velhos hábitos. Por puro orgulho, mascarado de vergonha, rejeito ajuda embora saiba que funciona sempre. Mas, só para os outros, não para mim. Daí caio na pior das armadilhas, para melhorar um pouco dos “nervos” uso calmantes – (Benzodizipínicos).

**06T).** – Mesmo quando tudo está bem e sinto euforia, preciso vigiar-me, pois a idéia de beber pode surgir e diluir os horrores do alcoolismo ativo, cedendo lugar à falsa idéia de que “uma só bebida” poderia não ser tão ameaçadora, perigosa ou fatal. Mas, repito, meu grande espinho - na carne, na mente e na alma - é a depressão profunda. Para aliviá-la recorro aos Benzodiazepínicos que, fatalmente, me induzem ao copo. Por gratidão registro aqui o zelo que os meus dois padrinhos me dispensam quando decido visitar o inferno. O padrinho Amaury com firmeza mas também com a polidez que sempre o caracterizou, habilidosamente, me persuade que retorne ao Grupo de origem e revele minha desventura. O padrinho Guilherme, que é padre me presta socorro com conotação Divina. Aborda-me com dureza, mas profundo amor cristão – indo muito além do habitual. Ele faz lembrar aquela estampa de Jesus segurando no colo a ovelha que esteve perdida.

**06U).** – Agora me restam duas saídas: Retornar à A.A. e reconquistar a alegria de viver em paz ou mergulhar na desgraça bêbada cujo infortúnio conheço e os que me são queridos também.

**06V).** - Alguns anos atrás assistia, numa rede de TV, a maratona de idosas. Aquela que corria em primeiro lugar, com uma diferença de mais ou menos 18 metros em relação à segunda colocada sofreu uma queda. O repórter perguntou-lhe: “A Sra. caiu?” Ela, rapidamente, enquanto se levantava respondeu: “Não Sr., eu não caí – eu me levantei!”.

**06X).** - Não posso esquecer que cada qual atrai o seu igual. E o meu igual está numa sala de A.A. ou no bar. Assim, apesar da eventual vergonha, da culpa e da humilhação reassumo a programação com maior empenho e honestidade. Compartilharei com os companheiros meu infortúnio sem minimizar. (Melhor no grupo que adotei). Nunca é demais lembrar que no A.A. serei sempre muito bem vindo e compreendido. Só um insano pensa diferente. Reconquistar a sobriedade perdida e a alegria de viver está ao alcance de qualquer recaído que o desejar.

**06Z).** - O grande antídoto para as recaídas é a prática do programa de A.A. na sua globalidade: Recuperação – Unidade - Serviço. Lembrando-me que a recaída é o fruto do acúmulo de emoções negativas não verbalizadas nas reuniões. Acúmulo que me leva à bebedeira seca ou “porre seco” e daí ao garrafão. Agora valorizarei muito mais a frequência nas reuniões E as

experiências dos AAs. “Na Escola Da Vida Não Há Férias!” Penso que o companheiro que recai constantemente, mesmo freqüentando reuniões, corre o perigo de perder a esperança de tudo, até de A.A. Isso pode ser fatal. É brincar de roleta russa.

**07).** - O psiquiatra, Dr. William D. Silkworth foi pioneiro no tratamento do alcoolismo nos Estados Unidos da América do Norte. (Foi o médico que internou e tratou o Bill W.). E, na longínqua década de 30 escreveu o artigo que, pelo seu valor histórico transcrevo na íntegra:

“O Dr. Silkworth acreditou que essas recaídas têm ocorrido simplesmente porque o alcoólatra deixou de seguir as direções (A.A. Grapevine, Vol. III, Nº 8): ‘A “recaída” do alcoólatra, como é conhecida em Alcoólicos Anônimos, fornece um exemplo perfeito de como a natureza humana pode ser confundida com o comportamento do alcoólatra. A “recaída” é uma reincidência que acontece após o alcoólatra ter parado de beber e tenha ingressado no programa de recuperação de A.A. As “recaídas” geralmente ocorrem nos primeiros estágios do aprendizado do alcoólatra em A.A., antes dele ter tempo de aprender o suficiente a técnica e a filosofia de A.A. para dar-lhe uma base firme.

Porém as “recaídas” podem também ocorrer após um alcoólatra ter sido membro de A.A., por muitos meses, ou ainda por diversos anos e é neste tipo, sobretudo, que alguém encontra uma semelhança marcante entre o comportamento do alcoólatra e o das vítimas “normais” de outras enfermidades.

Ninguém está assustado pelo fato das reincidências não serem incomuns entre os pacientes tuberculosos cuja doença havia sido estacionada. Porém aqui está um fato surpreendente - a causa é geralmente a mesma

daquela que conduz o alcoólatra para as “recaídas”... A mesma tragédia pode ser encontrada em pacientes cardíacos...

Em ambos os casos, cardíacos e tuberculosos, os atos que determinaram as reincidências foram precedidos por pensamentos errados. O paciente em cada caso ponderou a si mesmo e achou que estava curado da sua própria realidade perigosa. Ele deliberadamente se desviou do seu conhecimento de que havia sido vítima de uma doença muito séria. Tornou-se confiante em excesso e decidiu que não teria que seguir as instruções médicas. Agora, isto é precisamente o que acontece com o alcoólatra - o alcoólatra parado de beber, ou o alcoólatra em A.A. - que tem uma “recaída”. Obviamente ele pensa durante algum tempo, antes de tomar uma bebida e finalmente toma. Ele começa antes a pensar coisas erradas e mete-se finalmente no curso que o leva à uma “recaída”. Não há mais razão para atribuir a “recaída” ao comportamento do alcoólatra do que há para atribuir uma recaída do tuberculoso ao comportamento do tuberculoso, ou um segundo colapso cardíaco ao comportamento do cardíaco.

A “recaída” do alcoólatra não é um sintoma de uma condição psicótica...O paciente simplesmente não seguiu as direções. Para o alcoólatra, A.A. oferece as direções. Um fator profilático vital, especialmente para o alcoólatra, é a emoção encorajadora. O alcoólatra que aprende algumas técnicas ou os mecanismos de A.A., mas não capta a filosofia ou o espírito, pode cansar-se de seguir as direções; não porque ele seja um alcoólatra, mas porque ele é humano. As regras e os regulamentos aborrecem quase todo mundo, porque eles são restritivos, proibitivos e negativos. A filosofia de A.A., todavia, é positiva e proporciona ampla emoção encorajadora, um desejo encorajador de seguir voluntariamente as direções.'

**08).** - Transcrevi o artigo de um profissional da década de 1930, a seguir fragmentos de um artigo desta década. São do Dr. Lais Marques Da Silva, ex-presidente da JUNAAB, Custódio não alcoólico. Grande amigo dos AAs., e até hoje nosso incansável colaborador, escreveu ele:

“As recaídas são fatos observados com freqüência. Ignoramos na quase

totalidade dos casos, suas causas e mecanismos, mas constatamos faltar

alguma coisa a esses doentes. Há companheiros com tendência especial a

recaída. São doentes graves. Provavelmente vão morrer do alcoolismo...

Diante de uma recaída, devemos nos satisfazer com as explicações habituais? Não havia chegado ao fundo do poço. Não estava pronto. Não fez o que eu aconselhei, ou ainda, recaiu porque não freqüentava mais o grupo? Será que o grupo se detém sobre o programa de recuperação de A.A?” Mais adiante prossegue: “A perda de controle vem antes da recaída. O companheiro entra em dificuldade e depois perde o controle”.

**09).** - Freqüentar ou não lugares onde servem bebidas? Pessoalmente evito ou vou acompanhado de um AA. Bill W. afirma: “Geralmente não evitamos um lugar onde haja bebida - se temos uma verdadeira razão para estar lá. Isso inclui bares, clubes noturnos, bailes, recepções, casamentos, até simples festinhas. Você vai notar que incluímos uma importante restrição. Assim, pergunte a você mesmo: “Tenho alguma boa razão social, comercial ou pessoal para ir a esse lugar?” “Ou espero roubar um pouco de prazer vicário do ambiente?” Então, vá ou se afaste, de acordo com o que lhe parecer melhor. Mas, antes de decidir, esteja certo de que sua base espiritual é sólida e de que seu motivo para ir é bom. Não pense no que você vai obter na ocasião. Pense no que você pode levar. Se não tiver firme, talvez seja melhor você trabalhar com um outro alcoólico!”

**11).** - Permitam que explore um pouquinho mais esse particular. Já descobrimos muitas maneiras de lidar com situações onde outros bebem e podendo nos sentir bem sem beber. Não podemos impedir que os outros bebam, nem renunciar ao prazer da companhia deles, embora seja mais sensato estar com quem não bebe. As pessoas que não podem comer camarão, peixe, nozes, morangos ou doces não se escondem em cavernas. Porque o faríamos nós?

**11A).** - No início da abstinência, é recomendável mantermo-nos afastados dos copos e dos lugares onde bebem. Podemos dar desculpas para não ir às festas onde beber é o grande divertimento. É importante afastarmo-

nos destas situações se elas nos causam mal estar. Tendo mesmo que ir e sabendo de antemão a hora que começa a festa, podemos chegar mais ou menos quando o jantar é servido. Muitos de nós fazemos isto. Se houver uma noitada de copos depois do jantar é melhor sair mais cedo. Poucos ou ninguém notará nossa saída. Chegando antes do jantar, dirijo-me ao bar e peço um refrigerante num copo com uma rodela de limão e gelo. Ninguém saberá se é ou não uma bebida alcoólica. Assim posso confraternizar sem precisar suportar as investidas do garçom e sua bandeja. A experiência acumulada de A.A. sugere várias formas de como lidar com êxito nestas situações. Ademais, qualquer companheiro mais antigo pode dar dicas de como lidar melhor com essas armadilhas. Se preferir dar desculpas, as seguintes parecem razoáveis. Não estou bebendo por razões de saúde. Estou fazendo dieta. Estou tomando antibiótico. O álcool me causa um tremendo mal estar. Já bebi tudo o que tinha direito. Já bebi tudo o que podia e descobri que não me cai bem. Tenho uma espécie de alergia ao álcool. Muito obrigado, hoje não quero beber nada.

**11B).** - Atualmente, minha explicação é muito mais direta, honesta, sincera, eficaz – não bebo porque sou portador da doença do alcoolismo e, se eu beber um único gole não consigo mais parar, mesmo depois de estar completamente bêbado. Com esta explicação já recebi vários pedidos de ajuda. “Olha meu pai, minha mãe, meu tio, meu cunhado ...” e por ai afora.

**12).** - Os relatos dos recaídos são estarrecedores. A maioria detona tudo aquilo que ainda haviam preservado. Muitos não suportando tamanha desventura se suicidam. O desespero, o transtorno emocional, espiritual e até mental e o agravamento da insanidade é tão intenso que os impedem de raciocinar que todo suicida sempre mata a pessoa errada. Citarei alguns casos:

**12A).** - Um padre, 18 anos sóbrio, recaiu numa tarde. Na madrugada seguinte enforcou-se na sacristia da igreja.

**12B).** - Um bom pai, de ótima família e reputação ilibada recaiu num final de semana. Na noite de domingo enforcou-se num pessegueiro.

**12C).** - Um consagrado jornalista, detentor do maior prêmio do jornalismo brasileiro, bebeu e na mesma noite suicidou-se com um tiro na cabeça.

**12D).** - Um companheiro magnífico, no desespero entre beber ou não, ao invés de pedir ajuda, jogou-se do alto de um prédio.



**12E).** - Outro companheiro bebeu. Internou-se e não suportando a desesperança, suicidou-se cortando as duas jugulares com um pedaço de vidro dentro do hospital.

**12F).** - Um homem bem sucedido, em quase tudo. Estava sem beber, mas sem a programação. Sentia-se muito infeliz. Enforcou-se numa viga da garagem.

**13).** - Muitas centenas de companheiros que recaíram, não tiveram uma segunda oportunidade. Alcançaram a morte bebendo. A insanidade reinstalada é tão traiçoeira que impede enxergar a saída que, sabemos estar logo ali.

**14).** - “Sabemos que enquanto o alcoólico se mantém afastado da bebida, ele geralmente reage do mesmo modo que as outras pessoas. Estamos igualmente convictos de que, quando ele ingere álcool, alguma coisa acontece, tanto no sentido físico como no mental, impedindo-o virtualmente de parar. A experiência de qualquer alcoólico confirmará isso plenamente. Seriam desnecessárias e acadêmicas essas observações, se o indivíduo nunca tomasse o primeiro gole, pois este é o que põe em movimento o terrível círculo vicioso...”.

**15).** - Nossa maior ameaça, desde os primórdios de A.A., é a recaída. De sorte que resumirei alguns relatos do Livro Azul, inicio com a catastrófica relutância de um companheiro, homem inteligente, de boa família, honrado, querido, bem casado, pai admirável, filhos educados, bem relacionado, dinâmico, trabalhador, responsável, honesto, recordista na 2ª Guerra Mundial, exímio vendedor, dono de uma lucrativa revenda de automóveis, normal em tudo, salvo, seu alcoolismo. Quando bêbado tornava-se violentíssimo. Foi internado num manicômio. Após sua alta, Bill W., lhe contou sobre seu alcoolismo e recuperação. Rapidamente parou de beber. Restabeleceu sua família. Assumiu o cargo de vendedor na empresa da qual fora proprietário. Tudo andou bem durante algum tempo. Não se desenvolveu espiritualmente. Veio o desencanto. Embebedou-se umas seis vezes em rápidas sucessões. Em cada recaída, analisava as possíveis motivações. Ele concluiu ser um alcoólico típico e que se continuasse bebendo voltaria ao manicômio e perderia tudo. Apesar disso bebeu com a desculpa, de ter discutido com o chefe. Saiu para visitar um cliente. Entrou num restaurante para comer algo. Não pensava

em beber. De repente teve a idéia de misturar uma dose de uísque no copo de leite. Sentiu-se fortalecido e repetiu a receita várias vezes. Assim, retornou ao sanatório com a ameaça de perder a própria vida.

**16).** - Podemos chamar isso de loucura. É inacreditável como a obsessão pelo álcool dribla até a inteligência privilegiada. Já atribuímos nossas recaídas a circunstâncias tais como: depressão, ciúme, inquietação, irritabilidade, nervosismo, cólera e etc. Parecem boas razões, mas falsas - face ao sofrimento que a bebida exige e impõe.

**17).** - O comportamento do alcoólico é tão louco como alguém com o impulso de ziguezaguear pelo meio do trânsito intenso. Fica feliz correndo entre os carros em movimento; continua se arriscando, apesar das recomendações contrárias. É classificado como esquisito. Sofre inúmeras fraturas; interna-se para tratamento; recebe alta e continua com sua maluquice, até fraturar a coluna ou o crânio e ficar paraplégico ou morrer. A obsessão pelo álcool supera tudo aquilo que podemos imaginar. Alguns podem julgar a comparação exagerada e louca. Mas, não é. Nós que mordemos a isca do alcoolismo sabemos que, basta substituir a palavra ziguezaguear pelo 1º gole. Todavia, apesar de tão bem informados sobre a doença, por que não o evitamos? A compulsão é tão intensa e traiçoeira que faz lembrar uma forma de loucura, ou qual outra designação um quadro de recaída poderia receber? Qual será a razão deste comportamento suicida? Sabendo ele, pela própria experiência, que um único gole o leva a catastróficos resultados, e ao mesmo cortejo de sofrimentos e humilhações. Cadê aquela força de vontade que quase nunca nos falhou em relação a outros assuntos? Este é um enigma para o qual ainda não temos uma resposta satisfatória. Todavia, sabemos que se o alcoólico evitar a bebida, o que é plenamente possível, (todos já comprovamos isso) poderá reagir como outro homem qualquer ou até melhor. Com o 1º gole acionamos o terrível círculo vicioso de insanidade física, mental e espiritual que dificulta, cada vez mais, o desejo de parar de beber. Qualquer AA poderá corroborar esta verdade. Podemos apresentar inúmeras desculpas para justificar uma recaída; algumas até com certa lógica, porém todas carecem de fundamentação, face ao tremendo sofrimento que exigem e impõem. Que diríamos para alguém que, sentindo uma brutal dor de cabeça, a golpeasse com uma marreta para aliviar a dor? O alcoólatra por longo tempo alimenta a idéia maluca de que um dia poderá controlar a bebida; até descobrir ser isso absolutamente impossível. Para nós e, principalmente, para os não alcoólicos este é um fato de difícil compreensão. Se queirmos parte do nosso corpo ou

levarmos um grande choque elétrico teremos muito cuidado com o fogo e a eletricidade; e por que, em relação à bebida alcoólica, nosso comportamento é tão diferente e até inconcebível? Ingenuamente e sinceramente iludidos juramos beber somente uma e, após a terceira dose, esmurramos o balcão dizendo: ‘Estou novamente embriagado, que posso fazer ?..Bem pararei na sexta dose...ou então... De que adianta parar agora?’

**18).** - As peripécias de Frederico, bom filho, bom namorado, bom marido, bom pai de filhos bem encaminhados, bom amigo, bom profissional, dono de uma empresa, bem relacionado, mas também bom de copo. Internou-se para tratar “dos nervos”. Era sua primeira experiência deste tipo. Sentia-se envergonhado e humilhado. O médico lhe informou da gravidade do seu alcoolismo. Foi abordado; não aceitou nosso programa. Tinha certeza que, com a humilhação e arrependimento impostos, não beberia até o fim de sua vida. Ademais, seu conhecimento e firme determinação, seriam a solução definitiva do problema. Não deu mais notícias, até o dia em que se internou novamente e mandou chamar Bill W., contando-lhe a história que transcrevo na íntegra:

“Fiquei muito impressionado com o que vocês me explicaram sobre o alcoolismo e, francamente, não acreditei que seria possível eu tornar a beber. Apreciei bastante suas idéias sobre essa loucura momentânea que antecede o 1º gole, mas confiava em que não podia acontecer a mim depois do que havia aprendido. Raciocinei que eu não era um caso tão avançado, como a maioria de vocês, e que normalmente havia tido êxito na resolução dos meus problemas pessoais. Portanto, eu teria êxito onde vocês haviam fracassado. Pensei ter toda razão em sentir-me confiante e que era somente questão de pôr em prática minha força de vontade e ficar atento”.

“Neste estado mental prossegui com meus negócios e durante algum tempo

tudo andou bem. Não me era difícil recusar bebidas e comecei a pensar que

talvez houvesse tomado muito a sério um assunto tão simples. Um dia fui a

Washington para apresentar um depoimento sobre contabilidade a um órgão

do governo. Já havia estado fora de minha cidade durante este período de

sobriedade, de modo que não havia nada de excepcional nessa viagem.

Fisicamente, sentia-me ótimo. No negócio, tudo correu bem; estava contente

e sabia que os meus sócios também estariam. Era o fim de um dia perfeito, sem uma nuvem no horizonte.

Voltei ao meu hotel e me vesti para o jantar, sem nenhuma pressa. Ao entrar na sala de refeições, veio-me à mente a idéia que seria delicioso tomar um par de coquetéis com o jantar. Só isso. Nada mais. Pedi um coquetel e minha comida. Depois, pedi mais um coquetel. Após o jantar, decidi dar um passeio. Quando voltei ao hotel, achei por bem tomar só 'um' antes de deitar, e entrei no bar. Lembro-me haver de tomado vários outros nessa noite e muitos na manhã seguinte. Tenho uma vaga lembrança de estar num avião, rumo a Nova Iorque, e de encontrar um amigável chofer de táxi no aeroporto, ao invés de minha esposa. O chofer me dirigiu por vários dias. Sei muito pouco sobre para onde fui, o que fiz ou o que falei. Então, veio o hospital, com o terrível sofrimento físico e mental.

Logo que recuperei minha faculdade de pensar, rememorei cuidadosamente essa noite em Washington. Não somente me havia descuidado, como não havia oposto a mínima resistência ao 1º gole. Desta vez não havia considerado as conseqüências, nem por um instante. Havia começado a beber tão descuidadamente, como se os coquetéis fossem refrescos. Agora lembrei-me que meus amigos alcoólatras me haviam previsto que, se eu tivesse uma mente alcoólica, o momento e o lugar surgiriam e eu iria beber novamente. Havia dito que embora eu construísse uma defesa, ela algum dia cairia face a alguma desculpa insignificante para beber. Bem, foi precisamente isso o que aconteceu, e, mais do que isso, o que havia aprendido sobre o alcoolismo nem sequer me veio à mente. Soube, a partir desse momento, que eu tinha uma mente alcoólica. Vi que a força de vontade e o conhecimento próprio não me viriam ajudar nesses estranhos momentos cegos. Nunca havia entendido as pessoas que diziam não conseguir dominar um determinado problema. Agora, entendia.

Dois membros de A.A. vieram visitar-me. Sorriram – fato que não aprezei muito – e depois me perguntaram se eu me considerava um alcoólico e se desta vez me encontrava realmente superado. Tive que concordar com ambas as proposições. Deram-me uma porção de provas de que uma mentalidade alcoólica, como a que eu havia exibido em Washington, era uma condição desesperada. Citaram casos às dúzias de suas próprias experiências. Este processo apagou a última chama de convicção de me sair vitorioso sozinho.

“Então, eles me expuseram a solução espiritual e o programa de ação que cem deles haviam seguido, com êxito. Embora não fosse beato, as suas

proposições não eram difíceis de aceitar intelectualmente. Mas o programa de ação, embora inteiramente lógico, era um tanto drástico. Significava que eu teria de atirar pela janela os conceitos de minha vida inteira. Isso não foi fácil. Mas a partir do momento em que decidi pôr em prática o programa, tive a curiosa sensação de que minha condição alcoólica estava remediada, como de fato já se provou que estava”.

“Igualmente importante foi a descoberta de que os princípios espirituais resolveriam todos os meus problemas. Desde aquele dia entrei num modo de vida mil vezes mais satisfatório e, espero, muito mais útil do que o viver anterior. Meu antigo modo de vida não era mau, porém, não trocava os meus melhores momentos pelos piores que agora tenho. Não voltaria àquela vida, nem que pudesse”.

**19).** - Outro alcoólico parou de beber aos trinta anos, porque tinha grande ambição profissional. Obteve considerável sucesso. Aposentou-se aos cinqüenta e cinco anos. Reativou seu alcoolismo. Dois meses depois se internou, confuso e humilhado, num nosocômio. Apesar dos internamentos, sua fortuna e invejável força de vontade - morreu de alcoolismo, logo após. Esta poderia ser mais uma grande lição entre milhões de outras. Para sermos enterrados em sobriedade precisaremos sepultar a esperança de que um dia seremos imunes ao álcool. Para sermos alcoólatras e alcançar a morte, não precisamos beber muito e nem por muito tempo.

**20).** - O alcoólatra é como a cana, ela só dá o açúcar depois de passar por grandes apertos. Se alguém disser para um canceroso, evite comer verduras e ficará curado Ele jamais as comerá e passará longe de gramados por serem verdes e dos quartéis, só porque lá usam roupa verde - oliva. Se, lhe fosse dito – assista duas reuniões mensais e deterás o câncer, ele participaria de duas diárias. Por outro lado o alcoólatra duvida até daquilo que lhe é dito por técnicos qualificados. Bill, afirmou:

“O alcoolismo, não o câncer, era minha doença, mas qual a diferença? O

alcoolismo também não era um consumidor do corpo e da mente? O

alcoolismo levaria mais tempo para matar, mas o resultado era o mesmo.

Então decidi, que se houvesse um grande Médico que pudesse curar a

doença do alcoolismo, o melhor que eu poderia fazer era procurá-Lo imediatamente”.

**21).** - Todos nós conhecemos Os Doze Passos de A.A. sugeridos para a recuperação, talvez muitos não conheçam as seguintes “armadilhas” para uma dolorosa recaída:

“**A.-** Comece a faltar às reuniões por qualquer motivo, real ou imaginário. **B.-** Critique os métodos utilizados por outras pessoas que não estejam em completo acordo com os que você emprega. **C.-** Alimente a idéia de que algum dia você poderá beber novamente e converter-se em bebedor controlado; **C.-** Deixe que os outros membros do seu grupo façam o trabalho do Décimo Segundo Passo por você, já que você vive muito ocupado. **E.-** Adquirir consciência de sua “Antigüidade” e olhe cada recém-chegado com ceticismo e ironia. **F.-** Sinta-se tão satisfeito com seus pontos de vista acerca do programa, que se considere um “velho mentor”. **G.-** Organize dentro do seu grupo um “clã”, um “grupinho” de poucos membros que absoluta e totalmente concordem com suas idéias. **H.-** Diga em segredo ao recém-chegado que você não tem necessidade de levar a sério alguns dos Doze Passos. **I.-** Permita que se aprofunde em sua mente, mais e mais, a grande ajuda que você presta a outras pessoas e não trate de lembrar de que o programa de A.A. está ajudando você. **J.-** Desqualifique de imediato o membro que haja sofrido uma recaída. **L.-** Cultive o hábito de emprestar ou pedir dinheiro emprestado a seus companheiros e comece a afastar-se das reuniões para evitar encontros desagradáveis. **M.-** Convença-se de que o programa de vinte e quatro horas é vital para os “novos”, porém, você já “superou” esta etapa”. **FUJA DELAS).**

**22).** - Não preciso entrar em pânico caso surja uma leve vontade de beber, mas, se for compulsão preciso pedir ajuda urgente, nem que ela seja por telefone.

**23).** - O fato concreto é que eu devo estar preparado para o revezes da vida. Chova ou faça sol, não preciso beber. Aconteça em minha família um nascimento ou um óbito não preciso beber Observando a beleza da natureza, um abalo sísmico ou um grande terremoto não preciso beber. Na paz ou na guerra não preciso beber. O relato que transcrevo, me fortalece:

“No dia em que a calamidade de Pearl Harbor caiu sobre os Estados Unidos, um grande amigo de A.A. - o padre Edward Dowling, que não era alcoólico, mas tinha sido um dos fundadores do esforçado grupo de A.A., em St. Louis estava passando por uma rua dessa cidade. Como muito de seus amigos - geralmente sóbrios - já tivessem bebido para esquecer as implicações do desastre de Pearl Harbor, o padre Ed estava angustiado com o pensamento de que seu querido grupo de A.A. provavelmente fizesse o mesmo”.

Então um membro, sóbrio há menos de um ano, se pôs a caminhar junto e entabulou com o padre Ed uma animada conversa - principalmente a respeito de A.A. O padre Ed viu, com alívio, que seu companheiro estava perfeitamente sóbrio.

“Como é que você não tem nada a dizer sobre Pearl Harbor? Como você pode suportar semelhante golpe?”

“Bem, respondeu o novato, cada um de nós de A. A. já teve o seu Pearl Harbor particular”. Logo, por que deveríamos - nós, bêbados - nos sentir derrotados com esse golpe?”

**24).** - Nunca fiz e jamais farei a apologia da recaída, porém ousou dizer que ela tem uma “virtude”, a de convencer um cabeça dura - que nem eu - que o 1º gole estraçalha qualquer alcoólico. Bill W. escreveu uma carta para um companheiro recaído. Ela corrobora com minha assertiva. Eis parte dela:

“Nosso crescimento espiritual e emocional em A.A. não depende tanto do sucesso como de nossos fracassos e contratempos. Se você tiver isso em mente, acho que sua recaída terá o efeito de chutá-lo - escada acima, em vez de para baixo”.

“Nós AAs, não tivemos nenhum professor melhor do que a velha Senhora

Adversidade, a não ser naqueles casos em que recusamos o ensinamento”.

**25).** - Transcrevo o relato abaixo por parecer-me patético, dramático e hilariante: “Então, certo dia, Morgan, nosso homem irlandês, teve uma idéia. Ele disse: “Já trabalhei no ramo da publicidade e tinha um bom relacionamento com as emissoras de rádio. Conheço muito bem Gabriel Heatter e estou certo de que ele nos daria uma ajuda”. Assim, ele foi ver Heatter e logo voltou todo sorridente. “Garantido”, ele disse, “Gabriel vai nos ajudar”. Naquela época, o Sr. Heatter estava numa rede nacional de rádio com um programa chamado “Nós, o povo”, que consistia de entrevistas com a duração de três minutos. Ele logo se interessou por nossa história. Ele planejou uma entrevista para Morgan, a fim de que esse descrevesse rapidamente sua queda e sua recuperação, para então lhe perguntar a respeito de alguns fatos sobre A.A. e depois fazer uma propaganda do livro. Achamos que isso era simplesmente formidável. E ainda mais que seria divulgado por uma rede de alcance nacional.

...Nesse meio – tempo, Gabriel Heatter tinha marcado a data para a entrevista de Morgan. Faltava apenas uma semana, e todos nós estávamos nervosos. Tendo em mente alguns fracassos anteriores, alguém mencionou uma nota de precaução: - o que aconteceria se Morgan, recentemente com alta do sanatório, estivesse bêbado no dia de sua entrevista radiofônica! Uma dura experiência nos dizia que isso era possível. Como poderia tal calamidade ser evitada?

Muito gentilmente sugerimos ao ressentido Morgan que ele teria que ser trancado num lugar, até a noite da entrevista radiofônica. Foi necessário que Henry apelasse a todas as suas astúcias de vendedor para convencê-lo, porém, o conseguiu. A única coisa que faltava resolver era onde e como poderíamos trancá-lo. Henry (Foi ateu) que tinha agora sua fé totalmente restaurada, solenemente declarou que “Deus proveria”. Ele se lembrou de que um dos prósperos recém – chegados era sócio do Clube Atlético de Downtown. Se pagássemos as despesas, poderíamos usar um quarto com duas camas? Resmungando espalhafatosamente, Morgan foi conduzido para o cativo. Durante vários dias, revezamos para vigiá-lo durante vinte e quatro horas, nunca lhe permitindo que saísse do alcance de nossa vista.



... Uma hora antes da transmissão radiofônica, todos os nossos membros e familiares reuniram-se ao redor de seus rádios para esperar pelo grande momento. Tal como tinha sido previsto, Gabriel falou exatamente na hora marcada. Em todos os lares de nossos membros de New York, sentiu-se alívio quando a voz de Morgan foi ouvida. Ele tinha conseguido chegar ao local da entrevista, sem estar bêbado. ...”

**26).** - Hoje não precisamos ficar trancafiados para evitarmos o 1º gole.

Dispomos de todos os recursos espirituais no Programa de vida sugerido por A.A..

Um companheiro questionou dois especialistas em alcoolismo, sobre: Pedro e Paulo pararam de beber no mesmo dia. Pedro com ajuda de A.A. e Paulo não. Dez anos sem beber se passaram, quando ambos se encontraram e juntos beberam. O sofrimento de Paulo foi insignificante se comparado com o de Pedro. Porque Pedro sofreu tanto? Com certeza qualquer membro de A.A. tem a resposta. A minha é que: Pedro transitou pelo caminho da espiritualidade e da busca de um melhor equilíbrio emocional; já tinha boa conscientização e razoável conhecimento da doença e, isto implica em mais responsabilidade, logo o tormento é muito maior.

E Paulo? Paulo continuou vivendo na “ignorância”; tenho afirmado: bendita e santa ignorância.

Muitos dos que recaem indagam por que uma recaída exige e impõe tanto sofrimento? No meu entendimento e experiência - por inúmeras razões, principalmente, por eu ter conhecido os dois lados da moeda: a desgraça bêbada e a graça da alegria em sobriedade; porque, recaindo, percebo que neutralizo meu processo de crescimento espiritual e emocional; a desesperança torna-se minha triste aliada; reinicio uma caminhada rumo à deterioração física e a morte está à minha espreita. E, ainda, porque no alegre convívio com os companheiros interei-me da fatalidade do alcoolismo e criei consciência das cruéis armadilhas que nele se escondem; desenvolvi a convicção de que é muito melhor curtir a sobriedade do que morder a isca envenenada e amarga do alcoolismo. Certamente todos já ouvimos: “Não troco os meus piores dias em sobriedade, pelos melhores no alcoolismo ativo”.

Naturalmente, todos sabemos que é Só Por Hoje! E só pela graça de Deus e até quando Ele quiser! Mas, que bom seria se este - Só Por Hoje - que amanhã ontem será, pudesse somar-se, progressivamente, até quando

estiver num lugar onde o alcoolismo não será mais ameaça e muito menos problema.

**Bibliografia: “Livro Azul Edição Brasileira” – “Livro Azul Edição Portuguesa”. “Na Opinião Do Bill”, “44 Pergunta e Resposta”, “AA Atinge a Maioridade”, “Os Doze Passos”, Revistas Vivência”, “Grupos Online: AA-Sobriedade e AABR”, “Coletânea vol. I e II” - F., Aluizio. Temáticas de Emílio M. e “O Tratamento do Alcoolismo” Prof. Edwards, Griffith.**