



TEMA SEMANAL “ALCOOLISMO E RECUPERAÇÃO”

PRIMEIRA PARTE:

Exp: Lucio A.

Sub-Título: A) Visão De Alcoolismo e Recuperação na minha ótica.(Os Artigos serão sub-divididos)

Abertura:

Ao Iniciar a desenvolver este tema, elevo meu pensamento em forma de gratidão, ao Poder Superior pela oportunidade única de servi-lo através de Alcoólicos Anônimos e Reciclar a Minha Vida através de 36 Princípios Espirituais que formam o Programa de nossa Irmandade.

Estes 36 Princípios estão inseridos nos Três Legados de Alcoólicos Anônimos e Bill W. na página 45 do Livro A.A. Atinge a Maioridade assim os descreve:

As principais heranças dos primeiros vinte anos de Alcoólicos Anônimos são os legados de ‘Recuperação, Unidade e de Serviço’ Pelo primeiro nos recuperamos do alcoolismo; pelo segundo permanecemos em unidade; pelo terceiro nossa Irmandade funciona e serve seu propósito fundamental, que é o de levar a ‘mensagem de A.A. para todos aqueles que dela precisam e a querem . Para ser membro em Recuperação precisamos de praticar com honestidade estes Três Legados.! Fiz esta abertura, pois, por minhas andanças vejo companheiros em seus depoimentos, perceberam que a Recuperação do Indivíduo está ligada diretamente Aos Doze Passos –Princípios essencialmente espirituais, mas para nosso crescimento é indispensável estarmos em UNIDADE e engajados No Serviço.Vejam na Sabedoria de Dr. Bob quando ele diz: “Nós entendemos o que o Amor é. Nós entendemos o que o Serviço é. ‘Os nossos Doze Passos quando experimentados até o último,

resumem-se todos eles às palavras ‘Amor e Serviço’. Dou a Sugestão ao meus Companheiros(as) em A.A. para lerem na pág. (47) de A.A. Atinge a Maioridade o que Bill Cita: “Estamos reunidos aqui em St. Louis para Comemorar o Vigésimo Aniversário de A.A. Viemos agradecer a Deus o fato D’ELE ter libertado muitos

de nós, de nossa escravidão. Estamos aqui para expressar, aos inúmeros amigos de A.A., nossa gratidão por tudo que eles têm feito para ajudar neste milagre de Recuperação e compartilhar com eles e com todos os outros a certeza da graça de DEUS entre nós. Perto de nós nesta tarde encontram-se mulheres, maridos, filhos (as) –aqueles que viveram a noite escura do alcoolismo conosco , aqueles que esperaram com esperança e dedicação uma manhã cheia de luz que estava para chegar. Para Terminar esta abertura e entrar no Tema “Alcoolismo e Recuperação” transcrevo um trecho de Bill, que irá abrir a nossa Mente: “

Estamos aqui para rever o “conhecimento” que adquirimos de como nos RECUPERAR de Nossa Doença , de como permanecer em Unidade e de como servir na transmissão da mensagem de A.A. para todos que ainda sofrem dessa estranha e fatal doença chamada alcoolismo”.

“Agora vamos ver a Definição De Alcoolismo Na Visão De Alcoólicos Anônimos, e no Livreto A.A. Em sua Comunidade (como a Irmandade trabalha em sua Comunidade Para Ajudar Alcoólicos) temos a pergunta: Como A.A. Vê o Alcoolismo ? “ O alcoolismo é, em nossa opinião, uma doença Progressiva – Espiritual e Emocional (ou Mental) tanto quanto Física. *** “Os alcoólicos que conhecemos parecem ter perdido o poder para controlar suas doses de Bebida”. No Livro Azul cita: “ O Médico que, a nosso pedido, nos cedeu esta carta ,teve a gentileza de estender-se em suas opiniões, na declaração que apresentamos a seguir. Nesta declaração, ele confirma aquilo em que nós,que sofremos a tortura do alcoolismo,certamente acreditamos: que o corpo do alcoólico é tão anormal quanto a sua mente.

Ninguém pediu para se tornar alcoólico, mas a realidade que a OMS informa estatisticamente que em torno de 13% a 15% da população mundial têm a Pré-disposição de desenvolver a doença do alcoolismo e Dr. Silkworth a definiu como sendo Uma Alergia Física aliada a uma Obsessão Fatal que nos leva a loucura e a morte prematura. 'Segue amanhã'.....

TEMÁTICA “Alcoolismo e Recuperação”

OBS: Este Artigo já havia compilado há Bem Tempo.!

Segunda Parte: Data 21-01-2010

EXP: Lucio A.

Sub-Título: B); Visão de Alcoolismo na Minha Ótica-

*Apontado pelas autoridades da área da saúde como um dos mais sérios problemas de Saúde Pública em todo globo terrestre , o alcoolismo, vem merecendo, cada vez mais, a atenção de especialistas os mais diversos. O ato de beber de forma ‘compulsiva e repetitiva’ é uma das características desse desconcertante transtorno, cuja origem se confunde com os primórdios da civilização.

Considerando que o alcoolismo seja realmente um sério problema de Saúde Pública em todo o mundo, constatamos que o bebedor descontrolado, ao longo do tempo, provoca um desequilíbrio generalizado em todas as pessoas acometida por este transtorno.

Assim temos, (antes da Instalação do alcoolismo) o Equilíbrio

Bio-psico-social e (depois da instalação do alcoolismo) o Desequilíbrio Bio-psico-social.

*Leia em A.A. Atinge a Maioridade na pág. 271, onde temos O Texto do Prêmio Lasker.

Continuando: ‘ Se o Alcoolismo é um problema tão antigo quanto a própria humanidade, acreditamos que a busca de soluções se arraste por igual período’. O conhecimento, evidentemente, durante séculos, não foi suficiente. Por isso, a situação do portador desse mal foi sempre “nebulosa”.

Vamos A Definição da palavra nebulosa: (Nebuloso –do latim nebulosu- Adj.1 coberto de nuvens ou vapores densos; nevoento,nublado,nubloso.2-Sombrio ,triste ameaçador-3-Sem transparência;turvo-4- Fig. Ininteligível,obscuro,enigmático,misterioso.

Sempre devemos nos lembrar ser o ‘Alcoolismo uma Doença Progressiva ,incurável e Fatal. No livro Azul, na pág. 18 Dr.William D. Silkworth, teve a gentileza de estender-se em suas opiniões, nas declarações que transcrevemos a seguir. Nesta declaração, ele confirma aquilo que em nós, ‘como o corpo do alcoólico é tão anormal quanto a sua mente’.*Não nos fazia ouvir dizer que não éramos capazes de controlar nosso modo de beber apenas porque éramos desajustados diante da vida, por estarmos fugindo da realidade, ou por ser rematados deficientes mentais. Estas coisas eram em parte, aliás, em grande parte, verdadeiras, para alguns de nós. Mas temos a certeza de que nossos corpos também estavam doentes.

Em nossa opinião, qualquer opinião que exclua este fator físico é incompleta. A teoria médica de que temos uma alergia a álcool nos interessa. Como leigos, pouca importância tem, é claro, nossa opinião quanto ao acerto dessa teoria. Mas como ex-bebedores problema, podemos dizer que sua explanação faz sentido. Explica muitas coisas para as quais, de outro modo não teríamos justificativa.

· Na minha humilde opinião a Teoria da Alergia, desenvolvida por Dr. Silkworth foi o ponto de partida para BILLW.aceitar a Doença do alcoolismo da qual era portador , e ter uma nova visão da vida , tendo a partir daquele momento a resposta para seu problema da bebida.

· Leiam no Livro Levar Adiante, pág. 110 este assunto mais detalhado. No primeiro encontro de Bill com Dr. Bob em 10 de junho de 1935 , dois Alcoólicos julgados sem esperança, fizeram brotar , nascer , Alcoólicos Anônimos num Ato de Serviço e Dr. Bob disse: Nunca nenhum outro Ser humano conversou comigo sobre alcoolismo Como Bill ! Hoje tenho uma percepção das palavras ditas por BILL..

Tecemos alguns Comentários sobre Alcoolismo e agora vamos ver o significado de RECUPERAÇÃO, segundo o dicionário de Aurélio:

Recuperação:(Do Latim Recuperatione)S.F.Ato ou feito de Recuperar-se.

Recuperar(do Latim recuperare) v.t.d. 1. Recobrar o (perdido); adquirir novamente. 2-Reabilitar.3-Indenizar-se; ressarcir-se .

A Recuperação do Alcoólicos está ligada aos Doze Passos que formam O Primeiro Legado De Nossa Irmandade e são essencialmente princípios Espirituais. Teremos oportunidade de dissertar ou transcrever sobre os mesmos.

Fatos Históricos:

Ø Um programa chamado de Irmandade Cristã do Primeiro Século, iniciado na Grã-Betanha nos anos 20, por Frank Buchman, também conhecido por Grupos Oxford, propunha a “mudança do mundo, através da mudança de vida.”

Ø Em 1932, na Suíça, o Psicólogo e Psiquiatra Carl Jung (1875- 1961) disse a Rowland que a esperança para o seu mal seria uma experiência (espiritual).

Ø A 38ª edição de As “Variedades da Experiência Religiosa” de William James havia saído em 1935 – mesmo ano de início do movimento que viria a se chamar Alcoólicos Anônimos.

Um “programa de informação verbal” havia sido desenvolvido a partir das idéias básicas dos Grupos Oxford, de William James e do Dr. Silkworth e depois de profundas modificações, consistiu de seis passos (seis etapas):

1. Admitimos que estávamos derrotados, que éramos impotentes perante o álcool;
2. Fizemos um inventário moral de nossos defeitos ou pecados;
3. Confessamos ou compartilhamos nossas imperfeições com uma outra pessoa, de forma confidencial;
4. Fizemos reparações a todos aqueles que tínhamos prejudicado, devida à nossa bebedeira;
5. Tentamos ajudar outros alcoólicos, sem buscar recompensa em dinheiro ou prestígio; e
6. Pedimos a DEUS, na forma em que achávamos que existia, a força para praticar esses preceitos.

Embora os princípios de evangelização agressiva e autoritária – os quatro absolutos:

Pureza, honestidade, desinteresse e amor – dos Grupos Evangélicos Oxford fossem rejeitados pelos alcoólatras, ainda assim, foi através deles que os primeiros membros se mantiveram sem beber.

Apesar dos progressos alcançados, no entender de Bill, nosso texto teria de ter uma forma clara e compreensiva, impedindo que a racionalização do alcoólatra pusesse tudo a perder. Se os “seis pilares da verdade” fossem divididos em partes menores, talvez se revestissem de contornos espirituais mais profundos e os leitores tivessem menos dificuldades.

*Dezembro/1938

“Eu estava neste estado, que era tudo, menos espiritual, na noite em que os Doze Passos de Alcoólicos Anônimos foram escritos. Eu estava cansado e magoado o suficiente. Eu me recostei na cama, na casa de número 182 da Clinton Street, com um lápis na mão e um bloco de papel rabiscado sobre o joelho. Não podia concentrar-me em meu trabalho e muito menos colocar meu coração nele. Mas aí está uma das coisas que tinha de ser feita. Pouco a pouco veio à minha mente algum tipo de luz”.

“Finalmente comecei a escrever” – conta Bill. “Eu me dispus a fazer o rascunho de mais de seis passos; quantos mais eu não sabia; eu me relaxei e pedi ajuda divina. Com uma velocidade surpreendente, tendo em vista minhas emoções, completei o primeiro rascunho.

Isso levou talvez meia hora. As palavras continuavam a surgir. Quando atingi um certo ponto, numerei os novos passos. Eram doze ao todo. De alguma forma, esse número me pareceu significativo. Sem qualquer motivo ou razão especial, eu os relacionei com os doze apóstolos.

****Motivação, Vontade:**

Em Alcoólicos Anônimos não há ponto de vista médico ou religioso. A.A. não procura

Reformar o membro. Ele, sim, terá de encontrar motivação e desenvolver a sua vontade

De se Recuperar. E direcionando a sua vontade para recobrar as condições perdidas,

Para a reabilitação, para ressarcir-se da dignidade perdida em um copo qualquer de bebida, ele terá a chance de ter de volta o *equilíbrio bio/psico/social e de se transformar em uma pessoa íntegra, feliz e útil a si e todos que os cercam. 'Esse equilíbrio que buscamos, encontramos na *Recuperação, Unidade e Serviço.

“Admissão, aceitação, Fé, boa-vontade,

Coragem, humildade, honestidade, desprendimento.

Tolerância, Amor, Generosidade, altruísmo são ingredientes necessários para a “RECUPERAÇÃO” OBS: Por coincidência os Ingredientes somam o Total de 12 Virtudes....

‘Os Doze Passos são as ferramentas, o caminho, o programa de recuperação, para uma nova maneira de VIVER’

*****EM 1939 Bill Escreve O Livro Alcoólicos Anônimos!**

O PROGRAMA DE RECUPERAÇÃO

Em princípio de 1939, a Irmandade publicou seu livro de texto básico, Alcoólicos Anônimos. Nesse Livro, escrito por Bill, expunha-se a filosofia e os métodos de A.A., a essência dos quais se encontram agora nos bem conhecidos Doze Passos de Recuperação. "segue amanhã".....

TEMÁTICA: “ALCOOLISMO E RECUPERAÇÃO”

TERCEIRA PARTE:

EXP: Lucio A.

SUB_TÍTULO: C) Visão de Alcoolismo e Recuperação Na Minha Ótica.

A História DE Alcoólicos Anônimos- Síntese “ Seu nascimento e Desenvolvimento nos EUA/ CANADÁ-

1- Preâmbulo!

2- O PROGRAMA DE RECUPERAÇÃO- O Valor DO PROGRAMA!

3- Alcoolismo –DOENÇA –Sua Definição Pela OMS

4- Informações Importantes!

Este trabalho é uma seqüência do primeiro artigo, com outro enfoque principal de chamar a atenção sobre a importância do Programa de Recuperação de Alcoólicos Anônimos e as informações foram tiradas ,no Livro Azul , AA Atinge A Maioridade ,Levar Adiante e outras fontes da nossa vasta Literatura. Peça permissão para abordar levemente fatos da História de nossa Irmandade .

“Jack Alexander iniciou seu artigo conhecido por todos com o Preâmbulo de AA e o mesmo irei fazer para responder em Síntese, o Que é Alcoólicos Anônimos?”

1- PREÂMBULO

‘ALCOÓLICOS ANONIMOS ® é uma irmandade de homens e mulheres que compartilham entre si sua experiência, força e esperança, a fim de resolver seu problema comum e ajudar outros a se recuperarem do alcoolismo.

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

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

. Nosso propósito primordial é o de mantermo-nos sóbrios e ajudar outros alcoólicos a alcançarem a sobriedade.’

“Direitos autorais © de The A.A. Grapevine, Inc.;

Reimpresso com permissão

Título: A História de AA! Seu nascimento e desenvolvimento nos EUA/ Canadá.

Alcoólicos Anônimos iniciou-se em 1935, em Akron, Ohio, com o encontro de Bill W., um corretor da Bolsa de Valores de New Iorque, e o Dr. Bob, um cirurgião de Akron. Ambos haviam sido alcoólicos desenganados. Obs: Em 10-06 próximo passado completou A.A. 75 anos de Fundação.

Antes de se conhecerem, Bill e o Dr. Bob tinham tido contato com o Grupo Oxford, uma sociedade composta, em sua maior parte por pessoas não alcoólicas, que defendia a aplicação de valores espirituais universais na vida diária.

Naquela época, os Grupos Oxford da América eram dirigidos pelo renomado clérigo episcopal Dr. Samuel Shoemaker. Sob sua influência espiritual, e com ajuda de seu velho amigo, Ebby T. , Bill havia conseguido sua * SOBRIEDADE e vinha mantendo sua *Recuperação trabalhando com outros alcoólicos.

Entretanto, o fato de ser membro do Grupo Oxford não havia oferecido ao Dr. Bob a suficiente ajuda para alcançar a Sobriedade.

Quando finalmente o Dr. Bob e Bill se conheceram, o encontro produziu no Dr. Bob um efeito imediato. Desta vez encontrava-se cara a cara com um companheiro alcoólico que havia conseguido deixar de beber. Bill insistia que o alcoolismo era uma Doença da Mente, das Emoções e do Corpo.

Esse importantíssimo fato fora-lhe comunicado pelo Dr. William D. Silkworth, do Hospital Tows, de New Iorque, instituição em que Bill fora internado várias vezes. Apesar de médico, o Dr. Bob não tivera conhecimento de que o Alcoolismo era uma Doença. Bob acabou convencido pelas idéias contundentes de Bill e logo alcançou sua Sobriedade.

Neste trecho observamos A Experiência de Recuperação de Dr. Bob ao conversar com outro alcoólico, sendo que desse encontro de Dois Alcoólicos Brotou Alcoólicos Anônimos. Ambos começaram a trabalhar imediatamente com os alcoólicos internados no Hospital de Akron . Como conseqüência de seus esforços , logo um paciente alcançou sua sobriedade.

A partir desse ponto nasceu O primeiro Grupo , segundo e terceiro...

O PROGRAMA DE RECUPERAÇÃO

Em princípio de 1939, a Irmandade publicou seu livro de texto básico, Alcoólicos Anônimos. Nesse Livro, escrito por Bill, expunha-se a filosofia e os métodos de A.A., a essência dos quais se encontram agora nos bem conhecidos Doze Passos de Recuperação.

Tendo como Fonte um trabalho de Fábio A. ,profundo estudioso de nossa Irmandade podemos verificar ou narrar os seguintes fatos:

a) Em 1938 Bill escreve OS Doze Passos –O Primeiro Legado Recuperação

b) Em 1946 As Doze Tradições são Publicadas _ O Segundo Legado – Unidade

d) Em 03-julho de 1955. “Domingo às Dezesesseis Horas .Ergue-se a espiral do Terceiro Legado : O Serviço.

Nota sobre O Terceiro Legado: O Símbolo, a Marca, a Estrutura Identificável, a Identidade Visual de A.A. .

(finalmente , a Definição)

*A Estrutura de Alcoólicos Anônimos ,representada, graficamente , por um Triângulo Equilátero(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.

Precisamos dar valor ao Programa de Alcoólicos Anônimos, pois , como viram acima, funciona para quem tem problemas com sua maneira de beber. Alcoolismo é uma Doença Física ,Mental e Espiritual, mas que pode ser detida ! Alcoólicos Anônimos é um dos meios que temos não somente de parar de Beber, mas de encontrar uma Nova Maneira de Vida ! Uma Sugestão para todos, leiam o Texto Básico de Nossa Irmandade ,o Livro Azul e encontrarão a saída Para a Dependência do álcool !

Premio Lasker: A Associação Médica de Saúde Pública outorga o Prêmio Lasker de 1951 para Alcoólicos Anônimos, em reconhecimento por sua maneira muito bem-sucedida e sem igual de lidar com o velho problema de saúde pública e social – o alcoolismo.

Na mesma página , cita: “Os historiadores podem, um dia apontar Alcoólicos Anônimos como uma Sociedade que fez muito mais do alcançar uma considerável média de êxitos com relação ao alcoolismo e seu estigma;eles podem reconhecer que Alcoólicos Anônimos tem sido a grande obra de pioneirismo Social e que produziu um novo Instrumento de ação social ; uma nova terapia baseada na semelhança do sofrimento comum; terapia que encerra em si um vasto potencial para os inúmeros males da humanidade . (pág. 271 de AA atinge a Maioridade) Segue.....

TEMÁTICA: “ALCOOLISMO E RECUPERAÇÃO”

Sub-Título: OBS: Sobre O LIVRO ALCOÓLICOS ANÔNIMOS FATOS MARCANTES :

Em princípio de 1939, a Irmandade publicou seu livro de texto básico, Alcoólicos Anônimos. Nesse Livro, escrito por Bill, expunha-se a filosofia e os métodos de A.A., a essência dos quais se encontram agora nos bem conhecidos Doze Passos de Recuperação.

EXP: Lucio A.

Informações Importantes: Alguns exemplos para se Analizar.!

A PRÁTICA DOS PASSOS e, sua Importância em nossas Vidas!
Dúvidas sobre a Eficácia dos Passos !

Infelizmente muitas vezes nós mesmos, membros de A.A., ao desprezarmos os Doze Passos, sugeridos como um programa de recuperação, até mesmo alguns de nós que já os conhecemos, mas pouco os praticamos, e não falamos sobre eles porque ainda duvidamos que tenham muita eficácia, temos nos prejudicado evitando que as promessas, descritas no Capítulo 6, “Entrando Em Ação”, do Livro Alcoólicos Anônimos, se cumpram em nossas vidas, as quais são:

1ª) Se formos cuidadosos, nesta fase do nosso crescimento, ficaremos surpresos antes de chegar à metade do caminho.

2ª) Estamos a ponto de conhecer uma nova liberdade e uma nova felicidade.

3ª) Não lamentaremos o passado, nem nos recusaremos a enxergá-lo.

4ª) Compreenderemos o significado da palavra serenidade e conheceremos a paz.

5ª) Não importa até que ponto descemos, veremos como nossa experiência pode ajudar outras pessoas.

6ª) Aquele sentimento de inutilidade e auto-piedade irá desaparecer.

7ª) Perderemos o interesse em coisas egoístas e passaremos a nos interessar pelos nossos semelhantes.

8ª) O egoísmo deixará de existir.

9ª) Todos os nossos pontos de vistas e atitudes perante a vida irão se modificar.

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

11ª) Saberemos intuitivamente como lidar com situações que costumavam nos desconsertar.

12ª) Perceberemos de repente que Deus está fazendo por nós o que não conseguimos 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.

No Livro Azul, Cap. 12, “ O Pesadelo de Dr. Bob, com sua sabedoria e experiência Ele cita, na pág.187 : “Se você acha que é ateu , agnóstico, cético ou tem algum outro tipo de orgulho intelectual que o impede de aceitar neste livro, sinto muito por você. Se ainda acredita que é suficientemente forte para ganhar sozinho o jogo, o problema é seu. Mas, se realmente quiser parar de beber, de uma vez por todas, e sentir, honestamente, que precisa de alguma ajuda , sabemos que temos uma resposta para você. Ela nunca falha, se você lhe dedicar a metade do entusiasmo que costumava ter para conseguir mais uma dose.

Seu Pai Celestial jamais o decepcionará!

No Capítulo 3, pág.53, Bill escreve: “ A maioria de nós não queria admitir que era, realmente, um alcoólico.Ninguém gosta da idéia de ser física e mentalmente diferente das outras pessoas. Assim, não causa surpresa o fato de que nossa relação com o álcool se tenha caracterizado por inúmeras e vãs tentativas de provar que podíamos beber como os outros. O pensamento de que, algum dia e de alguma maneira ele irá controlar e apreciar sua bebida ,é a grande obsessão de todo bebedor anormal . A persistência desta ilusão é incrível . Muitos a perseguem até os limites da Insanidade ou da morte!

Aprendemos que precisávamos admitir, do fundo de nossos corações, que éramos alcoólicos. Este é o Primeiro Passo para a RECUPERAÇÃO. É preciso destruir a ilusão de que somos, ou poderemos ser, iguais às outras pessoas.

Nós, alcoólicos somos homens e mulheres que perdemos a capacidade de controlar nossa bebida. Sabemos que o verdadeiro alcoólico jamais reassume o controle.

Mais abaixo Bill diz: estamos todos convencidos de os alcoólicos como nós estão nas garras de uma Doença Progressiva. Com o passar do tempo, pioramos. Nunca melhoramos.

Somos como homens que perderam as pernas; pernas novas nunca jamais nascerão. Seguindo temos: “ Os médicos familiarizados com o alcoolismo concordam que é impossível transformar um alcoólico num bebedor normal.

Um companheiro disse que precisamos mostrar caminhos já percorridos por Bill , Bob e os Milhares de Membros que paralisaram com a Doença do Alcoolismo e nada melhor que a busca para a Recuperação, Tendo A Mente Aberta para todos os fatos de nosso programa. Examinem O Preâmbulo, com calma e entenderão que a razão de nossa existência é o Alcoólico que está nas garras do alcoolismo.

Como o funciona o programa de recuperação sugerido por AA?

Fonte : Livro Alcoólicos Anônimos –Capítulo 5

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 serem honestos Consigo mesmos.

Existem pessoas assim. Não é sua culpa; parece terem 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 pudemos. Com toda a veemência de que somos capazes, pedimos que você seja corajoso e cuidadoso, desde o início.

Alguns de nós tentamos nos agarrar a nossas velhas ideias 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!

Meias medidas de nada adiantaram. Continuamos no ponto crítico. Pedimos a Ele proteção e cuidado, em total abandono.

Eis os passos que demos , e que são sugeridos como um programa de Recuperação .

1-Admitimos que éramos Impotentes perante o álcool –que tínhamos perdido o domínio sobre nossas vidas .

2-Viemos acreditar que um Poder Superior a nós mesmos poderia devolver-nos à Sanidade .

3-

Decidimos Entregar nossa Vontade e nossas Vidas aos cuidados de Deus , na forma em que O Concebíamos .

4-Fizemos minucioso e destemido inventário moral de nós mesmos .

5-Admitimos perante Deus , perante nós mesmos e perante outro ser humano , a natureza exata de nossas falhas .

6-Prontificamo-nos inteiramente a deixar que DEUS removesse todos esses defeitos de caráter .

7- Humildemente rogamos a Ele que nos livrasse de nossas imperfeições .

8- Fizemos uma Relação de todas as pessoas que tínhamos prejudicado e nos dispusemos a reparar os danos a elas causados .

9-Fizemos reparações diretas dos danos causados a tais pessoas , sempre que possível , salvo quando faze-las significasse prejudicá-las ou a outrem .

10- Continuamos fazendo o inventário pessoal e , quando estávamos errados , nós o admitíamos prontamente .

11- Procuramos , através da Prece e da Meditação , melhorar nosso contato consciente com DEUS , na forma em que O concebíamos , rogando apenas o conhecimento de SUA vontade em relação a nós e forçá-las para realizar esta vontade .

12-Tendo experimentado um despertar Espiritual . graças a esses Passos , procuramos transmitir esta Mensagem aos alcoólicos e praticar esses princípios em todas as nossas atividades .

Muitos de nós exclamamos : “ Mas Que Tarefa ! Não conseguirei fazer tudo isso!” Não desanime

Nenhum de nós foi capaz de se manter absolutamente fiel a esses princípios . Não somos Santos . O importante é que desejamos crescer espiritualmente .

Os princípios acima descritos são guias para o progresso . “ Nossa meta é o Progresso Espiritual , e não a Perfeição Espiritual . Nossa descrição do alcoólico , no Capítulo aos agnósticos e nossas experiências pessoais , antes e depois , deixam claras três ideias válidas :

a) Que éramos alcoólatras e não conseguíamos controlar nossas próprias vidas ;

b) Que , provavelmente , nenhum poder humano seria capaz de afastar nosso alcoolismo ;

c) Que Deus poderia fazê-lo , e assim faria , se fosse procurado .

Fonte : Livro Azul Com Autorização de Alcoholics Anonymous World Service, Inc

Terminando esse simples trabalho procurei me esforçar para passar para meus companheiros (as) Informações Sobre A Visão do Alcoolismo e Recuperação na minha Ótica , que foram sub-divididos em quatro Partes. Sei que os trechos foram longos , mais julguei colocar em primeiro lugar as Informações com conteúdo , sem deixar dúvidas.

Fraternalmente,
Lucio A.