

## A.A.: A PONTE DE VOLTA À VIDA

**Saulo F.**

(dr.saulofilardi@gmail.com)

*“Nós não somos um corpo físico vivendo uma experiência espiritual, mas sim Espírito vivendo uma experiência terrena” (Teilhard de Chardin)*

O título sugerido pelo SÉTIMO ENCONTRO COM OS VETERANOS em Cachoeira do Campo – Ouro Preto – Minas Gerais, pressupõe o seguinte: Primeiro, que, quando estávamos no que chamamos militância alcoólica, não vivíamos, vegetávamos. Segundo, que o ingresso na Irmandade de Alcoólicos Anônimos serviu para alguns como ponte para retornarmos à vida que havíamos perdido, ou, até mesmo, que nunca tivemos, dada a precocidade com que certos companheiros começaram a beber. Para se captar melhor a idéia que desenvolveremos a seguir, imaginemos esta ponte o mais realisticamente possível. Ao longo de sua extensão, há duas portas e cada uma delas se abre para um espaço que lhe é pertinente. Nesses dois espaços, ou nessas duas ilhas haverá uma mudança na individualidade de cada um dos passantes, por intermédio da conscientização. Mais ou menos dentro daquela linha do *“conhecereis a verdade e a verdade vos libertará*. Para ser mais exato, convém já de início estabelecer uma diferença entre as duas ilhas alcançadas pela ponte da boa vontade. É que a segunda não é propriamente uma ilha. É um continente. Melhor é o próprio planeta. É a terra toda, onde o sol do Espírito nunca se põe.

## *A PRIMEIRA PORTA*

Neste anfiteatro tão confortável onde estamos, não há um encontrista que seja, mesmo entre aqueles nossos amigos de A.A., que hesite em acreditar que o firmar-se em A.A. representou para cada alcoólatra um restabelecimento da sanidade mental, para usar uma expressão textual de nossa literatura, pois que a loucura desconcertante ficou para trás. Somos todos, aqui e a lures, lá e cá, em todos os quadrantes da terra, no mundo inteiro onde existe o programa, testemunhas expressivas da mudança ocorrida tão logo nos conscientizamos das primeiríssimas verdades nele expressas (primeiro passo) e as colocamos em prática. A vida do alcoólatra em abstinência, volto a repetir a idéia, ganha em ausência de doidice, e é quando ele substitui o chamamento irresistível para as garrafas por um desejo de ajustar-se à sociedade dos considerados normais (esta mesma sociedade que demonstrou, em estatística de rejeição social, que de todos os casos apresentados à pesquisa, apurou que o maior índice de rejeição social recaiu mesmo nos alcoólatras).

Esta fase inicial do alcoólatra na Irmandade significa que a primeira porta foi aberta por ele. Esta travessia engloba o ingresso formal ou não, frequência às reuniões e a evitação da bebida. Este primeiro estágio costuma propiciar, frequentemente, uma espécie de lua de mel com a vida e é de duração efêmera (embora Bill não a considere tão efêmera assim, pois, a julga presente durante o primeiro ano de abstinência). De qualquer forma, reduzida ou não, ela faz lembrar o castelo fantástico da tradição budista, que serve de injeção de ânimo para os caminhantes do Espírito, quando extenuados estão, assim como extenuados estávamos na época do ingresso. Como conseqüência, o ingressante passa horas e dias como se estivesse no céu. Atenção! Furto

essa imagem de um companheirinho, extremamente simples, oriundo da área rural, e provavelmente analfabeto, que assim se expressou na sua segunda reunião, uma semana depois do ingresso: *“parece que estou no céu!”*. Isto se passou há mais de três décadas e meia no grupo Renascer de Venda Nova/BH, e, na época, só havia uma reunião por semana, aos domingos. Nunca mais vi o João, de cujo nome, entretanto, jamais iria esquecer.

O Espírito de Deus fizera uma marca em João, o simples. Uma marca inesquecível, assim como inesquecível fora a marca incrustada no coração do primeiro de nós, meio advogado, meio engenheiro, meio corretor da bolsa, de boa cultura e escrita fácil, quando exclamou sozinho em seu quarto de hospital: Ah! Então esse é o Deus de que falam os pregadores! Naquele momento, era-lhe dado o salvo conduto para a missão espinhosa que a Vida lhe atribuiu, o “plus” necessário de energia para poder suportar o ambiente de confusão mental dos ex-bêbados, com os quais deveria se meter, e como líder! Inoculou-se nele, do Alto, o germen necessário de tolerância e sabedoria para que ele pudesse completar obra tão ingente.

Estes acontecimentos transcendentais, para não dizer miraculosos, nos fazem lembrar novamente que o homem é espírito. É espírito, embora pareça ser matéria, provisoriamente. Levamos tempo para descobrir que o centro de decisões da nossa vida não nos pertence, embora tenhamos a veleidade, a fatuidade, a leviandade, a ingenuidade, a vaidade (e tantos outros “ades” que pudesse colecionar) de a cada instante, de forma menor, desafiar Deus, exigindo que seja feita a minha vontade, não a Dele! É o que o psicoterapeuta Norberto Keppe, imigrante radicado no Brasil, intitulou de teomania. Quer dizer, desafiar Deus. Achar-se melhor que Ele. Invejá-lo! Tal atitude costuma passar desperce-

bida, porque acontece, no mais das vezes, em nível semi consciente.

### *A SEGUNDA PORTA*

Após atravessarmos o umbral daquela primeira porta, a que nos deu acesso ao A.A. vitoriosamente, logo começamos a vislumbrar à nossa frente uma segunda porta. É, como a primeira, uma bela e majestosa porta, mas, enquanto aquela possui, em alto relevo, ramagens entrelaçadas de flores multicoloridas, arabescos que mais parecem anunciar um clima de festa (a do ingresso), esta segunda porta é uma réplica daquela do templo de Delfos na Grécia antiga, e encimando-a a mesma inscrição atribuída aos sete sábios gregos: *“conheça-te a ti mesmo, e conhecerás a ti e ao universo”*. Chamemos a atenção para o seguinte, como reforço do primado do espírito, que aqui postulamos. Note-se que na sequência desta frase, somente a primeira parte é mais conhecida: *conheça-te a ti mesmo*. A expressão *“conhecerás a ti e ao universo”*, denota que todo o período não foi escrito, como muitos pensam, com o propósito específico de se analisar o mundo psicológico do ser humano. Aliás, naquela época, a psicologia ainda nem existia como ciência autônoma, tendo sido parida muitos anos mais tarde do ventre da honorável filosofia. Esta máxima tinha o destino de chamar a atenção, para o que já afirmamos aqui: que o ser humano é antes Espírito, e para tal direção deve voltar a sua mente. Conhecer a mim mesmo é o mesmo que conhecer o universo porque tudo que existe neste universo infinito tem a mesma natureza divina. Tal afirmação se prestava como uma anunciação do nosso parentesco com Deus. Também,

foi o que quis dizer Hermes de Trimegisto, outro cidadão da Grécia antiga, quando cunhou aquela expressiva frase *“o que está em cima é o mesmo que está em baixo”*, ou o que o Nazareno quis dizer com o *“assim na terra como no céu”*. Sobre o pensamento grego, aliás, não resisto em lembrar-me, do que já se disse sobre ele: *“nós pensamos como pensamos porque os gregos pensaram como pensaram”*.

Depois desta reflexão, que tomei emprestada, mas verdadeira, vou apresentar aos dignos participantes uma pergunta crucial. Arrisco-me a dizer que ela é o xis da questão no estágio avançado da segunda porta. Observem-na e tentem respondê-la: Creio que todos nós, sem exceção, já concordamos que o A.A. trouxe os alcoólicos de volta para a vida. Mas para que vida? Ou, seria melhor, para que modalidade de vida? Seria para o padrão de viver integral, completo, maravilhoso? É como se Bill estivesse nos questionando permanentemente: *“Da felicidade verdadeira” conhecemos?*

Pois bem, se a resposta for positiva não haverá necessidade de se adentrar a segunda porta. Já está tudo bem. Se a resposta for negativa, ou seja, se ainda nos falta qualidade de vida emocional e espiritual, como é expresso no poema de Maria Cristina Magalhães (publicado na revista *“O Cruzeiro, de nove de outubro de 1968”*), então a segunda porta, a do autoconhecimento, terá que ser aberta, e seremos convidados a entrar. O poema a seguir, retrata com maestria a mediocridade e a pequenez da espécie humana. Lamentavelmente, é verdade, estamos apenas meio acordados. Nossa escala de valores obedece à prioridade dos sentidos físicos, todos eles caixa de ressonância da matéria e não do espírito. Observem o poema:

*Vivem \ Pensam que vivem \ Embora não tenham conhecido a vida \ Fazem suposições \ Querem dominar tudo \ Mas esquecem de dar o primeiro passo \ Para a conquista do próprio ser \ Para o domínio do mundo interior*

*Eu penso que um dia \ Todos se voltarão \ Para as próprias almas \ Como quem respira \ Por enquanto não passam de estátuas \ Que querem ser colocadas no alto \ Para ser adoradas \ Pobre humanidade ausente!*

Conclusão? Que se quisermos ser livres, devemos abrir a segunda porta, a porta do autoconhecimento. Uma vez lá, vamos nos juntar àquela plêiade de homens e mulheres que lá se encontram e que correspondem à nata da civilização humana.

Ali, juntamente com todos, alcoólicos ou não, vamos por mãos à obra e descartar o que não for justo, harmonioso, bom, à semelhança do que escreveu Paulo, o apóstolo, nos seus conselhos. Em vez de sermos estátuas colocadas no alto para sermos adorados, como alertou-nos o poema, adoraremos o Divino.

Assim, como, no século XIX O adorou o português Antônio Correia:

*Espírito do Abismo e das Alturas \ Que em tudo quanto vive se derrama:\ Já luz antes de ser a chama! \ Criador que se fez obra das criaturas! \ Alma que deu alma às pedras duras! \ Amor tão desamado que nos ama! Gênio que inspira a noite, e a treva inflama, \ Desde as ondas às verdes espessuras. | Centro e fusão*

*de todas as distâncias; \ Velhice-mãe de todas as infâncias; \ E futuro de quanto há de morrer... \ Possa a minha alma ver-te, um só segundo, \ Presente e em ti, pretérito do mundo, \ Infinito imortal do verbo ser!*

Este ar de eternidade que se respira no poema faz lembrar a afirmação de Cristo, “Em verdade, em verdade eu vos digo: antes de Abraão existir, eu Sou”, ou o koan Zen Budista, uma espécie de “pegadinha” ou quebra-cabeça espiritual, quando o mestre, confrontando o discípulo, para aferir o desenvolvimento dele, indaga: “*qual era o rosto de seus antepassados antes de nascerem?*”.

Peço permissão para insistir na verdade de que o modelo de vida voltado para o Alto dá mais “lucro”, um tipo de lucro com o qual não estamos acostumados, mas que, certamente, é mais gratificante.

Veja no texto de Oliver Wendell Holmes como, figuradamente, ele nos ensina que, no que diz respeito á estatura espiritual de cada um, podemos evoluir de um modesto estágio para outros cada vez maiores, aqui na Terra mesmo:

*“Ergue para ti mansões mais imponentes, ó minha alma,  
/ Enquanto as estações ligeiras passam / Abandona o teu passado  
de abóbada baixa! / Que cada novo domo seja maior que o anterior,  
/ Cubra-te do céu com uma cúpula cada vez mais vasta, /  
Até que finalmente te vejas livre, / Deixando tua concha pequena  
no mar agitado da vida!*

Chegou a hora, que tem o nome de agora – aliás, não existe outra hora - a hora de atravessarmos a segunda porta. Caramba! Eu notei e você também haverá de notar que a aprendizagem que se nos apresenta é semelhante ao que já sabíamos. Expressando-me de outra forma, encontraremos do outro lado ferramentas que nós já havíamos utilizado, com êxito, para abandonar a bebida. Isto é, perceberemos, naquele ambiente de iniciação, ferramentas indispensáveis tanto para parar de beber, como para esse novo projeto de vida com qualidade.

#### *AINDA SOBRE A SEGUNDA PORTA*

*“Nesse dia, ele percebeu o que os mestres sempre estiveram dizendo: que é você quem cria todas as suas emoções – seu inferno e seu céu, seu amor e seu ódio” (OSHO)*

Uma das ferramentas lá encontráveis atende pelo nome, para nós conhecidíssimo, de *R E N D I Ç Ã O*.

Antes, no início do programa de A.A., me submeti à idéia de que era impossível conviver com a bebida socialmente e que teria que abandoná-la. Era uma questão de vida ou de morte, praticamente.

Por isto Bill nos disse: *“tal é o paradoxo da recuperação em A.A.: a força nascendo da fraqueza e da derrota completa, a perda de uma vida antiga como condição para encontrar uma nova”*.

Que tal aplicarmos a mesma ferramenta nos demais problemas da existência, em particular nas dificuldades emocionais? Esta metodologia não é de forma alguma estranha à literatura da Irmandade. Aqui estamos apenas sublinhando-a. Curiosamente, porém, o que não nos ameaça de morte, ao menos com tanto espalhafato como a bebida, tende a ser desconsiderado, ou mi-



nimizado. Assim não nos apercebemos imediatamente que os desamores capitais (nome no meu entender mais apropriado para pecados capitais – Xô ,sentimento de culpa!) podem ser eficientemente combatidos com a mesma ferramenta da rendição.

Tem a palavra o terceiro passo: *“e os fatos parecem ser estes: quanto mais nos dispomos a depender de um Poder Superior, mais independentes nos tornamos. Portanto, a dependência, como se pratica em A.A., é realmente um meio de ganhar a verdadeira independência do espírito”*.

Estou seguro de que há uma sinonímia entre as palavras dependência, utilizada no Passo Três, e rendição, embora não sejam sinônimas no léxico. Ambas, dependência a um Poder Superior e rendição repercutem positivamente na redução e na extinção do ego psicológico, obstáculo de passagem, para o nosso viver, da Grande Luz, que é Deus.

As ferramentas encontradas após a transposição do portal do autoconhecimento não são poucas. Algumas delas você já encontrou no pequeno livro intitulado “Os Doze Passos”, não é mesmo? É claro que não faz parte de nosso propósito aqui uma extensa enumeração desses recursos do que poderemos intitular de tecnologia espiritual. Mas, cuidemos rapidamente de mais um: o SÓ POR HOJE.

Há muitos anos, na década de oitenta, tomei contato com os ensinamentos de um escritor norte americano chamado Vernon Howard. Tratava-se de pensamento positivo, certamente, mas visto sob um ângulo inteiramente de acordo com as escolas místicas orientais e ocidentais. Nele fala o autor sobre o poder de descartar, ou seja, como diz em determinado ponto, devo tirar o problema do único lugar onde ele existe: minha mente! Ensina

que o crescimento do ser humano pode ser conseguido desatracando os pensamentos que não me são úteis. Atente-se para o fato de que tal idéia quase mágica potencializa-se com aquela de que Deus habita dentro de mim, constante em toda a sabedoria oriental.

O alcoólatra, ainda que em abstinência, que tristeza! - é um exímio colecionador de pensamentos inúteis, sombrios e prejudiciais. Então todo esse lixo mental se volta contra ele e agrava ainda mais a situação, num ciclo vicioso interminável. Muitos que não conseguiram manter fidelidade ao programa de recuperação na Irmandade, não o conseguiram porque se perderam no cipoal das questões mal resolvidas. Mas há os que permanecem no programa. Contudo, uma fração deles reage de forma acovardada, e a outra se infla de um orgulho desmedido. E não fica por aí: com presença, quero crer majoritária, há aqueles que ora se acovardam, ora se enchem de arrogância, numa dança esquizofrênica.

Todo esse entulho mental cujo poder de fogo de desgovernar o ser humano é formidável advém de uma raiz única, qual seja a crença de que nós somos o corpo, de que nós somos a mente, de que nós somos a nossa emoção. Na medida em que nos identificamos, imprópria e falsamente, com o aspecto material da vida, o sofrimento torna-se inevitável, eis que não há perfeição no corpo, na mente e na emoção e a vida se transforma em uma pilha de frustrações, e numa perseguição inalcançável de fantasmas.

Neste momento faço a mim mesmo duas perguntas: Será que tive a concordância sua de que o nosso livre arbítrio nos permite escolher tanto os pensamentos harmoniosos e úteis (ainda que

pareçam totalmente inverídicos no momento), como igualmente expulsar aqueles que causam atraso na vida humana?

Por outro lado, terão concordado, de que deveremos nos identificar com o Espírito de Deus, e não com o espírito de porco? Ruim a expressão, quase indelicada, mas verdadeira. Sem querer parecer dogmático ou radical, temos todos “dentro” de nós algo mais: um princípio divino, semelhante à idéia que os hinduístas denominam de atmã.

Lembremo-nos de que as idéias espirituais se entrelaçam e são interdependentes entre si. A concordância com as duas é fundamental para o exercício imaginativo para o qual peço a colaboração delicada de todos os amigos. É um trabalho de faz de conta. Para valorizar o resultado, se quiser, feche os olhos e relaxe o corpo e a mente: imagine que no interior de seu ser resplandece uma pedra preciosa e fulgurante. Dê-se ao luxo, inclusive, de escolher a cor, não importando ser ela de um vermelho-brilhante, como as chamas de uma fogueira; ou de um azul límpido de metileno, presente no céu de brigadeiro; ou até dourada como o sol a pino; ou ainda de um branco translúcido como as supostas asas de um anjo Como queira. Esta luz que emana desta gema, ela, sim, é você, eternamente linda. Não há mais espaço para os problemas, pois eles pertencem aos pés de poeira espirituais, e aos pés de chinelo emocionais, aos que não se viram fulgurantes por “dentro”.

Esta história de cores me faz recordar um companheiro, de apelido Delegado, também do Grupo Renascer, que partiu recentemente, não antes, porém, de completar um século entre nós. Ele se enchia de emoção ao repetir na cabeceira de mesa que o A.A. é uma “*explosão colorida!*”. Estou descobrindo, saudoso

companheiro Delegado, que cada um de nós é também uma formidável explosão colorida! Escute aí de cima, querido companheiro, a orientação Sir Thomas Browne, *“trazemos dentro de nós as maravilhas que buscamos fora de nós próprios”*.

Todavia, voltemos ao “Só por hoje”, antes de encerrar. Penso que, afora os grupos religiosos, afora as correntes filosóficas, não há no mundo outra irmandade que preze mais o momento presente que a Irmandade de AA, mas a todos suplantando com muita folga. Para o membro de AA, o agora não pode ser teórico. Eis que com relação àquilo que tanto nos incomodava, temos que afirmar: “Hoje eu não bebo!”. Convivemos diariamente com o momento presente, já que para nós é uma necessidade de vida. Como Kipling, aprendemos a dar *“ao minuto fatal todo valor e brilho”*. Por intermédio desta filosofia de vida, nos libertamos da compulsão alcoólica, dizendo de nós para nós mesmos: “agora não”!

Pois bem, a utilidade desta ferramenta, para uns chamada de Só Por Hoje, e para outros de momento presente, ou de agora, não esgotou a sua utilidade depois de nos ajudar a resolver o problema alcoólico. O fato é que, pela intimidade que já temos com ela, o trabalho fica até facilitado ao atravessarmos a segunda porta. Você gostaria de exemplos? São muitos: humildade só por hoje, o que já é alguma vantagem. Melhor só por hoje do que nunca. Agora não vou me irar, pelo menos enquanto não contar até dez ou até mil, enquanto não concentrar-me em engolir a saliva ou fazer respirações profundas. Agora vou trabalhar nem que seja um pouquinho; quem sabe amanhã trabalharei mais. Agora não terei inveja porque a luz de Deus brilha dentro de mim e ele me fez um ser único, indispensável, logo incomparável. Somente agora não comerei tanto; quero esperar pelos sinais internos do aparelho digestivo. Este me dará, tão rapidamente quanto necessário, o retorno se está saciado ou não. Não

ficarei triste; ao contrário me alegrarei. É que agora compreendi que estou feliz porque quero estar, pois ainda que os problemas sejam sufocantes, se a cada segundo daqui para frente eu me tranquilizar, chegará um ponto em que todas as questões que me preocupavam desaparecerão como um rolo de fumaça ao vento. Nunca é demais lembrar, como já se disse, que o hábito é uma segunda natureza, ou quase, e esta segunda natureza é plasmada no agora, de acordo com meu livre arbítrio. Não tenho poder sobre o ontem ou sobre o amanhã, mas o agora é de Deus e me pertence.

Ao terminar, reverentemente, com o intuito de prestar homenagem a alguém que citei nestes escritos - o companheiro João dos idos de setenta e quatro do poderoso grupo Renascer - dele quero pedir a benção, onde quer que ele esteja. Benção, companheiro João! Representante desta grande legião dos simples, que guardaram para mim, há trinta e oito anos, uma cadeira em Alcoólicos Anônimos.

F I M

