

## O IMPORTANTE, NECESSÁRIO, ESSENCIAL, INDISPENSÁVEL E INSUBSTITUÍVEL COMPARECIMENTO AOS GRUPOS DE ALCOÓLICOS ANÔNIMOS.

Dr. Laís Marques da Silva, custódio não alcoólico por 9 anos e Presidente da JUNAAB por 6.

Um conhecido pensador, que viveu há cerca de dois mil e quinhentos anos, disse que cada um se transforma naquilo que contempla e que o homem, quando olha para fora, tem que se preocupar com o que está vendo porque o que vê é a coisa inevitável na qual vai se transformar. Algo muito parecido com o que os nossos pais diziam tantas vezes: “dize-me com quem andas e te direi quem és”.

Assim, o alcoólico, quando chega a um grupo, vê que seus membros e futuros companheiros de jornada estão sóbrios, limpos, bem vestidos, bem de saúde e compostos, alegres e confiantes. Mostram faces descontraídas que transmitem paz interior, não obstante serem vítimas da mesma condição, o alcoolismo, e nele terem vivido os mesmos problemas ao longo da vida, mas que estão muito bem. Numa reunião de grupo, o recém-chegado vai conhecer as experiências de vida dos companheiros e os caminhos que encontraram para superar seus problemas e dificuldades, para se libertar da dependência do álcool. E tudo isso estará sempre disponível na sua memória para ajudar a enfrentar situações muito difíceis. As experiências vivenciadas nos grupos tornarão o alcoólico mais capaz de confrontar e superar essas situações porque as lembranças do que viu e ouviu nas reuniões dos grupos estarão gravadas na sua memória, como reforços psicológicos, que e o fortalecerão diante dos numerosos problemas que surgem na vida de qualquer ser humano e, especialmente, na de um alcoólico.

Esse é o cenário que o companheiro sempre vê quando vai a uma reunião de grupo e, lá estando, participando e evoluindo, ganha forças para superar vivências muito traumatizantes ocorridas ao longo da vida em que possa estar paralisado, com problemas não resolvidos ou mal encaminhados. E assim, no grupo, ele vai se constituindo naquilo que contempla, como disse o sábio. Ou seja, numa outra pessoa inteiramente diferente e forte.

Ao longo de um depoimento, o companheiro de A.A. olha para fora, para os companheiros do grupo e é aí que começa a construir seus “escudos”, que são experiências de vida interiorizadas, para então ganhar condições de olhar para dentro e encontrar aqueles

companheiros e recordar dos comportamentos e atitudes exemplares memorizadas no decurso das reuniões de grupos, aqueles citados escudos. Aquele que olha para dentro se assusta e por isso tem que aprender também a olhar para fora, onde ricas e fortalecedoras experiências poderão ser encontradas.

É impossível construir a si mesmo sem ter uma experiência com o outro. O outro mora dentro de mim e quando busco o outro, busco a mim e quando busco a mim o que encontro é o outro dentro de mim. Tal é o poder de que se passa a desfrutar por estar e conviver em um grupo de A.A.. Para se beneficiar desse poder é preciso estar lá, contemplar a maravilha da recuperação. Tudo isso mostra a importância fundamental para a recuperação do fato de estar presente nas reuniões dos grupos de A.A.. Ouvi muitos companheiros dizerem que iam ao grupo para carregar as baterias, para ganhar energia, e entendi o que estavam falando. A frequência nos grupos é claramente insubstituível. Não consigo imaginar qualquer outra situação com tal poder de transformação que possa ser vivida em qualquer outro lugar que não seja o interior de um grupo de A.A.. A frequência a um grupo é mais do que fundamental, é indispensável e insubstituível para que a recuperação possa ocorrer. Daí que os companheiros frequentemente digam que, para não recair, precisam estar sempre frequentando os grupos. A frequência aos grupos é insubstituível, por todos esses motivos.