



UMUARAMA/PR VENHA ESTAR COM A GENTE

Tema: **UNIDADE**

Elaborado por: Nelito C.

O símbolo de A.A.: um círculo contendo um triângulo. O círculo simboliza A.A. no mundo inteiro e o triângulo simboliza os Três Legados de A.A.: Recuperação, Unidade e Serviço. Dentro do nosso novo mundo maravilhoso, encontramos a libertação de nossa obsessão fatal. Talvez não seja por acaso que escolhemos esse símbolo. Os sacerdotes e profetas da Antigüidade viam o círculo contendo o triângulo como uma fórmula de afastar os espíritos maus; o círculo de A.A. e o triângulo de Recuperação, Unidade e Serviço, na verdade, têm significado tudo isso para nós e muito mais.

Numa reunião, no outono de 1950, todos os Custódios estipularam um prazo de cinco anos para que a Conferência de Serviços Gerais fosse testada. Todas as idéias e sugestões

para que a Conferência fosse posta em prática da melhor forma possível, juntamente com um esquema temporário para financiar a operação, foram incorporadas a um folheto a que se deu o nome de “O Terceiro Legado”, elaborado por Bill com a ajuda de Helen B. e do pessoal do escritório: Recuperação, Unidade e Serviço. O tema abordado é o Segundo Legado: **UNIDADE** da qual Bill havia tomado consciência ao explicitar: “Juntos podemos fazer o que sozinhos não podemos”. É vital que Alcoólicos Anônimos permaneça unido e foi para assegurar a Unidade que Bill redigiu as Doze Tradições. Para aqueles que agora se encontram em seu meio, Alcoólicos Anônimos representou a diferença entre a desgraça e a sobriedade; em muitos casos, a diferença entre a vida e a morte. Naturalmente, o A. A. pode ter essa mesma significação para incontáveis alcoólicos que ainda não nos conhecem. Pode-se dizer, por isso, que nenhuma associação de homens e mulheres teve, em tempo algum, uma necessidade mais premente de contínua eficiência e permanente união. Nós, alcoólicos, percebemos que precisamos trabalhar conjuntamente e permanecer unidos, do contrário a maioria de nós acabará por morrer, cada um sozinho em seu canto. As Doze Tradições de Alcoólicos Anônimos são, acreditamos, as melhores respostas que nossa experiência já deu às perguntas cada vez mais urgentes: “Como pode atuar melhor o A.A.?” e “Qual a melhor maneira de o A.A. permanecer unido e assim sobreviver?”.

Hoje, nós de A. A., estamos juntos e sabemos que vamos permanecer juntos. Estamos em paz uns com os outros e com o mundo que nos rodeia. Por isso, muitos de nossos conflitos são resolvidos e nosso destino parece assegurado. Os problemas de ontem têm produzido as bênçãos de hoje. Nossa história não é uma história comum; ao contrário é a história de como, pela Graça de Deus, uma força desconhecida tem-se levantado da grande fraqueza; de como sob ameaças de desunião e colapso, a unidade mundial e a irmandade têm sido forjadas. No curso dessa experiência, temos desenvolvido uma série de princípios tradicionais pelos quais vivemos e trabalhamos unidos, bem como nos relacionamos como uma irmandade para o mundo que nos rodeia. Esses princípios são chamados de Doze Tradições de Alcoólicos Anônimos. Elas representam a experiência extraída do nosso passado, e nos apoiamos nelas para nos manter em unidade, através dos obstáculos e perigos que o futuro nos possa trazer.

Muitos estudiosos começam a perguntar-se como e por que A. A. funciona como uma sociedade. Por que razão, indagam, nenhum membro de A. A. pode ter uma posição de autoridade sobre outro e não existe qualquer vestígio de governo central na organização? Como pode um conjunto de princípios tradicionais, despidos de qualquer força legal, manter a UNIDADE e eficácia de Alcoólicos Anônimos?

Por todo canto surgiram perguntas delicadas sobre quem poderia ser membro, sobre dinheiro, relações internas, relações públicas, administração dos grupos e clubes e dezenas de outras complicações. Foi neste vasto tumulto de experiências explosivas, que as Doze Tradições de A. A. foram forjadas e publicadas inicialmente em 1946 e, mais tarde, confirmadas na primeira Conferência Internacional de A. A., realizada em Cleveland em 1950.

As doze Tradições de Alcoólicos Anônimos dizem respeito à vida da própria Irmandade. Delineiam os meios pelos quais A. A. mantém sua unidade e se relaciona com o mundo exterior, sua forma de viver e desenvolver-se.

As Doze Tradições de Alcoólicos Anônimos, também, simbolizam a característica de sacrifício em nossas vidas em comum e elas constituem a maior força de unidade que conhecemos.

Vejamos a **Tradição Um**: Ela diz que **“Nosso bem-estar comum deve estar em primeiro lugar; a reabilitação individual depende da unidade de A.A.”**

É provável que nenhuma sociedade valorize tanto o bem-estar pessoal dos membros como faz A.A., e há muito tempo aprendemos que o bem-estar comum deve vir em primeiro lugar; sem isso haveria muito pouco bem-estar pessoal.

A UNIDADE entre Alcoólicos Anônimos é a qualidade mais preciosa que a nossa Irmandade possui. Nossas vidas, as vidas dos que ainda estão por chegar, dependem diretamente dessa UNIDADE. Ou nos mantemos unificados ou o AA morre. Sem UNIDADE, o coração de Alcoólicos Anônimos deixará de bater, nossas artérias mundiais deixaram de transportar a graça vivificante de Deus e as dádivas divinas dadas a nós serão gastas à toa.

O orgulho, o medo e a raiva são inimigos fundamentais de nosso bem-estar comum. O verdadeiro companheirismo, harmonia e amor, fortificados pelo conhecimento claro e práticas corretas, são as únicas respostas. E o propósito dos princípios tradicionais de A.A. é levar essas forças ao máximo e mantê-las aí. Somente então, poderá nosso bem-estar comum ser alcançado e a UNIDADE de A.A. tornar-se permanente.

Vamos pensar agora na **Tradição Dois**: **“Somente uma autoridade preside, em última análise, o nosso propósito comum – um Deus amantíssimo, que se manifesta em nossa consciência coletiva. Nossos líderes são apenas servidores de confiança; não têm poderes para governar.”**

Nós, A.As., aprendemos esse princípio da maneira mais difícil. Poucos obstáculos têm sido mais difíceis de ser removidos do que aqueles que bloqueiam o caminho para a compreensão de que a consciência de grupo de A.A. pode ser a única autoridade final em nossos assuntos.

Creio que muitos membros antigos ainda não acreditam nessa proposição. Eles sentem que são mais velhos, com mais experiência do que as gerações novas de A.A. e que foi a orientação deles bem como sua liderança que as levaram a uma nova vida. Os mais antigos, freqüentemente construíram longa experiência como uma espécie de direito adquirido, até mesmo com uma permissão sem limites para conduzir A.A. indefinidamente.

Sempre que ficamos doentes, cansados ou velhos, naturalmente pensamos que temos o direito de escolher nossos próprios sucessores. Quem poderia saber mais do que nós?

Muito mais difícil de aceitar foi o fato agora demonstrado de que a consciência, de Grupo, quando devidamente informada acerca dos fatos, resultados e princípios envolvidos, era muitas vezes mais sábia do que qualquer líder, automeado ou não. Aos poucos compreendemos que o membro antigo freqüentemente era falho no julgamento. Pelo fato de ser investido de autoridade, era também muitas vezes influenciado por preconceitos e interesses pessoais. Com toda sua experiência e bons trabalhos realizados, ainda não era infalível.

Portanto, lembrem-se: O bem-estar comum deve estar em primeiro lugar “, “A.A. não pede terapeutas profissionais de nenhum tipo” e “Deus falando pela consciência do Grupo deve ser nossa autoridade final.” Implícito claramente nesses três princípios embrionários de tradição estava um quarto princípio: “Nossos líderes são apenas servidores de confiança; não têm poderes para governar.”

A **Tradição Três** durante muito tempo foi um quebra-cabeça, também: **“Para ser membro de A.A., o único requisito é o desejo de parar de beber.”**

Ficamos muito preocupados a respeito dos membros. De fato, quando entrou em nosso caminho pela primeira vez uma grande publicidade, ficamos apavorados. Falamos para nós mesmos: “Não aparecerão todos os tipos de pessoas? Complicações, vocês sabem, o álcool

misturado com outras coisas.”Naqueles dias estávamos sempre falando sobre o personagem místico chamado alcoólico puro; sem complicações, vocês entendem, apenas um bêbado. Na verdade, pensávamos que éramos assim! Por isso, quando os membros começaram a chegar, nosso medo aumentou. Perguntávamos: “Não aparecerão pessoas esquisitas, criminosas ou socialmente indesejáveis? Confusos com uma certa quantidade de esnobismo e convencimento, ficamos realmente com medo. Simplesmente não sabíamos o que ou quem apareceria.

Desde os primeiros tempos, praticamente todos os tipos de pessoas têm encontrado seu caminho em Alcoólicos Anônimos. Na realidade, estão dentre nós pessoas de todos os tipos e níveis sociais. Afinal o nosso único e primordial objetivo é permanecermos sóbrios.

“Quem somos nós para impedir que alguém ingresse em A.A.? Para muitos bêbados desesperados, A.A. é a corte de sua última apelação. Como podemos fechar a porta para alguém que quer entrar?” Não, não podemos nunca fazer isso. Precisamos sempre correr o risco, não importa quem venha. Talvez nossas relações públicas sejam prejudicadas por causa de algumas pessoas esquisitas que estão entre nós. Naturalmente nossas relações públicas são importantes, porém ainda mais importante não é a verdadeira finalidade dessa sociedade? Qual de nós se atreve a dizer: “Não, você não pode entrar”, assumindo assim o papel de juiz, jurado e talvez carrasco de seu próprio companheiro alcoólico? Dessa maneira a experiência obtida através dos anos, agora condensada na Tradição Três diz: “Você é um membro de A.A., se você o disser. Não importa o que tenha feito ou que ainda venha a fazer, você é um membro de A.A. contanto que você o diga.

Agora aqui vem a **Tradição Quatro**. Ela declara que **“Cada grupo deve ser autônomo, salvo em assuntos que digam respeito a outros grupos ou ao A.A. em seu conjunto.”**

Essa liberdade não é tão perigosa quanto parece. No fim os inovadores teriam que adotar os princípios de A.A. – pelo menos alguns deles – a fim de permanecer totalmente sóbrios. Esse tipo de liberdade também evita que A.A. se torne uma série rígida de princípios dogmáticos que não possa ser mudada, mesmo quando obviamente errada. Saudável ensaio e erro sempre tem lugar em A.A. Naturalmente qualquer Grupo distante é advertido – apesar de nunca ser controlado – a não ter nenhuma outra afiliação. É lógico que não poderíamos ter Grupos católicos de A.A., Grupos protestantes de A.A., Grupos republicanos de A.A., Grupos democráticos de A.A. ou Grupos comunistas de A.A. Nenhum Grupo de A.A. deve unir-se a qualquer método particular de tratamento médico ou psiquiátrico. Podemos cooperar com qualquer um, mas o nome “Alcoólicos Anônimos” deve ser preservado apenas para nós.

Muitas pessoas se admiram como A.A. pode funcionar sob uma anarquia tão aparente. Outras sociedades têm que ter lei, força, sanção e penalidade, administradas por pessoas autorizadas. Felizmente para nós, achamos que não precisamos de nenhuma autoridade humana. Temos duas autoridades que são muito mais eficientes. Uma é benigna, a outra é maligna. Existe Deus, nosso pai, que muito simplesmente diz: “Estou esperando que você faça minha vontade.” A outra autoridade chama-se bebida alcoólica e diz: “É melhor você fazer a vontade de Deus ou o matarei.” E às vezes ela mata. Assim, quando as coisas vão mal, nós nos conformamos com a vontade de Deus ou sucumbimos. A esse nível, a sentença de morte paira sobre o membro de A.A., seu grupo e A.A. como um todo. Portanto, temos todos os benefícios das ditaduras políticas bárbaras de hoje em dia, mas nenhuma de suas obrigações. Assim existe autoridade, amor e penalidade suficiente, todos eles sem nenhum ser humano manejando o poder. Essa é a escora de A.A. contra a dissolução e a garantia definitiva de sobrevivência, sob quaisquer condições. Para nós, é fazer ou morrer.

Mas essa não é a história toda. À medida que crescemos, a nível individual e de Grupo, começamos a seguir as Tradições de A.A. por outras razões. Começamos a segui-las porque achamos que são boas para nós. Seguimos esses princípios porque achamos que são bons, mesmo quando, resistimos um pouco. Então chegamos a um nível final de aceitação, que é o melhor de todos. Seguimos os Passos e Tradições de A.A. porque realmente os desejamos para nós. Não é mais uma questão de ser coisa boa ou ruim; aceitamos porque sinceramente desejamos aceitar. Esse é o processo de crescimento em UNIDADE e em Serviço. Essa é a prova da graça e do amor de Deus entre nós.”

Grande parte de nossa discussão leva diretamente à Tradição **Cinco**, que estabelece: **“Cada Grupo é animado de um único propósito primordial – o de transmitir sua mensagem ao alcoólico que ainda sofre.”**

Acho que deveríamos fazer bem uma coisa, ao invés de muitas coisas para as quais não fomos chamados. Essa é a idéia central dessa Tradição. Nossa sociedade se agrupa em UNIDADE ao redor desse conceito. A verdadeira vida de nossa irmandade requer sua preservação. Diz o provérbio: “Cada macaco em seu galho”; esse provérbio serve para Alcoólicos Anônimos. Juntos encontramos um remédio eficiente para uma doença terrível. Naturalmente podemos ter interesse nos campos da educação, pesquisa, neurose e outros. Mas, como sociedade, deveríamos fazê-lo? Nossa experiência diz que definitivamente não deveríamos. Podemos e ajudamos, como indivíduos, nesses campos. Isso é bom. Mas, como irmandade, sabemos que não devemos nos desviar. É a experiência que temos, como alcoólicos, que nos torna de valor inigualável para lidar no setor do alcoolismo. Podemos nos aproximar de alcoólicos sofredores como ninguém. Portanto, recai sobre nós o tipo mais forte de compulsão moral e ética para fazermos isso e nada mais. Se tivéssemos descoberto uma maneira de curar o câncer, seríamos solicitados para fazer isso, exclusivamente isso. Não tentaríamos cuidar de todos outros tumores.

A **Sexta Tradição**: Uma conseqüência lógica da Tradição Cinco é a Tradição Seis que nos diz: **“Nenhum Grupo de A.A. deverá jamais sancionar, financiar ou emprestar o nome de A.A. a qualquer sociedade parecida ou empreendimento alheio à Irmandade, para que problemas de dinheiro, propriedade e prestígio não nos afastem do nosso objetivo primordial.”**

Em nenhuma circunstância devemos apoiar empreendimento relacionado com o problema de alcoolismo, por melhor que seja. Nós A.As não poderíamos ser todas as coisas para todos os homens, e nem deveríamos tentar ser. No momento em que emprestamos o nome de A.A. para qualquer empreendimento de fora, entramos em dificuldades, às vezes em sérias dificuldades.

Certa vez quase nos envolvemos na controvérsia da “Lei seca”. Uma firma no comércio de licores quis contratar um membro de A.A. como educador. A firma queria ensinar às pessoas que beber em excesso era prejudicial para todos e que os alcoólicos não podem beber nada. Até aí, tudo bem, mas depois também disse que queria que em toda sua publicidade se salientasse o fato de que seu educador, o Sr. X, era um membro de A.A.. Isso já era outra coisa. o público imediatamente pensaria que A.A. tinha entrado no campo da educação, através da indústria de licor. Se isso acontecesse, os favoráveis à “Lei seca” contratariam imediatamente outro membro de A.A. para “propósitos educacionais”. Isso nos

envolveria, naturalmente, numa controvérsia sem fim. Simplesmente não poderíamos tomar partido nessa luta e nem tampouco fazer negócios com doentes alcoólicos. Nunca poderemos emprestar o nome de A.A. a nenhuma causa, a não ser para nossa própria.

Algum tempo mais tarde vimos algo mais. Vimos que quanto mais A.A. se preocupava com seus próprios assuntos, maior poderia ser nossa influência geral. A medicina, a religião e a psiquiatria começaram a fazer uso de algumas de nossas idéias e experiências. Assim também fez a pesquisa, a reabilitação e a educação. Começaram a surgir todos os tipos de grupos terapêuticos. Eles se ocupavam com jogos de azar, divórcio, delinquência, dependência de droga, doenças mentais e outros. Eles também tiraram idéias de A.A., mas fizeram suas próprias adaptações. Eles atuavam em seus próprios campos, e nós não tivemos necessidade de apoiá-los ou dizer-lhes como viver.

Nossa influência não tem alcançado somente esses campos. Começa agora a ser geral. Começa a aparecer na vida política e financeira. As pessoas que conhecem os alcoólicos e seus familiares ficam realmente influenciadas. O desenvolvimento, que uma vez quisemos forçar, começou a tomar lugar por si mesmo.

Hoje em dia entendemos e aceitamos esse paradoxo: quanto mais A.A. se agarra a seu objetivo primordial, maior sua influência proveitosa em todos os lugares.

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

Permitam-me agora falar a respeito de dinheiro e da atitude de A.A. com relação a isso. A riqueza tem arruinado muitos homens e nações. Poderia ela nos arruinar? O dinheiro tem sido o símbolo do prestígio, poder e conforto. O dinheiro pode fazer muitas coisas boas. Deveria a característica espiritual de A.A. misturar-se com dinheiro? Ou, por outro lado, deveríamos ter muito dinheiro para fazer boas obras? Esse dilema é antigo e essa tentação já foi enfrentada por A. A. Um alcoólico leva a mensagem a outro alcoólico. Mantenha isso simples e fique fora do problema de dinheiro.

Precisamos de um mínimo de dinheiro para fazer o trabalho bem feito. É nesse sentido que A.A. optou pelo princípio de pobreza coletiva. É a principal chave de segurança de nosso futuro.

Uma vez que o membro da irmandade se encontrar sóbrio e trabalhando, provavelmente terá poucos problemas econômicos. O seu poder aquisitivo, como indivíduo, poderá ser na realidade o dobro da média. A recompensa material, bem como a recompensa espiritual decorrentes do modo de vida de A.A. são simplesmente incríveis. Não obstante, ainda relutará quando se trata de pagar as despesas de serviço de A.A. que são muito razoáveis. Não existe o mais remoto perigo de A.A. chegar a ficar rico com as contribuições voluntárias de seus próprios membros.

Podemos afirmar enfaticamente que A.A. tem um só propósito: o de transmitir sua mensagem ao alcoólico que ainda sofre. Esse é nosso objetivo básico, nossa verdadeira razão de ser."

"A Tradição Oito diz: "Alcoólicos Anônimos deverá manter-se sempre não profissional, embora nossos centros de serviços possam contratar funcionários especializados."

Alcoólicos Anônimos nunca terá uma classe de terapeutas profissionais. Adquirimos algum entendimento destas palavras bíblicas: "Dê de graça o que de graça recebeu." Para nosso propósito ser atingido, descobrimos que dinheiro vindo de profissionalismo e

espiritualidade não se misturam. Não censuramos o profissionalismo em outros campos, mas aceitamos o fato de que isso não funciona para nós. Todas as vezes que tentamos profissionalizar nosso Décimo Segundo Passo, o resultado foi exatamente o mesmo; nosso único propósito foi derrotado.

No nosso Décimo Segundo Passo – levar a mensagem – nunca deverá ser pago, mas aqueles que prestam serviços para nós merecem ser pagos por seu trabalho.”

A **Tradição Nove** declara: **“A.A. jamais deverá organizar-se como tal; podemos, porém, criar Juntas ou Comitês de serviço diretamente responsáveis perante aqueles a quem prestam serviços.”**

Essa Tradição ainda confunde muitas pessoas. Como podem vocês ter uma sociedade sem organização e ao mesmo tempo organizar serviços? Entretanto A.A. faz isso.

Na verdade, o que queremos dizer é que A.A. nunca poderá ter uma direção organizada ou governo. Para exemplificar isso: alguém já ouviu falar de uma nação, uma igreja, um partido político, mesmo uma associação beneficente que não tivesse regulamento para seus associados? Alguém já ouviu falar de alguma sociedade que de alguma forma não possa impor disciplina a seus membros, nem exigir obediência a certas normas e regulamentos? Não é verdade que quase todas as sociedades, no mundo inteiro, delegam poderes a alguns de seus membros para impor obediência aos outros e punir ou expulsar os infratores? Por isso, toda nação, toda sociedade, seja qual for sua forma, tem que ter um governo administrado por seres humanos. O poder para dirigir ou governar é a essência de organização, em todas as partes.

Alcoólicos Anônimos é uma exceção a essa regra. A.A. não se adapta, de nenhuma maneira, a um padrão de governo. Nem sua Conferência de Serviços Gerais, nem sua Junta de Serviços Gerais, nem o Comitê de Grupo mais humilde pode emitir uma única diretriz a um membro de A.A. e fazê-lo cumprir; muito menos puni-lo.

A essa altura, podemos ouvir um clérigo exclamar: “Eles estão fazendo da desobediência uma virtude!” Ele está junto com o psiquiatra que diz: “Crianças rebeldes! Não são adultos e não estão de acordo os padrões sociais.” O homem na rua diz: “Eu não entendo. Eles devem ser doidos.” Mas todos esses observadores não perceberam a seguinte condição especial de Alcoólicos Anônimos; se cada membro de A.A. não seguir, como melhor puder, nossos Doze Passos sugeridos para recuperação, ele estará quase assinando sua própria sentença de morte. Embriagues e desintegração não são penalidades impostas por nenhuma autoridade; elas são o resultado da desobediência pessoal aos princípios espirituais. Precisamos obedecer certos princípios ou morremos.

A mesma rigorosa ameaça aplica-se ao Grupo, por si mesmo. A não ser que haja uma certa harmonia com as Doze Tradições de A.A., o Grupo também pode desestruturar-se e acabar.

Achamos que a segurança futura de Alcoólicos Anônimos depende grandemente da **Tradição Dez**, o princípio de A.A. de não–controvérsia, a nível público.

Essa Tradição é a seguinte: **“Alcoólicos Anônimos não opina sobre questões alheias à Irmandade; portanto o nome de A.A. jamais deverá aparecer em controvérsias públicas.”**

Desde que Alcoólicos Anônimos começou, nunca foi dividido por uma polêmica de maior importância. Nossa Irmandade nunca tomou publicamente partido em qualquer questão neste mundo conturbado. Não se trata de uma virtude duramente conquistada. Pode-se quase dizer que nascemos com ela; um antigo membro recentemente declarou: “Praticamente nunca ouvi nenhuma discussão acalorada sobre religião, política ou de reforma entre os membros de A.A.

Já que nós não discutimos esses assuntos, particularmente, com certeza nunca os discutiremos em público.”

Como por instinto, sabemos desde o princípio que, não importa qual seja a provocação, nunca devemos publicamente tomar partido, como A.A., em qualquer disputa, ainda que seja muito digna.

Como A.As., não entramos em controvérsias públicas, porque sabemos que nossa irmandade perecerá se assim o fizermos. Acreditamos que a sobrevivência e a expansão de Alcoólicos Anônimos sejam mais importante do que qualquer valor que possamos todos juntos dar a quaisquer outras causas. Recuperação do alcoolismo é para nós a própria vida, e desejamos preservar com toda força nossos meios de sobrevivência.

A **Tradição Onze** surgiu de uma grande experiência de relações públicas. Hoje é lida como segue: **“Nossas relações com o público baseiam-se na atração em vez da promoção; cabe-nos sempre preservar o anonimato na imprensa, no rádio e em filmes.”**

Sem suas legiões de pessoas de boa vontade, A.A. nunca poderia ter crescido como cresceu. Publicidade favorável tem sido o principal meio de trazer Alcoólicos para nossa irmandade. Em A.A., nos escritórios, clubes e casas particulares, os telefones tocam constantemente. Uma voz diz: “Li um artigo num jornal...” Uma outra: “Ouvimos um programa de rádio...” E ainda outra: “Assistimos um filme...” ou “Vimos algo a respeito de A.A. na televisão...” Não é exagero dizer que a metade dos membros de A.A. foi encaminhada a nós por meios como esses.

Os que fazem perguntas nem sempre são alcoólicos ou seus familiares. Médicos lêem artigo a respeito de A.A., em seções de medicina, e telefonam pedindo mais informações. Clérigos lêem artigos nos jornais de suas igrejas e também nos fazem perguntas. Empregadores ficam sabendo que grandes empresas têm nos dado o seu apoio e querem descobrir o que pode ser feito a respeito do alcoolismo em suas próprias firmas.

Por isso, a responsabilidade caiu sobre nós para desenvolver a melhor política possível de relações públicas para Alcoólicos Anônimos. Através de muitas experiências dolorosas, acreditamos ter chegado no que essa política deveria ser. Ela é o oposto, sob muitos aspectos dos métodos promocionais geralmente usados. Verificamos que tínhamos que contar com o princípio da atração, em vez da promoção.

A Tradição Onze para nós é certamente um lembrete permanente de que a ambição pessoal não têm 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.

E por último a **Décima Segunda Tradição**: **“O anonimato é o alicerce espiritual das nossas tradições, lembrando-nos sempre da necessidade de colocar os princípios acima das personalidades.”**

Como temos visto, o anonimato é o manto protetor que cobre essa sociedade toda. Mas ele é mais que uma proteção; tem uma outra dimensão, um significado espiritual.”

Em minha opinião, todo o futuro de nossa irmandade depende desse princípio vital. Se continuarmos a ser alimentados pelo espírito e prática do anonimato, nenhum obstáculo nos levará à ruína. Se esquecermos esse princípio, a tampa da caixa de Pandora se abrirá e os espíritos do Dinheiro, Poder e Prestígio estarão soltos entre nós. Nenhum princípio de A.A. merece maior estudo e aplicação do que esse. Afirmando que o anonimato de A.A. é a chave de sua sobrevivência.

A essência espiritual do anonimato é o sacrifício.

Pelo fato das Doze Tradições de A.A. nos pedirem repetidamente para que esqueçamos nossos anseios pessoais em favor do bem comum, compreendemos que o espírito de sacrifício, simbolizado pelo anonimato, é o fundamento de todas elas. É a comprovada disposição de A.A., no sentido de fazer esses sacrifícios, que dá às pessoas uma grande confiança em nosso futuro.

Não podemos permitir que membros autônimos se apresentem como messias de A.A. diante do público. O instinto de promoção em cada um de nós poderá ser nossa ruína. Caso apenas uma dessas pessoas se embriague em público ou seja ludibriada a ponto de usar o nome de A.A., em seu próprio benefício, os prejuízos podem ser irreparáveis.

Essas experiências nos ensinaram que o anonimato é a verdadeira humildade em ação. Trata-se de uma qualidade espiritual que hoje define a linha de ação na vida de A.A., em qualquer lugar. Movidos pelo espírito do anonimato, tentamos deixar de lado nossos desejos naturais de distinção pessoal, como membros de A.A., tanto entre nossos companheiros como ante o público em geral. À medida que pomos de lado essas aspirações humanas, acreditamos que cada um de nós toma parte da confecção de um manto protetor que cobre toda nossa sociedade e sob o qual nós podemos crescer e trabalhar em **UNIDADE**.

Temos certeza de que a humildade, expressada pelo anonimato, é a maior proteção que sempre poderá ter Alcoólicos Anônimos.

Pesquisa elaborada e copiados textos dos livros da Literatura de Alcoólicos Anônimos e Temáticas do Companheiro Emílio M.

Bibliografia:

- Viemos a Acreditar;
- Alcoólicos Anônimos (Livro Azul)
- “Levar Adiante”
- Manual de Serviços Gerais de A. A.
- Manual de CTO
- Os Doze Passos e as Doze Tradições.
- A.A. Atinge a Maioridade

Dúvidas sobre usos e costumes nos Grupos:

Quebra de tradição:

Citou-se o caso de formação de novos Grupos, devido a quebra de unidade - Mais tarde com novas gerações estes grupos estarão unidos, mesmo neste tipo de formação, existe o crescimento em A.A.

Companheiros iniciantes devem ou não contribuir?

-Não se deve privar ninguém de contribuir, seja iniciante ou visitante. Antes porém uqe se esclareça que contribui aquele que puder, se puder e com quanto puder, e pedir que os visitantes não contribuam, mas que se passe a sacola de mão em mão, e não por uma só pessoa.

Quebra de anonimato: Identificar, citar nomes dentro de uma sala é quebra de anonimato?

Na visão de muitos não é Quebra de anonimato, porém é interessante e muitas vezes viável não identificar, mencionar nomes e o tempo que está na Irmandade. Ex: Você que está pela terceira vez na reunião... E preferencialmente identificar-se com o primeiro nome e como um alcoólico em recuperação.

Troca de fichas:

Cada grupo é autônomo para este assunto, onde alguns praticam a troca de fichas (pega uma e deixa a outra), ou simplesmente acumula-se fichas de tempo de sobriedade. Alguns grupos fornecem gratuitamente as fichas até um ano, e de dois anos para a frente os companheiros pagam e ficam cm as fichas. Estes procedimentos não interferem na Irmandade como um todo.

Bater Palmas:

Também vai da autonomia de cada grupo e vem dos costumes locais. Este procedimento não vem a interferir na Irmandade como um todo.

Fazer festa com intuito de arrecadação:

Totalmente evidencia-se quebra de nossas Tradições. (Alguns companheiros usam levar um bolo, para que ao final da reunião, compartilhe a sua alegria com os demais companheiros).

Depoimento do padrinho em entrega de Fichas.

Que o padrinho abstenha-se de depoimento, onde no decorrer da reunião terá sua vez de fazê-lo.

Depoimento do Coordenador da Reunião e/ou comentário referente aos depoimentos:

Em momento algum, seja para emendar ou criticar depoimentos, nem mesmo o coordenador da reunião tem este direito. Se algum depoimento saiu de forma que venha a ferir ou magoar, procura-se posteriormente este companheiro, e procura-se explicar o fato acontecido.

Cobranças:

- Em A.A. o preâmbulo é claro, não existindo cobranças, e fala-se claramente em contribuições, e se refere à gratidão e responsabilidade. Tudo se retribui e nada se paga.

Literatura que não de A.A.:

Recomenda-se não usar, pois nossas literaturas são ricas em informação para nossa recuperação.

Alcoólatra, Alcoólico, Alcoolista???

Questão de escolha pessoal.

Convocações:

- O não cumprimento das convocações traduzem quebra de nossos princípios, onde fere o nosso primeiro Conceito e primeira Tradição.

(Trabalho realizado em Chopinzinho no dia 30 de agosto, por ocasião da reunião do ESL, com companheiros de sua área de abrangência).

O QUE AJUDA E O QUE ATRAPALHA SUA RECUPERAÇÃO O QUE AJUDA

- 1.Honestidade. Ser realista sobre si e sobre o problema da bebida;
- 2.Ser social com os outros;
- 3.Saber escutar;
- 4.Ter pensamentos e atitudes positivas;
- 5.Ser humilde. Pedir ajuda;
- 6.Focalizar no tratamento e sua pessoa;
- 7.Confiar e compartilhar;
- 8.Ter responsabilidade pelo próprio tratamento;

- 9.Ser amigável, caloroso, cuidadoso de si e dos outros;
- 10.Ter razoável expectativa de si e dos outros;
- 11.Compartilhar sentimentos e atitudes;
- 12.Ser humilde;
- 13.Ser agradecido;
- 14.Agir com maturidade;
- 15.Ser tolerante consigo, admitindo os erros;
- 16.Ser capaz de adiar o que quer;
- 17.Aceitar as desgraças passadas;
- 18.Fazer as coisas no tempo apropriado;
- 19.Discutir a bebida de modo realístico;
- 20.Encorajar os outros para fazer bem o tratamento;
- 21.Enfrentar realísticamente os problemas;
- 22.Querer compromisso;
- 23.Usar o tempo sabiamente e construtivamente;
- 24.Admitir que há esperança e ajuda disponível;
- 25.Querer a família participando no tratamento;
- 26.Levar o programa do A A seriamente;
- 27.Mergulhar em si e procurar crescer;
- 28.Ter a mente e o coração abertos.

O QUE ATRAPALHA

- 1.Desonestidade. Diminuir ou exagerar o problema da bebida;
- 2.Isolar-se dos outros;
- 3.Não saber escutar;
- 4.Ter pensamentos e atitudes negativas;
- 5.Não pedir ajuda;
- 6.Ter muitos assuntos fora do grupo;
- 7.Ser desconfiado e medroso;
- 8.Acusar os outros pelos problemas;
- 9.Parecer zangado. Ser respondão e malcriado;
- 10.Ser exigente de si e dos outros;

- 11.Ser fechado sobre os sentimentos e atitudes;
- 12.Ser arrogante e egoísta;
- 13.Ser cheio de auto piedade;
- 14.Agir com imaturidade;
- 15.Não aceitar as próprias faltas;
- 16.Ser impaciente e imediatista;
- 17.Ser ressentido;
- 18.Deixar as coisas para depois;
- 19.Glorificar os tempos de bebedeira;
- 20.Desencorajar os outros em relação ao tratamento;
- 21.Evitar falar dos problemas pessoais dentro do tratamento;
- 22.Querer as coisas do seu próprio jeito;
- 23.Perder tempo no tratamento com fofocas e besteiras;
- 24.Viver com desesperança;
- 25.Não querer que a família participe no tratamento;
- 26.Perder tempo no programa (falta de aceitação do Primeiro Passo);
- 27.Desfocar de si e projetar nos outros suas dificuldades;
- 28.Ter a mente e o coração fechados.

RECUPERAÇÃO, UNIDADE E SERVIÇO

Elaborado por Nelito C.

O símbolo de A.A.: um círculo contendo um triângulo. O círculo simboliza A.A. no mundo inteiro, e o triângulo simboliza os Três Legados de A.A.: Recuperação, Unidade e Serviço. Dentro do nosso novo mundo maravilhoso, encontramos a libertação de nossa obsessão fatal. Talvez não seja por acaso que escolhemos esse símbolo. Os sacerdotes e profetas da antigüidade viam o círculo contendo o triângulo como uma fórmula de afastar os espíritos maus; o círculo de A.A. e o triângulo de Recuperação, Unidade e Serviço, na verdade, têm significado tudo isso para nós e muito mais.

Numa reunião, no outono de 1950, todos os Custódios estipularam um prazo de cinco anos para que a Conferência de Serviços Gerais fosse testada. Todas as idéias e sugestões para que a Conferência fosse posta em prática da melhor forma possível, juntamente com um esquema temporário para financiar a operação, foram incorporadas a um folheto a que se deu o nome de "O Terceiro Legado", elaborado por Bill com a ajuda de Helen B. e do pessoal do escritório, chamando assim de: Recuperação, Unidade e Serviço. A idéia de Bill era que o Primeiro Legado dos co-fundadores de Alcoólicos Anônimos fosse a **RECUPERAÇÃO** proposta no Livro Azul, através dos Passos e do trabalho de Décimo Segundo Passo, realizado de pessoa para pessoa. A experiência prática demonstra que nada garantirá tanta imunidade contra o álcool quanto ao trabalho intensivo junto a outros alcoólicos. Quando outras atividades não resolverem, isto funciona. Esta é a nossa décima segunda sugestão: Leve a mensagem a outros alcóolicos! Você pode ajudar quando ninguém mais puder. Você pode obter a confiança

deles, quando as outras pessoas não conseguirem. Lembrem-se de que eles estão muito doentes. A vida terá um novo significado. Observar as pessoas se recuperarem, vê-las ajudando outras, observar a solidão desaparecer, vê-la crescer. Com isso tudo, nós somos os maiores beneficiados.

Trecho do livro “AA Atinge a Maioridade”: “Não estou de acordo com tudo o que eles ensinam, mas aquelas pessoas têm me dado algumas idéias maravilhosas. Aprendi que tinha que admitir que estava derrotado; aprendi que devia fazer um inventário de mim mesmo e confessar meus defeitos a outra pessoa, em confiança; aprendi que precisava reparar os danos que eu tinha causado aos outros. Disseram-me que eu deveria encontrar uma forma de dar de mim mesmo, sem usufruir benefícios pessoais. “Agora”, ele acrescentou, “eu sei que você vai pensar que isto é piada, mas me ensinaram que eu deveria tentar orar, para qualquer Deus, que eu achasse que tinha um poder para apoiar esses simples preceitos. E se não acreditasse que não havia um Deus, então seria melhor que eu tentasse a experiência de orar a qualquer Deus que pudesse existir. E você sabe, Bill, isso é uma coisa estranha, mas mesmo antes de fazer tudo isso, assim que decidi tentar com a mente aberta, parece-me que meu problema de bebida desapareceu. Não se tratava simplesmente de uma luta contra a bebida. Nesta ocasião me senti completamente livre do desejo e há meses não tomo só um gole.” (Quase todos os A.As. têm experiências espirituais que transformam completamente seus pontos de vista e atitudes. Geralmente, tais ocorrências são graduais e podem ocorrer durante meses e até anos). Portanto, os princípios da RECUPERAÇÃO consiste na prática dos 12 Passos de Alcoólicos Anônimos.

O segundo legado de Alcoólicos Anônimos é a **UNIDADE**, da qual Bill havia tomado consciência ao explicitar: “Juntos podemos fazer o que sozinhos não podemos”. É vital que Alcoólicos Anônimos permaneça unido e foi para assegurar a Unidade que Bill redigiu as Doze Tradições. Para aqueles que agora se encontram em seu meio, Alcoólicos Anônimos representou a diferença entre a desgraça e a sobriedade; em muitos casos, a diferença entre a vida e a morte. Naturalmente, o A A pode ter essa mesma significação para incontáveis alcoólicos que ainda não nos conhecem. Pode-se dizer, por isso, que nenhuma associação de homens e mulheres teve, em tempo algum, uma necessidade mais premente de contínua eficiência e permanente união. Nós, alcoólicos, percebemos que precisamos trabalhar conjuntamente e permanecer unidos, do contrário a maioria de nós acabará por morrer, cada um sozinho em seu canto. As Doze Tradições de Alcoólicos Anônimos são, acreditamos, as melhores respostas que nossa experiência já deu às perguntas cada vez mais urgentes: “Como pode atuar melhor o A. A.?” e “Qual a melhor maneira de o A. A. permanecer unido e assim sobreviver?”.

A UNIDADE entre Alcoólicos Anônimos é a qualidade mais preciosa que a nossa Irmandade possui. Nossas vidas, as vidas dos que ainda estão por chegar, dependem diretamente dessa UNIDADE. Ou nos mantemos unificados ou o AA morre. Sem UNIDADE, o coração de Alcoólicos Anônimos deixará de bater, nossas artérias mundiais deixariam de transportar a graça vivificante de Deus e as dávidas divinas dadas a nós serão gastas à toa. A primeira Tradição afirma: nosso bem-estar comum deve estar em primeiro lugar; a reabilitação individual depende da UNIDADE de A . A .

O orgulho, o medo e a raiva são inimigos fundamentais de nosso bem-estar comum. O verdadeiro companheirismo, harmonia e amor, fortificados pelo conhecimento claro e práticas corretas, são as únicas respostas. E o propósito dos princípios tradicionais de A.A. é levar essas forças ao máximo e mantê-las aí. Somente então, poderá nosso bem-estar comum ser alcançado e a UNIDADE de A.A. tornar-se permanente.

Hoje, nós de A.A., estamos juntos e sabemos que vamos permanecer juntos. Estamos em paz uns com os outros e com o mundo que nos rodeia. Por isso, muitos de nossos conflitos são resolvidos e nosso destino parece assegurado. Os problemas de ontem têm produzido as bênçãos de hoje. Nossa história não é uma história comum; ao contrário é a história de como, pela Graça de Deus, uma força desconhecida tem-se levantado da grande fraqueza; de como sob ameaças de desunião e colapso, a unidade mundial e a irmandade têm sido forjadas. No curso dessa experiência, temos desenvolvido uma série de princípios tradicionais pelos quais vivemos e trabalhamos unidos, bem como nos relacionamos como uma irmandade para o mundo que nos rodeia. Esses princípios são chamados de Doze Tradições de Alcoólicos Anônimos. Elas representam a experiência extraída do nosso passado, e nos apoiamos nelas para nos manter em unidade, através dos obstáculos e perigos que o futuro nos possa trazer.

Terceiro Legado: o **SERVIÇO** – Regido pelos 12 Conceitos de Alcoólicos Anônimos, diz o 1º Conceito: A responsabilidade final e a autoridade suprema pelo Serviço Mundial de A. A. deveriam sempre recair na consciência coletiva de toda a nossa Irmandade.

O cafezinho que é feito na sala, é para esquentar aquele que está nos visitando pela primeira vez. O dinheiro que é depositado na sacola, entre outras coisas, também serve para compra de material de higiene e limpeza da sala, arrumação das cadeiras, lavagem da toalha de mesa, etc. Tudo muito bonito e limpo para recepcionar especialmente o nosso visitante, pois ele é a pessoa mais importante. O nosso décimo segundo passo, que leva a mensagem, é o serviço básico que a irmandade de Alcoólicos Anônimos oferece. É o nosso principal objetivo e a razão primordial de nossa existência. Portanto, Alcoólicos Anônimos é mais do que um conjunto de princípios; é uma sociedade de alcoólicos em ação. Precisamos levar a mensagem, caso contrário, nós mesmos poderemos recair, e aqueles a quem não foi dada a verdade podem perecer. Portanto, um SERVIÇO em Alcoólicos Anônimos é tudo aquilo que nos ajuda a alcançar uma pessoa que sofre – o chamado Décimo Segundo Passo propriamente dito – pelo telefone ou por uma xícara de café, assim como o Escritório de Serviços Gerais de Alcoólicos Anônimos para ação nacional ou internacional. A soma total de todos esses serviços é o nosso Terceiro Legado de Serviço. Os serviços incluem locais de reunião, cooperação com hospitais e escritórios intergrupais; significam também, folhetos, livros e boa publicidade de qualquer natureza. Requerem Comitês, Delegados, Custódios e Conferências e não deve ser esquecido que eles necessitam de contribuições voluntárias em dinheiro, provenientes dos membros da Irmandade. Os serviços são vitais para o crescimento de Alcoólicos Anônimos. Esses serviços, quer sejam executados por indivíduos, grupos, área ou A. A. como um todo, são absolutamente vitais para nossa existência e crescimento. Com respeito a qualquer serviço determinado, fazemos, portanto, uma única pergunta: “é realmente necessário esse serviço?” Se a resposta for positiva, precisamos mantê-lo ou então fracassaremos na nossa missão junto àqueles que necessitam e procuram Alcoólicos Anônimos. As tradições de Alcoólicos Anônimos dizem que nosso programa deverá sempre permanecer “não profissional”. Não existe “autoridade” em Alcoólicos Anônimos, exceto aquela expressa pela própria consciência de Grupo. Nós acreditamos que esses princípios funcionarão para nossa Irmandade, orientando-nos para longe do “prestígio” e do “poder”. A Segunda, Oitava e Nona Tradições continuarão a nos prover o embasamento para que nossos centros de serviços funcionem, com trabalhadores qualificados, e os nossos escritórios e comitês de serviços sejam totalmente responsáveis perante aqueles a quem servem. A única “autoridade”, então, é aquela que é definida primeiramente pela consciência do Grupo e que é, posteriormente, transferida – e aqui é onde a idéia da estrutura da Conferência começa – pelo GRUPO à Irmandade de Alcoólicos Anônimos, como um todo. A estrutura de Serviços Gerais inicia-se com o GRUPO, através do trabalho do RSG (Representante de Serviços Gerais) que

o Grupo elegeu. Os RSGs elegeu o Membro Coordenador de Distrito (MCD), a Diretoria Executiva e o Conselho Fiscal dos Escritórios de Serviços Locais, O Delegado e o Coordenador de Área.

QUE OS GRUPOS PROCUREM MAIOR APROXIMAÇÃO COM A ESTRUTURA DE SERVIÇOS E VICE-VERSA, A FIM DE QUE A ESTRUTURA SEJA LEGITIMADA, SOB A ÓTICA DE QUE A SOCIEDADE É CADA VEZ MAIS SEDENTA DE ALCOÓLICOS ANÔNIMOS. PARA ISSO NECESSITAMOS ESTAR ESPIRITUALMENTE PREPARADOS, NÃO ESQUECENDO NO ENTANTO, QUE NOSSAS CONTRIBUIÇÕES SÃO CADA VEZ MAIS NECESSÁRIAS, PARA QUE A MENSAGEM SEJA TAMBÉM VIABILIZADA FINANCEIRAMENTE.

O texto final (em caixa alta) é de autoria do companheiro Alfredo F.

Pesquisa elaborada e copiados textos dos livros da Literatura de Alcoólicos Anônimos e Temáticas do Companheiro Emílio M.

Bibliografia:

- Viemos a Acreditar;
- Alcoólicos Anônimos (Livro Azul)
- "Levar Adiante"
- Manual de Serviços Gerais de A. A.
- Manual de CTO
- Os Doze Passos e as Doze Tradições.
- A.A. Atinge a Maioridade

OS DOZE CONCEITOS DE ALCOÓLICOS ANÔNIMOS

Conceito I - A responsabilidade final e a autoridade suprema pelos serviços mundiais de A. A. deveriam sempre residir na consciência coletiva de toda a nossa irmandade.

A responsabilidade e autoridade finais pelos serviços mundiais de A. A. cabem aos grupos de A. A.

Conceito II - Quando, em 1955, os grupos de A. A. confirmaram a permanente ata de constituição da sua Conferência de Serviços Gerais, eles automaticamente delegaram à Conferência completa autoridade para a manutenção ativa dos nossos serviços mundiais e assim tornaram a Conferência - com exceção de qualquer mudança nas Doze Tradições ou no Artigo 12 da Ata de Constituição da Conferência - a verdadeira voz e a consciência efetiva de toda a nossa Sociedade.

Os grupos de A. A. delegam completa autoridade administrativa e operacional à sua Conferência e às unidades de serviço.

Conceito III - Como um meio tradicional de criar e manter uma relação de trabalho claramente definida entre os grupos, a Conferência, a Junta de Serviços Gerais de A. A. e as suas diversas corporações de serviço, quadros de funcionários, comitês e executivos, assim assegurando as suas lideranças efetivas, é aqui sugerido que dotemos cada um desses elementos dos serviços mundiais com um tradicional "Direito de Decisão".

O "direito de decisão" propicia liderança efetiva.

Conceito IV - Através da estrutura da nossa Conferência, deveríamos manter em todos os níveis de responsabilidade um tradicional "Direito de Participação", tomando cuidado para que a cada setor ou grupo de nossos servidores mundiais seja concedido um voto representativo em proporção correspondente à responsabilidade que cada um deve ter.

"Participação" é a chave da harmonia.

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.

Os direitos de "apelação" e "petição" protegem as minorias e garantem que elas sejam ouvidas.

Conceito VI - Em benefício de A.A. como um todo, a nossa Conferência de Serviços Gerais tem a principal responsabilidade de manter os nossos serviços mundiais e, tradicionalmente, tem a decisão final nos grandes assuntos de finanças e de normas de procedimento em geral. Mas a Conferência também reconhece que a principal iniciativa e a 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.

A Conferência reconhece a responsabilidade administrativa primordial dos custódios.

Conceito VII - A Conferência reconhece que a Ata de Constituição e os Estatutos da Junta de Serviços Gerais são instrumentos legais: que os custódios têm plenos poderes para administrar e conduzir todos os assuntos dos serviços mundiais de Alcoólicos Anônimos. Além do mais é entendido que a Ata de Constituição da Conferência não é por si só um

documento legal, mas pelo contrário, ela depende da força da tradição e do poder da bolsa de A. A. para efetivar a sua finalidade.

Como os direitos legais dos custódios estão relacionados com os direitos tradicionais da Conferência.

Conceito VIII - Os Custódios da Junta de Serviços Gerais atuam em duas atividades principais: a) com relação aos amplos assuntos de normas de procedimento e finanças em geral, eles são os principais planejadores e administradores. Eles e os seus principais comitês dirigem diretamente esses assuntos; b) mas com relação aos nossos serviços, constantemente ativos e incorporados separadamente, a relação dos custódios é principalmente aquela de direito de propriedade total e de supervisão de custódia que exercem através da sua capacidade de eleger todos os diretores dessas entidades.

Os custódios funcionam como administradores diretos das finanças e das normas de procedimento em geral; também como guardiões, mas não como administradores imediatos das corporações de serviço ativo.

Conceito IX - Bons líderes de serviço, bem como métodos sólidos e adequados para a sua escolha, são em todos os níveis indispensáveis para o nosso funcionamento e segurança no futuro. A liderança principal dos serviços mundiais, antes exercida pelos fundadores de A. A., deve necessariamente ser assumida pelos custódios da Junta de Serviços Gerais de Alcoólicos Anônimos.

Boa liderança pessoal em todos os níveis da Conferência é uma necessidade primordial. No campo dos serviços mundiais, a Junta de Serviços Gerais e os seus líderes precisam necessariamente substituir os fundadores de A. A. Este é o mais crítico problema de estrutura que ainda estamos enfrentando.

Conceito X - Toda a responsabilidade de serviço deveria corresponder a uma autoridade de serviço equivalente - a extensão de tal autoridade ser sempre bem definida, seja por tradição, por resolução, por descrição específica de função, ou por atas de constituição e estatutos adequados.

A autoridade de serviço deveria ser igual à responsabilidade de serviço. A autoridade executiva deveria ser sempre exercida por uma só pessoa; dupla administração deveria ser cuidadosamente evitada.

Conceito XI - Enquanto os custódios tiverem a responsabilidade final pela administração dos serviços mundiais de A. A., eles deverão ter sempre a melhor assistência possível dos comitês permanentes, diretores de serviços incorporados, executivos, quadros de funcionários e consultores. Portanto, a composição desses comitês subordinados e juntas de serviço, as qualificações pessoais dos seus membros, o modo como foram introduzidos dentro do serviço, os seus sistemas de revezamento, a maneira como eles são relacionados uns com os outros, os direitos e deveres especiais dos nossos executivos, quadros de funcionários e consultores, bem como uma base própria para a remuneração desses trabalhadores especiais, serão sempre assuntos para muita atenção e cuidado.

Uma descrição dos comitês principais e das corporações de serviço da Junta de Serviços Gerais; o posicionamento pessoal dos diretores, executivos e membros do quadro de funcionários incorporados.

Conceito XII - As Garantias Gerais da Conferência: em todos os seus procedimentos, a Conferência de Serviços Gerais observará o espírito das Tradições de A.A., tomando muito cuidado para que a Conferência nunca se torne sede de riqueza ou poder perigosos; que suficientes fundos para as operações mais uma ampla reserva sejam o seu prudente princípio financeiro; que nenhum dos membros da Conferência nunca seja colocado em posição de autoridade absoluta sobre qualquer um dos outros; que todas as decisões importantes sejam tomadas através de discussão, votação e, sempre que possível, por substancial unanimidade; que nenhuma ação da Conferência seja jamais pessoalmente punitiva ou uma incitação à controvérsia pública; que, embora a Conferência preste serviço a Alcoólicos Anônimos, ela nunca desempenhe qualquer ato de governo e que, da mesma forma que a Sociedade de Alcoólicos Anônimos a que serve, a Conferência permaneça sempre democrática em pensamento e ação.

A base espiritual dos serviços mundiais de A. A. – Artigo 12º da Ata de Constituição da Conferência.

“OS DOZE PASSOS DA RECAÍDA”

- 1-) Comece a faltar às reuniões por qualquer motivo, real ou imaginário.
- 2-) Critique os métodos utilizados por outras pessoas que não estejam em completo acordo com os que você emprega.
- 3-) Alimente a idéia de que ALGUM DIA você poderá beber novamente e converter-se em um bebedor controlado.
- 4-) Deixe que outros membros de seu grupo façam o trabalho do 12º Passo por você, já que você vive sempre muito ocupado.
- 5-) Adquira consciência de sua " ANTIGUIDADE " e olhe cada um recém-chegado com ceticismo e ironia, e esqueça de como você chegou aqui um dia.
- 6-) Sinta-se tão satisfeito com seus pontos de vista acerca do programa que se considere como um " Velho Mentor ".
- 7-) Organize dentro de seu grupo "um clã", um "grupinho" de poucos membros que compartilhem absoluta e totalmente com suas idéias.
- 8-) Diga em segredo ao recém-chegado que você não tem necessidade de levar a sério alguns dos " DOZE PASSOS ".
- 9-) Permita que se aprofunde em sua mente, mais e mais, a grande ajuda que você presta a OUTRAS pessoas e não trate de se lembrar de que o programa de A.A. está ajudando principalmente à VOCÊ.
- 10) Desqualifique e faça pouco caso de imediato o membro que haja sofrido uma RECAÍDA.
- 11) Cultive o hábito de emprestar ou pedir dinheiro emprestado a seus companheiros e comece a afastar-se das reuniões para evitar ENCONTROS DESAGRADÁVEIS.
- 12) Convença-se de que o programa é vital só para os "NOVOS" pois que você já "SUPEROU" esta etapa.

OS DOZE PASSOS DE ALCOÓLICOS ANÔNIMOS

Primeiro Passo: Admitimos que éramos impotentes perante o álcool - que tínhamos perdido o domínio sobre nossas vidas.

Quem gosta de admitir a derrota completa? A admissão da impotência é o primeiro passo para a libertação. A relação entre a humildade e a sobriedade. A obsessão mental somada à alergia física. Por que é necessário que todo A. A. chegue ao “fundo do poço”?

Segundo Passo: Viemos a acreditar que um Poder Superior a nós mesmos poderia devolver-nos à sanidade.

Em que podemos acreditar? A. A. não exige crença; os Doze Passos são apenas sugestões. A importância de ter a mente aberta. A variedade de caminhos em direção à fé. Substituição por A. A. como força superior. A má situação dos desiludidos. As barreiras da indiferença e do preconceito. A fé perdida é reencontrada em A. A. Problemas do intelectualismo e da auto-suficiência. Pensamentos negativos e positivos. A honestidade. O desdém é uma característica saliente dos alcoólicos. O Segundo Passo é um ponto de reagrupamento em direção à sanidade. É a relação certa com Deus.

Terceiro Passo: Decidimos entregar nossa vontade e nossa vida aos cuidados de Deus, na forma em que O concebíamos.

O Terceiro Passo é como abrir uma porta trancada. Como faremos para permitir que Deus entre em nossas vidas? A disposição é a chave. A dependência como maneira de chegar à independência. O perigo da auto-suficiência. Entregando a nossa vontade a um Poder Superior. Abuso da força de vontade. O esforço pessoal prolongado é necessário para se harmonizar com a vontade de Deus.

Quarto Passo: Fizemos minucioso e destemido inventário moral de nós mesmos.

Como os instintos podem exceder a sua verdadeira função. O Quarto Passo é um esforço para descobrir nossas deficiências. O problema básico dos extremos nos impulsos instintivos. O inventário moral mal orientado pode resultar em sentimento de culpa, grandiosidade e o hábito de culpar os outros. Pode-se anotar as qualidades junto às deficiências. A autojustificação é perigosa. A disposição de fazer o inventário traz à luz uma nova confiança. O Quarto Passo é o começo de uma prática que durará a vida toda. Sintomas comuns de insegurança emocional são a preocupação, o rancor, a autopiedade e a depressão. O inventário revisa as relações. A importância da minuciosidade.

Quinto Passo: Admitimos perante Deus, perante nós mesmos e perante outro ser humano, a natureza exata de nossas falhas.

Os Doze Passos desincham o ego. O Quinto Passo é difícil, porém necessário à sobriedade e à paz de espírito. A confissão é uma disciplina antiga. Sem a destemida admissão dos próprios defeitos, poucos poderiam se manter sóbrios. Que recebemos do Quinto Passo? O começo da verdadeira afinidade com o homem e com Deus. Perde-se a sensação de isolamento; recebe-se e se dá o perdão; aprende-se a humildade; alcançam-se a honestidade e a realidade a respeito de nós mesmos. O perigo da justificação. Como escolher a pessoa em quem confiar. Os resultados são a tranqüilidade e a consciência de Deus. A união com Deus e com o homem prepara-nos para os próximos Passos.

Sexto Passo: Prontificamo-nos inteiramente a deixar que Deus removesse todos esses defeitos de caráter.

O Sexto Passo é necessário para o crescimento espiritual. O começo de uma tarefa para a vida inteira. O reconhecimento da diferença entre o esforço para alcançar um objetivo e a perfeição. Por que precisamos continuar tentando? “Estar pronto” é de suma importância. A necessidade de tomar medidas. A demora é perigosa. A rebelião pode ser fatal. O ponto a partir do qual abandonamos os objetivos limitados e nos encaminhamos em direção à vontade de Deus para conosco.

Sétimo Passo: Humildemente rogamos a Ele que nos livrasse de nossas imperfeições.

Que é humildade? Que pode significar para nós? O largo caminho rumo à verdadeira liberdade do espírito humano. Uma ajuda indispensável à sobriedade. O valor do esvaziamento do ego. O fracasso e a miséria transformados pela humildade. A força que vem da debilidade. A dor é o preço da entrada para uma nova vida. O medo egocêntrico é o propulsor principal dos defeitos. O Sétimo Passo é a modificação de atitude que permite que nos transportemos em direção a Deus.

Oitavo Passo: Fizemos uma relação de todas as pessoas a quem tínhamos prejudicado e nos dispusemos a reparar os danos a elas causados.

Este e os próximos dois passos tratam das relações pessoais. Aprender a viver com os outros é uma aventura fascinante. Os obstáculos: relutância em perdoar; a não admissão dos males feitos aos outros; o esquecimento propositado. A necessidade de uma revisão

exaustiva do passado. O discernimento cada vez mais profundo resulta da minuciosidade. O tipo de dano feito aos outros. Evitando os julgamentos extremos. Adotando o ponto de vista objetivo. O Oitavo Passo é o começo do fim do isolamento.

Nono Passo: Fizemos reparações diretas dos danos causados a tais pessoas, sempre que possível, salvo quando fazê-las significasse prejudicá-las ou a outrem.

Ter a mente tranqüila é o primeiro requisito para poder julgar acertadamente. A hora certa é importante quando se trata de reparação. Que é a coragem? A prudência significa assumir riscos calculados. As reparações começam quando nos tornamos companheiros em A. A. A paz de espírito não pode ser comprada à custa dos outros. A necessidade da discrição. A disposição de arcar com as conseqüências de nosso passado e de nos responsabilizarmos pelo bem-estar dos outros é o espírito do Nono Passo.

Décimo Passo: Continuamos fazendo o inventário pessoal e, quando estávamos errados, nós o admitíamos prontamente.

Podemos manter a sobriedade e o equilíbrio emocional sob quaisquer condições . a investigação própria torna-se um hábito regular. Admitir, aceitar e corrigir, pacientemente, os defeitos. A ressaca emocional. Quando foram feitas as pazes com o passado, pode-se enfrentar os desafios do presente. Os tipos de inventário. O rancor, os ressentimentos, o ciúme, a inveja, a autopiedade, o orgulho ferido – todos levaram à garrafa. O autocontrole é o primeiro objetivo seguro contra a mania de grandeza. Olhamos tanto as qualidades quanto as deficiências. Exame dos motivos.

Décimo Primeiro Passo: 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 forças para realizar essa vontade.

A meditação e a oração são as principais vias para um Poder Superior. A relação entre o exame de si mesmo, a meditação e a oração. Uma base indestrutível para a vida. De que maneira meditaremos? A meditação não tem limites. Uma aventura individual. O primeiro resultado é o equilíbrio emocional. Que diremos da oração? Pedidos diários para compreender a vontade de Deus e para a graça a fim de pô-la em prática. São indiscutíveis os resultados efetivos da oração. As recompensas da meditação e da oração.

Décimo Segundo Passo: Tendo experimentado um despertar espiritual, graças a estes passos, procuramos transmitir esta mensagem aos alcoólicos e praticar estes princípios em todas as nossas atividades.

A alegria de viver é o tema do Décimo Segundo Passo. Sua chave é a oração. O dar que não pede recompensa. O amor que não tem preço. O que é o despertar espiritual? Um novo estado de consciência é recebido como uma dádiva gratuita. A disposição de receber a dádiva está na prática dos Doze Passos. A maravilhosa realidade. Os benefícios de ajudar outros alcoólicos. Tipos de trabalhos do Décimo Segundo Passo. O que diremos da prática desses princípios em todas as nossas atividades? A monotonia, a dor, a desgraça, transformadas com a prática dos passos. As dificuldades em praticá-los. “A dança dos dois passos”. Mudando para o “samba dos doze passos” e demonstrações de fé. O crescer espiritual em primeiro lugar. A dominação e dependência exageradas. Colocando nossas vidas na base do “dar e receber”. A dependência de Deus é necessária à recuperação dos alcoólicos. “Praticando estes princípios em todas as nossas atividades”. As relações conjugais em A. A. O modo de encarar os assuntos materiais vai mudando. Também mudam os nossos sentimentos a respeito da importância pessoal. Os instintos voltam a ter seus verdadeiros objetivos. A compreensão é a chave das atitudes corretas, e a ação correta é a chave para viver bem.

PALESTRA INFORMATIVA SOBRE ALCOOLISMO E A.A.

1 – Apresentação pessoal

2 – Assunto a ser tratado (Não será uma palestra e sim um bate-papo, onde poderá ser feita perguntas no decorrer da conversa)

3 - O que é o ALCOOLISMO?

4 – Quem pode ser um alcoólico (Alcoólatra)?

5 – Minha historia? Como tudo começou?

6- Como encontrei Alcoólicos Anônimos?

7- O que é Acoolicos Anônimos?

8 - Quando começou Alcoólicos Anônimos?

9 - Quando chegou Alcoólicos Anônimos no Brasil?

10 - Como funciona Alcoólicos Anônimos?

11 - 12 Passos

12 - 12 Tradições

13 - Quem pode ser membro de Alcoólicos Anônimos?

14 - Como é custeada a Irmandade?

15 - O que é o Anonimato?

16 - A Irmandade e um Poder Superior?

17 - Crescimento Espiritual?

18 - Vantagens de permanecer Sóbrio?

PROCEDIMENTOS SUGERIDOS PARA SE OBTER UM BOM RENDIMENTO NAS PALESTRAS

Entre as várias atribuições de servidor de C.T.O., inclui-se a de falar em público. Evidentemente, o nosso não profissionalismo não nos requisita a condição de “ter que saber fazer”. Contudo, a responsabilidade de fazer o melhor que pudermos, no serviço, nos incita a busca de orientação. Eis algumas delas:

1 – Vista-se decentemente.

2 – Seja entusiasta, tenha conhecimento e seja agradável.

3 – Não assuma atitudes professorais.

4 – Tenha o olhar firme e dirigido a toda a platéia.

5 – Expresse-se com voz clara e afetuosa.

6 – Evite a timidez.

7 – Estude a gesticulação.

8 – Antes de começar a falar, respire fundo.

- 9 – Não se volte para o seu passado alcoólico.
- 10 – Não de estatísticas.
- 11 – Não entre em detalhes desnecessários.
- 12 – Não de resposta falsa ou “esfarrapada”.
- 13 – Tenha o cuidado de se conservar no nível de amador.
- 14 – Evite que suas experiências pareçam dramáticas ou emocionantes.
- 15 – Cuidado com as piadas.
- 16 – Use um vocabulário, nem muito escasso, nem muito abundante.

UMA PALESTRA DEVERIA CONTER:

- a) **Introdução** – e a parte em que o palestrista inicia a abordagem do assunto, buscando a sintonia, e interesse e a participação dos ouvintes. São passadas informações indicativas em torno do tema a ser focalizado. Deve ser breve.
- b) **Corpo ou idéia central** – e a parte essencial da palestra. Contem o raciocínio do tema tratado e os aspectos básicos e principais, que o estruturaram. A sua boa execução exige que o palestrista esteja bem preparado
- c) **Conclusão** – e a finalização do tema e pode conter uma afirmação/solução, ou uma proposta, ou uma indagação, ou uma exaltação, seguida dos agradecimentos.

Texto extraído do Manual do CTO – 1ª ed. ago. 92 – p. 49

Resumo das 12 Tradições de A. A.

- 1ª** - No que concerne a todos os assuntos que afetam a Unidade de A. A., nosso bem estar comum deve estar em primeiro lugar;
- 2ª** - Em A. A. não existe autoridade humana – somente um Deus tal como se manifesta na consciência de nosso grupo; nossos líderes não são senão servidores de confiança, não governam;
- 3ª** - Qualquer alcoólico pode se tornar membro de A. A., se assim o quiser – não excluimos a ninguém;
- 4ª** - Cada grupo pode conduzir seus próprios assuntos como desejar, sempre que os grupos vizinhos não se vejam prejudicados pelas suas decisões;
- 5ª** - Nós, os A. As. temos um único objetivo, levar nossa mensagem ao alcoólico que ainda sofre;
- 6ª** - Portanto, não devemos financiar, apoiar ou emprestar o nome “Alcoólicos Anônimos” a nenhuma empresa alheia, por mais nobre que seja;

7ª - O A. A., como tal, deve permanecer pobre para evitar que os problemas de propriedade, administração e dinheiro nos desviem de nosso único objetivo; devemos, nós mesmos, nos manter e, cobrir, com satisfação, nossas pequenas despesas;

8ª - O A. A., deve ser sempre não-profissional, nunca devemos pagar por nosso habitual trabalho do Décimo Segundo Passo; essas entidades podem contratar trabalhadores de dedicação plena para realizar tarefas especiais;

9ª - Como Irmandade, nunca devemos nos organizar, mas podemos, no entanto, criar nossas juntas ou comitês de serviços responsáveis para garantir que tenhamos uma melhor propagação e apadrinhamento;

10ª - Não opinamos sobre questões alheias à irmandade; não entramos em controvérsias públicas;

11ª - Nossas relações públicas devem se basear no princípio da atração e não no de promoção, já que é melhor deixar que nossos amigos nos recomendem; para a imprensa, para o rádio e o cinema, devemos guardar nosso anonimato sem exceção alguma, já que serve como nossa melhor proteção contra as tentações do poder ou da ambição pessoal;

12ª - E finalmente, o anonimato ante o público em geral é a chave espiritual de todas as nossas Tradições, recordando-nos sempre de colocar os princípios antes das personalidades; devemos praticar uma autentica humildade.

Escrito por Bill W. – em Linguagem do Coração

ÍNDICE

TEMAS A SEREM ABORDADOS:

1-	ALCOOLISMO DOENÇA.....	2
2-	OS DOZE PASSOS.....	2
3-	AS DOZE TRADIÇÕES.....	3
4-	ESTRUTURA DE A.A.	3
5-	1. ESTRUTURA NACIONAL	3
	2 .ESTRUTURA DE GRUPO.....	3
	3. OS DOZE CONCEITOS	4
6-	LEMAS E LITERATURA.....	4
	1. OS LEMAS	4
	2. A LITERATURA DE A.A.	5

2.1. OS LIVROS	5
2.2. LIVRETES	5
2.3. FOLHETOS	5
2.4. REVISTA VIVÊNCIA	6
7- APADRINHAMENTO.....	6
1. O PRIMEIRO APADRINHAMENTO	6
2. A REUNIÃO ESPECIAL PARA NOVOS	6
3. O QUE É O PADRINHO OU A MADRINHA	6
8- ORAÇÃO DA SERENIDADE.....	7
9- A FAMÍLIA.....	7
10- OUTRAS DROGAS.....	7
11- A HISTÓRIA DE ALCOÓLICOS ANÔNIMOS.	8
12- O VALOR DA VIDA (FILME)	8
13- CONVIVENDO.....	9
1. O MEMBRO DE A.A. E A SACOLA	9
2. A REUNIÃO DE SERVIÇOS.....	9
3. PARTICIPANDO DA COORDENAÇÃO DE REUNIÃO.....	9
4. A FICHA CADASTRAL OPTATIVA.....	9
5. COMO SE EXPRESSAR EM DEPOIMENTOS.....	9
6. A LIMPEZA DO GRUPO	10
7. OS TIPOS DE REUNIÕES QUE REALIZAMOS.....	10
8. AS DOZE PROMESSAS	10
9. 12- A MENSAGEM FINAL	11

TEMA 01 – ALCOOLISMO DOENÇA.

1.1. Entendimento da OMS – (Organização Mundial de Saúde).

1.2. O Alcoolismo é uma doença.

1.3. É doença primária.

1.4. É doença psicossomática (física, mental e emocional).

1.5. É doença incurável e progressiva.

1.6. Questões a serem abordadas:

1.6.1. O que é beber doentamente?

1.6.2. Quem é alcoólatra?

1.6.3. Quem bebe somente cerveja é alcoólatra?

1.6.4. Que tipo de bebida ingerida poderá caracterizar o alcoólatra?

1.7. Nossa Opinião:

1.7.1. **ALCOÓLATRA** é todo aquele que, ao beber, não sabe qual é o momento de parar; não importando a quantidade ou a qualidade de bebida ingerida.

1.7.2. **O ALCOOLISMO** é uma doença que atinge pessoas; não importando o sexo, a religião, a raça, a cor, a posição social, o grau de educação ou de instrução.

TEMA 02 – OS DOZE PASSOS.

SÍNTESE: Um programa espiritual que, praticado com honestidade, promoverá a recuperação individual daquele que tem o problema do alcoolismo.

2.1. - 1.º PASSO: A RENDIÇÃO.

2.2. - 2.º PASSO: VIR A ACREDITAR EM UM PODER SUPERIOR.

2.3. - 3.º PASSO: A ENTREGA AO PODER SUPERIOR (DEUS).

2.4. - 4.º PASSO : O AUTO CONHECIMENTO.

2.5. - 5.º PASSO: COMPARTILHAR COM DEUS E COM OUTRO SER HUMANO.

2.6. - 6.º PASSO: O ESTAR PRONTO.

2.7. - 7.º PASSO: A FÉ E A HUMILDADE.

2.8. - 8.º PASSO: RELAÇÃO DAS PESSOAS QUE PREJUDICAMOS.

2.9. - 9.º PASSO: A REPARAÇÃO (REPARAR NÃO É SÓ SE DESCULPAR).

2.10. - 10.º PASSO: O INVENTÁRIO DIÁRIO.

2.11.- 11.º PASSO: A ORAÇÃO E A MEDITAÇÃO COMO FORMA DE MELHORAR O CONTATO DIRETO COM DEUS.

2.12.- 12.º PASSO: LEVANDO A MENSAGEM A OUTRO ALCOÓLATRA.

TEMA 03 – AS DOZE TRADIÇÕES.

3.1. - 1.ª TRADIÇÃO: O BEM ESTAR COMUM E A UNIDADE.

3.2. - 2.ª TRADIÇÃO: CONSCIÊNCIA COLETIVA – LIDERANÇA.

3.3. - 3.ª TRADIÇÃO: QUEM PODE SER MEMBRO.

3.4. - 4.ª TRADIÇÃO: A AUTONOMIA DO GRUPO.

3.5. - 5.ª TRADIÇÃO: OBJETIVO ÚNICO, O PROPÓSITO PRIMORDIAL.

3.6. - 6.ª TRADIÇÃO: A NÃO AFILIAÇÃO.

3.7. - 7.ª TRADIÇÃO: A AUTO-SUFICIÊNCIA.

3.8. - 8.ª TRADIÇÃO: O NÃO PROFISSIONALISMO.

- 3.9. - 9.^a TRADIÇÃO: OS COMITÊS OU JUNTAS.
- 3.10.- 10.^a TRADIÇÃO: O EVITAR CONTROVÉRSIAS.
- 3.11. - 11.^a TRADIÇÃO: O ANONIMATO: ATRAÇÃO, SIM - PROMOÇÃO, NÃO.
- 3.12.- 12.^a TRADIÇÃO: PRINCÍPIOS ACIMA DAS PERSONALIDADES.

TEMA 04 – ESTRUTURA DE A.A.

1. ESTRUTURA NACIONAL.

- 1.1: A PIRÂMIDE INVERTIDA E OS GRUPOS NO SEU TOPO.
- 1.2. A VIA DE MÃO DUPLA.
- 1.3. O QUE CHAMAMOS DE SERVIÇOS MUNDIAIS.
- 1.4. OS SERVIÇOS GERAIS E SERVIÇOS LOCAIS.
- 1.5. INÍCIO DOS SERVIÇOS GERAIS NO BRASIL – RÁPIDO HISTÓRICO.
- 1.6. O PAPEL DO LIVRO AZUL.

2. ESTRUTURA DE GRUPO: UM COMITÊ ROTATIVO DO SERVIÇO.

- 2.1. UM COORDENADOR.
- 2.2. UM SECRETÁRIO.
- 2.3. UM TESOUREIRO.
- 2.4. UM RSG – REPRESENTANTE DE SERVIÇOS GERAIS.

- 2.5. UM CCTO – COORDENADOR DE CTO.
- 2.6. UM RV – REPRESENTANTE DA REVISTA VIVÊNCIA.
- 2.7. OS SUPLENTE.
- 2.8. COMO O COMITÊ FUNCIONA NO NOSSO GRUPO.
 - 2.8.1. CONTABILIDADE.
 - 2.8.2. ESTATÍSTICA.
 - 2.8.3. O ARQUIVO DE DOCUMENTOS.
 - 2.8.3.1. O ARQUIVO MENSAL.
 - 2.8.3.2. O ARQUIVO ANUAL.

3. OS DOZE CONCEITOS:

- 2.9.1. - 1.^o CONCEITO: RESPONSABILIDADE E AUTORIDADE FINAIS.
- 2.9.2. - 2.^o CONCEITO: A AUTORIDADE DELEGADA.
- 2.9.3. - 3.^o CONCEITO: O DIREITO DE DECISÃO.

- 2.9.4. - 4.º CONCEITO: O DIREITO DE PARTICIPAÇÃO.
- 2.9.5. - 5.º CONCEITO: O DIREITO DE APELAÇÃO E PETIÇÃO.
- 2.9.6. - 6.º CONCEITO: RESPONSABILIDADE ADMINISTRATIVA.
- 2.9.7. - 7.º CONCEITO: DIREITOS LEGAIS E TRADICIONAIS.
- 2.9.8. - 8.º CONCEITO: RELACIONAMENTO ENTRE CUSTÓDIOS, DIRETORES E FUNCIONÁRIOS.
- 2.9.9. - 9.º CONCEITO: OS FUNDADORES – NOSSOS LÍDERES.
- 2.9.10 -10.º CONCEITO: AUTORIDADE E RESPONSABILIDADE PROFISSIONAIS.
- 2.9.11.-11.º CONCEITO: OS COMITÊS, DIRETORES E EXECUTIVOS.
- 2.9.12.-12.º CONCEITO: AS GARANTIAS DA CONFERÊNCIA.

TEMA 05 – LEMAS E LITERATURA.

1 : OS LEMAS :

- 1.1. UM DIA DE CADA VEZ.
- 1.2. PRIMEIRO AS PRIMEIRAS COISAS.
- 1.3. VIVER E DEIXAR VIVER.

- 1.4. VÁ COM CALMA ... MAS VÁ.
- 1.5. SOMENTE PELA GRAÇA DE DEUS.

2 : A LITERATURA DE A.A.

2.1. LIVROS :

- 2.1.1. ALCOÓLICOS ANÔNIMOS - O TEXTO BÁSICO.
- 2.1.2. OS DEZ PASSOS E AS DOZE TRADIÇÕES.
- 2.1.3. VIVER SÓBRIO - DICAS PARA O INGRESSANTE.
- 2.1.4. VIEMOS A ACREDITAR - O INÍCIO DA FÉ.
- 2.1.5. O DR. BOB E OS BONS VETERANOS.
- 2.1.6. LEVAR ADIANTE - A BIOGRAFIA DE BILL W.
- 2.1.7. NA OPINIÃO DE BILL - O MODO DE VIDA DE A.A.
- 2.1.8. REFLEXÕES DIÁRIAS - VIVENDO O DIA A DIA.
- 2.1.9. OS DOZE CONCEITOS PARA SERVIÇOS MUNDIAIS - UMA MANEIRA DEMOCRÁTICA DE TRABALHAR.

2.1.10. MANUAL DE SERVIÇOS - O GUIA DE NOSSA ESTRUTURA.

2.1.11. O A.A. ATINGE A MAIORIDADE - MARCOS
HISTÓRICOS DO CRESCIMENTO DA IRMANDADE.

2.2. LIVRETOS :

2.2.1. O GRUPO.

2.2.2. QUARENTA E QUATRO PERGUNTAS E RESPOSTAS SOBRE O
PROGRAMA DE RECUPERAÇÃO.

2.2.3. TRÊS PALESTRAS DE BILL W. À SOCIEDADE MÉDIA AMERICANA.

2.2.4. O MEMBRO DE A.A. – MEDICAMENTOS E OUTRAS DROGAS.

2.2.5. CARTA A UMA MULHER ALCOÓLATRA.

2.2.6. O MELHOR DE BILL – ARTIGOS.

2.3. FOLHETOS:

CERCA DE 30 TÍTULOS ABRANGENDO TODOS OS ÂNGULOS DA
RECUPERAÇÃO INDIVIDUAL, DA VIDA EM GRUPO E DOS SERVIÇOS DE
A.A., COM DESTAQUE PARA:

2.3.1. FALANDO EM REUNIÕES DE NÃO AAs,

2.3.2. O R.S.G.

2.3.3. AS TRADIÇÕES - COMO SE DESENVOLVERAM.

2.3.4. A.A. NA SUA COMUNIDADE.

2.4. REVISTA VIVÊNCIA:

A REVISTA BRASILEIRA DE A.A. : PERIÓDICO BIMENSAL, PUBLICADO
PELA JUNAAB, QUE O MEMBRO RECEBE EM SUA CASA OU NO ENDEREÇO QUE
DESEJAR, COLOCANDO-O A PAR DE TUDO QUE ACONTECE EM A.A. NO BRASIL
E NO MUNDO.

TEMA 06 – APADRINHAMENTO.

1- O PRIMEIRO APADRINHAMENTO:

O grupo dando as boas vindas.

A pessoa considerada mais importante.

O nome do ingressante.

O cafezinho.

O tapinha nas costas.

A linguagem do coração.

2- A REUNIÃO ESPECIAL PARA NOVOS.

A apresentação do programa de recuperação ao recém chegado.

O grupo e seus mistérios.

3- O QUE É O PADRINHO OU A MADRINHA.

Um orientador zeloso e comedido.

Um elo de ligação entre o recém chegado e o modo de vida de A.A.

É necessário ter-se um padrinho ou uma madrinha?

Em que momento o padrinho ou a madrinha devem ser escolhidos?

O homem apadrinhar homem e mulher amadrinhar mulher é uma regra absoluta?

É possível trocar-se de padrinho ou de madrinha? Como deve ser feito?

Podemos ter mais de um padrinho ou madrinha ao mesmo tempo?

TEMA 07 – ORAÇÃO DA SERENIDADE.

**CONCEDEI-NOS SENHOR, A SERENIDADE NECESSÁRIA,
PARA ACEITAR AS COISAS QUE NÃO PODEMOS MODIFICAR;
CORAGEM PARA MODIFICAR AQUELAS QUE PODEMOS;
E SABEDORIA PARA DISTINGUIR UMAS DAS OUTRAS.**

COMENTAR SOBRE:

- 1- Como surgiu a oração da serenidade?
- 2- Quem é o seu autor?
- 3- Qualquer pessoa pode fazer a oração da serenidade?
- 4- Quando devemos fazer a oração da serenidade?
- 5- Fazermos a oração da serenidade tem dado resultado ?

TEMA 08 – A FAMÍLIA.

COMENTAR SOBRE:

- 1- Haverá alguma utilidade, vantagem para minha família se eu voltar a beber?
- 2- Que tal dar-se prioridade à minha sobriedade?
- 3- Será importante, devo falar sobre o Al-Anon aos meus familiares?

- 4- Como poderei ter acesso à literatura básica de Al-Anon?
- 5- Qual a importância do Al-Anon para os meus familiares mais próximos:
 - pais, marido ou mulher, filhos, irmãos, etc.?
- 6- Será que se eu caminhar junto com os meus familiares não será mais prático e proveitoso?

TEMA 09 – OUTRAS DROGAS.

COMENTAR SOBRE:

- 1- O perigo de trocarmos o álcool por comprimidos ou outras drogas receitáveis (lícitas), moderadores de apetite, ante-depressivos, calmantes, estimulantes, etc.
- 2- Hoje em dia é raro encontrarmos o “alcoólatra puro”, como entendiam os nossos bons veteranos das décadas de 30, 40 ou 50.
- 3- A maioria das pessoas que chega atualmente em Alcoólicos Anônimos, tem problemas com outras drogas, tais como, maconha, cocaína, crack, LSD, êxtase, etc.
- 4- Orientação no sentido de que sejam bem aceitos pelo grupo, sem que seja ferida a nossa 3.^a Tradição.

TEMA 10 – A HISTÓRIA DE ALCOÓLICOS ANÔNIMOS.

COMENTAR SOBRE:

- 1-Bill W. e sua marcha no alcoolismo.
- 2-Rolland e o Dr. Carl Jung.
- 3-Os grupos Oxford.
- 4-ROLLAND, EBBY e os grupos Oxford.
- 5-A visita de Ebby a Bill W.
- 6- The Towns Hospital e o DR. Silkworth.
- 7-William James e “ **As variedades da experiência espiritual**”.
- 8-O despertar espiritual de Bill W. Poucos terão um despertar semelhante.
- 9-Alternando visitas: do Hospital aos grupos Oxford e vice-versa.
- 10-A viagem a Akron, Ohio.
- 11-A volta da compulsão: Henriette o Dr. Bob S.
- 12-O terceiro membro - o outro Bill - Nasce Alcoólicos Anônimos.

TEMA 11 – O VALOR DA VIDA (FILME).

“Uma batalha sem tréguas pela dignidade humana”.

Para Bill Wilson a vida era perfeita como uma mulher que o amava e uma promissora carreira. Mas, com o impacto da grande depressão de 1930, sua vida desmorona em fracassos e sua mulher passa a testemunhar a lenta degradação profissional e moral do marido que, durante anos, se entrega, cada vez mais, à dependência do álcool. Após várias tentativas para vencer o vício (doença), um encontro com o Dr. Bob Smith, transformaria sua vida. Bill decide que é hora de travar sua própria batalha.

Funda então, Alcoólicos Anônimos, uma instituição que alcançou o sucesso e se tornou a última esperança na vida de pessoas de todo o mundo. Uma história real. Uma luta vencida”.

Participantes: James Garner como Dr. Bob S. ; James Woods como Bill W. e Jobeth Williams como Lois Wilson.

Direção e Produção: Daniel Petrie.

Roteiro: William G. Borchert.

Título original: My name is Bill W. Ano : 1989.

TEMA 12 – CONVIVENDO.

COMENTAR SOBRE:

1- O membro de A.A. e a sacola:

- 1.1. quanto deve colocar,
- 1.2. o que fazer se não tiver dinheiro,
- 1.3. se você não tem, alguém está contribuindo por você,
- 1.4. como você irá retribuir,
- 1.5. fazer seu plano próprio de contribuição financeira.

2- A reunião de serviço:

- 2.1. o que é, de que se trata ,
- 2.2. porque o membro deve comparecer.

3- Participando da coordenação de reunião:

- 3.1. como deve estar trajado,
- 3.2. com comportar-me em relação ao cigarro,

- 3.3. se for o regra três,
- 3.4. se for o recepcionista.

4- A ficha cadastral optativa:

- 4.1. A.A. não mantém registro de seus membros,
- 4.2. Poderá preencher, se quiser, e por algumas razões (explicar).

5- Como se expressar em depoimentos (vocabulário).

- 5.1. Não se deve referir a método usado por outro grupo.
- 2 5.2. Como se portar quando alguém lhe transmitir uma fofoca.
- 3 5.3. Como se comportar após a escolha de um padrinho ou madrinha.
- 4 5.4. Informar ao grupo o nome de seu padrinho ou madrinha.
- 5.5. Informar através de que tipo de informação chegou ao grupo.

- 5.6. Como zelar pelo patrimônio do grupo (objetos de uso, etc.).

6- A limpeza do Grupo:

- 6.1. Quem deve fazer,
- 6.2. As vantagens de participar da limpeza.

7- Os tipos de reuniões que realizamos:

- 7.1. O que é uma reunião temática,
- 7.2. O que é a reunião da Revista Vivência,
- 7.3. Oficina de servidores, sua importância.
- 7.4. A reunião preparatória para o 4.º e 5.º Passos.
- 7.5. Reuniões sobre Passos, Tradições, Conceitos, temas do livro Viver Sóbrio, formas de Conviver, etc.
- 7.6. Reuniões Fechadas, Abertas, Festivas e Públicas,
- 7.7. Reunião de abordagem.
- 7.8. O que é um Ciclo de Passos, de Tradições, etc.

8- AS DOZE PROMESSAS:

Bem-vindos ao modo de Vida de Alcoólicos Anônimos. Àqueles que aceitarem esta nossa maneira de viver, **DOZE PROMESSAS**, ser-lhe-ão feitas, a saber:

- 8.1- Vamos conhecer uma nova liberdade e uma nova felicidade.**
- 8.2. Não mais lamentaremos o passado, nem nos recusaremos a enxergá-lo.**
- 8.3. Compreendermos o significado da palavra SERENIDADE.**

- 8.4. **Conheceremos a PAZ.**
- 8.5. **Não importa quanto tenhamos descido na escala da vida, pois poderemos ver o quanto nossa experiência poderá ajudar outras pessoas.**
- 8.6. **Sensações de INUTILIDADE e AUTO-PIEIDADE irão desaparecer.**
- 8.7. **Perderemos o interesse por coisas egoístas e passaremos a nos interessar mais pelos nossos semelhantes.**
- 8.8. **O egoísmo deixará de existir.**
- 8.9. **Vão mudar nossa atitude e nosso modo de enfrentarmos a vida.**

- 8.10. **O medo das pessoas e a insegurança financeira nos abandonarão.**
- 8.11. **Aprenderemos, intuitivamente, como lidar com situações que nos costumavam deixar perplexos.**
- 8.12. **Perceberemos, de repente, que DEUS está fazendo por nós aquilo não conseguíamos fazer sozinhos.**

12. A MENSAGEM FINAL.

Quando tudo parecer estar contra nós, quando parecer que o mundo está desabando ao nosso redor, ainda assim, haverá um lugar onde poderemos ir.

Lá poderemos chorar, falar da nossa dor, sentirmos e nos encontrarmos.

Lá, é o refúgio da guerra que existe dentro de nós. Lá nós somos as pessoas mais importantes.

Lá ... é uma sala de Alcoólicos Anônimos.

Alcoólicos Anônimos

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 tornar-se membro é o desejo de parar de beber. Para ser membro de A A não há necessidade de pagar 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 mantermo-nos sóbrios e ajudar outros alcoólicos a alcançarem a sobriedade

Oração da Serenidade

Concedei-nos, Senhor, a **SERENIDADE** necessária para aceitar as coisas que não podemos modificar; **CORAGEM** para modificar aquelas que podemos e **SABEDORIA** para distinguir umas das outras.

Sobre o Anonimato

11ª Tradição:

“Nossas relações com o público baseiam-se na atração em vez da promoção; na imprensa, no rádio, na televisão e em filmes, cabe-nos sempre preservar o anonimato pessoal”

A garantia do anonimato é essencial para nosso esforço em ajudar outros bebedores problemáticos que queiram partilhar do nosso programa de recuperação.

Histórico de A.A.

Verão de 1934: Dr. Silkworth declara Bill Wilson como alcoólatra sem esperança.

Maio de 1935: Bill conhece Dr. Bob em Akron – EUA.

10 de junho de 1935: Dr. Bob toma seu último gole e Alcoólicos Anônimos é fundado.

Novembro de 1937: Bill e Bob avaliam 40 casos de sobriedade

Abril de 1939: É publicado o Livro Azul (Alcoólicos Anônimos)

05/09/1947: A.A. é implantado no Brasil - RJ

05/09/1968: A.A. é implantado no Paraná, através do Grupo Independência de A.A. em Curitiba.

Nos dias de hoje: A.A. está presente em mais de 180 países, mais de 100.000 grupos e 3.500.000 de membros.

Como A.A. começou

Um corretor de ações de NY conseguiu ficar sóbrio em fins de 1934 e percebeu que seus esforços para ajudar outros alcoólicos ajudavam-o a permanecer sóbrio.

Em 1935, em uma viagem a Akron - Ohio EUA, este corretor conheceu um cirurgião alcoólico. Quando o médico também entrou em recuperação, os dois buscaram outros alcoólicos. Data de fundação, 10 de junho de 1935

O movimento expandiu-se e recebeu seu nome com a publicação do livro *ALCOÓLICOS ANÔNIMOS* (Livro Azul) em 1939.

Qualquer um pode assistir as reuniões de A.A.?

As reuniões de A.A. geralmente consistem das palavras de um coordenador, mais dois ou mais oradores que compartilham suas experiências com relatos sobre suas histórias de alcoolismo e suas recuperações em A.A.

Algumas reuniões são realizadas com o propósito específico de informar ao público não-alcoólico a respeito de A.A.. Médicos, membros do clero e funcionários públicos em geral são convidados. Reuniões fechadas são unicamente para participação de alcoólicos.

Como os Membros de A.A. mantêm a Sobriedade

O programa de A.A. é de total abstinência do álcool. Os membros simplesmente evitam o primeiro gole, um dia de cada vez.

A sobriedade é mantida através do compartilhar de experiências, forças e esperanças nas reuniões de Grupos e através dos Doze Passos sugeridos para a recuperação do alcoolismo.

O Programa “Os Doze Passos de A.A.”

São princípios baseados nas experiências de recuperação dos primeiros membros.

Os Passos não são apenas uma maneira de permanecer sóbrio, mas um programa de vida sugerido.

Os Doze Passos de A.A.

- Primeiro Passo “Admitimos que éramos impotentes perante o álcool – que tínhamos perdido o domínio sobre nossas vidas”
- Segundo Passo “Viemos a acreditar que um Poder superior a nós mesmos poderia devolver-nos à sanidade”
- Terceiro Passo “Decidimos entregar nossa vontade e nossa vida aos cuidados de Deus, na forma em que O concebíamos”
- Quarto Passo “Fizemos minucioso e destemido inventário moral de nós mesmos”
- Quinto Passo “Admitimos perante Deus, perante nós mesmos e perante outro ser humano, a natureza exata de nossas falhas”
- Sexto Passo “Prontificamo-nos inteiramente a deixar que Deus removesse todos esses defeitos de caráter”
- Sétimo Passo “Humildemente rogamos a Ele que nos livrasse de nossas imperfeições”
- Oitavo Passo “Fizemos uma relação de todas as pessoas que tínhamos prejudicado e nos dispusemos a reparar os danos a elas causados”
- Nono Passo “Fizemos reparações diretas dos danos causados a tais pessoas, sempre que possível, salvo quando fazê-las significasse prejudicá-las ou a outrem”
- Décimo Passo “Continuamos fazendo o inventário pessoal e, quando estávamos errados, nós o admitíamos prontamente”
- Décimo Primeiro Passo “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 força para realizar essa vontade”
- Décimos Segundo Passo “Tendo experimentado um despertar espiritual, graças a estes passos, procuramos transmitir esta mensagem aos alcoólicos e praticar estes princípios em todas as nossas atividades”

Como A.A. Funciona

- Principalmente através de reuniões locais, onde alcoólicos ajudam-se mutuamente a usar o programa de recuperação.
- Reuniões abertas para o público; ou
- Reuniões fechadas só para membros ou quem possa ter problemas com álcool.

O que A.A. Não Faz

A.A. não mantém registro de seus membros ou suas histórias, não se dedica e nem se responsabiliza por pesquisas, não se liga a conselhos ou agências sociais (embora seus membros cooperem com elas freqüentemente), não fiscaliza ou tenta controlar seus membros, não faz diagnósticos médicos ou psiquiátricos nem fornece medicação ou aconselhamento psicológico, não providencia serviços ambulatoriais de enfermagem ou internação em sanatórios, nem fornece serviços religiosos, não oferece abrigo, alimentos, roupas, trabalhos, dinheiro ou outro serviço de bem estar social, não oferece cartas de referências para juntas de livramento condicional, advogados, tribunais de justiça, agências sociais, empregos, etc.

Sobre a Doença

- **Segundo a Associação Médica Americana;**
- **“O álcool, além de sua propriedade que causa dependência, possui também um efeito psicológico que modifica o pensamento e o raciocínio. Uma só dose pode mudar o pensamento de um alcoólico, de modo que ele acha que pode agüentar outra, outra e outra...”**
- **O alcoólico pode aprender a controlar inteiramente sua doença, mas a enfermidade não pode ser curada de modo que ele possa voltar ao álcool sem conseqüências adversas.”**

Quem Pode ser um Alcoólico

- Praticamente qualquer um pode ter esta doença, como indica a ilimitada variedade dos membros de A.A. Se a bebida acarreta efeitos desfavoráveis sobre quaisquer aspecto da vida de uma pessoa, essa pessoa é – para a maioria dos AAs – um alcoólico;
- A pessoa começa a ter “apagamentos”;
- Alta tolerância a substâncias alcoólicas;
- Constantemente bebe mais do que pretendia;
- Acha que a bebida significa mais para ela do que outros;
- Começa a arranjar desculpas para beber;
- Começa a “tomar uma” para enfrentar o dia (gole matinal);
- Começa a beber sozinha;
- Torna-se anti-social quando bebe;
- Começa a tomar bebedeiras prolongadas;
- Sente ansiedade profunda e indefinível;
- Experimenta um desejo constante pelo álcool.

Lemas de A.A.

- “Evite o primeiro gole!”
- “Só por hoje!”
- “Plano das vinte e quatro horas!”
- “Viva e deixe viver!”
- “Primeiro as primeiras coisas!”
- “Vá com calma...Mais vá!”
- “Insista, persista e não desista!”
- “Um dia de cada vez!”

- “Ação! Esta é a palavra mágica!”
- “Dê tempo ao tempo!”
- “Foi bom você ter vindo!”
- “O melhor está por vir!”
- “O segredo está sempre na próxima reunião!”
- “Se o seu caso é beber, o problema é seu. Se é parar de beber, o problema é nosso!”

Pensamentos

- Nós usamos a bebida para a alegria e ficamos inoportunos.
- Nós usamos a bebida para a sociabilidade e ficamos indelicados.
- Nós usamos a bebida para a sofisticação e ficamos bregas.
- Nós usamos a bebida para fazer amizade e conseguimos inimigos.
- Nós usamos a bebida para o sono e ficamos com pesadelos.
- Nós usamos a bebida para sentir alegria e ficamos deprimidos.
- Nós usamos a bebida como remédio e ficamos com problema de saúde.
- Nós usamos a bebida para tranquilizarmos e ficamos com tremores.
- Nós usamos a bebida para criar coragem e ficamos medrosos.
- Nós usamos a bebida para o namoro e acabamos em divórcio.
- Nós usamos a bebida para fazer novos amigos e acabamos na solidão.
- Nós usamos a bebida para nos tornar calmos e ficamos agressivos.
- Nós usamos a bebida para esquecer e perdemos a memória
- Nós usamos a bebida para falar com facilidade e enrolamos a língua.

O que fazer

- Ofereça-se para ajudar o alcoólico a entrar em contato com A.A., através do telefone 045 3035-1134 ou www.alcoolicosanonimos-pr.org.br;
- Ofereça-se para freqüentar as reuniões abertas juntamente com ele, frisando a busca de informação;
- Explique que somente ele poderá saber se é ou não um alcoólico, sugerindo uma conversa informal com um membro de A.A.;
- Converse sempre em termos de sugestão, evitando ameaças ou constrangimentos;
- Obtenha uma melhor compreensão de A.A. em nível pessoal, comparecendo a algumas reuniões abertas e lendo alguma literatura;
- Ofereça o Livro Azul ou outra literatura de A.A., salientando que é interessante e digna de consideração;
- Use sua influência na sua comunidade para ajudar outros não-alcoólicos a conseguir melhor compreensão da problemática e da ajuda disponível em A.A.;
- Procure-nos sempre que precisar.

CREDIBILIDADE

- **“13º CONGRESSO BRASILEIRO DE ALCOOLISMO**
- **Rio de Janeiro -- 12/15 de agosto de 1999**
- **Conferência de Abertura do Congresso**
- **Nota: O Dr. George Vaillant, psiquiatra e psicanalista, trabalha em Harvard, é mundialmente conhecido por seu livro "The Natural History of Alcoholism", recentemente revisto e traduzido para o português, e é há décadas respeitado como uma das maiores autoridades mundiais em alcoolismo”.**

ABERTURA DA PALESTRA

- “Bom dia.
- Lamento profundamente não saber falar seu idioma.

Hoje em dia, se preciso justificar minha convicção de que a instituição dos Alcoólicos Anônimos está mais para penicilina do que para vodu, devo respeitar as regras da medicina experimental. Se A.A. é semelhante a um antibiótico, eu devo demonstrar seu mecanismo de ação, devo oferecer a prova empírica de que funciona melhor do que um placebo e devo discutir seriamente os seus efeitos colaterais”.

ALCOÓLICOS ANÔNIMOS NO PARANÁ

- Em 5 de setembro de 1968, uma senhora americana que residia em Blumenau-SC, ao ler um anúncio de um jornal de Curitiba que procurava por membros de A.A., viajou então para esta cidade e coordenou a primeira Reunião Pública Informativa. Desta reunião nasceu o primeiro grupo de A.A. no Paraná: **Grupo Independência de A.A.**

•

ESTRUTURA DE A.A

Grupos de Alcoólicos Anônimos

- Brasil4.500 Grupos
- Paraná..... 250 Grupos
- Curitiba..... 80 Grupos
- 5 Escritórios de Serviços Locais

Curitiba, Ponta Grossa, Maringá, Cascavel e Francisco Beltrão
Cascavel.....7 grupos

ESCRITÓRIO DE SERVIÇOS LOCAIS

CASCVEL – PR

FONE (045) 3035-1134

www.alcoolicosanonimos-pr.org.br

ESL/OESTE - CTO

SUGESTÃO DE ROTEIRO PARA REUNIÕES DE AA COLÉGIOS DE ENSINO DE 1º GRAU - FUNDAMENTAL

PRELIMINARES:

- *Entrar em contato com a pessoa que convidou para realizar a palestra;*
- *Verificar sempre, com ao menos um companheiro, o local onde será realizada a reunião;*
- *Ver a data, horário, sala e com quem deverá falar no dia;*
- *Na data, levar alguns folhetos de informação de AA para ser distribuído às crianças no final da reunião. Ao menos os endereços e telefones de contato;*
- *Se for possível, sugerir ao professor que dê, como tema de redação, o que será falado nessa reunião.*
- *Jamais um companheiro deve interromper o outro durante a fala;*
- *Munir-se de folhetos de AA tais como: 44 Perguntas; Falando em Reuniões de não AA; Os Jovens e AA; Você pensa que é Diferente? Um pequeno Guia para AA.*

- *Recomenda-se levar junto alguns exemplares da Revista Vivência e oferecer a assinatura para a escola.*

A REUNIÃO

1 - Apresentação pessoal:

- a) Nome, a que grupo pertence, desde quando está em AA, etc. Nome dos companheiros que estão junto, etc.
- b) Quais os demais grupos que tem a cidade e região, se for o caso.

2 - O que é o AA:

- a) (Alcoólicos Anônimos é uma irmandade de homens e mulheres ... etc.).

3 - Por que aceitamos o convite para hoje?

- a) (fomos convidados pelo professor, diretor, etc., e nós de AA somos sempre solícitos e atendemos a qualquer instituição para que possamos repassar para o conhecimento de vocês o que é Alcoólicos Anônimos e o que é a doença do alcoolismo, etc.).
- b) Nós não somos peritos a respeito de nada a não ser de nossa experiência pessoal e de como Alcoólicos Anônimos nos ajudou a sair dessa situação.
- c) Apesar de estarmos sóbrios neste momento, sabemos que somos portadores da doença do alcoolismo e de que, praticando os princípios de AA, podemos viver normalmente, sem medo de ser feliz.

4 – Porque falar sobre alcoolismo para vocês?

- a) Primeiro, porque também já fomos jovens, já sentamos em bancos escolares como vocês, já tivemos sucessos e fracassos na escola enfim, já passamos por essa vida toda que vocês hoje estão vivendo. Porém, com o passar dos anos, tivemos muitos problemas com o alcoolismo. *(Aqui, se for oportuno, falar um pouco de sua vida).*
- b) A bebida que contém algum teor de álcool não é ruim. Tem muitas bebidas boas que até eu tomava quando criança. Por exemplo, quem não tomou Biotônico? É gostoso, não? Pois é. O Biotônico tem uma certa quantidade de álcool. Quando você ingere esse remédio, as calorias do álcool que estão dentro desse remédio, faz você se sentir bem, tira o cansaço e faz você parecer que está bem. Eu, por exemplo, cada vez que ganhava uma colher de Biotônico, queria mais.
- c) Às vezes, oferecem um pouco de bebida alcoólica e, é claro, tomamos. Um pouco, não faz mal. A bebida é boa, não tenham dúvidas. Um ponche é gostoso, um quentão, também. O problema é quando começamos a querer cada vez mais. Achamos que essa tonturinha é meio gostosa e vamos bebendo. É aí que começa o perigo. Parece que conseguimos a *Droguinha Da Felicidade*.
- d) E quando guardamos um dinheiro, às vezes meio escondido, para comprar alguma bebida que contenha álcool. Se achar que é herói porque consegue isso, cuidado. Pode ser que você já está se predispondo para o perigo. Fiquem muito atentos para esses amigos que ficam se gabando por fazer isso. Beber escondido ou longe dos pais, é o início do problema.
- e) Outro perigo também é que, jovens que começam a beber bastante, tem mais probabilidades do uso da maconha e outras drogas. A maioria dos jovens que chegam em AA ou NA por causa do uso de drogas falam sempre que bebiam.

5 - A visão do alcoolismo por AA.

- a) Quando pai ou a mãe bebem, os primeiros prejudicados são os filhos. Eles não sabem o que fazer. Começa o medo, a insegurança, a vergonha, a pobreza, o descaso e a infelicidade familiar. Interessante é que, quando o alcoólatra fica uns dias sem beber todos dizem: Não precisa pessoa melhor!

- b) Outro fato é que o alcoolismo ataca toda a família. Pais, mães, filhos enfim, todos que pertencem a essa família ficam afetados. É a doença que todos escondem. No começo, o bebedor é perdoado por que acontece de vez em quando. Depois, por causa da vergonha, todos escondem o problema. Etc...
- c) Aparece a desorganização do LAR. Deixa de ser LAR e passa a ser somente a CASA onde se mora. A vida parece perder a graça. Começam as idéias malucas como sumir, fugir, suicidar-se, a violência, delegacias de polícia e separações.
- d) Têm também os problemas de brigas em bares, clubes, os acidentes de trânsito tão comum na cidade. O desemprego é comum e ninguém mais dá serviço para o doente alcoólatra. Perde o crédito, deixa de ser honesto, não pratica nenhuma religião, não cumpre os compromissos. Aí ele piora, bebe mais e a sociedade fala que ele é um sem vergonha, vagabundo, desordeiro, irresponsável, que não presta. Começam os APAGAMENTOS (lapsos de memória) e aí nem mais a família acredita nele.
- e) Para o AA, o alcoolismo é uma doença progressiva, incurável e fatal. É uma doença física, psicológica e espiritual.
- f) É uma doença física, porque ataca o fígado, deixa a pessoa num estado físico deplorável..., etc.
- g) É uma doença psicológica porque a pessoa não mais consegue raciocinar corretamente enganando-se com a perspectiva de poder controlar a bebida,... etc. *(Dar o exemplo da cebola – começa apodrecer por dentro. A casca por fora parece ainda estar boa, mas por dentro já está apodrecendo. Por estar ainda fisicamente bem, acredita que tudo está bem.)*
- h) É espiritual porque essa pessoa não mais se ama e não consegue mais amar ninguém. Quer fazer o bem para a família, mas não consegue. Ninguém da família acredita nele. Ele só mente. Pai e mãe brigam e isso só traz insegurança para os filhos. Não controla mais suas emoções... etc. Nós, de AA, não confundimos espiritualidade de religiosidade... etc.

6 – Opinião de AA:

- a) Alcoólatra é todo aquele que, ao beber, não sabe qual o momento de parar, não importando a qualidade ou quantidade de bebida;
- b) Alcoolismo é uma doença que atinge pessoas, não importando a raça, cor, religião, sexo ou posição social, grau de educação ou instrução;
- c) Quem irá se tornar alcoólatra? Ninguém sabe. Algumas pessoas têm uma certa predisposição para a doença do alcoolismo. (comparar com o diabetes, o açúcar, bolos, etc.).
- d) O alcoolismo é uma doença e deve ser tratada como tal. Ninguém deve ter vergonha de ser portador de uma doença.
- e) No Programa de Alcoólicos Anônimos, a doença não tem cura, apenas detém a sua progressividade. O doente consegue novamente voltar à sanidade mental. Aprende a gostar novamente de si e da família. Começa a ter uma vida nova, sem remorsos do passado e sem medo do futuro. Vive bem um dia de cada vez. Isso é importante. Viver bem para si e para seus familiares.
- f) Alcoólicos Anônimos não é contra a bebida. Tem pessoas que podem beber. AA procura ajudar a encontrar uma solução para aqueles onde a doença do alcoolismo tomou conta de seu organismo e de sua mente.

7 – O que consiste o programa de Alcoólicos Anônimos para a doença do alcoolismo?

- a) Alcoólicos Anônimos tem um programa espiritual chamado de os “12 Passos” e que, se praticados com honestidade, o indivíduo terá sua recuperação individual. Para nós, é mais ou menos como os 10 mandamentos. Tem que ser praticado todos os dias. Esses Passos apenas são sugestões aos doentes alcoólatras que nos procuram. Não são imposições.

- b) Em Alcoólicos Anônimos aprendemos que devemos EVITAR O PRIMEIRO GOLE. É o primeiro e não o último que faz mal. Também aprendemos que devemos VIVER UM DIA DE CADA VEZ. Se vivermos bem o dia de hoje, amanhã não teremos remorsos de ontem e começamos a não ter medo do dia de amanhã.

8 – O que mais Alcoólicos Anônimos oferece:

- a) Um novo modo de viver. A pessoa que segue corretamente nosso programa tem a maior chance de voltar a ter uma vida normal. Volta a ter uma família feliz, de viver bem com seus amigos e consigo mesmo.
- b) O propósito primordial de AA é o de levar a mensagem ao alcoólatra que ainda sofre.
- c) Nós sabemos da importância do estigma do alcoolismo. Por isso, o nosso anonimato que é o alicerce de nossa irmandade. Qualquer pessoa que venha a participar de AA terá seu nome respeitado e guardado.
- d) Não doutrinamos ninguém. Buscamos paz, saúde e tranquilidade.
- e) Existem, paralelos ao Programa de AA, os Grupos Familiares de Al-Anon. São Grupos de pessoas compostos por familiares e amigos de alcoólicos e que podem muito ajudar as famílias que tem problemas com o doente alcoólatra.

9 – Como a pessoa poderá saber se é um alcoólatra?

- a) Somente a pessoa poderá saber se é um alcoólatra ou não. Se essa pessoa disser que é um doente alcoólatra, que necessita de ajuda, será bem vindo ao grupo.
- b) Em Alcoólicos Anônimos não julgamos ninguém. Somente a pessoa que disser ser um alcoólatra será considerada como tal.
- c) Se alguém tiver dúvidas e queira saber mais sobre o alcoolismo, na visão de Alcoólicos Anônimos poderá obter ajuda pelo telefone 045-3035-1134.

10 – Algumas considerações:

- a) De acordo com pesquisas, 13% da população têm problemas com o alcoolismo. O que isso quer dizer? Sabem? Hoje nós estamos aqui em 80 (*fazer o cálculo*) crianças. Isso quer dizer que 10 (*fazer o cálculo*) entre vocês poderão ter problemas com a bebida alcoólica. Isso é sério. Não precisam pensar quais dos seus colegas vão se tornar problemáticos com a bebida. O melhor é cada um pensar por si, cuidar de si e evitar julgar os outros. Julguem a si mesmos, pensem em si mesmos e vejam se algo diferente pode estar lhes acontecendo.
- d) Vocês, jovens, poderão salvar muitas vidas se levarem isso ao conhecimento de suas famílias. Vocês estarão falando sobre saúde, sobre a paz, sobre sociabilidade, espiritualidade e bem estar. A maioria das pessoas pensa que o alcoolismo é coisa de pobre, de mendigo. Não é isso não. O alcoolismo e as drogas estão matando muita gente boa e importante. Vocês sabem disso. O alcoolismo é doença e tem que ser tratado como tal.
- e) Informe essas pessoas sobre o que você aprendeu hoje. Leve seu familiar ou amigo a um Grupo de Alcoólicos Anônimos. Você é importante. *Você pode salvar uma vida*. Se precisar de ajuda, ligue para o telefone 045-3035-1134. Alguém vai entrar em contato e ajudar a vocês ou a pessoa que tem problemas.

No mundo todo há grupos de homens e mulheres que mantêm um programa de recuperação para pessoas que sofrem da doença do alcoolismo. Esses Grupos, seu Programa dos Doze Passos, as Doze Tradições, os Doze Conceitos e os três legados (Unidade, Serviço e Recuperação) constituem o que chamamos A.A.

Alcoólicos Anônimos oferece os Doze Passos para sugerir o caminho da nossa recuperação individual e as Doze Tradições para guiar os indivíduos dentro dos Grupos.

Porém nós como membros de um Grupo de AA oferecemos nossas histórias pessoais de recuperação como auxílio aos outros que procuram o AA em busca de ajuda.

Nossa Irmandade não é religiosa, contudo por uma tradição que se fixou desde 1940, os grupos costumam no mundo inteiro iniciar seus trabalhos com uma breve invocação de caráter espiritual; a **INVOCAÇÃO DA SERENIDADE**. Quem quiser pode me acompanhar nessa invocação.

“CONCEDEI-NOS, SENHOR A *SERENIDADE* NECESSÁRIA PARA ACEITAR AS COISAS QUE NÃO PODEMOS MODIFICAR; *CORAGEM* PARA MODIFICAR AQUELAS QUE PODEMOS, E *SABEDORIA* PARA DISTINGUIR UMAS DAS OUTRAS.”

INICIO DOS TRABALHOS

Alcoólicos Anônimos não apóia nem combate qualquer causa.

Não estamos ligados a nenhuma seita religiosa ou movimento político, a nenhuma organização ou instituição de qualquer espécie.

Também não cobramos taxas, nem mensalidade, não fazemos ficha de inscrição, e os membros não assinam proposta, nem precisam dar seu nome completo.

O único requisito para tornar-se membro de AA é ter o desejo de recuperar-se da doença do alcoolismo.

Assim, o nosso único propósito é mantermos sóbrios, a fim de desfrutarmos de uma vida feliz e ajudar outros a se recuperarem da doença do alcoolismo.

Para mantermos firme esse propósito fazemos reuniões regulares de recuperação, onde compartilhamos nossas experiências, forças e esperanças para resolver nosso problema comum.

Se o seu problema é parar de beber fique conosco.

Se você não tem problema com o alcoolismo, quando sair daqui, leve a nossa mensagem aos irmãos que sofrem lá fora e ainda não descobriram o caminho da sobriedade.

O alcoolismo é uma doença.

Ninguém precisa envergonhar-se por ser portador de uma doença.

Se a doença existe é necessário procurar a solução.

E a solução está em Alcoólicos Anônimos.

Milhares de pessoas já descobriram isso em todas as partes do mundo e voltaram a ter uma vida saudável e feliz.

AS OPINIÕES EM AA

Qualquer coisa que digamos é nossa opinião pessoal e não necessariamente a opinião de Alcoólicos Anônimos.

Ninguém fala por Alcoólicos Anônimos.

Nunca criticamos ninguém a respeito de nada.

Não julgamos.

Vamos em busca do bem e tentamos conservá-lo.

Todas as pessoas são bem-vindas.

Não somos peritos a respeito de nada, afora de nossas histórias pessoais. Nossas histórias e como o Programa de AA nos vem ajudando são as únicas coisas que podemos oferecer aos novatos.

Não doutrinamos ninguém.

Afora isso em AA todos são companheiros hierarquicamente iguais.

Ainda que uns ou outros estejam prestando serviço específico e temporário ao Grupo.

Não há chefes, nem superiores.

A não ser um Poder Superior Amantíssimo que a todos brinda com os melhores sentimentos de amor, amizade e ajuda pelos companheiros e compreensão pelos demais seres humanos.

Alcoólicos Anônimos nos oferece referências básicas para nos manter em estado de recuperação pessoal e unidos em grupo a fim de ajudar a outros que nos procuram com o mesmo problema.

Além dos Doze Passos, das Doze Tradições e dos Doze Conceitos, o AA ainda nos oferece sua literatura oficial, os lemas, os temas das reuniões e os depoimentos dos companheiros.

Tudo isso como ajuda constante em nosso esforço de mantermos sóbrios e seremos nestas 24 horas.

Nosso Primeiro Passo descreve que *“admitimos que éramos impotentes perante o álcool e que tínhamos perdido o domínio de nossas vidas.”*

Só você pode saber se é alcoólatra e fazer alguma coisa a respeito.

A decisão é sua e é drástica.

Render-se às evidências perante a si mesmo e perante outros é uma decisão que ninguém pode tomar por você.

Mas essa rendição é o primeiro passo em busca de sobriedade e da serenidade.

ALCOOLISMO

DOENÇA INCURÁVEL, PROGRESSIVA E FATAL

O Alcoolismo é uma doença da qual o alcoólatra é a vítima.

Ninguém se torna alcoólatra porque quer.

A doença ocorre independente da vontade da vítima por melhores e mais sinceros que sejam seus desejos de ser um bebedor normal ou simplesmente uma pessoa normal.

Do ponto de vista físico o alcoolismo é uma doença incurável, progressiva e fatal.

Dentre os bebedores regulares de bebidas alcoólicas, alguns não tem defesa contra o álcool. Para estes últimos, que chamamos alcoólatras, o alcoolismo é incurável.

A medicina não dispõe de remédio que lhes possa devolver a condição de bebedores normais.

A única alternativa de saúde conhecida para os alcoólatras é não ingerir álcool.

Nesse sentido, o alcoolismo é incurável, embora possa ser detido e a vítima possa entrar em estado de recuperação, e voltar a desfrutar uma vida saudável e feliz.

Para os alcoólatras que não descubrem o caminho da sobriedade o alcoolismo se torna progressivo.

A doença fica arraigada quanto mais tempo o alcoólatra bebe.

O caminho da progressividade alcoólica leva a vitima aos sanatórios ou hospícios, a acidentes graves de vida, à pobreza, ao abandono de todos, inclusive dos familiares, e, por fim, à morte prematura, ainda que a “causa mortis” registrada venha a receber qualquer outro nome no atestado de óbito. Nesse sentido o alcoolismo é uma doença fatal - mata prematuramente.

NOSSA DOENÇA É INCURÁVEL

MAS PODE SER DETIDA

Nossa doença é incurável.

Não há previsão de podermos voltar a beber bebida alcoólica como um bebedor normal.

Por isso quando paramos de beber e freqüentamos o AA nos consideramos em recuperação.

Mesmo que estejamos sóbrios há muito tempo não existe a hipótese de nos considerarmos curados, senão apenas em recuperação.

Estando em recuperação a cada 24 horas, podemos perfeitamente deter nossa doença e abrir uma clareira diária em nossas vidas para levarmos uma existência ativa, alegre e cheia de realizações.

O alcoolismo é uma doença incurável, progressiva e fatal.

Podemos no entanto deter a sua progressividade e a sua fatalidade, mantendo-nos sóbrios de 24 em 24 horas.

Dessa forma, mantendo permanente estado de recuperação é que milhares de pessoas no mundo todo descobrem um novo modo de viver uma existência saudável e feliz.

A doença do alcoolismo é incurável, mas pode ser detida.

ALCOOLISMO - UMA DOENÇA AINDA A SER COMPREENDIDA

Toda as pessoas que convivem com um “bebedor problema” sofrem as conseqüências do alcoolismo.

Um “bebedor problema” atinge em média de 25 a 30 pessoas das suas relações. Os pais sofrem, as esposas, os filhos, companheiros de serviço, os patrões e os amigos. Assim entre alcoólatras e seu círculo de vida, cerca de 20% da população mundial arca com o peso dessa doença.

O alcoolismo é assim chamado de “doença que todos escondem”. E na realidade, no início da fase de alcoolismo a esposa, a mãe, os filhos, os próprios amigos, todos perdoam os primeiros porres. Quando essas bebedeiras começam a ser mais

freqüentes os que convivem com o alcoólatra não querem falar sobre o assunto, escondem o problema afastando com isso as oportunidades de busca de solução.

Na verdade como ninguém se torna alcoólatra porque quer, o que ocorre é um mecanismo físico psicológico e social fora do controle da vítima. E quando a vítima começa a perceber, não consegue achar a saída sozinho. Por isso, atualmente em todo mundo há grupos de AA, abrindo suas portas para os desesperados que desejam uma solução para o seu problema.

No Brasil cerca de 13% da população sofre de alcoolismo em algum grau de progressividade. Além do enorme sofrimento físico mental e espiritual dos próprios alcoólatras, há que considerar os danos estendidos às outras pessoas do grupo social e os prejuízos sócio-econômico-profissionais decorrentes da incapacitação progressiva para o trabalho. Acidentes de trânsito, brutalidade ou crimes causados por alcoolismo, internamentos, outras doenças por debilitamento geral e mortes prematuras, são outros tantos prejuízos de custo social muito alto.

Cabe à sociedade aprender mais sobre o alcoolismo, entende-lo melhor e criar mais condições de recuperação aos que dele sofrem ainda que apenas para minorar o grande prejuízo sócio-econômico anual que a doença deixa nas empresas e na vida nacional.

ALCOOLISMO

DOENÇA FÍSICA, MENTAL E ESPIRITUAL

O alcoolismo não seleciona suas vítimas. Pessoas de qualquer raça, tipo físico, temperamento, classe social ou credo religioso podem tornar-se alcoólatras. Homens, mulheres, pobres, ricos, velhos, moços bem ou mal sucedidos na profissão, no amor, nos negócios, na política ou na religião, enfim, qualquer um, por mais inteligente ou importante que seja, pode descobrir de repente que é alcoólatra.

Debilidade física, vergonha, remorso, revolta, autopiedade e perda da autoconfiança vão progressivamente tomando conta da vida íntima do alcoólatra. O alcoolismo vai atingindo progressivamente a vítima dos pontos de vista físico, mental e espiritual, embora nas fases iniciais as conseqüências não aparecem. Nas fases posteriores, quando a vítima começa a tornar-se um “bêbado problema”, e por causa do desconhecimento geral das características da doença os familiares, amigos e colegas passam a esconder o problema ou evitar o doente.

O álcool como poderoso inimigo instala-se e esconde-se no íntimo da vítima. Tanto a vítima quanto a sociedade ficam perplexos diante das conseqüências, sem contudo se voltarem para a causa muito bem acomodada no interior do corpo, do cérebro e do coração do alcoólatra. O sofrimento pessoal que o alcoólatra esconde mais o preconceito do grupo social que o rodeia, vão substituindo no doente as suas boas energias de vida. Progressivamente o alcoólatra é dominado por sentimentos de vergonha, de remorso, de revolta e de autopiedade. Incapaz de descobrir por si mesmo ou pelos que o rodeiam, a causa do seu estado e a forma de combatê-la, o alcoólatra adocece progressivamente em todos os níveis de sua existência física, social e psicológica.

Perde a saúde íntima, a confiança dos outros e a fé na existência.

NÃO BASTA TAMPAR A GARRAFA

A grande dádiva que nos deixaram Bill e Bob, os fundadores de AA é que o alcoolismo é uma condição arrasadora e fatal. Perante ela só funciona uma resposta igualmente límpida e arrasadora, ou seja; ou mudamos radicalmente nosso modo de ser e viver, ou o álcool nos mata de alguma maneira, ainda que não nos mate fisicamente de imediato.

Aprendemos de pronto em AA que tampar a garrafa, ficar abstinência, afastarnos da bebida por algum tempo, como prova isolada de nossa força de vontade, são soluções pequenas, curtas, falhas, que mais aprofundam a vítima em seu mal.

O AA sugere três atos práticos e diretos para mudarmos radicalmente nosso modo de viver.

- 1) Rendição incondicional perante si mesmo após a inquestionável derrota perante o álcool e os vícios de caráter que gera.
- 2) Reconhecimento de que por mais que estejamos no “fundo do poço”, há no limite interior de cada um de nós uma luz maior e superior à nossa importância.
- 3) Partilhamento da nossa recuperação com outros seres humanos.

Eis um pouco do novo modo de vida que um AA descobre ao ingressar no Programa das 24 horas.

Com o Primeiro Passo da Serenidade só por hoje, cada AA vai descobrindo a dádiva inestimável que a Irmandade lhe oferece com a Serenidade, no caminhar dos outros Onze Passos, por muitas e muitas 24 horas.

O PROGRAMA 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. De todo o coração desejávamos jamais voltar a embriagarnos. Estávamos decididos, e pensávamos que descobriríamos de uma vez por todas o modo certo de beber sem ficar embriagado. 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 dos sofrimentos que nos levou a faze-los. Bebemos de novo e de um modo não planejado e vimo-nos envolvidos em mais dificuldades. Nosso incisivo “nunca mais “ não durou muito. Aqueles dentre nós que faziam juramento, mantinham uma reserva fora do juramento. 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 embriagarnos também - bastava sorver quantidade superior a 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 cumprida a promessa voltamos a beber e logo nos vimos enroscados outra vez, sobrecarregados de novas culpas e remorsos. Com este passado de lutas agora no AA tentamos evitar as expressões “nunca mais vou beber” ou “fazer juramento”, elas nos fazem recordar nossos fracassos. Compreendendo que o alcoolismo é uma condição irreversível, nossa experiência nos ensinou a não fazer promessas. Achamos mais realista e mais seguro dizer: “Só por hoje não beberei”. Não importa quantos anos de AA alguém tenha. Quem de nós levantou mais cedo hoje e não bebeu o primeiro gole este é hoje o mais sóbrio de nós.

UM PROGRAMA ESPIRITUAL MAS NÃO RELIGIOSO

Sabemos que a maioria dos alcoólatras tem procurado alguma maneira de livrar-se do sofrimento que a bebida lhe causa na vida.

Muitos fazem solenes promessas e juras aos familiares. Outros procuram médicos ou clinicas de recuperação.

A maioria fez alguma tentativa junto a padres, pastores, cartomantes ou pais-de-santo. Muitos tem chorado de raiva, amaldiçoado a Deus, abandonado a família, trocado de emprego ou de cidade, no desespero de fugir do problema ou de buscar uma solução. E essa experiência se repete no mundo todo com pessoas de todas as raças, nacionalidades, religiões, costumes e ocupações profissionais.

No caminho do alcoolismo todos os alcoólatras passaram por várias formas de humilhação.

Considerados indivíduos sem caráter, sem força de vontade, fracos e irresponsáveis acabam sendo olhados como casos perdidos e amaldiçoados.

É muito difícil nesse ambiente, surgir alguém com o entendimento de que estamos diante de um caso de doença grave que precisa ser tratada corretamente.

O programa do AA visa estancar esse quadro do adoecimento progressivo sugerindo inicialmente ao alcoólatra o seguinte:

- desejo de parar de beber
- manter a sobriedade pelo período de 24 horas
- recuperar a confiança num poder superior a si mesmo que lhe possa devolver a sanidade e a alegria de viver.

Com essa base espiritual no AA há lugar para pessoas religiosas de qualquer religião e também para pessoas sem religião alguma, ou seja, há lugar para crentes de qualquer credo, para ateus de qualquer tipo, ou para agnósticos e céticos incorrigíveis. Pessoas de qualquer crença ou sem nenhuma crença, podem eleger um poder superior a si mesmas na forma como queiram entende-lo e nele ancorar o início de sua recuperação.

Essa espiritualidade mínima a ser entendida livremente pelo alcoólatra segundo a sua formação ou preferência pessoal pode ser aceita e facilmente adotada e servirá de alicerce para o restante do programa de recuperação.

Por isso nunca discutimos com uma pessoa a respeito de suas crenças.

Se alguém quer escolher o Programa de AA, a escolha é dele, porém ainda poderá manter as suas convicções religiosas anteriores, adquirir outras ou ficar sem nenhuma. Somente sugerimos a crença numa força superior e nós mesmos, ou seja, a crença num Deus como cada um o entende como ponto de partida para o processo de recuperação mental e espiritual a partir dos escombros físicos, mentais e psicológicos deixados pela calamidade do alcoolismo.

HUMILDADE, SIMPLICIDADE E GRATIDÃO

Tudo o que AA nos sugere é um programa de humildade, simplicidade e gratidão. Os

Doze Passos, sob um certo ponto de vista poderiam ser resumidos:

Em primeiro lugar AA nos afirma que humildade não é humilhação, nem penitência, nem arrependimento. Essas atitudes ou sentimentos reforçariam o peso do nosso passado alcoólico, tornando-o insuportável a ponto de fazer-nos voltar a beber.

Em segundo lugar, AA nos sugere a rendição a nossa triste condição de alcoólatras e o reconhecimento de um Poder Superior a nós, como consigamos ou queiramos entende-lo. São atitudes simples de humildade perante a realidade.

Em terceiro lugar em AA logo descobrimos como éramos antes e como podemos ser hoje. Antes estávamos fisicamente tomados de azedume alcoólico, estávamos psicologicamente dependentes de autopiedade e estávamos mental ou espiritualmente tomados por uma enorme importância pessoal. AA nos sugere que hoje façamos uma limpeza nos três níveis da nossa pessoa, suprimindo o álcool hoje, trocando a autopiedade por confiança e substituindo a importância pessoal por gratidão. Toda a questão do inventário que AA nos sugere está nesses atos em que em resumo são humildade, simplicidade e gratidão.

Por fim, AA nos sugere que a cada 24 horas repitamos esse Programa para fortalecer em nós esse novo modo de viver e para ir diminuindo progressivamente o nosso antigo modo alcoólico de viver.

A FORÇA DO AA

O membro de AA, já entrosado no programa das 24 horas, e que está concentrando suas energias no dia presente em busca da sobriedade e da serenidade, pode perguntar ou perguntar-se de onde vem a força de Alcoólicos Anônimos.

A força vem da amizade que o membro encontra no grupo. Vem do clima de confiança e esperança transmitido pelos membros mais antigos que encontraram a saída.

A força também vem do compartilhamento sincero das tristes experiências passadas dos alcoólicos enquanto bebiam. O compartilhamento através dos depoimentos pessoais é uma poderosa força contra a desesperança antiga, contra os porões escondidos da alma alcoólica, trazendo cada membro de volta ao mundo límpido da liberdade.

A força também vem do despertar para um Poder Superior. Nós alcoólicos inicialmente não sabemos bem como isso acontece, mas acontece como um inevitável presente pela nossa sincera disposição de voltar à sobriedade e de mudar o rumo das nossas vidas.

E por fim a força vem da disposição de levarmos a outros que sofrem de alcoolismo a informação de como chegamos à sobriedade e de como a nossa vida mudou radicalmente para melhor.

Assim quando recebemos a força através da amizade, do compartilhamento do despertar espiritual e da execução do 12º Passo, nós em AA passamos a conviver em unidade, recuperação e serviço. Nesse espírito de grupo se a amizade não for

suficiente, então nos resta a fé, e se a fé as vezes for pouca, a prestação do serviço ao companheiro é um rio que irriga o deserto.

O ESPÍRITO DE GRUPO EM AA

Ainda que um membro isolado no Grupo de AA não esteja praticando o Terceiro Passo, o Grupo propriamente dito com certeza sempre está.

Por nossas vidas nas mãos de um Poder Superior a cada programa de 24 horas, é antes uma graça do que uma conquista da força de vontade. O Terceiro Passo talvez seja um essencialíssimo prêmio aos AA em recuperação que perseveram na disposição diária de manter sua rendição perante o álcool e sua percepção de um poder superior. E o Terceiro Passo provavelmente é possível ao companheiro que confia no seu Grupo de AA.

O conjunto dos companheiros do Grupo de AA sintonizados no mesmo programa diário de recuperação formam um espírito de grupo, ou seja, uma poderosa mente aberta para a serena busca das soluções de que os companheiros em recuperação carecem, ainda que isoladamente o companheiro ainda não tenha entregado ao Poder Superior a sua sobrevivência diária.

Sempre que um Grupo de AA faz aniversário, seus membros tem a confirmação que existe um espírito de grupo através do qual se dá a graça do Terceiro Passo. Sem o Terceiro Passo, o Primeiro e o Segundo seriam invenções inúteis para os alcoólicos que procuram sua recuperação para uma vida normal e feliz.

COMO INGRESSAR NO GRUPO

Aquele que comparece à reunião e deseja ingressar em Alcoólicos Anônimos, não assume qualquer compromisso com o Grupo. A frequência às reuniões é decisão exclusiva e espontânea da pessoa interessada.

Não é preciso preencher ficha de inscrição nem apresentar nome completo, nem pagar nenhuma taxa ou mensalidade. Basta falar comigo ou com algum companheiro durante o intervalo, a seguir, do seu desejo de ingressar no Grupo.

Para a pessoa que ingressar no Grupo o coordenador entregará uma ficha amarela sem qualquer valor comercial, mas com especial significado, pois simboliza:

- o propósito comum do Grupo

- a amizade dos companheiros
- o ingresso na sobriedade
- e a importância da decisão que tomou

O AA COMO ORGANIZAÇÃO **(SÉTIMA TRADIÇÃO - SACOLA DE GRATIDÃO)**

Alcoólicos Anônimos não é uma organização no sentido convencional da palavra.

AA não tem dono, não tem patrimônio material e não tem diretores ou chefes específicos. Por não ser uma instituição, não tem registro de empresa, e ninguém em particular fala por AA ou o representa. Os membros que prestam serviço de coordenação ou de representação de um grupo perante outros, fazem-no a título de colaboração após eleitos ou escolhidos pelos companheiros.

Alem disso, de acordo com a Sétima Tradição, o AA não aceita contribuições de pessoas ou entidades estranhas à Irmandade.

Por isso o AA é auto-suficiente, com nossas próprias contribuições, feitas pelos membros na sacola, de acordo com as necessidades do Grupo e as possibilidades de cada um.

Nossas despesas com aquisição de literaturas e folhetos, aluguel de sala, cafezinho, comunicação entre os grupos ou outras que se façam necessárias; são cobertas pela contribuição espontânea dos membros do Grupo que é feita na sacola que é passada no decorrer da reunião.

Pedimos que só os membros do grupo contribuam.

OS FUNDADORES DO AA

Alcoólicos Anônimos surgiu em 1935, principalmente através da ação de dois alcoólatras que procuravam a recuperação para si. São eles Bill e Bob.

Bill, ou seja, Willian Griffth Wilson, ex-corretor da Bolsa de Valores de Nova York, mais jovem que Bob, faleceu em 24 de Janeiro de 1971 em Miami Beach e só então o seu anonimato perante a imprensa foi rompido. Bill descobriu o caminho da sobriedade na sua última internação hospitalar em que diz ter tido a visão de um poder superior, ainda que entendido ao seu próprio modo o que posteriormente foi transcrito como sendo o Segundo e o Terceiro Passo.

Bob, ou seja, Dr. Robert Holbrook Smith, nascido em 08/08/1879, médico da cidade de Akron, trabalhou 35 anos no City Hospital da mesma cidade onde veio a falecer em 16

de novembro de 1950. Sua principal recomendação ao Bill, antes de falecer foi a de manter o AA simples.

Na sua mesa de trabalho Bob mantinha a seguinte inscrição:

“Humildade é o silêncio perpétuo do coração. É estar sem problemas. É nunca estar descontente, contrariado, irritado ou ofendido. É não me surpreender com qualquer coisa feita contra mim, mas sentir que nada é feito contra mim. Significa que quando eu for repreendido ou desprezado, eu tenho um lar abençoado dentro de mim, onde eu posso entrar, fechar a porta, ajoelhar-me em frente ao meu Pai em segredo e estar em paz como um profundo mar de calmarias, quando tudo ao meu redor está apresentando agitação.”

Bill, mais tarde em “Caminhos da Vida” escreveu:

“Conforme cresce a fé, cresce a segurança interior. O enorme medo interior do vazio absoluto começa a desaparecer. Nós em AA descobrimos que o nosso antídoto básico para o medo é um despertar espiritual.”

O anonimato pessoal, mas não do Grupo deve ser sempre respeitado e lembrado por todos nós através do seguinte lema:

Quem você vê aqui,

O que você ouve aqui,

Quando sair daqui,

Deixe que fique aqui.

ROTEIRO

PARA

REUNIÕES

DO

C T O

compilado

Abertura

Sejam todos bem vindos a mais uma reunião de Alcoólicos Anônimos.

Meu nome ée também sou membro desta Irmandade.

No mundo todo há grupos de homens e mulheres que mantêm um programa de recuperação para pessoas que sofrem da doença do alcoolismo. Esses Grupos, seu Programa dos Doze Passos, as Doze Tradições, os Doze Conceitos e os três legados (Unidade, Serviço e Recuperação) constituem o que chamamos A.A.

Alcoólicos Anônimos oferece os Doze Passos para sugerir o caminho da nossa recuperação individual e as Doze Tradições para guiar os indivíduos dentro dos Grupos.

Porém nós como membros de um Grupo de A. A. oferecemos nossas histórias pessoais de recuperação como auxílio aos outros que procuram o A. A. em busca de ajuda.

Nossa Irmandade não é religiosa, contudo por uma tradição que se fixou desde 1940, os grupos costumam no mundo inteiro iniciar seus trabalhos com uma breve invocação de caráter espiritual; a INVOCAÇÃO DA SERENIDADE. Quem quiser pode me acompanhar nessa invocação.

“CONCEDEI-NOS, SENHOR

A SERENIDADE NECESSÁRIA

**PARA ACEITAR AS COISAS QUE NÃO PODEMOS MODIFICAR;
CORAGEM PARA MODIFICAR AQUELAS QUE PODEMOS,
E SABEDORIA PARA DISTINGUIR UMAS DAS OUTRAS.”**

INICIO DOS TRABALHOS

Alcoólicos Anônimos não apóia nem combate qualquer causa.

Não estamos ligados a nenhuma seita religiosa ou movimento político, a nenhuma organização ou instituição de qualquer espécie.

Também não cobramos taxas, nem mensalidade, não fazemos ficha de inscrição, e os membros não assinam proposta, nem precisam dar seu nome completo.

O único requisito para tornar-se membro de A. A. é ter o desejo de recuperar-se da doença do alcoolismo.

Assim, o nosso único propósito é mantermo-nos sóbrios, a fim de desfrutarmos de uma vida feliz e ajudar outros a se recuperarem da doença do alcoolismo.

Para mantermos firme esse propósito fazemos reuniões regulares de recuperação, onde compartilhamos nossas experiências, forças e esperanças para resolver nosso problema comum.

FOI BOM VOCÊ TER VINDO

Foi bom você ter vindo.

Se o seu problema é parar de beber fique conosco.

Se você não tem problema com o alcoolismo, quando sair daqui, leve a nossa mensagem aos irmãos que sofrem lá fora e ainda não descobriram o caminho da sobriedade.

O alcoolismo é uma doença.

Ninguém precisa envergonhar-se por ser portador de uma doença.

Se a doença existe é necessário procurar a solução.

E a solução está em Alcoólicos Anônimos.

Milhares de pessoas já descobriram isso em todas as partes do mundo e voltaram a ter uma vida saudável e feliz.

Por isso em nome do Grupo Reencontro, eu lhe digo:

***“FOI BOM VOCÊ TER VINDO.
A SUA PRESENÇA A TODOS AJUDARÁ.”***

VOCÊ É A PESSOA MAIS IMPORTANTE DESTA REUNIÃO

Em nome do Grupo saúdo a cada pessoa que está aqui pela primeira vez, ou pelas primeiras vezes numa reunião de Alcoólicos Anônimos.

***“Você é hoje a pessoa mais importante para nós!
Á você dedicamos os trabalhos desta reunião”!***

***Se você tem problema com alcoolismo fique conosco,
Se você não tiver problema quando sair daqui
Leve nossa mensagem as pessoas que
Lá fora sofrem com os problemas do alcoolismo.***

AS OPINIÕES EM A. A.

Qualquer coisa que digamos é nossa opinião pessoal e não necessariamente a opinião de Alcoólicos Anônimos.

Ninguém fala por Alcoólicos Anônimos ou o representa.

Nunca criticamos ninguém a respeito de nada.

Não julgamos.

Vamos em busca do bem e tentamos conservá-lo.

Todas as pessoas são bem-vindas.

Não somos peritos a respeito de nada, afora de nossas histórias pessoais. Nossas histórias e como o Programa de A. A. nos vem ajudando são as únicas coisas que podemos oferecer aos novatos.

Não doutrinamos ninguém.

COMO SÃO AS REUNIÕES

As reuniões de Alcoólicos Anônimos são momentos com um mínimo de cerimônia e programação, visando a que os companheiros possam organizadamente compartilhar suas experiências, forças e esperanças e receber outros que procuram o A. A. para sua reabilitação.

A sala de A. A. é um lugar alegre em que os presentes possam manifestar entre si um profundo interesse com base na sinceridade com que cada um está vivendo seu programa de 24 horas de sobriedade e serenidade.

Afora isso em A. A. todos são companheiros hierarquicamente iguais.

Ainda que uns ou outros estejam prestando serviço específico e temporário ao Grupo. Não há chefes, nem superiores.

A não ser um Poder Superior Amantíssimo que a todos brinda com os melhores sentimentos de amor, amizade, ajuda pelos companheiros e compreensão pelos demais seres humanos.

ASSUNTO DESTA REUNIÃO

Alcoólicos Anônimos nos oferece referências básicas para nos manter em estado de recuperação pessoal e unidos em grupo a fim de ajudar a outros que nos procuram com o mesmo problema.

Além dos Doze Passos, das Doze Tradições e dos Doze Conceitos, o A.A. ainda nos oferece sua literatura oficial, os lemas, os temas das reuniões e os depoimentos dos companheiros.

Tudo isso como ajuda constante em nosso esforço de mantermo-nos sóbrios e seremos nestas 24 horas.

Em cada reunião de A. A., o tema escolhido pelo Coordenador do Grupo normalmente é muito útil para que os companheiros possam melhor organizar seus depoimentos.

Cada companheiro, ao fazer seu depoimento se quiser pode comentar sua experiência pessoal em relação e esse tema.

O tema desta reunião será.....

A PALAVRA ESTÁ LIVRE

A palavra também está livre aos membros novos de A. A. e mesmo aos que aqui estão pela primeira vez.

Nosso Primeiro Passo descreve que *“admitimos que éramos impotentes perante o álcool e que tínhamos perdido o domínio de nossas vidas.”*

Só você pode saber se é alcoólatra e fazer alguma coisa a respeito.

A decisão é sua e é drástica.

Render-se às evidências perante a si mesmo e perante outros é uma decisão que ninguém pode tomar por você.

Mas essa rendição é o primeiro passo em busca de sobriedade e da serenidade.

ALCOOLISMO - DOENÇA INCURÁVEL, PROGRESSIVA E FATAL

O Alcoolismo é uma doença da qual o alcoólatra é a vítima.

Ninguém se torna alcoólatra porque quer.

A doença ocorre independente da vontade da vítima por melhores e mais sinceros que sejam seus desejos de ser um bebedor normal ou simplesmente uma pessoa normal.

Do ponto de vista físico o alcoolismo é uma doença incurável, progressiva e fatal.

Dentre os bebedores regulares de bebidas alcoólicas, alguns não tem defesa contra o álcool. Para estes últimos, que chamamos alcoólatras, o alcoolismo é incurável.

A medicina não dispõe de remédio que lhes possa devolver a condição de bebedores normais.

A única alternativa de saúde conhecida para os alcoólatras é não ingerir álcool.

Nesse sentido, o alcoolismo é incurável, embora possa ser detido e a vítima possa entrar em estado de recuperação, e voltar a desfrutar uma vida saudável e feliz.

Para os alcoólatras que não descubrem o caminho da sobriedade o alcoolismo se torna progressivo.

A doença fica arraigada quanto mais tempo o alcoólatra bebe.

O caminho da progressividade alcoólica leva a vitima aos sanatórios ou hospícios, a acidentes graves de vida, à pobreza, ao abandono de todos, inclusive dos familiares, e,

por fim, à morte prematura, ainda que a “causa mortis” registrada venha a receber qualquer outro nome no atestado de óbito. Nesse sentido o alcoolismo é uma doença fatal - mata prematuramente.

NOSSA DOENÇA É INCURÁVEL, MAS PODE SER DETIDA

Nossa doença é incurável. Não há previsão de podermos voltar a beber bebida alcoólica como um bebedor normal. Por isso quando paramos de beber e freqüentamos o A. A. nos consideramos em recuperação.

Mesmo que estejamos sóbrios há muito tempo não existe a hipótese de nos considerarmos curados, senão apenas em recuperação.

Estando em recuperação a cada 24 horas, podemos perfeitamente deter nossa doença e abrir uma clareira diária em nossas vidas para levarmos uma existência ativa, alegre e cheia de realizações.

O alcoolismo é uma doença incurável, progressiva e fatal.

Podemos no entanto deter a sua progressividade e a sua fatalidade, mantendo-nos sóbrios de 24 em 24 horas.

Dessa forma, mantendo permanente estado de recuperação é que milhares de pessoas no mundo todo descobrem um novo modo de viver uma existência saudável e feliz.

A doença do alcoolismo é incurável, mas pode ser detida.

ALCOOLISMO - UMA DOENÇA AINDA A SER COMPREENDIDA

Toda as pessoas que convivem com um “bebedor problema” sofrem as conseqüências do alcoolismo.

Um “bebedor problema” atinge em média de 25 a 30 pessoas das suas relações. Os pais sofrem, as esposas, os filhos, companheiros de serviço, os patrões e os amigos. Assim entre alcoólatras e seu círculo de vida, cerca de 20% da população mundial arca com o peso dessa doença.

O alcoolismo é assim chamado de “doença que todos escondem”. E na realidade, no início da fase de alcoolismo a esposa, a mãe, os filhos, os próprios amigos, todos perdoam os primeiros porres. Quando essas bebedeiras começam a ser mais freqüentes os que convivem com o alcoólatra não querem falar sobre o assunto, escondem o problema afastando com isso as oportunidades de busca de solução.

Na verdade como ninguém se torna alcoólatra porque quer, o que ocorre é um mecanismo físico psicológico e social fora do controle da vítima. E quando a vítima começa a perceber, não consegue achar a saída sozinho. Por isso, atualmente em todo mundo há grupos de A. A., abrindo suas portas para os desesperados que desejam uma solução para o seu problema.

No Brasil cerca de 13% da população sofre de alcoolismo em algum grau de progressividade. Além do enorme sofrimento físico mental e espiritual dos próprios alcoólatras, há que considerar os danos estendidos às outras pessoas do grupo social e os prejuízos sócio-econômico-profissionais decorrentes da incapacitação progressiva para o trabalho. Acidentes de trânsito, brutalidade ou crimes causados por alcoolismo, internamentos, outras doenças por debilitamento geral e mortes prematuras, são outros tantos prejuízos de custo social muito alto.

Cabe à sociedade aprender mais sobre o alcoolismo, entendê-lo melhor e criar mais condições de recuperação aos que dele sofrem ainda que apenas para minorar o grande prejuízo sócio-econômico anual que a doença deixa nas empresas e na vida nacional.

ALCOOLISMO

DOENÇA FÍSICA, MENTAL E ESPIRITUAL

O alcoolismo não seleciona suas vítimas. Pessoas de qualquer raça, tipo físico, temperamento, classe social ou credo religioso podem tornar-se alcoólatras. Homens, mulheres, pobres, ricos, velhos, moços bem ou mal sucedidos na profissão, no amor, nos negócios, na política ou na religião, enfim, qualquer um, por mais inteligente ou importante que seja, pode descobrir de repente que é alcoólatra.

Debilidade física, vergonha, remorso, revolta, autopiedade e perda da autoconfiança vão progressivamente tomando conta da vida íntima do alcoólatra. O alcoolismo vai atingindo progressivamente a vítima dos pontos de vista físico, mental e espiritual, embora nas fases iniciais as conseqüências não aparecem. Nas fases posteriores, quando a vítima começa a tornar-se um “bêbado problema”, e por causa do desconhecimento geral das características da doença os familiares, amigos e colegas passam a esconder o problema ou evitar o doente.

O álcool como poderoso inimigo instala-se e esconde-se no íntimo da vítima. Tanto a vítima quanto a sociedade ficam perplexos diante das conseqüências, sem contudo se

voltarem para a causa muito bem acomodada no interior do corpo, do cérebro e do coração do alcoólatra. O sofrimento pessoal que o alcoólatra esconde mais o preconceito do grupo social que o rodeia, vão substituindo no doente as suas boas energias de vida. Progressivamente o alcoólatra é dominado por sentimentos de vergonha, de remorso, de revolta e de autopiedade. Incapaz de descobrir por si mesmo ou pelos que o rodeiam, a causa do seu estado e a forma de combatê-la, o alcoólatra adoece progressivamente em todos os níveis de sua existência física, social e psicológica.

Perde a saúde íntima, a confiança dos outros e a fé na existência.

NÃO BASTA TAMPAR A GARRAFA

A grande dádiva que nos deixaram Bill e Bob, os fundadores de A. A. é que o alcoolismo é uma condição arrasadora e fatal. Perante ela só funciona uma resposta igualmente límpida e arrasadora, ou seja; ou mudamos radicalmente nosso modo de ser e viver, ou o álcool nos mata de alguma maneira, ainda que não nos mate fisicamente de imediato.

Aprendemos de pronto em A. A. que tampar a garrafa, ficar abstinente, afastarnos da bebida por algum tempo, como prova isolada de nossa força de vontade, são soluções pequenas, curtas, falhas, que mais aprofundam a vitima em seu mal.

O A. A. sugere três atos práticos e diretos para mudarmos radicalmente nosso modo de viver.

- 4) Rendição incondicional perante si mesmo após a inquestionável derrota perante o álcool e os vícios de caráter que gera.
- 5) Reconhecimento de que por mais que estejamos no “fundo do poço”, há no limite interior de cada um de nós uma luz maior e superior à nossa importância.
- 6) Partilhamento da nossa recuperação com outros seres humanos.

Eis um pouco do novo modo de vida que um A. A. descobre ao ingressar no Programa das 24 horas.

Com o Primeiro Passo da Serenidade só por hoje, cada A. A. vai descobrindo a dádiva inestimável que a Irmandade lhe oferece com a Serenidade, no caminhar dos outros Onze Passos, por muitas e muitas 24 horas.

O PROGRAMA 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. De todo o coração desejávamos jamais voltar a embriagarnos. Estávamos decididos, e pensávamos que descobriríamos de uma vez por todas o modo certo de beber sem ficar embriagado. 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 dos sofrimentos que nos levou a fazê-los. Bebemos de novo e de um modo não planejado e vimo-nos envolvidos em mais dificuldades. Nosso incisivo “nunca mais “ não durou muito. Aqueles dentre nós que faziam juramento, mantinham uma reserva fora do juramento. 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 embriagarnos também - bastava sorver quantidade superior a 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 cumprida a promessa 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 “nunca mais vou beber” ou “fazer juramento”, elas nos fazem recordar nossos fracassos. Compreendendo que o alcoolismo é uma condição irreversível, nossa experiência nos ensinou a não fazer promessas. Achamos mais realista e mais seguro dizer: “Só por hoje não beberei”. Não importa quantos anos de A. A. alguém tenha. Quem de nós levantou mais cedo hoje e não bebeu o primeiro gole este é hoje o mais sóbrio de nós.

UM PROGRAMA ESPIRITUAL MAS NÃO RELIGIOSO

Sabemos que a maioria dos alcoólatras tem procurado alguma maneira de livrar-se do sofrimento que a bebida lhe causa na vida.

Muitos fazem solenes promessas e juras aos familiares. Outros procuram médicos ou clinicas de recuperação.

A maioria fez alguma tentativa junto a padres, pastores, cartomantes ou pais-de-santo.

Muitos tem chorado de raiva, amaldiçoado a Deus, abandonado a família, trocado de emprego ou de cidade, no desespero de fugir do problema ou de buscar uma solução. E essa experiência se repete no mundo todo com pessoas de todas as raças, nacionalidades, religiões, costumes e ocupações profissionais.

No caminho do alcoolismo todos os alcoólatras passaram por várias formas de humilhação.

Considerados indivíduos sem caráter, sem força de vontade, fracos e irresponsáveis acabam sendo olhados como casos perdidos e amaldiçoados.

É muito difícil nesse ambiente, surgir alguém com o entendimento de que estamos diante de um caso de doença grave que precisa ser tratada corretamente.

O programa do A. A. visa estancar esse quadro do adoecimento progressivo sugerindo inicialmente ao alcoólatra o seguinte:

- desejo de parar de beber
- manter a sobriedade pelo período de 24 horas
- recuperar a confiança num poder superior a si mesmo que lhe possa devolver a sanidade e a alegria de viver.

Com essa base espiritual no A. A. há lugar para pessoas religiosas de qualquer religião e também para pessoas sem religião alguma, ou seja, há lugar para crentes de qualquer credo, para ateus de qualquer tipo, ou para agnósticos e céticos incorrigíveis. Pessoas de qualquer crença ou sem nenhuma crença, podem eleger um poder superior a si mesmas na forma como queiram entendê-lo e nele ancorar o início de sua recuperação.

Essa espiritualidade mínima a ser entendida livremente pelo alcoólatra segundo a sua formação ou preferência pessoal pode ser aceita e facilmente adotada e servirá de alicerce para o restante do programa de recuperação.

Por isso nunca discutimos com uma pessoa a respeito de suas crenças.

Se alguém quer escolher o Programa de A. A., a escolha é dele, porém ainda poderá manter as suas convicções religiosas anteriores, adquirir outras ou ficar sem nenhuma. Somente sugerimos a crença numa força superior e nós mesmos, ou seja, a crença num Deus como cada um o entende como ponto de partida para o processo de recuperação mental e espiritual a partir dos escombros físicos, mentais e psicológicos deixados pela calamidade do alcoolismo.

HUMILDADE, SIMPLICIDADE E GRATIDÃO

Tudo o que A. A. nos sugere é um programa de humildade, simplicidade e gratidão. Os Doze Passos, sob um certo ponto de vista poderiam ser resumidos:

Em primeiro lugar A. A. nos afirma que humildade não é humilhação, nem penitência, nem arrependimento. Essas atitudes ou sentimentos reforçariam o peso do nosso passado alcoólico, tornando-o insuportável a ponto de fazer-nos voltar a beber.

Em segundo lugar, A. A. nos sugere a rendição a nossa triste condição de alcoólatras e o reconhecimento de um Poder Superior a nós, como consigamos ou queiramos entendê-lo. São atitudes simples de humildade perante a realidade.

Em terceiro lugar em A. A. logo descobrimos como éramos antes e como podemos ser hoje. Antes estávamos fisicamente tomados de azedume alcoólico, estávamos psicologicamente dependentes de autopiedade e estávamos mental ou espiritualmente tomados por uma enorme importância pessoal. A. A. nos sugere que hoje façamos uma limpeza nos três níveis da nossa pessoa, suprimindo o álcool hoje, trocando a autopiedade por confiança e substituindo a importância pessoal por gratidão. Toda a questão do inventário que A. A. nos sugere está nesses atos em que em resumo são humildade, simplicidade e gratidão.

Por fim, A. A. nos sugere que a cada 24 horas repitamos esse Programa para fortalecer em nós esse novo modo de viver e para ir diminuindo progressivamente o nosso antigo modo alcoólico de viver.

A FORÇA DO A. A.

O membro de A. A., já entrosado no programa das 24 horas, e que está concentrando suas energias no dia presente em busca da sobriedade e da serenidade, pode perguntar ou perguntar-se de onde vem a força de Alcoólicos Anônimos.

A força vem da amizade que o membro encontra no grupo. Vem do clima de confiança e esperança transmitido pelos membros mais antigos que encontraram a saída.

A força também vem do compartilhamento sincero das tristes experiências passadas dos alcoólicos enquanto bebiam. O compartilhamento através dos depoimentos pessoais é uma poderosa força contra a desesperança antiga, contra os porões

escondidos da alma alcoólica, trazendo cada membro de volta ao mundo límpido da liberdade.

A força também vem do despertar para um Poder Superior. Nós alcoólicos inicialmente não sabemos bem como isso acontece, mas acontece como um inevitável presente pela nossa sincera disposição de voltar à sobriedade e de mudar o rumo das nossas vidas.

E por fim a força vem da disposição de levarmos a outros que sofrem de alcoolismo a informação de como chegamos à sobriedade e de como a nossa vida mudou radicalmente para melhor.

Assim quando recebemos a força através da amizade, do compartilhamento do despertar espiritual e da execução do 12º Passo, nós em A. A. passamos a conviver em unidade, recuperação e serviço. Nesse espírito de grupo se a amizade não for suficiente, então nos resta a fé, e se a fé às vezes for pouca, a prestação do serviço ao companheiro é um rio que irriga o deserto.

O ESPÍRITO DE GRUPO EM A. A.

Ainda que um membro isolado no Grupo de A. A. não esteja praticando o Terceiro Passo, o Grupo propriamente dito com certeza sempre está.

Por nossas vidas nas mãos de um Poder Superior a cada programa de 24 horas, é antes uma graça do que uma conquista da força de vontade. O Terceiro Passo talvez seja um essencialíssimo prêmio aos A. A. em recuperação que perseveram na disposição diária de manter sua rendição perante o álcool e sua percepção de um poder superior. E o Terceiro Passo provavelmente é possível ao companheiro que confia no seu Grupo de A. A.

O conjunto dos companheiros do Grupo de A. A. sintonizados no mesmo programa diário de recuperação formam um espírito de grupo, ou seja, uma poderosa mente aberta para a serena busca das soluções de que os companheiros em recuperação carecem, ainda que isoladamente o companheiro ainda não tenha entregado ao Poder Superior a sua sobrevivência diária.

Sempre que um Grupo de A. A. faz aniversário, seus membros tem a confirmação que existe um espírito de grupo através do qual se dá a graça do Terceiro Passo. Sem o Terceiro Passo, o Primeiro e o Segundo seriam invenções inúteis para os alcoólicos que procuram sua recuperação para uma vida normal e feliz.

COMO INGRESSAR NO GRUPO

Aquele que comparece à reunião e deseja ingressar em Alcoólicos Anônimos, não assume qualquer compromisso com o Grupo. A frequência às reuniões é decisão exclusiva e espontânea da pessoa interessada.

Não é preciso preencher ficha de inscrição nem apresentar nome completo, nem pagar nenhuma taxa ou mensalidade. Basta falar comigo ou com algum companheiro durante o intervalo, a seguir, do seu desejo de ingressar no Grupo.

Para a pessoa que ingressar no Grupo o coordenador entregará uma ficha amarela sem qualquer valor comercial, mas com especial significado, pois simboliza:

- o propósito comum do Grupo
- a amizade dos companheiros
- o ingresso na sobriedade
- e a importância da decisão que tomou

Portanto se dentre os presentes alguém quiser ingressar neste Grupo, fale comigo ou com algum companheiro durante o intervalo.

O AA COMO ORGANIZAÇÃO

(SÉTIMA TRADIÇÃO - SACOLA DE GRATIDÃO)

Alcoólicos Anônimos não é uma organização no sentido convencional da palavra.

A. A. não tem dono, não tem patrimônio material e não tem diretores ou chefes específicos. Por não ser uma instituição, não tem registro de empresa, e ninguém em particular fala por A. A. ou o representa. Os membros que prestam serviço de coordenação ou de representação de um grupo perante outros, fazem-no a título de colaboração após eleitos ou escolhidos pelos companheiros.

Alem disso, de acordo com a Sétima Tradição, o A. A. não aceita contribuições de pessoas ou entidades estranhas à Irmandade.

Por isso o A. A. é auto-suficiente, com nossas próprias contribuições, feitas pelos membros na sacola, de acordo com as necessidades do Grupo e as possibilidades de cada um.

Nossas despesas com aquisição de literaturas e folhetos, aluguel de sala, cafezinho, comunicação entre os grupos ou outras que se façam necessárias; são cobertas pela contribuição espontânea dos membros do Grupo que é feita na sacola que é passada no decorrer da reunião.

Pedimos que só os membros do grupo contribuam.

Passamos também o livro de presença e os que quiserem apor a sua assinatura, que o façam.

Vamos para o intervalo e cafezinho.

OS FUNDADORES DO A. A.

Alcoólicos Anônimos surgiu em 1935, principalmente através da ação de dois alcoólatras que procuravam a recuperação para si. São eles Bill e Bob.

Bill, ou seja, Willian Griffth Wilson, ex-corretor da Bolsa de Valores de Nova York, mais jovem que Bob, faleceu em 24 de Janeiro de 1971 em Miami Beach e só então o seu anonimato perante a imprensa foi rompido. Bill descobriu o caminho da sobriedade na sua ultima internação hospitalar em que diz ter tido a visão de um poder superior, ainda que entendido ao seu próprio modo o que posteriormente foi transcrito como sendo o Segundo e o Terceiro Passo.

Bob, ou seja, Dr. Robert Holbrook Smith, nascido em 08/08/1879, médico da cidade de Akron, trabalhou 35 anos no City Hospital da mesma cidade onde veio a falecer em 16 de novembro de 1950. Sua principal recomendação ao Bill, antes de falecer foi a de manter o A. A. simples.

Na sua mesa de trabalho Bob mantinha a seguinte inscrição:

“Humildade é o silêncio perpétuo do coração. É estar sem problemas. É nunca estar descontente, contrariado, irritado ou ofendido. É não me surpreender com qualquer coisa feita contra mim, mas sentir que nada é feito contra mim. Significa que quando eu for repreendido ou desprezado, eu tenho um lar abençoado dentro de mim, onde eu posso entrar, fechar a porta, ajoelhar-me em frente ao meu Pai em segredo e estar em paz como um profundo mar de calmarias, quando tudo ao meu redor está apresentando agitação.”

Bill, mais tarde em “Caminhos da Vida” escreveu:

“Conforme cresce a fé, cresce a segurança interior. O enorme medo interior do vazio absoluto começa a desaparecer. Nós em A. A. descobrimos que o nosso antídoto básico para o medo é um despertar espiritual.”

ENCERRAMENTO

Aos que vieram aqui pela primeira vez, ou pelas primeiras vezes, sugerimos que não levem a impressão de apenas esta reunião. Que voltem mais vezes. Desejamos contar sempre com suas presenças, que a todos ajudará.

Congratulamo-nos com os companheiros que ingressaram am Alcoólicos Anônimos no mundo inteiro nesta data e com aqueles que completaram tempo para nova ficha.

O anonimato pessoal, mas não do Grupo deve ser sempre respeitado e lembrado por todos nós através do seguinte lema:

Quem você vê aqui,

O que você ouve aqui,

Quando sair daqui,

Deixe que fique aqui.

Nossos Grupos tem reuniões nos seguintes dias:

- Segundas e quintas-feira: grupo Novo Encontro – Bairro Guarujá – Igreja
- Terças e sextas-feira: grupo Aliança – São Cristóvão – Col. Robert Kennedy
- Terças-feira: grupo Sobrevivência – Santa Cruz – na sala Igreja
- Quartas e sábados: Reencontro – Terminal Rodoviário
- Quartas e sábados: Recomeçar – Jardim União – Igreja Rainha
- Domingo: grupo Santo Onofre – sala catequese – esquina UOPECCAN – 19 hs.

Os outros com início das reuniões às 20 horas até as 22 horas.

Ao encerrarmos esta reunião desejamos que o Poder Superior conceda a nós todos mais 24 horas de sobriedade e serenidade.

Vamos para a INVOCAÇÃO da SERENIDADE.

Concedei-nos Senhor a Serenidade necessária, para aceitar as coisas que não podemos modificar, Coragem para modificar aquelas que podemos, e Sabedoria para distinguir umas das outras!
Boa Noite a todos

ALCOÓLICOS ANÔNIMOS

ROTEIRO DE REUNIÃO

Grupo RECOMEÇAR

CASCAVEL

Abertura

Sejam todos bem vindos a mais uma reunião de Alcoólicos Anônimos.

Meu nome ée também sou membro desta Irmandade.

No mundo todo há grupos de homens e mulheres que mantêm um programa de recuperação para pessoas que sofrem da doença do alcoolismo. Esses Grupos, seu Programa dos Doze Passos, as Doze Tradições, os Doze Conceitos e os três legados (Unidade, Serviço e Recuperação) constituem o que chamamos A.A.

Alcoólicos Anônimos oferece os Doze Passos para sugerir o caminho da nossa recuperação individual e as Doze Tradições para guiar os indivíduos dentro dos Grupos.

Porém nós como membros de um Grupo de A. A. oferecemos nossas histórias pessoais de recuperação como auxílio aos outros que procuram o A. A. em busca de ajuda.

Nossa Irmandade não é religiosa, contudo por uma tradição que se fixou desde 1940, os grupos costumam no mundo inteiro iniciar seus trabalhos com uma breve invocação de caráter espiritual; a INVOCAÇÃO DA SERENIDADE. Quem quiser pode me acompanhar nessa invocação.

**“CONCEDEI-NOS, SENHOR
A SERENIDADE NECESSÁRIA
PARA ACEITAR AS COISAS QUE NÃO PODEMOS MODIFICAR;
CORAGEM PARA MODIFICAR AQUELAS QUE PODEMOS,
E SABEDORIA PARA DISTINGUIR UMAS DAS OUTRAS.”**

INICIO DOS TRABALHOS

Alcoólicos Anônimos não apóia nem combate qualquer causa.

Não estamos ligados a nenhuma seita religiosa ou movimento político, a nenhuma organização ou instituição de qualquer espécie.

Também não cobramos taxas, nem mensalidade, não fazemos ficha de inscrição, e os membros não assinam proposta, nem precisam dar seu nome completo.

O único requisito para tornar-se membro de A. A. é ter o desejo de recuperar-se da doença do alcoolismo.

Assim, o nosso único propósito é mantermos sóbrios, a fim de desfrutarmos de uma vida feliz e ajudar outros a se recuperarem da doença do alcoolismo.

Para mantermos firme esse propósito fazemos reuniões regulares de recuperação, onde compartilhamos nossas experiências, forças e esperanças para resolver nosso problema comum.

FOI BOM VOCÊ TER VINDO

Foi bom você ter vindo.

Se o seu problema é parar de beber fique conosco.

Se você não tem problema com o alcoolismo, quando sair daqui, leve a nossa mensagem aos irmãos que sofrem lá fora e ainda não descobriram o caminho da sobriedade.

O alcoolismo é uma doença.

Ninguém precisa envergonhar-se por ser portador de uma doença.

Se a doença existe é necessário procurar a solução.

E a solução está em Alcoólicos Anônimos.

Milhares de pessoas já descobriram isso em todas as partes do mundo e voltaram a ter uma vida saudável e feliz.

Por isso em nome do Grupo Reencontro, eu lhe digo:

“FOI BOM VOCÊ TER VINDO.

A SUA PRESENÇA A TODOS AJUDARÁ.”

VOCÊ É A PESSOA MAIS IMPORTANTE DESTA REUNIÃO

Em nome do Grupo saúdo a cada pessoa que está aqui pela primeira vez, ou pelas primeiras vezes numa reunião de Alcoólicos Anônimos.

*“Você é hoje a pessoa mais importante para nós!
Á você dedicamos os trabalhos desta reunião”!*

*Se você tem problema com alcoolismo fique conosco,
Se você não tiver problema quando sair daqui
Leve nossa mensagem as pessoas que
Lá fora sofrem com os problemas do alcoolismo.*

AS OPINIÕES EM A. A.

Qualquer coisa que digamos é nossa opinião pessoal e não necessariamente a opinião de Alcoólicos Anônimos.

Ninguém fala por Alcoólicos Anônimos.

Nunca criticamos ninguém a respeito de nada.

Não julgamos.

Vamos em busca do bem e tentamos conservá-lo.

Todas as pessoas são bem-vindas.

Não somos peritos a respeito de nada, afora de nossas histórias pessoais. Nossas histórias e como o Programa de A. A. nos vem ajudando são as únicas coisas que podemos oferecer aos novatos.

Não doutrinamos ninguém.

COMO SÃO AS REUNIÕES

As reuniões de Alcoólicos Anônimos são momentos com um mínimo de cerimônia e programação, visando a que os companheiros possam organizadamente compartilhar suas experiências, forças e esperanças e receber outros que procuram o A. A. para sua reabilitação.

A sala de A. A. é um lugar alegre em que os presentes possam manifestar entre si um profundo interesse com base na sinceridade com que cada um está vivendo seu programa de 24 horas de sobriedade e serenidade.

Afora isso em A. A. todos são companheiros hierarquicamente iguais.

Ainda que uns ou outros estejam prestando serviço específico e temporário ao Grupo.

Não há chefes, nem superiores.

A não ser um Poder Superior Amantíssimo que a todos brinda com os melhores sentimentos de amor, amizade, ajuda pelos companheiros e compreensão pelos demais seres humanos.

ASSUNTO DESTA REUNIÃO

Alcoólicos Anônimos nos oferece referências básicas para nos manter em estado de recuperação pessoal e unidos em grupo a fim de ajudar a outros que nos procuram com o mesmo problema.

Além dos Doze Passos, das Doze Tradições e dos Doze Conceitos, o A.A. ainda nos oferece sua literatura oficial, os lemas, os temas das reuniões e os depoimentos dos companheiros.

Tudo isso como ajuda constante em nosso esforço de mantermos sóbrios e seremos nestas 24 horas.

Em cada reunião de A. A., o tema escolhido pelo Coordenador do Grupo normalmente é muito útil para que os companheiros possam melhor organizar seus depoimentos.

Cada companheiro, ao fazer seu depoimento se quiser pode comentar sua experiência pessoal em relação e esse tema.

O tema desta reunião será.....

A PALAVRA ESTÁ LIVRE

A palavra também está livre aos membros novos de A. A. e mesmo aos que aqui estão pela primeira vez.

Nosso Primeiro Passo descreve que *“admitimos que éramos impotentes perante o álcool e que tínhamos perdido o domínio de nossas vidas.”*

Só você pode saber se é alcoólatra e fazer alguma coisa a respeito.

A decisão é sua e é drástica.

Render-se às evidências perante a si mesmo e perante outros é uma decisão que ninguém pode tomar por você.

Mas essa rendição é o primeiro passo em busca de sobriedade e da serenidade.

ALCOOLISMO

DOENÇA INCURÁVEL, PROGRESSIVA E FATAL

O Alcoolismo é uma doença da qual o alcoólatra é a vítima.

Ninguém se torna alcoólatra porque quer.

A doença ocorre independente da vontade da vítima por melhores e mais sinceros que sejam seus desejos de ser um bebedor normal ou simplesmente uma pessoa normal.

Do ponto de vista físico o alcoolismo é uma doença incurável, progressiva e fatal.

Dentre os bebedores regulares de bebidas alcoólicas, alguns não tem defesa contra o álcool. Para estes últimos, que chamamos alcoólatras, o alcoolismo é incurável.

A medicina não dispõe de remédio que lhes possa devolver a condição de bebedores normais.

A única alternativa de saúde conhecida para os alcoólatras é não ingerir álcool.

Nesse sentido, o alcoolismo é incurável, embora possa ser detido e a vítima possa entrar em estado de recuperação, e voltar a desfrutar uma vida saudável e feliz.

Para os alcoólatras que não descobrem o caminho da sobriedade o alcoolismo se torna progressivo.

A doença fica arraigada quanto mais tempo o alcoólatra bebe.

O caminho da progressividade alcoólica leva a vitima aos sanatórios ou hospícios, a acidentes graves de vida, à pobreza, ao abandono de todos, inclusive dos familiares, e, por fim, à morte prematura, ainda que a “causa mortis” registrada venha a receber qualquer outro nome no atestado de óbito. Nesse sentido o alcoolismo é uma doença fatal - mata prematuramente.

NOSSA DOENÇA É INCURÁVEL

MAS PODE SER DETIDA

Nossa doença é incurável.

Não há previsão de podermos voltar a beber bebida alcoólica como um bebedor normal.

Por isso quando paramos de beber e freqüentamos o A. A. nos consideramos em recuperação.

Mesmo que estejamos sóbrios há muito tempo não existe a hipótese de nos considerarmos curados, senão apenas em recuperação.

Estando em recuperação a cada 24 horas, podemos perfeitamente deter nossa doença e abrir uma clareira diária em nossas vidas para levarmos uma existência ativa, alegre e cheia de realizações.

O alcoolismo é uma doença incurável, progressiva e fatal.

Podemos no entanto deter a sua progressividade e a sua fatalidade, mantendo-nos sóbrios de 24 em 24 horas.

Dessa forma, mantendo permanente estado de recuperação é que milhares de pessoas no mundo todo descobrem um novo modo de viver uma existência saudável e feliz.

A doença do alcoolismo é incurável, mas pode ser detida.

ALCOOLISMO - UMA DOENÇA AINDA A SER COMPREENDIDA

Toda as pessoas que convivem com um “bebedor problema” sofrem as conseqüências do alcoolismo.

Um “bebedor problema” atinge em média de 25 a 30 pessoas das suas relações. Os pais sofrem, as esposas, os filhos, companheiros de serviço, os patrões e os amigos. Assim entre alcoólatras e seu círculo de vida, cerca de 20% da população mundial arca com o peso dessa doença.

O alcoolismo é assim chamado de “doença que todos escondem”. E na realidade, no início da fase de alcoolismo a esposa, a mãe, os filhos, os próprios amigos, todos perdoam os primeiros porres. Quando essas bebedeiras começam a ser mais freqüentes os que convivem com o alcoólatra não querem falar sobre o assunto, escondem o problema afastando com isso as oportunidades de busca de solução.

Na verdade como ninguém se torna alcoólatra porque quer, o que ocorre é um mecanismo físico psicológico e social fora do controle da vítima. E quando a vítima

começa a perceber, não consegue achar a saída sozinho. Por isso, atualmente em todo mundo há grupos de A. A., abrindo suas portas para os desesperados que desejam uma solução para o seu problema.

No Brasil cerca de 13% da população sofre de alcoolismo em algum grau de progressividade. Além do enorme sofrimento físico mental e espiritual dos próprios alcoólatras, há que considerar os danos estendidos às outras pessoas do grupo social e os prejuízos sócio-econômico-profissionais decorrentes da incapacitação progressiva para o trabalho. Acidentes de trânsito, brutalidade ou crimes causados por alcoolismo, internamentos, outras doenças por debilitamento geral e mortes prematuras, são outros tantos prejuízos de custo social muito alto.

Cabe à sociedade aprender mais sobre o alcoolismo, entendê-lo melhor e criar mais condições de recuperação aos que dele sofrem ainda que apenas para minorar o grande prejuízo sócio-econômico anual que a doença deixa nas empresas e na vida nacional.

ALCOOLISMO

DOENÇA FÍSICA, MENTAL E ESPIRITUAL

O alcoolismo não seleciona suas vítimas. Pessoas de qualquer raça, tipo físico, temperamento, classe social ou credo religioso podem tornar-se alcoólatras. Homens, mulheres, pobres, ricos, velhos, moços bem ou mal sucedidos na profissão, no amor, nos negócios, na política ou na religião, enfim, qualquer um, por mais inteligente ou importante que seja, pode descobrir de repente que é alcoólatra.

Debilidade física, vergonha, remorso, revolta, autopiedade e perda da autoconfiança vão progressivamente tomando conta da vida íntima do alcoólatra. O alcoolismo vai atingindo progressivamente a vítima dos pontos de vista físico, mental e espiritual, embora nas fases iniciais as conseqüências não aparecem. Nas fases posteriores, quando a vítima começa a tornar-se um “bêbado problema”, e por causa do desconhecimento geral das características da doença os familiares, amigos e colegas passam a esconder o problema ou evitar o doente.

O álcool como poderoso inimigo instala-se e esconde-se no íntimo da vítima. Tanto a vítima quanto a sociedade ficam perplexos diante das conseqüências, sem contudo se

voltarem para a causa muito bem acomodada no interior do corpo, do cérebro e do coração do alcoólatra. O sofrimento pessoal que o alcoólatra esconde mais o preconceito do grupo social que o rodeia, vão substituindo no doente as suas boas energias de vida. Progressivamente o alcoólatra é dominado por sentimentos de vergonha, de remorso, de revolta e de autopiedade. Incapaz de descobrir por si mesmo ou pelos que o rodeiam, a causa do seu estado e a forma de combatê-la, o alcoólatra adoece progressivamente em todos os níveis de sua existência física, social e psicológica.

Perde a saúde íntima, a confiança dos outros e a fé na existência.

NÃO BASTA TAMPAR A GARRAFA

A grande dádiva que nos deixaram Bill e Bob, os fundadores de A. A. é que o alcoolismo é uma condição arrasadora e fatal. Perante ela só funciona uma resposta igualmente límpida e arrasadora, ou seja; ou mudamos radicalmente nosso modo de ser e viver, ou o álcool nos mata de alguma maneira, ainda que não nos mate fisicamente de imediato.

Aprendemos de pronto em A. A. que tampar a garrafa, ficar abstinência, afastarnos da bebida por algum tempo, como prova isolada de nossa força de vontade, são soluções pequenas, curtas, falhas, que mais aprofundam a vítima em seu mal.

O A. A. sugere três atos práticos e diretos para mudarmos radicalmente nosso modo de viver.

- 7) Rendição incondicional perante si mesmo após a inquestionável derrota perante o álcool e os vícios de caráter que gera.
- 8) Reconhecimento de que por mais que estejamos no “fundo do poço”, há no limite interior de cada um de nós uma luz maior e superior à nossa importância.
- 9) Partilhamento da nossa recuperação com outros seres humanos.

Eis um pouco do novo modo de vida que um A. A. descobre ao ingressar no Programa das 24 horas.

Com o Primeiro Passo da Serenidade só por hoje, cada A. A. vai descobrindo a dádiva inestimável que a Irmandade lhe oferece com a Serenidade, no caminhar dos outros Onze Passos, por muitas e muitas 24 horas.

O PROGRAMA 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. De todo o coração desejávamos jamais voltar a embriagarnos. Estávamos decididos, e pensávamos que descobriríamos de uma vez por todas o modo certo de beber sem ficar embriagado. 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 dos sofrimentos que nos levou a fazê-los. Bebemos de novo e de um modo não planejado e vimo-nos envolvidos em mais dificuldades. Nosso incisivo “nunca mais “ não durou muito.

Aqueles dentre nós que faziam juramento, mantinham uma reserva fora do juramento. 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 embriagarnos também - bastava sorver quantidade superior a 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 cumprida a promessa 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 “nunca mais vou beber” ou “fazer juramento”, elas nos fazem recordar nossos fracassos. Compreendendo que o alcoolismo é uma condição irreversível, nossa experiência nos ensinou a não fazer promessas. Achamos mais realista e mais seguro dizer: “Só por

hoje não beberei”. Não importa quantos anos de A. A. alguém tenha. Quem de nós levantou mais cedo hoje e não bebeu o primeiro gole este é hoje o mais sóbrio de nós.

UM PROGRAMA ESPIRITUAL MAS NÃO RELIGIOSO

Sabemos que a maioria dos alcoólatras tem procurado alguma maneira de livrar-se do sofrimento que a bebida lhe causa na vida.

Muitos fazem solenes promessas e juras aos familiares. Outros procuram médicos ou clínicas de recuperação.

A maioria fez alguma tentativa junto a padres, pastores, cartomantes ou pais-de-santo. Muitos tem chorado de raiva, amaldiçoado a Deus, abandonado a família, trocado de emprego ou de cidade, no desespero de fugir do problema ou de buscar uma solução. E essa experiência se repete no mundo todo com pessoas de todas as raças, nacionalidades, religiões, costumes e ocupações profissionais.

No caminho do alcoolismo todos os alcoólatras passaram por várias formas de humilhação.

Considerados indivíduos sem caráter, sem força de vontade, fracos e irresponsáveis acabam sendo olhados como casos perdidos e amaldiçoados.

É muito difícil nesse ambiente, surgir alguém com o entendimento de que estamos diante de um caso de doença grave que precisa ser tratada corretamente.

O programa do A. A. visa estancar esse quadro do adoecimento progressivo sugerindo inicialmente ao alcoólatra o seguinte:

- desejo de parar de beber
- manter a sobriedade pelo período de 24 horas
- recuperar a confiança num poder superior a si mesmo que lhe possa devolver a sanidade e a alegria de viver.

Com essa base espiritual no A. A. há lugar para pessoas religiosas de qualquer religião e também para pessoas sem religião alguma, ou seja, há lugar para crentes de qualquer credo, para ateus de qualquer tipo, ou para agnósticos e céticos incorrigíveis. Pessoas de qualquer crença ou sem nenhuma crença, podem eleger um poder superior a si mesmas na forma como queiram entendê-lo e nele ancorar o início de sua recuperação.

Essa espiritualidade mínima a ser entendida livremente pelo alcoólatra segundo a sua formação ou preferência pessoal pode ser aceita e facilmente adotada e servirá de alicerce para o restante do programa de recuperação.

Por isso nunca discutimos com uma pessoa a respeito de suas crenças.

Se alguém quer escolher o Programa de A. A., a escolha é dele, porém ainda poderá manter as suas convicções religiosas anteriores, adquirir outras ou ficar sem nenhuma. Somente sugerimos a crença numa força superior e nós mesmos, ou seja, a crença num Deus como cada um o entende como ponto de partida para o processo de

recuperação mental e espiritual a partir dos escombros físicos, mentais e psicológicos deixados pela calamidade do alcoolismo.

HUMILDADE, SIMPLICIDADE E GRATIDÃO

Tudo o que A. A. nos sugere é um programa de humildade, simplicidade e gratidão. Os Doze Passos, sob um certo ponto de vista poderiam ser resumidos:

Em primeiro lugar A. A. nos afirma que humildade não é humilhação, nem penitência, nem arrependimento. Essas atitudes ou sentimentos reforçariam o peso do nosso passado alcoólico, tornando-o insuportável a ponto de fazer-nos voltar a beber.

Em segundo lugar, A. A. nos sugere a rendição a nossa triste condição de alcoólatras e o reconhecimento de um Poder Superior a nós, como consigamos ou queiramos entendê-lo. São atitudes simples de humildade perante a realidade.

Em terceiro lugar em A. A. logo descobrimos como éramos antes e como podemos ser hoje. Antes estávamos fisicamente tomados de azedume alcoólico, estávamos psicologicamente dependentes de autopiedade e estávamos mental ou espiritualmente tomados por uma enorme importância pessoal. A. A. nos sugere que hoje façamos uma limpeza nos três níveis da nossa pessoa, suprimindo o álcool hoje, trocando a autopiedade por confiança e substituindo a importância pessoal por gratidão. Toda a questão do inventário que A. A. nos sugere está nesses atos em que em resumo são humildade, simplicidade e gratidão.

Por fim, A. A. nos sugere que a cada 24 horas repitamos esse Programa para fortalecer em nós esse novo modo de viver e para ir diminuindo progressivamente o nosso antigo modo alcoólico de viver.

A FORÇA DO A. A.

O membro de A. A., já entrosado no programa das 24 horas, e que está concentrando suas energias no dia presente em busca da sobriedade e da serenidade, pode perguntar ou perguntar-se de onde vem a força de Alcoólicos Anônimos.

A força vem da amizade que o membro encontra no grupo. Vem do clima de confiança e esperança transmitido pelos membros mais antigos que encontraram a saída.

A força também vem do compartilhamento sincero das tristes experiências passadas dos alcoólicos enquanto bebiam. O compartilhamento através dos depoimentos pessoais é uma poderosa força contra a desesperança antiga, contra os porões escondidos da alma alcoólica, trazendo cada membro de volta ao mundo límpido da liberdade.

A força também vem do despertar para um Poder Superior. Nós alcoólicos inicialmente não sabemos bem como isso acontece, mas acontece como um inevitável presente pela nossa sincera disposição de voltar à sobriedade e de mudar o rumo das nossas vidas.

E por fim a força vem da disposição de levarmos a outros que sofrem de alcoolismo a informação de como chegamos à sobriedade e de como a nossa vida mudou radicalmente para melhor.

Assim quando recebemos a força através da amizade, do compartilhamento do despertar espiritual e da execução do 12º Passo, nós em A. A. passamos a conviver em unidade, recuperação e serviço. Nesse espírito de grupo se a amizade não for suficiente, então nos resta a fé, e se a fé às vezes for pouca, a prestação do serviço ao companheiro é um rio que irriga o deserto.

O ESPÍRITO DE GRUPO EM A. A.

Ainda que um membro isolado no Grupo de A. A. não esteja praticando o Terceiro Passo, o Grupo propriamente dito com certeza sempre está.

Por nossas vidas nas mãos de um Poder Superior a cada programa de 24 horas, é antes uma graça do que uma conquista da força de vontade. O Terceiro Passo talvez seja um essencialíssimo prêmio aos A. A. em recuperação que perseveram na disposição diária de manter sua rendição perante o álcool e sua percepção de um poder superior. E o Terceiro Passo provavelmente é possível ao companheiro que confia no seu Grupo de A. A.

O conjunto dos companheiros do Grupo de A. A. sintonizados no mesmo programa diário de recuperação formam um espírito de grupo, ou seja, uma poderosa mente aberta para a serena busca das soluções de que os companheiros em recuperação carecem, ainda que isoladamente o companheiro ainda não tenha entregado ao Poder Superior a sua sobrevivência diária.

Sempre que um Grupo de A. A. faz aniversário, seus membros tem a confirmação que existe um espírito de grupo através do qual se dá a graça do Terceiro Passo. Sem o Terceiro Passo, o Primeiro e o Segundo seriam invenções inúteis para os alcoólicos que procuram sua recuperação para uma vida normal e feliz.

COMO INGRESSAR NO GRUPO

Aquele que comparece à reunião e deseja ingressar em Alcoólicos Anônimos, não assume qualquer compromisso com o Grupo. A frequência às reuniões é decisão exclusiva e espontânea da pessoa interessada.

Não é preciso preencher ficha de inscrição nem apresentar nome completo, nem pagar nenhuma taxa ou mensalidade. Basta falar comigo ou com algum companheiro durante o intervalo, a seguir, do seu desejo de ingressar no Grupo.

Para a pessoa que ingressar no Grupo o coordenador entregará uma ficha amarela sem qualquer valor comercial, mas com especial significado, pois simboliza:

- o propósito comum do Grupo
- a amizade dos companheiros
- o ingresso na sobriedade
- e a importância da decisão que tomou

Portanto se dentre os presentes alguém quiser ingressar neste Grupo, fale comigo ou com algum companheiro durante o intervalo.

O AA COMO ORGANIZAÇÃO

(SÉTIMA TRADIÇÃO - SACOLA DE GRATIDÃO)

Alcoólicos Anônimos não é uma organização no sentido convencional da palavra.

A. A. não tem dono, não tem patrimônio material e não tem diretores ou chefes específicos. Por não ser uma instituição, não tem registro de empresa, e ninguém em particular fala por A. A. ou o representa. Os membros que prestam serviço de coordenação ou de representação de um grupo perante outros, fazem-no a título de colaboração após eleitos ou escolhidos pelos companheiros.

Alem disso, de acordo com a Sétima Tradição, o A. A. não aceita contribuições de pessoas ou entidades estranhas à Irmandade.

Por isso o A. A. é auto-suficiente, com nossas próprias contribuições, feitas pelos membros na sacola, de acordo com as necessidades do Grupo e as possibilidades de cada um.

Nossas despesas com aquisição de literaturas e folhetos, aluguel de sala, cafezinho, comunicação entre os grupos ou outras que se façam necessárias; são cobertas pela contribuição espontânea dos membros do Grupo que é feita na sacola que é passada no decorrer da reunião.

Pedimos que só os membros do grupo contribuam.

Passamos também o livro de presença e os que quiserem apor a sua assinatura, que o façam.

Vamos para o intervalo e cafezinho.

OS FUNDADORES DO A. A.

Alcoólicos Anônimos surgiu em 1935, principalmente através da ação de dois alcoólatras que procuravam a recuperação para si. São eles Bill e Bob.

Bill, ou seja, Willian Griffth Wilson, ex-corretor da Bolsa de Valores de Nova York, mais jovem que Bob, faleceu em 24 de Janeiro de 1971 em Miami Beach e só então o seu anonimato perante a imprensa foi rompido. Bill descobriu o caminho da sobriedade na sua última internação hospitalar em que diz ter tido a visão de um poder superior, ainda que entendido ao seu próprio modo o que posteriormente foi transcrito como sendo o Segundo e o Terceiro Passo.

Bob, ou seja, Dr. Robert Holbrook Smith, nascido em 08/08/1879, médico da cidade de Akron, trabalhou 35 anos no City Hospital da mesma cidade onde veio a falecer em 16

de novembro de 1950. Sua principal recomendação ao Bill, antes de falecer foi a de manter o A. A. simples.

Na sua mesa de trabalho Bob mantinha a seguinte inscrição:

“Humildade é o silêncio perpétuo do coração. É estar sem problemas. É nunca estar descontente, contrariado, irritado ou ofendido. É não me surpreender com qualquer coisa feita contra mim, mas sentir que nada é feito contra mim. Significa que quando eu for repreendido ou desprezado, eu tenho um lar abençoado dentro de mim, onde eu posso entrar, fechar a porta, ajoelhar-me em frente ao meu Pai em segredo e estar em paz como um profundo mar de calmarias, quando tudo ao meu redor está apresentando agitação.”

Bill, mais tarde em “Caminhos da Vida” escreveu:

“Conforme cresce a fé, cresce a segurança interior. O enorme medo interior do vazio absoluto começa a desaparecer. Nós em A. A. descobrimos que o nosso antídoto básico para o medo é um despertar espiritual.”

ENCERRAMENTO

Aos que vieram aqui pela primeira vez, ou pelas primeiras vezes, sugerimos que não levem a impressão de apenas esta reunião. Que voltem mais vezes. Desejamos contar sempre com suas presenças, que a todos ajudará.

Congratulamo-nos com os companheiros que ingressaram am Alcoólicos Anônimos no mundo inteiro nesta data e com aqueles que completaram tempo para nova ficha.

O anonimato pessoal, mas não do Grupo deve ser sempre respeitado e lembrado por todos nós através do seguinte lema:

Quem você vê aqui,

O que você ouve aqui,

Quando sair daqui,

Deixe que fique aqui.

Nossos Grupos tem reuniões nos seguintes dias:

-Segunda e quinta-feira: grupo Novo Encontro – Bairro Guarujá – sala da Igreja

-Quarta-feira: grupo Felicidade sem Fim – Neva – Salão Comunitário

-Terça e sexta-feira: grupo Aliança – São Cristóvão – Col. Robert Kennedy

-Terça-feira: grupo Sobrevivência – Santa Cruz – na sala Igreja

-Quarta e sábado: Reencontro – Terminal Rodovário

-Domingo: grupo Santo Onofre – sala catequese – esquina UOPECCAN – 19 hs.

Os outros com início das reuniões às 20 horas até as 22 horas.

Ao encerrarmos esta reunião desejamos que o Poder Superior conceda a nós todos mais 24 horas de sobriedade e serenidade.

Vamos para a INVOCAÇÃO da SERENIDADE.

Concedei-nos Senhor a Serenidade necessária, para aceitar as coisas que não podemos modificar, Coragem para modificar aquelas que podemos, e Sabedoria para distinguir umas das outras!
Boa Noite a todos

ÍNDICE

ABERTURA	-FOLHA 2
INÍCIO DOS TRABALHOS	3
FOI BOM VOCÊ TER VINDO	4
VOCÊ É A PESSOA MAIS IMPORTANTE.....	5
AS OPINIÕES EM AA	6
COMO SÃO AS REUNIÕES	7
ASSUNTO DESTA REUNIÃO	8
A PALAVRA ESTÁ LIVRE	9
ALCOOLISMO – DOENÇA INCURÁVEL, PROGRESSIVA e..	10
NOSSA DOENÇA É INCURÁVEL, MAS PODE SER	11
ALCOOLISMO – UMA DOENÇA AINDA A SER	12

DOENÇA FÍSICA, MENTAL E ESPIRITUAL	13
NÃO BASTA TAMPAR A GARRAFA	14
O PROGRAMA DAS 24 HORAS	15
UM PROGRAMA ESPIRITUAL, MAS NÃO RELIGIOSO	16
HUMILDADE, SIMPLICIDADE E GRATIDÃO	17
A FORÇA DO AA	18
O ESPÍRITO DE GRUPO EM AA	19
COMO INGRESSAR NO GRUPO	20
SÉTIMA TRADIÇÃO	21
OS FUNDADORES DE AA	22
ENCERRAMENTO	23

ROTEIRO PARA REUNIÕES DE AA INSTITUIÇÕES DE ENSINO SUPERIOR

1 - Apresentação pessoal:

- c) Nome, a que grupo pertence, desde quando está em AA, etc.
- d) Quais os demais grupos que tem a cidade e região, se for o caso.

2 - O que é o AA:

- a) (Alcoólicos Anônimos é uma irmandade de homens e mulheres ... etc.).

3 - Por que aceitamos o convite para hoje?

- a) (fomos convidados pelo professor, diretor, etc., e nós de AA somos sempre solícitos e atendemos a qualquer instituição para que possamos repassar para o conhecimento de vocês o que é Alcoólicos Anônimos e o que é a doença do alcoolismo, etc.).

4 - Alcoolismo é uma doença?

- f) Segundo a OMS – Organização Mundial da Saúde, o alcoolismo é uma doença progressiva, incurável. É uma doença física, e psicossomática (social psicológica, e espiritual).
- g) Consta no CID – Código Internacional de Doenças, em diversos itens, que o alcoolismo é uma doença.
- h) Não é vício. É uma doença primária. Portanto, algumas pessoas têm a propensão de se tornarem alcoólatras quando começam a ingerir bebidas alcoólicas. Essas pessoas na sabem disso.
- i) A medicina ou algum exame laboratorial não poderá detectar se uma pessoa irá se tornar um alcoólatra ou não. (Poderá ser dado o exemplo partindo da cor rosa e chegando ao vermelho. Em que ponto isso acontece?).
- j) Estima-se que 10% da população seja alcoólica, conforme informações obtidas via internet, em alguns sites essa proporção chega a 15% até 20%, demonstrando um grande crescimento de consumo de bebidas entre os jovens, sem distinção de nível social, financeiro ou cultural.

5 - A visão do alcoolismo por AA.

- i) Em 1935, Bill, um doente alcoólatra, após ter saído de diversos internamentos em clínicas, encontra-se com Bob, um médico, também doente alcoólatra, e começam a conversar sobre o problema comum entre os dois, o alcoolismo. Pelo fato de falarem de si e de sua doença conseguiram ficar tempos sem ingerir bebida alcoólica. Procurando outras pessoas que também tinham esse problema, viram que essas pessoas também conseguiam se manter em sobriedade. Começaram a se reunir em grupos e cada vez mais pessoas se mantinham sóbrias e sem beber.
- j) **ALCOÓLICOS ANÔNIMOS NO BRASIL: 1945** - Um membro viajante norte-americano, de nome Bob Valentine, amigo de Bill W. (Fundador de A.A.) de passagem pelo Rio de Janeiro, conhece uma pessoa chamada Lynn Goodale, o trazendo a sobriedade. Assim, depois da volta de Bob para os EUA, Lynn se tornou o único contato possível no Brasil. **1946** - Herbert L Daugherty, que conheceu Alcoólicos Anônimos em Chicago, EUA; veio ao Brasil a trabalho e escreveu à Fundação do Alcoólico solicitando contatos. Decidido a formar um Grupo de A.A. no Brasil e de manter sua sobriedade, continua durante o ano se comunicando com a Fundação. **1947** - Este foi o ano onde culminou o início do A.A. no Brasil. Em julho, Herbert recebeu o endereço de outro AA, residente no Rio de Janeiro e panfletos em espanhol. Já em outubro, a Fundação expressa sua felicidade pelo início do primeiro Grupo de A.A. no Brasil, que conforme registro documentado teve como inauguração no dia 05 de setembro. Sendo Antonio P. o primeiro brasileiro a fazer parte do grupo.
- k) Para o AA, o alcoolismo é uma doença progressiva, incurável e fatal. É uma doença física, psicológica e espiritual.
- l) É física, porque ataca o fígado, deixa a pessoa num estado físico deplorável..., etc.
- m) É psicológica porque a pessoa não mais consegue raciocinar corretamente enganando-se com a perspectiva de poder controlar a bebida,... etc. Dar o exemplo da cebola – começa apodrecer por dentro.
- n) É espiritual porque essa pessoa não mais se ama e não consegue mais amar ninguém. Não controla mais suas emoções... etc. Nós, de AA, não confundimos espiritualidade de religiosidade... etc.

6 – Opinião de AA:

- g) Alcoólatra é todo aquele que, ao beber, não sabe qual o momento de parar, não importando a qualidade ou quantidade de bebida;
- h) Alcoolismo é uma doença que atinge pessoas, não importando a raça, cor, religião, sexo ou posição social, grau de educação ou instrução;
- i) Quem irá se tornar alcoólatra? Ninguém sabe. Algumas pessoas têm uma certa predisposição para a doença do alcoolismo. (comparar com os diabetes, o açúcar, bolos, etc.).
- j) Alcoólicos Anônimos não é contra a bebida. AA não entra em controvérsias. Tem pessoas que podem beber. AA procura ajudar a encontrar uma solução para aqueles onde a doença do alcoolismo tomou conta de seu organismo e de sua mente.

7 – O que consiste o programa de Alcoólicos Anônimos para a doença do alcoolismo?

- c) Alcoólicos Anônimos tem um programa espiritual chamado de os “12 Passos” e que, se praticados com honestidade, o indivíduo terá sua recuperação individual. Esses 12 Passos sendo praticados pelo doente devolverá a ele a condição de viver em família, sociedade e de estar bem consigo mesmo. Esses Passos apenas são sugestões aos alcoólatras que nos procuram. Não são imposições.
- d) O 1º Passo consiste na rendição – a admissão de que ele reconhece que tem problemas com o alcoolismo e que, com um copo de bebida na mão, perde o controle de si mesmo;

- e) O 2º Passo sugere que esse doente venha a acreditar na existência de um poder Superior a ele;
- f) O 3º Passo sugere sua entrega a esse poder Superior, na forma que ele o conceba, e venha acreditar que com sua ajuda poderá se recuperar;
- g) O 4º Passo é o auto-conhecimento;
- h) O 5º Passo é o compartilhar;
- i) O 6º Passo é o estar pronto para agir;
- j) O 7º Passo é a fé, a humildade;
- k) O 8º Passo é relacionar as pessoas a quem prejudicamos;
- l) O 9º Passo é a reparação dos danos causados a essas pessoas;
- m) O 10º Passo é fazer um inventário pessoal diariamente;
- n) O 11º Passo é a oração e a meditação;
- o) O 12º Passo é transmitir a mensagem a outros alcoólatras.

8 – O que mais Alcoólicos Anônimos oferece:

- f) O bem-estar comum dos membros de AA é uma das metas principais. A unidade do grupo é fundamental.
- g) Em Alcoólicos Anônimos não há chefes ou diretores. Não há cadastro de pessoas e os membros não precisam dar seu nome completo.
- h) Cada um faz sua parte de acordo com a vontade unânime dos membros do grupo.
- i) A consciência coletiva dos membros é fato importante.
- j) Todos os grupos são autônomos em suas decisões.
- k) O objetivo único e o propósito primordial de AA é o de levar a mensagem ao alcoólatra que ainda sofre.
- l) Os grupos de AA não se afiliam a outras entidades tanto públicas como privadas. Também não há a profissionalização de seus membros. Evitamos quaisquer controvérsias, não participamos de campanhas e não apoiamos e nem combatemos quaisquer causas de outros órgãos ou entidades.
- m) O anonimato é o alicerce de nossa irmandade. Qualquer pessoa que venha a participar de AA terá seu nome respeitado e guardado. 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.
- n) 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.
- o) Não doutrinamos ninguém. Buscamos paz, saúde e tranquilidade.

9 – Quem mantém as despesas financeiras de AA?

- a) As despesas de manutenção do grupo são cobertas pela contribuição dos membros. Não se aceitam recursos financeiros ou materiais de outras empresas ou entidades.
- b) As despesas consistem em aquisição de literaturas, pagamento de aluguel de salas, luz, água, cafezinho... etc.

10 – Como a pessoa poderá saber se é um alcoólatra?

- f) Somente a pessoa poderá saber se é um alcoólatra ou não. Se essa pessoa disser que é um doente alcoólatra, que necessita de ajuda, será bem vindo ao grupo.
- g) Em Alcoólicos Anônimos não julgamos ninguém. Somente a pessoa que disser ser um alcoólatra será considerada como tal.

- h) Se alguém tiver dúvidas e queira saber mais sobre o alcoolismo, na visão de Alcoólicos Anônimos poderá obter ajuda pelo telefone 045-xxxx-xxxx., ou pelos sites: www.alcoolicosanonimos.org.br e www.alcoolicosanonimos-pr.org.br.

Síndrome do PORRE SECO ou BORRACHERA SECA

(Nova versão com doze sintomas)

Publicado recentemente na Revista Plenitud do México

Por Dr. Jose A Elizondo López - Diretor do CAIPA

Nesta nova versão, da síndrome do porre seco, são enumerados doze sintomas, com a finalidade de conseguir entender melhor o tema:

- 1.. Imaturidade e infantilismo: estacionamento do crescimento emocional e a persistência das dependências.
- 2.. Atitude de permanente desonestidade perante si mesmo e os demais.
- 3.. Amargura e insatisfação existencial pela persistência dos ressentimentos.
- 4.. Permanente sentimento de culpa com autodesvalorização, menosvalia e tendência ao autocastigo.
- 5.. Egocentrismo, auto-suficiência neurótica, péssimo manejo da agressividade e tendência à onipotência.
- 6.. Medos permanentes: atitude de temor ante os desafios da vida com angústia e tensão contínuas.
- 7.. Depressão clínica ou permanente com atitudes de pessimismo e desmotivação.
- 8.. Ingovernabilidade sexual e sentimental.
- 9.. Negação de sua realidade não alcoólica com persistência de mecanismos de racionalização e projeção.
- 10.. Substituição do álcool por outras substâncias ou condutas aditivas.
- 11.. Ausência de espiritualidade ou muito empobrecida, com soberba intelectual, tendência ao materialismo e pouca fé ou nula.
- 12.. Comportamento inadequado em seu Grupo de AA, tanto com seus companheiros como em relação aos princípios do Programa.

Abstinência não é a mesma coisa que Sobriedade.

Abstinência significa simplesmente deixar de consumir álcool ou a droga à qual se está adicto.

Sobriedade significa aprender a viver em abstinência através de um contínuo crescimento emocional que permite alcançar a maturidade.

Em outras palavras: a soma da abstinência e a maturidade constituem a sobriedade.

Muitos alcoólicos deixam de beber mas não crescem emocionalmente.

Ainda que estejam abstêmios continuam sendo uns "bebês emocionais".

Estas pessoas padecem do que se chama "Síndrome do Porre Seco".

A síndrome do porre seco é uma forma de neurose da qual padece o alcoólico em recuperação que se conforma em só "deixar de beber".

A síndrome do porre seco impede a plenitude de vida do alcoólico, faz com que persistam os seus problemas familiares, de trabalho e sociais e continuam a insatisfação e a infelicidade.

A síndrome do porre seco constitui uma das principais causas de recaídas nos alcoólicos.

Lograr (conseguir, obter) a abstinência é tão somente a finalidade do princípio.

O verdadeiro caminho até à recuperação se inicia no momento em que se alcança uma absoluta convicção da abstinência.

A abstinência é o cimento com o qual vai se construir o edifício da sobriedade.

Há duas décadas, foi publicada na revista Plenitud, órgão oficial de Alcoólicos Anônimos, a primeira versão do "Porre seco" (Borrachera seca). Quase 20 anos depois de continuar trabalhando em programas de pós tratamento externo para reabilitação do alcoolismo e outras adições, tendo assimilado novas experiências e desenvolvido mais observações, considero necessário escrever uma Segunda versão da síndrome, corrigida e aumentada, integrando um total de doze sintomas (quatro a mais que na primeira versão), com o objetivo de fazer mais compreensível e mais completo este fenômeno psicológico que, lamentavelmente, muitos alcoólicos continuam apresentando, membros de AA, que só se conformam com o deixar de beber, mas que continuam apresentando muitos defeitos de caráter, o que lhes impede de madurar emocionalmente e que os faz cair numa conduta imprópria e indesejável, como quando se embebedavam. Não é que não existiram no artigo anterior estes quatro novos sintomas, na lista dos oito, porém, eram mencionados implicitamente. O que fazemos agora é mencionar o fenômeno de uma maneira mais clara, dando; ao defeito de caráter, um nome próprio, para que fique mais claro ao leitor, possa identifica-lo melhor e desse modo, poder elimina-lo.

A primeira versão sobre porre seco esta publicada no número 5 da Revista Plenitud. Tem sido também reeditada no compêndio número um do "Lo Mejor de Plenitud". Por outro lado, o número 12 em Alcoólicos Anônimos é um número muito especial. Temos os Doze Passos, as Doze Tradições, os Doze Conceitos, as Doze Promessas, as Doze coisas que Alcoólicos Anônimos não faz, etc. Será muito bom de hoje em diante nos acostumarmos a falar dos 12 do porre seco.

É muito importante que um alcoólico em recuperação aspire verdadeiramente a sobriedade e não quedar-se (permanecer) na medíocre conformidade da abstinência. Se é difícil deixar de beber, é muito mais difícil crescer emocionalmente para alcançar a maturidade. Não esquecer que a combinação de abstinência de álcool (e qualquer outra droga) mais a maturidade emocional do indivíduo é o que, na verdade, constitui a sobriedade. É tão fundamental para o alcoólico em recuperação conhecer estes 12 sintomas do porre seco que me permitirei publicar nos números seguintes da revista, um artigo específico para cada um dos sintomas da síndrome do porre seco. No presente artigo somente enumeramos uma lista dos sintomas e explicaremos, breve e rapidamente cada um deles.

1. Imaturidade e infantilismo

Parada do crescimento emocional e persistência das dependências.

É o sintoma principal do porre seco. A incapacidade de crescer emocionalmente. Ainda que já não beba, o alcoólico continua sendo uma criança em sua maneira de pensar, lidar com suas emoções e no seu agir. Sendo uma criança no emocional, não poderá comportar-se como um adulto responsável que, talvez, possa alcançar seus objetivos na vida. Como bons "bebês emocionais" estes alcoólicos seguem dependendo de figuras tais como, sua mãe, seu pai, seus irmãos, sua esposa, seus amigos, seu chefe, etc. Esta dependência impede que obtenham duas condições fundamentais na sobriedade, que são a autonomia e a responsabilidade. Ao estarem atados emocionalmente a outras pessoas, continuam culpando a estas pelos seus fracassos e seguem fazendo o papel de vítimas.

2. Atitude permanente de desonestidade ante si mesmo e os demais

A desonestidade é um mau hábito que o alcoólico adquire ao longo do desenvolvimento de sua enfermidade. Engana, mente, inventa pretextos, promete e não cumpre, pratica a fraude, não respeita as regras do jogo, pede emprestado e não paga, oferece "iscas" para evitar de

ser preso e pratica todo tipo de corruptelas, etc. Esta raiz de desonestidade permanece ainda, mesmo depois de o alcoólico deixar de beber. Segue mentindo para sua esposa, continua sem pagar as suas dívidas, persistem as promessas não cumpridas, etc. Frequentemente, mente a seu terapeuta ou diz mentiras em seu Grupo. É muito penoso para ele a prática cotidiana da honestidade, O mais grave do caso é que, muitas vezes, ele mesmo, acredita nestas mentiras ou acha que são verdades, persistindo esta atitude de evadir-se de sua própria realidade e em não aceitá-la.

3 Amargura e insatisfação emocional pela persistência dos ressentimentos

Apesar de que já não bebe, o alcoólico não consegue alcançar esta plenitude de vida para poder sentir a alegria de viver. Está descontente, inconformado, com muitas áreas de amargura em sua vida e sem poder saborear as doçuras da sobriedade. O deixar de beber constitui, para ele uma obrigação, mais que uma convicção e a recaída sói ser frequente entre os insatisfeitos existenciais. Ademais, guarda ainda muitos ressentimentos de sua vida passada que não pôde superar. Está enojado com as pessoas e com o mundo. São os típicos "borrachos secos" (bêbados secos), presos ao passado que não podem aplicar o "só por hoje."

4. Permanente sentimento de culpabilidade com autodesvalorização, menos valia e tendência ao autocastigo.

Estes alcoólicos são os que arrastam atrás de si um lastro terrível de culpabilidade acumulado no passado e que não conseguiram perdoar-se. Continuam sentindo-se culpados por muitas situações, como a morte de um ente querido, a doença de algum de seus filhos ou o fracasso dos outros, etc. São pessoas com uma autoestima muito baixa e muito propensas ao perfeccionismo. Como não se perdoam a si mesmos (ainda que aos demais o tenham feito) sentem-se menos que os demais e com sentimentos de autodesvalorização pessoal. Para livrar-se desta carga, desenvolvem uma necessidade neurótica de expiação; e com isso caem em condutas autodestrutivas, sabotam o êxito e não se sentem merecedores da felicidade. Estas tendências autodestrutivas podem provocar-lhes recaídas.

5. Egocentrismo, auto-suficiência neurótica, péssimo manejo da agressividade e tendência à onipotência.

O egocentrismo no alcoólico é a compensação neurótica de um complexo de inferioridade e uma baixa auto estima que, como a todos os emocionalmente infantis, os conduz a uma atitude de super-compensação e, então, quer chamar a atenção dos outros. Por isso quando se embebedavam, convertiam-se nos "bufoncitos da festa" (bobos da corte). Uma vez que deixam de beber, seu egocentrismo, dirigem-no aos membros de sua família ou aos seus companheiros de Grupo, em seu trabalho ou às pessoas em geral, desenvolvendo atitudes conflitivas com um péssimo manejo da agressividade que frequentemente chega a ser ingovernável (tornam-se iracundos e furibundos), entrando em contínuos conflitos com os demais e incapacitando-se para a sobriedade. A auto-suficiência neurótica se refere, não ao auto-suficiente produtivo que é consequência da maturidade, e sim, àquele que segue pensando que não necessita da ajuda dos demais e que ele sozinho pode consegui-lo, isto o conduz irremediavelmente a decisões equivocadas frente a solução de seus problemas existenciais. Quando a autosuficiência neurótica se exacerba em excesso, converte-se em onipotência, porém ela é um defeito de caráter dos mais graves em que um alcoólico pode cair. A onipotência é uma forma patológica da soberba. Um complexo de superioridade que disfarça um profundo complexo de inferioridade, que quer ser compensado.

6. Medos permanentes: atitude de temor ante os desafios da vida com angústia e tensão contínuas.

Muitos alcoólicos vivem eternamente angustiados. De fato, já viviam sob tensão desde antes de beber e aquilo que os levou a seu alcoolismo foi a necessidade de aliviar suas tensões por meio do álcool. Estes indivíduos são geralmente muito inseguros, apreensivos, que vivem em constante estado de tensão e que desenvolvem muitos medos. Medo dos problemas, medo dos conflitos, medo das doenças, medo das responsabilidades, medo de serem adultos, medo do trabalho, medo dos perigos cotidianos, medo da morte, etc. Não conseguem viver no presente, estão sempre vivendo no futuro. Angustiam-se pelo que ainda não aconteceu. Isto, evidentemente, afeta a sua saúde, pois vivem em tensão contínua e sob stress prolongado, o que lhes acarreta vários sintomas, como dor de cabeça, dor nas costas, sudorese, transtornos de sono e do apetite, etc. Em muitas ocasiões a sua tensão é tão forte que podem padecer de outras desordens psiquiátricas, tais como fobias, obsessões, compulsões ou ataques de pânico. Este tipo de alcoólico em recuperação, independentemente de seu Grupo de AA, deve receber atenção especializada de um psiquiatra.

7. Depressão cíclica ou permanente com atitudes de pessimismo, desmotivação e pouco vigor.

Outro tipo de adictos em recuperação são os depressivos. São pessoas muito vulneráveis no aspecto emocional e constantemente sentem-se tristes, com pouco vigor (pilha fraca, desmotivados), são incapazes de desfrutar das coisas, tendência à tristeza e à apatia, desmotivados existencialmente, com poucos desejos de viver e, em certos casos, com fortes tendências a querer morrer. Tanto este sintoma como o anterior (angústia) correspondem ao que se chama de transtorno dual, quer dizer, o doente tem outra enfermidade psiquiátrica além da sua adição, já que tanto a angústia como a depressão são enfermidades que afetam a saúde mental e portanto, requerem uma atenção médica especializada.

8. Ingovernabilidade sexual e sentimental

O perfil psicológico do adicto se caracteriza pela dificuldade que tem em manejar tanto os impulsos do tipo sexual como de caráter sentimental. Mesmo antes de começar a beber, o alcoólico já apresenta estas tendências. Sendo uma pessoa insegura e com baixa autoestima, tem muitos problemas para relacionar-se com o sexo oposto. É por isso que recorre à "muleta emocional" do álcool ou outras drogas para poder se dar valor e desinibir-se. Sob o efeito do álcool, se atreve a fazer coisas que não faria sóbria, mas mal planejadas e pior manejadas. Quantos alcoólicos tem feito "declarações" a uma mulher, totalmente bêbados e depois se arrependem ou quantos outros têm aceitado firmar (assinar) a ata de casamento em estado de embriaguez. Por outro lado, em estado de intoxicação alcoólica afloram sem controle, os impulsos sexuais mais primitivos, dando lugar a condutas indesejáveis como violência sexual (violação, estupro, sadismo) ou conduta homossexual. Muitos alcoólicos que já não bebem, continuam "secos" porque persistem com as atitudes de violência sexual, machismo ou ciúmes patológicos.. Não se pode falar de sobriedade quando o alcoólico em recuperação segue controlando, ameaçando, batendo ou com ciúmes de seu cônjuge. Também se apresentam problemas de ejaculação precoce, impotência ou frigidez. A infidelidade para com a companheira e a tendência á promiscuidade sexual é outra manifestação de porre seco a nível sexual e sentimental. Muitos destes "ingovernáveis sexuais", terminam desenvolvendo uma adição sexual ou co-dependência sentimental em relação à sua parceira.

9. Negação de sua realidade não alcoólica com persistência dos mecanismos de racionalização e projeção

Mesmo que se mantenha em abstinência, este "bêbado seco" segue sendo um negador e ainda que negue seu alcoolismo, segue negando uma série de defeitos de caráter, que não consegue visualizar nem aceitar e que impedem-lhe um ótimo crescimento emocional. Este tipo de alcoólicos soem aborrecer-se muito quando alguém os confronta com suas "zonas" errôneas (isto acontece principalmente nos depoimentos), e costumam mudar de Grupo freqüentemente, porque se dizem "atacados da tribuna". Também recusam qualquer tipo de psicoterapia profissional argumentando a ignorância dos médicos e psicólogos a respeito de alcoolismo e ao Programa de AA. Continuam buscando culpados para todos os males que lhes acontecem.

10. Substituição do álcool por outras substâncias ou condutas aditivas

Muitos alcoólicos deixam de beber, mas substituem sua conduta compulsiva ao álcool por outro tipo de drogas como a marijuana, cocaína, inalantes ou as "tachas" (crack, coquetel de remédios). Muitos outros deixam de beber, mas em seu lugar começam a desenvolver condutas tais como, jogo compulsivo, sexo compulsivo ou a adição ao trabalho. Às vezes caem na automedicação de comprimidos, tranqüilizantes ou tornam-se tabagistas. Às vezes os alcoólicos em recuperação esquecem que o tabagismo também é uma adição que adocece e mata igual número de pessoas que o alcoolismo. Não se pode esquecer que no alcoolismo, a conduta de beber excessivamente, é tão somente o sintoma de um transtorno mais profundo caracterizado por uma estrutura patológica de natureza aditiva cuja origem é genética e que converte-o em adicto potencial a qualquer tipo de substância ou de conduta que provoque-lhe um estímulo compensatório no centro de seu cérebro. Esta estrutura enferma do alcoólico também o conduz a um péssimo manejo de todas aquelas situações existenciais que lhe causam angústia ou stress. Chama-se a isto de "ingovernabilidade emocional."

11. Espiritualidade ausente ou empobrecida, com soberba intelectual, tendência ao materialismo e pouca fé ou nula.

Muitos alcoólicos se recuperam fisicamente, conseguem uma melhor governabilidade de suas emoções e alcançam uma certa melhora em sua função e adaptação social mas não experimentam esse despertar espiritual que é uma condição fundamental para alcançar a sobriedade total. Não podemos esquecer que a essência do Programa dos Doze Passos é fundamentalmente espiritual e que além da recuperação psíquico-física e social, deve haver uma recuperação espiritual, isto é, a recuperação da fé. Da fé em si mesmo, no mundo e num Poder Superior que todo mundo tem. Incluindo os agnósticos. As crises de valores que se vive atualmente e que se reflete num materialismo selvagem, onde o valor maior é o êxito econômico e o possuir bens de consumo, faz com que as pessoas se afastem de Deus e dos valores supremos do espírito. A espiritualidade ausente ou empobrecida é também reflexo de uma soberba intelectual e de uma autosuficiência existencial própria de certos alcoólicos em recuperação que têm alcançado um bom nível cultural, de riquezas, de poder ou de prestígio. Esta falta de humildade os faz cair em uma soberba progressiva que pode degenerar em um dos mais graves sintomas do porre seco, que é a onipotência. Aquele que padece de onipotência, pensa que somente ele mesmo é seu Poder Superior.

12. Comportamento inadequado em seu Grupo de Alcoólicos Anônimos, tanto com seus companheiros com em relação aos Princípios do Programa

A falta de um crescimento emocional, provoca uma distorção do entendimento, a tal ponto que o alcoólico em recuperação distorce a filosofia e os princípios do Programa de Doze Passos, o que dá lugar a um comportamento inadequado em seu Grupo. Isso, leva-o a interpretar, bem a seu modo e conveniência, os princípios básicos do Programa, os quais ele enfoca mais conforme a sua compreensão de suas carências neuróticas do que ao bem-estar comum, a unidade e o serviço. Longe de converter-se em um testemunho de sobriedade e bom senso em sua maneira de comportar-se com os demais, converte-se em um típico membro de AA inconforme e conflitivo com tudo o que se faz e acontece no grupo. As condutas erráticas destes "bêbados secos", são as lutas de poder, as invejas, os ressentimentos em relação aos outros companheiros, o exibicionismo, as críticas mordazes, os chistes e as politicagens. Outros, por sua vez, manifestam o seu porre, adotando uma conduta extremamente passiva em seu Grupo (não usam a tribuna e nem lêem a Literatura, não cooperam com o serviço e só contentam-se em escutar passivamente, tomar café e criticar aos demais), ou, por motivações neuróticas que possuem em assistir ao Grupo, soem freqüentar o grupo para fazer negócios com os companheiros do Grupo, pedir dinheiro emprestado (e não pagar) ou se envolvem emocional ou sexualmente com companheiras ou companheiros do outro sexo. A recuperação integral do alcoolismo e outras adições constitui um largo e complicado processo que todo enfermo em recuperação deve ter em conta. O alcançar a sobriedade implica a prática de qualidades tais como a liberdade, a responsabilidade, a honestidade e a humildade desenvolvidos como um marco de disciplina, perseverança, determinação em mudar e mente aberta. Uma vez alcançada a estabilidade da sobriedade, consegue-se um fenômeno de crescimento emocional progressivo que não tem limites e que conduzirá a pessoa ao objetivo final o seu tratamento que é alcançar a felicidade.

=====
Concedei-nos, Senhor, a Serenidade necessária para aceitar as coisas que não podemos modificar, Coragem para modificar aquelas que podemos e Sabedoria para distinguir umas das outras.

=====
AA-sobriedade: grupo de A.A. por e-mail em língua portuguesa.

=====
Visite nossa SALA DE CHAT (plantões das 22:00h às 23:00h)
Para chegar à sala, basta clicar no endereço:
www.aasobriedade.com/chat.html

=====
Para cancelar seu cadastro no grupo envie mensagem para
aa-sobriedade-unsubscribe@yahoo grupos.com.br

Seu uso do Yahoo! Grupos é sujeito às regras descritas em:
<http://br.yahoo.com/info/utos.html>

TESOUREIRO

Principais Características de um BOM TESOUREIRO

1. Ser um Bom Caixa
2. Fazer o Planejamento Financeiro
3. Elaborar Balancetes Transparentes e objetivos
4. Prestar Conta ao Grupo nas Reuniões de Serviço
5. Incentivar “sempre” as contribuições na Sacola
6. Apadrinhar outros membros nos serviços da tesouraria
7. Providenciar os depósitos das contribuições aos Órgãos de Serviços
8. Informar os Órgãos de Serviços da destinação de tais depósitos.

TESOUREIRO

Principais quesitos de um Bom tesoureiro:

1. Conhecimento da Literatura pertinente
2. Disposição de assumir o compromisso
3. Bom relacionamento no Grupo
4. Tempo disponível para dedicar-se ao serviço
5. Ser participativo
6. Estabilidade Econômica
7. Honestidade e Lealdade
8. Discernimento
9. Conhecimento básico de tesouraria
10. Amor pelo Serviço de A.A.

TRANSMITIR / LEVAR A MENSAGEM DE AA.

João – Ascese-Toledo-PR

O 12º Passo nos diz: “Tendo experimentado um despertar espiritual, graças a estes Passos, procuramos transmitir esta mensagem aos alcoólicos e praticar estes princípios em todas as nossas atividades”.

A 5ª Tradição reza: Cada grupo é animado de um único propósito primordial - o de transmitir sua mensagem ao alcoólatra que ainda sofre.

Nos perguntamos: por que será que em AA, por duas vezes nos é pedido para que informemos ao alcoólico que ainda sofre? Por que será que os fundadores de AA deram tanta importância para o fato de que a mensagem deve chegar ao alcoólico que ainda bebe?

Aprendemos em AA que os 12 Passos são para nossa recuperação individual e as 12 Tradições, para vivermos em unidade nos Grupos.

O que é transmitir a mensagem? - Deixar passar além, conduzir. Fazer passar dum ponto ou dum possuidor ou detentor para outro, transferir.

Os 12 Passos são para nossa recuperação individual. Portanto, os Passos se aplicam a minha pessoa, individualmente. Eu não trabalho os Passos de outro. Trabalho os meus 12 Passos.

É pelo resultado da prática desses 12 Passos que eu sou visto pela sociedade que convivo.

Quem me conheceu alcoolizado vê essa diferença hoje. Queiramos ou não, transmitimos à sociedade o que os 12 Passos nos fizeram e esta nos põe na balança, nos avalia, nos julga. E nós o sentimos isso todos os dias.

É isso o conteúdo da 11ª Tradição: Nossas relações com o público baseiam-se na atração em vez da promoção.

Se formos a um baile, nos divertimos, dançamos, bebemos refrigerantes e ainda somos discretos, a sociedade nos vê e poderá dizer: “Esse aí, antigamente bebia muito”. “Esse casal aí estava se separando por causa da bebida”. “Como mudou essa pessoa depois que parou de beber. Era um caso perdido. Como será que isso aconteceu”.

Ou então: “Aquele cara que tem um emblema de AA no carro dele, tava dando ferro com uns amigos”. “Esse sujeito parou de beber, mas continua negador de contas. É um safado”. “Parou de beber, mas em casa continuam as brigas”.

Onde nós passamos, para aqueles que nos conhecem, transmitimos a mensagem de AA pela atração. É isso que nos recomenda a 11ª Tradição. Mesmo não querendo, passo a ser um espelho da Irmandade. Abrindo ou não o meu anonimato, estou sempre transmitindo a mensagem de AA.

O mar nos transmite grandeza. O lago calmo nos transmite paz. A rosa transmite um doce aroma. A escuridão nos transmite medo. A criança nos transmite inocência. Não há necessidade de se colocar placas para isso assim como não precisamos abrir nosso anonimato para que as pessoas notem nossa mudança.

Isso, no meu entender, é transmitir a mensagem que aprendemos no 12º Passos.

O que é levar a mensagem? Fazer chegar, estender, levar para fora.

Levar a mensagem, nos diz a 5ª Tradição: Cada grupo é animado de um único propósito primordial - o de transmitir sua mensagem ao alcoólatra que ainda sofre.

Faço questão de ressaltar. A Mensagem deve ser levada pelo Grupo. Grupo é unidade, é mais do que um. Portanto, com o conhecimento do Grupo, a mensagem, incluindo folhetos e endereços, será levada aos outros por dois ou mais companheiros. Nunca, mas nunca mesmo, sozinhos. AA nos ensina que devemos trabalhar com os outros. Os outros, aqui, são os companheiros de AA, a sociedade e os doentes do alcoolismo.

“Onde dois ou mais estiverem reunidos em meu nome, Eu estarei no meio deles”. Precisa-se dizer mais? Porque ser ingrato e se omitir de levar a mensagem com outro?

Muitos companheiros nos dizem ter abordado pessoas que precisariam estar em AA e essas não entenderam a mensagem. Fizeram isso sozinhos, não atendendo ao que nos diz a 5ª Tradição. Não o fizeram em Grupo.

Um fato importante. Devemos nos despojar dessa confiança imoderada que temos em nós mesmos. Muitas vezes, ela está arraigada em nós tão profundamente, que já nem percebemos o domínio que exerce sobre nosso coração. O nosso egoísmo a preocupação com a nossa pessoa e amor próprio são precisamente as causas de todas nossas dificuldades, de nossa falta de liberdade interior na provação, de nossas contrariedades, de nossos tormentos da alma e do corpo. Por isso, julgamos os outros e somos os donos da “verdade”.

Exemplo está na história do filho pródigo: Dá-me o que é meu que eu vou vencer sozinho.

Se tu confias em ti mesmo, serás derrubado de imediato, e perderás toda vontade de continuar a luta. Só o Poder Superior te pode dar a vitória. Aí tu voltas para a casa de Teu Pai, ou ao teu Grupo, e reconheces tua impotência, “em aceitar as coisas que não podemos modificar”.

É satisfazer o ego quando se diz no Grupo: Fiz sozinho minha parte. Porém acho que o Poder superior não quis que aquele sujeito viesse para nós. Diz isso ao invés de dizer que errou, que não cumpriu o que sugere a 5ª Tradição.

O mesmo acontece com aqueles membros que, ao invés de levar a mensagem de AA, levam a sua própria mensagem e ainda, ferindo a 8ª Tradição que diz: “Alcoólicos Anônimos deverá manter-se sempre não-profissional”, procuram leva-la misturando com a medicina ou dados estatísticos para se vangloriarem de sua mesquinha inteligência. Pensam que para levar a mensagem de AA têm de ser eloqüentes, ter conhecimentos gerais além da literatura de AA.

Se assim acontece, esse membro deve voltar ao 12º Passo e “praticar esses princípios em todas as nossas atividades”.

Imitemos o filho pródigo: "Partiu, então, e foi ter com o pai" (Lc 15:20).

Cito um exemplo prático e verdadeiro. O Grupo do Jardim Porto Alegre, em Toledo, foi formado por seis membros dos que freqüentavam o Grupo Ascese. Em março de 2006, esse Grupo Jardim completou cinco anos de formação. E sabem quem estavam lá? Uns 20 membros e entre eles, apenas três dos presentes na formação do Grupo há cinco anos. Três membros que nunca coordenaram uma reunião por dificuldades na leitura. Mas lá estavam os três juntos, continuando a levar a mensagem de AA.

Há companheiros que se afirmam com o bons AAs, porque participaram de diversos eventos, se fazem presentes em reuniões de Distrito, de Serviços, etc.

Essas pessoas são como aquelas que já leram receitas de bolo mas nunca experimentaram fazer o bolo. Não sentiram o prazer de fazer o bolo nem mesmo de apreciá-lo.

Tanto Bill como Bob afirmam nos livros de A.A., que o mais importante para a nossa sobrevivência, além da prática dos 12 Passos, é a prática da 5ª Tradição. É levar a mensagem

O membro de AA, já entrosado no programa das 24 horas, e que está concentrando suas energias no dia de hoje em busca da sobriedade e da serenidade, pode perguntar ou perguntar-se de onde vem a força de Alcoólicos Anônimos.

A força vem do despertar para um Poder Superior, da disposição de, em Grupo, levarmos aos outros que sofrem de alcoolismo a informação, através da 5ª Tradição, de como chegamos à sobriedade e de como a nossa vida mudou radicalmente para melhor.

Quando recebemos a força através da amizade dos companheiros do Grupo, do despertar espiritual e da execução do 12º Passo, nós, em AA, passamos a conviver em unidade, recuperação e serviço. Nesse espírito de grupo, se a amizade não for suficiente, então nos resta a fé, e se a fé às vezes for pouca, a prestação do serviço ao companheiro é um rio que irriga o deserto.

Mostra-me a tua fé sem as tuas obras, e eu te mostrarei a minha fé pelas minhas obras.

Lembre-mo-nos finalmente, da última mensagem do Dr. Bob: Meus queridos amigos em AA. Fico bastante emocionado ao ver diante de mim um vasto mar de faces, com o sentimento de que, possivelmente alguma pequena coisa eu fiz há alguns anos para tornar este encontro possível... Nenhum de nós estaria aqui, se alguém não tivesse tido tempo para explicar-nos alguma coisa, para nos dar uns tapinhas nas costas, para levar-nos a uma ou duas reuniões, para fazer numerosos atos de bondade e consciência em nosso favor. Assim não deixemos nunca chegar a um grau de tal complacência presunçosa, que não nos permita dar ajuda ou tentar dá-la, a nossos irmãos menos felizes, já que ela tem sido tão benéfica para todos nós.