



NOSSOS OBSTÁCULOS

A TRADIÇÃO DE A.A.

01 - Em alguns casos,

teríamos também sido desencorajados pelas exigências a nós impostas. Os primeiros membros de A.A., em sua maioria, teriam sido rejeitados porque recaíam muito, porque sua moral era péssima, porque tinham tanto problemas psíquicos como com o álcool. Ou ainda, acredite ou não, porque não tinham vindo das melhores classes da sociedade. Nós, os mais antigos, poderíamos ter sido excluídos por não ler o livro "Alcoólicos Anônimos" ou por nosso padrinho ter se recusado a confiar em nós, como candidatos, e assim por diante. O modo como nossos "alcoólicos dignos" têm as vezes tentado julgar os "menos dignos" é, como vemos agora, engraçado. Imaginem, se vocês puderem, um alcoólico julgando outro!

02 - A.A. PARA A MULHER

O início não foi nada fácil, mas o meu padrinho me ajudou a passar por esta fase. Depois, comecei a prestar serviços dentro do meu grupo. Passados dois meses, transferi-me para o escritório intergrupual, onde respondia aos telefonemas pedindo ajuda em espanhol. Hoje, sou grata a Deus por ter feito essas coisas, porque através delas, pude manter-me afastada dos meus amigos de copo. Hoje coordeno atividades institucionais no Comitê Hispânico.

03 - ENTENDENDO O ANONIMATO

P. Devo mencionar minha afiliação a A.A. a pessoas que aparentam ter problemas com a bebida?

R. Esta é uma questão pessoal. Entretanto, o espírito do programa é compartilhar, e um estudo recente com membros de A.A. mostra que um grande número deles juntou-se à Irmandade por intermédio de outro membro. Antes de tomar uma decisão sobre esse assunto, muitos membros acham útil discuti-lo com seus padrinhos ou amigos de A.A.

04 - O ARTIGO DE JACK ALEXANDER SOBRE AA

Em seguida, ele faz uma espécie de inventário moral de si mesmo com o auxílio particular de outra pessoa, um de seus padrinhos de A.A., um religioso, um psiquiatra ou outra pessoa de seu agrado. Se ele assim o desejar e se isto vier a constituir-se alguma forma de alívio, pode levantar-se em uma reunião e relatar seus infortúnios, embora não seja obrigado a isto. Ele restitui o que eventualmente tenha roubado enquanto bêbado e empenha-se em pagar velhas dívidas e honrar cheques sem fundo; faz reparações a pessoas a quem tenha ofendido e, em geral, realiza a melhor limpeza possível em seu passado. Não é incomum que padrinhos lhe emprestem dinheiro para ajudá-lo em seu reinício.

05 - O GRUPO DE A.A.

Geralmente os padrinhos assumem a responsabilidade de ajudar os recém-chegados a encontrar seu caminho em A.A. Para melhor orientação consulte o folheto *Perguntas e Respostas sobre o Apadrinhamento*.

06 - O MELHOR DE BILL

O novo candidato disse que bastava para ele - e bastava mesmo. Seu padrinho em perspectiva protestou que aquilo não era realmente A.A., mas já era tarde demais; ninguém poderia mais convencer o candidato após tal episódio. Ele tinha além disso um álibi de primeira classe para outra bebedeira. A última vez que ouvimos falar dele, parecia ser provável um encontro prematuro com o agente funerário.

Cálculo espiritual dirá você. Nada disso. Observe qualquer recém-chegado em A.A. há seis meses trabalhando em um novo caso de Décimo Segundo Passo. Se a "vítima" disser "Vá para o Diabo", o Mensageiro apenas sorrirá e se dedicará a outro caso. Ele não se sentirá frustrado ou rejeitado. Se o caso seguinte se interessar e, por sua vez, começar a conceder amor e atenção a outros alcoólicos embora não conceda nada a seu Padrinho, este estará contente de qualquer forma. Nem assim ele se sentirá rejeitado; ao invés disso, ele se alegrará pelo fato do primeiro membro abordado estar sóbrio e feliz. E se o seu caso seguinte acabar mais tarde se tornando o seu melhor amigo (ou amor), então o Padrinho experimentará a alegria máxima. Mas ele saberá muito bem que essa felicidade é um produto colateral - o dividendo extra por haver se dado sem nada exigir de troca.

07 - OS JOVENS E A.A.

Este programa funciona se você fizer a sua parte. Aceito as sugestões para minha recuperação, como a de ter um padrinho que me conheça bem, todo dia freqüentar as reuniões, participar mesmo. Por outro lado, posso beber e levar uma existência miserável. Hoje posso escolher. Escolhi não beber e freqüentar as reuniões.

Logo de início eu entendi duas coisas: freqüência às reuniões e permanecer ao lado daqueles vencedores. Toda noite vou às reuniões e, sempre que possível, freqüento as reuniões de outros grupos. Depois de dois meses pedi a um companheiro para ser meu padrinho. Ele demonstrou ser de grande ajuda, dando-me respostas e o encorajamento necessário para poder seguir o programa.

Comecei a freqüentar reuniões regularmente. Agarrei-me à idéia de que não precisava ser alcoólico para assistir às reuniões de A.A. Era meu desejo abandonar a bebida, só por hoje. Utilizei-me de alguns telefones que me forneceram e aceitei, em parte, a atenção que algumas pessoas de A.A. me deram. Foi bom começar a entender que eu não era uma pessoa má e sem força de vontade. Eu era doente. Finalmente, no dia 4 de julho, tive a graça de me libertar do álcool. Em 90 dias freqüentei 90 reuniões e arranjei um padrinho. Fui a muitas reuniões de novos e isso foi um novo começo. Dentro do possível segui todas as sugestões e levei a sério os serviços de A.A. Progredi em minha carreira profissional e passei de escriturário de um banco a representante de uma grande corretora. Embora as relações com meus familiares, com meus amigos e colegas de trabalho não sejam perfeitas e livres de atritos, também não são mais afetadas pelos efeitos de bebidas e drogas. Hoje, primeiro e acima de tudo, sou um membro de A.A. que se dedica à Recuperação, ao Serviço e à Unidade. Mas, também, agora sou livre para escolher e me tornar o que eu quiser, sem a influência do álcool.

08 - SUGESTÕES PARA COORDENAR REUNIÃO DE NOVOS

O perigo agora parece óbvio, mas muitos dos recém-chegados de hoje estão positivamente tão confusos como nós outrora estivemos. Assim, o coordenador explica o significado do primeiro gole e como evitá-lo, no mínimo por um dia ou por uma hora.

Quase todo membro de A.A. tem sua maneira pessoal de fazer isso, e outros membros que participam da reunião podem apresentar outras sugestões para acrescer às seguintes:

1. O Plano das 24 horas (ou de um minuto, se necessário).
2. Comer doces e tomar bebidas também doces.
3. Manter-se atento – nunca ficar com muita fome, raiva, solidão ou cansaço.
4. Permanecer junto de seu padrinho – e discutir com ele, ou ela, eventuais problemas pessoais.

h) Apadrinhamento; se necessário, como escolher um padrinho (veja o livrete *Perguntas e Respostas Sobre Apadrinhamento*).

09 - VOCÊ PENSA QUE É DIFERENTE?

Mas finalmente consegui um padrinho, e desde então as coisas melhoraram para mim. Acho que todos nós AAs. carregamos guarda-chuvas, que colocamos uns nos outros, quando a chuva parece cair um pouco mais forte no nosso vizinho, e realmente não importa de que cor somos.

Hoje, agradeço a Deus, a quem chamo de P.S. (Poder Superior) por essa conversa. Frio e vazio como estava, consegui ficar de pé e ir ao endereço que ele me deu. Naturalmente, tratava-se de uma reunião de A.A. Foi lá que fiz o primeiro contato realmente humano, depois de tantos anos, com o homem que viria a ser o meu padrinho em A.A.

Antes de A.A., tudo que tinha era bebida e sexo. Mecanicamente, eu usava as pessoas para ambas as coisas. Todo mundo era igual. Ninguém era verdadeiro, principalmente para mim. Meu padrinho foi a primeira pessoa verdadeira que encontrei, depois de tantos anos. E ele me fez sentir verdadeiro também. Ele me aceitou sem nenhum preconceito, com respeito ao meu homossexualismo e tudo o mais. Sem sentimentalismo, calmamente me deu a mão nessa primeira noite, como um ser humano dá a outro, e o que pôs na minha mão foi vida.

10 - ALCOÓLICOS ANÔNIMOS ATINGE A MAIORIDADE

E lá estava também meu padrinho Ebby (Ebby faleceu em 1966), que pela primeira vez me trouxe a palavra, que me tirou do "fundo do poço". Com a Convenção toda, alegrei-me por ele ter podido estar conosco e me recordei de muitos amigos não-alcoólicos dos primeiros dias. Sem eles não teria existido A.A., de forma alguma. Eles nos tinham deixado maravilhosos exemplos de generosa dedicação. Foram os protótipos de milhares de homens e mulheres de boa vontade que, desde então, tinham ajudado a fazer de nossa irmandade o que ela é.

À medida que os grupos de A.A. se multiplicavam, aumentavam-se os problemas de anonimato. Entusiasmados com a recuperação espetacular de um companheiro alcoólico, íramos comentar às vezes aspectos íntimos e dolorosos de seu caso que foram revelados apenas para seu padrinho. Daí a pessoa magoada iria certamente declarar que havia perdido a confiança. Quando comentários de tais

casos começaram a circular fora de A.A., as conseqüências da perda de confiança em nossas promessas de anonimato foram grandes. Isso às vezes afastava as pessoas de nós. Claro que o nome de todo membro de A.A. e também sua história tinham de ser mantidos em segredo, se ele assim quisesse. Foi essa nossa primeira lição na aplicação prática do anonimato.

Vamos começar com meu próprio padrinho Ebby. Quando Ebby soube o quanto era sério meu problema com a bebida, resolveu me visitar. Ele estava em New York, e eu no Brooklyn. Sua decisão não era o suficiente; ele teve que entrar em ação e gastar dinheiro. Ele me chamou ao telefone e em seguida tomou o metrô; o custo total foi de dez centavos. No momento em que telefonou e tomou o metrô, a espiritualidade e o dinheiro começaram a se misturar. Um sem o outro não teria chegado a nada. Naquele exato momento e lugar, Ebby estabeleceu o princípio de A.A. em ação, que exige o sacrifício de muito tempo e dinheiro.

O aspecto médico do alcoolismo inclui o problema de hospitalização, e aqui também grande progresso tem sido feito. Muitos hospitais têm relutado para receber alcoólicos. As instituições estaduais e de províncias geralmente exigiam que alcoólicos permanecessem internados por um longo período. Portanto isso foi muito difícil - e ainda é - persuadir os hospitais em geral a internar prováveis membros de A.A. por curtos períodos de tratamento e permitir que padrinhos tenham o privilégio necessário das visitas, em cooperação com nossos Intergrupos locais.

11 - LEVAR ADIANTE

Segundo seu próprio relato, Bill foi um bebedor excessivo desde o início. Ele nunca atravessou nenhum estágio moderado ou qualquer período de bebida social. O seu sistema interno de advertência deve tê-lo avisado de que sua maneira de beber era estranha, porque ele "mantinha a garrafa arrolhada" quando Lois vinha visitá-lo e o convidava a conhecer seus amigos. Mas ele também não parou totalmente. Sem a bebida, Bill sentia-se novamente inferior.

Iniciava-se o ano de 1918; os Estados Unidos estavam totalmente envolvidos na guerra e Bill poderia ser mandado para o exterior a qualquer momento. Ele e Lois haviam marcado o casamento para 1º de fevereiro. Havia um boato de que Bill logo seria mandado para o exterior; assim, os dois decidiram antecipar a cerimônia para 24 de janeiro e modificaram os proclamas. Preferiram seguir em frente com o grande casamento na Igreja que haviam planejado e todos se esforçaram para ajudar. As coisas foram feitas com tanta pressa que o padrinho Roger, irmão de Lois, chegou de Camp David tarde demais para trocar suas pesadas botas de combate e teve que marchar entre os bancos da Igreja.

E tanto Bill Wilson quanto Dr. Bob Smith acreditavam que a manutenção da sobriedade exigia levar a mensagem a outras pessoas. É digno de menção que os três homens agora sóbrios tinham esposas que haviam mantido a fé juntamente com eles. Esses primeiros pioneiros de Akron e Nova York trabalharam juntamente com suas esposas, tanto para permanecer sóbrios quanto para levar a mensagem. O Anônimo Número Quatro não tardou a aparecer. Foi Ernie G., de apenas 30 anos e "quase jovem demais" aos olhos de seus padrinhos. Todos os três homens trabalharam. = Ernie; Bill e Dr. Bob não perderam tempo em fazer com que Bill D. se envolvesse no trabalho.

Ernie permaneceu sóbrio durante um ano e então deu uma "derrapada" que durou sete meses. Sua história, "A Derrapada de Sete Meses", foi publicada na primeira edição do Livro Azul.

"Anos depois, esse irascível 'cliente' irlandês gostava de afirmar: 'Meu padrinho me vendeu uma idéia e foi a da sobriedade. Naquela época, não teria aceitado nenhuma outra coisa'."

Mesmo admitindo-se sua natureza generosa e a dívida de carinho para com o homem ao qual chamava de seu padrinho, o comportamento de Bill em relação a Ebby escapava à compreensão de muitos dos seus amigos. Bill simplesmente não conseguia fazer o bastante por Ebby. Esse fato, levando-se em conta que Ebby não conseguia fazer quase nada por si mesmo (depois que acabara o dinheiro da família), significou que Bill iria assumir importantes responsabilidades por Ebby, até que este morreu - sóbrio - em 1966.

A Convenção foi realizada em St. Louis, outra cidade centralmente localizada. Para Bill, pessoalmente, St. Louis tinha a vantagem adicional de ser a cidade-natal do Padre Dowling, seu padrinho espiritual. Outras pessoas importantes para Bill também participaram da Convenção: Ebby esteve lá como seu convidado especial, a Dra. Emily veio de San Diego e os oradores não-AAs convidados incluíram não só o Padre Ed como também o Dr. Sam Shoemaker, o Dr. Harry Tiebout, Leonard Harrison, Bernard Smith, o Dr. W W Bauer da A.M.A., o psiquiatra O. Arnold Kilpatrick, o criminalista Austin MacCormick (entre seus dois períodos como Custódio), Henry Mielcarek, especialista em pessoal corporativo, e o Dr. Jack Norris. Embora dedicasse grande parte da Convenção em St. Louis à plena gratidão pelos não-AAs que haviam ajudado a Irmandade em seus primórdios, Bill trabalhou muito para concluir, antes que a Convenção se reunisse, um importante texto de agradecimento aos membros. Intitulado "Por que Alcoólicos Anônimos é Anônimo", o texto foi publicado na edição da The Grapevine em janeiro de 1955.⁴ O documento expressa os pensamentos mais profundos e amadurecidos de Bill quanto à questão do anonimato, literal e espiritual, e a razão dele constituir a essência de tudo que há de melhor acerca de A.A.

Bill ficou exultante com a carta de Jung. Ela não só era delicada e significativa como também respondia afirmativamente a uma pergunta que muitos AAs conscienciosos, inclusive o próprio Bill, haviam formulado freqüentemente: Não seria o próprio uso excessivo do álcool uma forma perversa de buscar um pouco de esclarecimento ou de consciência superior? A ênfase dos Passos na conexão espiritual estava ali confirmada por um dos maiores psicanalistas do mundo, como sendo o antídoto mais adequado - na verdade o único - em relação à intoxicação.

Além disso, a carta chegou em um momento da vida de Bill em que ele realmente precisava dela. O Padre Dowling havia morrido, em St. Louis. O padrinho, guia e mentor espiritual de Bill havia compreendido a natureza e a importância da busca de Bill, de uma forma que ninguém mais havia entendido. Desde o início, ele havia endossado e estimulado sem reservas aquela busca.

12 - OS DOZE PASSOS E AS DOZE TRADIÇÕES

Inicialmente, ao sermos desafiados a admitir a derrota, a maioria de nós se revoltou. Havíamos nos aproximado de A.A. esperando ser ensinados a ter

autoconfiança. Então nos disseram que, no tocante ao álcool, de nada nos serviria a autoconfiança, aliás, era um empecilho total, Nossos padrinhos afirmaram que éramos vítimas de uma obsessão mental tão sutilmente poderosa que nenhum grau de força de vontade a quebraria. Não era possível, disseram, a quebra pessoal desta obsessão pela vontade desamparada. Agravando nosso dilema impiedosamente, nossos padrinhos apontaram nossa crescente sensibilidade ao álcool - chamaram-na de alergia. O tirano álcool empunhava sobre nós uma espada de dois gumes: primeiro éramos dominados por um anseio louco que nos condenava a continuar bebendo, e depois por uma alergia prenunciadora de que acabaríamos nos destruindo. Pouquíssimos mesmo eram os que aflitos desta forma, haviam saído vitoriosos lutando sozinhos. Era um fato estatístico os alcoólicos quase nunca se recuperarem pelos seus próprios recursos. E assim parece ter sido desde a primeira vez que o homem espremeu as uvas.

A esta altura, seu padrinho em A.A. geralmente se põe a rir. E isto, pensa o recém-chegado, é "o fim da picada ". Pelo menos o começo do fim. E é mesmo: é o começo do fim da sua vida anterior, e o começo de sua entrada para uma nova vida. Seu padrinho provavelmente lhe diz: "Calma, calma. O obstáculo que você deverá saltar não é tão alto quanto parece. Pelo menos para mim não o foi. E nem o foi para um amigo meu, que antes era vice-presidente da Sociedade Atéia Americana. Ele o superou tranquilamente." "Bem", diz o recém-chegado, do "sei que está contando a verdade . Sem dúvida é um fato que o A.A. está cheio de gente que antes pensava como eu. Mas como, nestas circunstâncias, pode alguém ir com calma? É isso o que eu quero saber."

"É uma boa pergunta mesmo", concorda o padrinho. "Acho que poderia lhe dizer como se acalmar. E nem terá que se esforçar muito. Faça o favor de escutar estas três afirmações. Em primeiro lugar, Alcoólicos Anônimos não exige que você acredite em coisa alguma. Todos os Doze Passos são apenas sugestões. Em segundo lugar, para alcançar a sobriedade e para manter-se sóbrio, não é preciso aceitar todo o Segundo Passo de uma vez. Olhando para o passado, vejo que eu mesmo o aceitei aos pedaços. Em terceiro lugar, a única coisa que realmente precisa é ter a mente aberta. Portanto, desista dos debates e pare de se incomodar com questões profundas como, por exemplo, se foi a galinha ou o ovo que surgiu primeiro. Volto a repetir, a única coisa que você precisa é ter a mente aberta."

O padrinho continua. "Tome, por exemplo, o meu caso. Tive uma educação científica. Logo, respeitava, venerava, até adorava a ciência. Aliás, faço isso até hoje, tudo menos na parte da adoração. Vezes sem conta, meus professores apontavam o princípio básico de todo o progresso científico: 'procure e pesquise sem descanso, mas sempre com a mente aberta.' Quando deparei com A.A. pela primeira vez, minha reação foi igual a sua. Este negócio de A.A., pensei, é totalmente anticientífico. Isto eu não posso tragar. Simplesmente recuso-me a considerar tal bobagem.

Ao início, esse "alguém" provavelmente será seu amigo mais próximo em A.A. Ele confia na afirmação de que seus muitos problemas, agora mais agudos, por não poder usar o álcool para matar a dor, também poderão ser resolvidos. É claro que seu padrinho explicará que a vida de nosso amigo está ingovernável apesar de ele está sóbrio e que, afinal de contas, apenas está bem no início do programa de A.A. Uma sobriedade maior, graças ao reconhecimento de seu alcoolismo e à assistência a algumas reuniões, é certamente uma boa coisa. Porém, fatalmente estará longe

de ser uma sobriedade permanente e uma vida feliz e útil. É agora que entram em jogo os restantes passos do programa de A.A. Nada menos que a prática constante desses passos como um modo de vida poderá levar ao tão desejado resultado.

A essa altura do andamento do inventário, somos socorridos pelos nossos padrinhos. Isto eles podem fazer porque são eles os portadores da experiência comprovada de A.A. com o Quarto Passo. Consolam o desanimado, mostrando-lhe, em primeiro lugar, que seu caso não é nem estranho nem diferente e que seus defeitos de caráter provavelmente não são mais numerosos e nem piores do que os de qualquer outro em A.A. Isto o padrinho logo demonstra, falta do livre e espontaneamente e sem exibicionismo, de seus próprios defeitos passados e atuais. Este inventário, calmo e ao mesmo tempo realístico, é imensamente confortador. O padrinho provavelmente faz ver que o novo A.A. tem alguns valores junto com seus defeitos. Isto tende a dissipar a morbidez e encorajar o equilíbrio. Tão logo se torne mais objetivo, o recém-chegado poderá encarar seus próprios defeitos sem medo.

Os padrinhos daqueles que não sentem necessidade de um inventário enfrentam um outro tipo de problema. Isso é porque as pessoas impulsionadas pelo orgulho, inconscientemente não vêem seus defeitos. Estas certamente não estão precisando de conforto. O problema é ajudá-las a descobrir uma trinca nas paredes construídas pelo seu ego, através da qual poderão ver a luz da razão.

Este passo vital também foi o meio pelo qual começamos a ter a sensação de que poderíamos ser perdoados, não importando o que houvéssimos pensado ou feito. Freqüentemente, enquanto dávamos este passo com nossos padrinhos ou conselheiros espirituais, pela primeira vez, nos sentíamos verdadeiramente capazes de perdoar aos outros, não importa quão profundamente sentíssemos que nos houvessem maltratado. Nosso inventário moral nos havia persuadido de que o perdão geral era desejável, mas foi somente quando demos o Quinto Passo com resolução, que soubemos, em nosso íntimo, o quanto seríamos capazes de aceitar o perdão e perdoar também.

Nosso próximo problema será descobrir a pessoa na qual iremos confiar. Aqui devemos tomar bastante cuidado, lembrando-nos que a prudência é considerada uma das mais valiosas virtudes. É possível que seja necessário compartilhar com esta pessoa fatos a nosso respeito que ninguém mais deva saber. Desejaremos falar com alguém experiente que não só tenha se mantido abastémio, como também conseguido superar outras sérias dificuldades, iguais talvez às nossas. Esta pessoa poderá ser o nosso padrinho, embora não necessariamente. Se a nossa confiança nele estiver bem desenvolvida, se o seu temperamento e seus problemas forem semelhantes aos nossos, então nossa escolha será boa. Além do mais, nosso padrinho já tem a vantagem de conhecer alguma coisa a respeito do nosso caso.

Podem surgir muitas situações delicadas em outros setores da vida onde está envolvido este mesmo princípio. Suponhamos, por exemplo, que tenhamos gasto em bebida uma boa parcela de dinheiro de nossa firma, seja "tomando-o emprestado" ou exagerando nossos gastos de viagem. Suponhamos que o fato continuará desconhecido se nada falarmos. Confessamos imediatamente nossas irregularidades perante a firma, na quase certeza de que isto os obrigará a nos demitir e a nós tornar, praticamente, não empregáveis? Seremos tão rigidamente corretos, ao fazer nossos reparos, que não nos importam as conseqüências para nossa família e nosso lar? Submeteremos o assunto a nosso padrinho ou

conselheiro espiritual, pedindo ardentemente a ajuda e orientação de Deus – mas resolvendo atuar de maneira certa, quando ficar claro, custe o que custar? É claro que não existe uma resposta fácil que solucione todos os dilemas deste tipo. Mas todos requerem, isto sim, a completa disposição de fazer todas as reparações de forma tão rápida e completa quanto permitirem as condições do momento.

Embora todos os inventários, em princípio, sejam iguais, a ocasião os faz diferentes. Há o “relâmpago”, feito a qualquer hora, toda vez em que nos encontramos enredados. Existe o do fim de cada jornada, quando revisamos os acontecimentos das últimas vinte e quatro horas. É neste verdadeiro balancete diário que creditamos a nosso favor ou debitamos contra nós as coisas que julgamos bem ou mal feitas. De tempo em tempo, surgem as ocasiões em que, sozinhos ou assessorados pelos nossos padrinhos ou conselheiros espirituais, fazemos a revisão atenta de nosso progresso durante a última etapa. Muitos AAs costumam fazer uma “limpeza geral” em cada ano ou período de seis meses. Outros de nós também preferem a experiência de um retiro, onde isolados do mundo exterior, calma e tranqüilamente, podem proceder à auto-revisão e à meditação sobre os resultados.

Agora, a maior pergunta que já fizemos: o que dizer da “prática destes princípios em todas as nossas atividades”? Temos condições para amar a vida em todos os seus aspectos com tanto entusiasmo quanto amamos aquela pequena parcela que descobrimos, quando tentamos ajudar outros alcoólicos a alcançar a sobriedade? Somos capazes de levar às nossas vidas em família, por vezes bastante complicadas, o mesmo espírito de amor e tolerância com que tratamos nossos companheiros do grupo de A.A.? As pessoas de nossa família, que foram envolvidas e até marcadas pela nossa doença, merecem de nós o mesmo grau de confiança e fé que temos em nossos padrinhos? Podemos fazer com que o espírito de A.A. esteja de fato presente em nossas atividades diárias? Estamos prontos para arcar com as novas e reconhecidas responsabilidades que nos cercam? Podemos levar para a religião de nossa escolha, novo propósito e nova devoção? Será que podemos encontrar uma nova alegria de viver, tentando dar um jeito em todas essas coisas?

Anos mais tarde, aquele irlandês durão costumava dizer: ‘Meu padrinho vendeu-me uma só noção: a de sobriedade. Na ocasião, eu não me achava em condições de aceitar mais nada.’ ”

À medida que os grupos de A.A. se multiplicavam, o mesmo acontecia aos problemas de anonimato. Entusiasmados com a recuperação espetacular de algum irmão alcoólico, revelávamos por vezes aqueles aspectos íntimos e dolorosos do caso que apenas o padrinho devia ouvir. A vítima então declarava com razão que sua confiança havia sido traída. Quando tais histórias começavam a circular fora de A.A., sobrevinha grave perda de confiança nas nossas promessas de anonimato. Isso amiúde afastava de nós as pessoas. Claro que o nome de todo membro de A.A. — bem como a sua história — tinha de ser mantido em segredo, se ele assim o desejasse. Foi essa a primeira lição que aprendemos na aplicação prática de anonimato.

13 - VIEMOS A ACREDITAR UM CARTÃOZINHO BRANCO

Não obstante tive uma experiência espiritual na noite em que telefonei para A.A., embora só percebesse isso mais tarde. Apareceram dois anjos trazendo-me uma mensagem de esperança real e me falaram a respeito de A.A. Meu padrinho riu quando neguei que tivesse rezado pedindo ajuda. Eu disse a ele que a única vez em que havia mencionado Deus fora quando, no meu desespero por não conseguir ficar nem bêbada ou sóbria, havia gritado: "Deus! O que é que eu vou fazer?"

Ele replicou: "Creio que essa oração até que foi boa, sendo a primeira e vindo de uma atéia. E além disso, foi respondida".

14 - PEÇA FORÇAS A DEUS

Tive quatro padrinhos bons. Um deles era meu conselheiro espiritual, com quem eu sentia pouca empatia. Cada vez que dava seu depoimento, ele falava de Deus na forma em que ele O concebia. Embora eu me ressentisse das referências e o ouvisse contra minha vontade, um dia sensibilizou-me com as seguintes palavras: "Quando você tiver esgotado todos os recursos da família, dos amigos, dos médicos e dos sacerdotes, ainda assim haverá uma fonte de amparo. É uma fonte que nunca falha e nunca abandona, e está permanentemente disponível e disposta".

Essas palavras voltaram à minha mente numa manhã, em um quarto de hotel, no fim de três semanas de farras e bebedeiras. Eu estava agudamente consciente das ruínas em que minha vida havia se transformado. Meu segundo casamento acabara de ir para o espaço e as crianças estavam sofrendo. Naquela manhã, fui capaz de ser honesto. Sabia que tinha falhado como pai, como marido e como filho. Havia fracassado na escola e no serviço militar e perdera todos os empregos e negócios que havia tentado. Nem a religião, nem a profissão médica e nem A.A. tiveram sucesso comigo. Eu me sentia totalmente derrotado. Lembrei-me então de algumas palavras do meu padrinho: "Quando tudo mais falhar, agarre uma corda e agüente. Peça forças a Deus para permanecer sóbrio por um dia".

15 - UM DIA DE INVERNO

Na outra vez que fui ao meu Grupo de A.A., os "hipócritas felizes" me pareceram diferentes. Comecei a enxergar o amor em seus olhos, um carinho maior do que jamais vira antes. Contei isso ao meu padrinho e ele disse: "A razão pela qual você vê o amor nos olhos dessas pessoas é que você está começando a amá-las. O amor que vemos nos olhos delas é o reflexo do nosso próprio amor. Temos que amar para sermos amados".

16 - A SEMENTE DE DEUS

A decisão de me incluir entre os condenados ou juntar-me ao grupo que desfrutava da misericórdia e da compaixão era minha. Naquela época, não possuía os requisitos para a recuperação. Ao invés da rendição completa, estabeleci regras forçadas para mim mesmo. Falhei em pedir ajuda e orientação a Deus e, ao invés disso, tentei seguir essas regras auto-impostas. Mas quando fracassei, pedi perdão a Deus e prometi me esforçar mais. Meu padrinho em A.A. me avisou que, para conseguirmos a ajuda do Poder Superior, temos que pedi-la nós mesmos - com humildade e sinceridade. Nenhuma outra pessoa, ainda que seja boa e sábia, pode

plantar a semente de Deus em nós. Só Deus pode fazê-lo. Meu problema era encontrar essa semente germinada entre as ervas daninhas de minha mente. É ou não é verdade que existe algo de bom em cada um de nós?

17 - A JORNADA DE UM ATEU

Um dia, veio um apelo para que ele visitasse alguém que precisava de ajuda. Ao chegar, o homem descobriu que o Destino havia na realidade lhe entregue estranhas cartas. O alcoólico que o esperava era um padre. O homem jogou cuidadosa e sabiamente aquela cartada, porque se tratava de um desafio diferente de todos que ele algum dia enfrentara ou imaginara enfrentar. Ele, que havia recusado o Deus daquele outro homem, teria agora que encontrar exatamente as palavras certas para se comunicar. Titubeou um pouco e então, de repente, ficou fácil falar com aquele padre - aquele semelhante alcoólico. Desenvolveu-se uma calorosa amizade entre os dois homens e, assim, foi uma alegria especial quando ele se tornou padrinho do padre. Aprenderam muito um com o outro. Ou talvez, tanto em um caso quanto no outro, a sabedoria lá estivesse o tempo todo, apenas esperando que a pessoa certa a fizesse vir à tona.

18 - FÉ NAS PESSOAS

Quando contei esse episódio a um dos meus padrinhos, uma mulher, ela disse: "Entretanto Ele *respondeu* à sua prece".

Pode ser. Mas não senti isso. Não argumentei com minha madrinha, mas hoje não ataco o mistério com a lógica pura. Se você puder me provar logicamente que existe um Deus pessoal - e não acho que possa - nem assim me sentirei inclinada a falar com uma Presença que não possa sentir. Se eu pudesse provar-lhe logicamente que não existe nenhum Deus - e sei que não posso - a sua fé verdadeira não ficaria abalada. Em outras palavras, as questões relativas à fé residem inteiramente fora do domínio da razão. Existe algo além do domínio da razão humana? Sim, acredito que exista algo.

Nesse ínterim, aqui estamos todos juntos - quero dizer todos nós e não apenas os alcoólicos. Precisamos uns dos outros.

19 - EXPERIÊNCIA CENTRAL

"Reze, se conseguir", disse meu padrinho. Não possuindo fé de espécie alguma e pensando que a oração deveria ser uma espécie de auto-hipnose, caí de joelhos como uma criança, sozinho em meu apartamento, e rezei para um Deus desconhecido. "Deus," pedi a Ele, "afasta de mim essa compulsão para beber". E a minha compulsão pela bebida foi eliminada e não voltou desde aquele dia. Sem saber como havia feito, tinha me rendido ao Poder e o Poder fizera por mim o que eu não conseguira fazer por vontade própria.

20 - CRENÇAS MUTÁVEIS

Quando cheguei, tremendo e apavorada, à minha primeira reunião, pensei que não acreditaria em mais nada. Foi um milagre que, depois de uma conversa com meu padrinho e uma reunião, pudesse ter esperança em A.A.! Essa esperança continuou me levando às reuniões e, gradualmente, evoluiu para uma verdadeira crença em que A.A. tinha todas as respostas que precisava; em que, se estivesse

disposta e tentasse, conseguiria permanecer sóbria - um dia de cada vez. Não obstante, descobri que isso envolvia meu esforço para praticar o programa.

21 - VIVER SÓBRIO

Por exemplo, alguns de nós vimos que, nos nossos primeiros dias sem beber, as sugestões e o companheirismo oferecidos por um padrinho A.A. ajudou-nos muito a mantermo-nos sóbrios.

Outros de nós esperamos até termos ido a vários grupos e conhecido muitos membros de A.A. antes de resolvermos, finalmente, pedir ajuda a um padrinho. Alguns de nós achamos que a oração formal era uma enorme ajuda para não beber, enquanto outros fugiam simplesmente de tudo o que lhes sugerisse religião.

22 - PRESTE ATENÇÃO À RAIVA E AOS RESSENTIMENTOS

É também extraordinariamente eficaz pegarmos no telefone e falarmos com o nosso padrinho ou com outro alcoólico em recuperação, quando nos zangamos ou sentimos aborrecidos com qualquer coisa. É conveniente determo-nos para determinar se não estaremos demasiado cansados. Se for esse o caso, vimos que um pouco de descanso ajuda a dissipar a raiva.

23 - PADRINHOS, MADRINHAS & AFILHADOS...

Meus primeiros dias em A.A. foram assustadores. Sem beber, tudo ficava mais difícil. Minha insegurança, meus medos, tudo veio à tona.

Apesar de saber que ali estava a minha "turma", um enorme sentimento de solidão me envolvia. Eu não entendia muito bem o que estava acontecendo comigo. O meu último período de ativa fora muito sofrido. Estivera a um passo da loucura. Sem fé, sem esperança, sem identidade, eu parecia uma menininha deixada sozinha num quarto escuro, completamente entregue aos seus fantasmas. E a vontade de beber não passava... Quanto maior a minha insegurança, quanto mais medo eu sentia, mais forte era a tentação de recorrer ao primeiro gole. Todos no grupo me pareciam fortes, invencíveis e... Distantes... Ainda não tinha conhecido nenhuma companheira.

Mas havia um olhar e um sorriso que aqueciam o meu coração. Eram do primeiro padrinho em A.A. Ele foi se aproximando, puxando conversa. Havia nele uma serenidade que eu gostaria de ter.

Desconfiada de tudo e de todos, sem entender quase nada da programação, fui confiando nele. Comecei a lhe fazer algumas tímidas confidências e algumas perguntas sobre a Irmandade. Ele me emprestou os livros "Viver Sóbrio", "Alcoólicos Anônimos", "Os Doze Passos e as Doze Tradições". Tratava-me com carinhosa atenção, sempre pronto a me ouvir, partilhar suas experiências comigo e fazia sugestões muito úteis para mim. Aos poucos fui me sentindo mais segura. Era bom chegar na sala e sentir a sua presença sempre ali, mostrando-me, com o seu exemplo, que "a participação é a chave da recuperação".

Hoje somos mais que companheiros, somos amigos! Com ele aprendi os segredos do apadrinhamento. Tenho alguns afilhados, a maioria mulheres, as quais também recebi com carinho e atenção. E tenho caminhado junto com eles, como o meu padrinho caminhou comigo nos primeiros tempos.

Acho que meus afilhados jamais entenderão o quanto me ajudam. É um mistério essa maravilhosa troca de energia que acontece entre nós. Vou partilhando com

eles as minhas experiências e eles vão partilhando comigo as suas dificuldades e os seus sentimentos, que são tão iguais aos meus!...

Outro dia, num momento de descontrole emocional, quando o meu comportamento não foi nada exemplar, uma afilhada, um pouco assustada comigo, concluiu: "É, com a minha madrinha eu vou aprendendo o que fazer e o que não fazer."

A grande lição que tenho aprendido em Alcoólicos Anônimos, especialmente com a minha experiência no apadrinhamento, é que, neste planeta, não existem professores. Todos somos aprendizes: estamos caminhando juntos, de mãos dadas, em direção ao infinito.

Que Deus conceda a todos vinte e quatro horas de serena sobriedade! (Nícia, Campinas/SP)

24 - RESPONSABILIDADE NO APADRINHAMENTO

O apadrinhamento é uma necessidade, não uma obrigatoriedade.

O que é apadrinhamento? Apadrinhamento é um processo que faz parte da evolução humana, onde alguém se dedica a outro com o objetivo de legar-lhes recursos espirituais, morais, intelectuais, contribuindo dessa forma para o crescimento interior do indivíduo e disseminando assim desarmonia e progresso social. Na história humana sempre vamos encontrar dois indivíduos: o discípulo e o mestre. Entretanto, poucos evidenciam com tais títulos a maioria permanece anônima, onde sempre alguém aprende algo com alguém. Isso acontece nos grupos familiares, profissionais, sociais, religiosos etc. Alcoólicos Anônimos como irmandade não poderia jamais prescindir desse processo evolutivo - o apadrinhamento -, porquanto nele está calcada a base da recuperação.

Assim sendo, caminhemos com o raciocínio de A.A. tocando apenas alguns pontos dos princípios que a nossa irmandade abraça, para vermos o poder e a maravilha que a dedicação e a devoção, essas formas de amor propriamente dito, podem criar. Primeira Tradição: ademais, ele descobre não poder reter essa dívida sem preço se por sua vez não entregá-la aos outros. Essa descoberta nos faz compreender o tamanho da nossa responsabilidade em favor da nossa própria sobrevivência; criando oportunidades para que outros se recuperem, por isso em A.A. sempre vai haver alguém necessitando de ajuda e outros proporcionando essa ajuda, ou seja, sempre haverá afilhados e padrinhos. Todavia é muito lento o processo para alcançarmos essa consciência de nos dispormos a ser afilhados e nos dedicarmos a apadrinhar.

Nos momentos de dificuldade, quando nos sentimos engolidos por problemas que parecem querer nos destruir, recorreremos inevitavelmente a alguém mais experiente, e somos orientados dentro dos princípios e da experiência de A.A., encontrando o caminho a seguir e o restabelecimento da paz em nosso mundo interior. Por esse processo, aumenta a nossa confiança no programa e no nosso amor por aqueles que nos ajudam.

Quando, por outro lado, alguém nos procura em busca de soluções diante de problemas cruciais e, pela graça de Deus, temos a experiência que a situação requer proporcionando a esse alguém a paz, o conforto, a harmonia e principalmente uma direção, sentimos crescer dentro de nós uma fé, uma alegria que palavras não descrevem. Diante do exposto, de forma elementar, podemos perceber que o trabalho constante com e para o outro é base indispensável para a recuperação e o crescimento espiritual de todos nós. Podemos dizer que estamos trabalhando para outros, quando de qualquer forma a nossa ação implique na recuperação de alguém. E assim compreendemos de uma vez por todas, que a vida de todos nós depende de um apadrinhamento consciente propriamente dito, que só

funciona quando ele é responsabilidade e só existe responsabilidade onde houver humildade. Por isso, vejamos aqui dentro do programa alguns aspectos em que se evidenciam o apadrinhamento:

Segundo Passo - "O padrinho continua, tome por exemplo o meu caso"...Terceiro Passo - "chegou a hora de depender de alguém ou de alguma coisa..." É claro que o seu padrinho explicará que a vida do nosso amigo está ingovernável. Quarto Passo - "a essa altura do andamento do inventário, somos socorridos por nossos padrinhos". Livro Azul - Capítulo 1 - "O amigo de aulas me visitava e contei-lhe..." Nesses textos e muitos outros vamos encontrar a figura decisiva do padrinho consciente do que está fazendo, se doando de alguma forma para que seu irmão menos experiente alcance o que ele já possui. Por isso, apadrinhar em A.A. consiste em guiar o ser humano para dentro do programa de recuperação, unidade e serviço, sugerido por Alcoólicos Anônimos. E para essa realização ter resultados positivos, requer um certo grau de experiência com os Doze Passos, Doze Tradições, Doze Conceitos, Manual de Serviços, CTO, Livro Azul etc., bem como paciência, tolerância, confiança em si, no outro e em Deus, como também honestidade, responsabilidade, compreensão e acima de tudo humildade - em outras palavras, amor.

Dar de graça o que recebeu de graça no apadrinhamento é ver nascer o verdadeiro sentimento de gratidão e reconhecer também a necessidade da responsabilidade em se doar a A.A. como um todo. No Serviço, estar na ação propriamente dita, também existem muitos afilhados e padrinhos, mas são comuns as dificuldades, pois são poucos os que querem ser afilhados, e os que são padrinhos, apadrinhar sob o manto sagrado das Tradições.

Vamos no caminho do apadrinhamento descobrir uma nova qualidade de vida, ouvindo e falando na linguagem do coração, tornando-nos instrumentos de Deus.

"Nunca precisamos tanto como agora do 'caminho certo' e a descoberta deste caminho é obra pessoal de cada um; mas exigirá o alicerce do amor e da sabedoria".

"Quanto mais unidos e integrados estivermos e mais eficientes forem os resultados do apadrinhamento, melhores condições teremos de atingir o nosso verdadeiro objetivo, um novo ser humano". (P. Falcão/AM)

(Vivência nº77 maio/junho 2002)

25 - APADRINHAMENTO

Como está nosso apadrinhamento? Estamos estendendo a mão amiga de AA. a todos aqueles dela necessitados? Dos recém-chegados às nossas salas quantos e recuperam? Nosso apadrinhamento é eficiente? Ou estamos perdendo tempo e energia com assuntos estranho à nossa finalidade primordial?

"Cada grupo é animado de um único propósito primordial - o de transmitir sua mensagem ao alcoólico que ainda sofre." (Quinta tradição).

Levar a mensagem ao alcoólico sofre dor é atividade de AA. É tarefa de todos. Nesta área não há departamentalização. Todos somos responsáveis pela vida daqueles que ainda estão sofrendo e que morrerão se não forem alcançados pelo nosso programa de recuperação.

Além disso, trabalhar com outro alcoólico é a maneira mais segura de manter nossa própria sobriedade. "A experiência prática nos mostra que não há nada melhor, para assegurar nossa imunidade contra a bebida, do que o trabalho intensivo com outros alcoólatras. Quando outra atividade fracassam, esta funciona. É esta nossa décima segunda sugestão: Leve esta mensagem a outros alcoólicos! Você poderá ajudar, quando ninguém puder fazê-lo! Você conseguirá a confiança dele, quando outros fracassam, lembre-se de que são muitos doentes." (Alcoólicos Anônimos, p.99.)

O trabalho do Décimo Segundo Passo não esgota na abordagem, é preciso criar condições para que o recém-chegado permaneça conosco e se recupere.

Quase todos alcoólicos é sensível, cismado, desconfiado, já sofreu muito, já entrou em muitas frias, suportou rejeições, castigos, admoestação. Não vem ao AA. para ser julgado mas para ser compreendido. Não importa quanto tenha descido na escala social, moral ou espiritual. É um ser humano e merece ser tratado com dignidade e respeito.

Nada mais cativante para o recém-chegado que o respeito, o ambiente de camaradagem, a compreensão, a amizade sincera. Nada mais repugnante que a crítica, o ar professoral, a insinceridade, o elogio de boca-pra-fora, logo percebido, pois o alcoólico trouxa está por nascer.

"Para um novo e provável membro, descrever em linhas gerais o programa de ação, explicando como você fez uma auto-análise, como colocou em ordem seu passado e por que está agora tentando ajudá-lo. É importante que ele perceba que o esforço que você faz para lhe transmitir isso é de vital importância para sua própria recuperação. Na verdade, ele pode estar ajudando-o mais do que você a ele. Explique-lhe claramente que ele não tem nenhuma obrigação para com você" (Na Opinião do Bill, ementa 275).

Nossa sobriedade aumenta quando a partilhamos com ou trem.

O correto apadrinhamento é a melhor forma de partilhar nossa sobriedade, que paradoxalmente, quanto mais damos mais temos.

Vivência nº 17 – 1991

Textos usados na reunião de literatura

26 - AMOR SEM LAÇOS

A experiência prática nos mostra que não há nada melhor para assegurar nossa imunidade contra a bebida, do que o trabalho intensivo com outros alcoólicos.

Alcoólicos anônimos, pg 103

No apadrinhamento tive duas surpresas. Primeira, que meus afilhados se preocupavam comigo. O que pensava que era gratidão, parecia mais amor. Eles queriam me ver feliz, crescer e permanecer sóbrio. O fato de saber como eles se sentiam me manteve longe da bebida por mais de uma vez. Segunda, descobri que eu era capaz de amar alguém responsabilmente, com respeito e com uma preocupação genuína pelo crescimento dessa pessoa. Antes disto, eu pensava que minha capacidade de cuidar sinceramente do bem estar dos outros tinha-se atrofiado por falta de uso. Aprender que posso amar, sem cobiça ou ansiedade, foi uma das maiores dádivas que o programa me deu. Gratidão por este presente me manteve sóbrio muitas vezes.

27 - UTILIZAR-SE DA "TERAPIA DO TELEFONE"

A princípio a idéia de discar para alguém que mal conhecíamos parecia estranha, e muitos de nós nos mostrávamos relutantes. Mas os membros de A.A. que tinham mais tempo de abstenção, continuavam a insistir nela. Diziam compreender porque hesitávamos, uma vez que já haviam passado por isso. Todavia asseguravam eles, tente pelo menos uma vez. Assim, afinal, milhares e milhares de nós o fizemos. Para nosso alívio, a experiência foi tranquila e agradável. Melhor do que tudo, funcionou.

Os observadores de alcoólicos em recuperação constataram a ampla rede de encontros informais existente entre os membros de A.A., mesmo fora das reuniões de grupos ou quando ninguém está pensando ou falando em bebida. Verificamos que é possível desfrutar de vida social fazendo juntos coisas que amigos fazem - ouvir música, bater papo, ir ao teatro ou cinema, comer juntos, acampar e pescar ou simplesmente aparecer, escrever, telefonar - tudo sem necessidade de uma bebida sequer.

O "recurso do telefone" funciona mesmo quando não conhecemos nenhum indivíduo para chamar. Se A.A. constar da lista telefônica, basta discar um número e entrar instantaneamente em contato com alguém profundamente compreensivo. Pode ser uma pessoa que jamais encontramos, porém, a mesma empatia genuína está presente.

Em São Paulo, o telefone 3315-9333 está de plantão 24 horas.

28 - VALER-SE DE UM PADRINHO

Nos primeiros tempos, o termo "padrinho" não constava no jargão de A.A. Depois, alguns hospitais em Akron, Ohio, começaram a aceitar alcoólicos (sob esse diagnóstico) como pacientes, se um AA sóbrio concordasse em "apadrinhar" o homem ou mulher doente. O padrinho levava o paciente ao hospital, visitava-o regularmente, comparecia quando tinha alta, levava-o para casa e depois para uma reunião de A.A. Na reunião, o padrinho apresentava o novato aos felizes alcoólicos sóbrios. Durante os primeiros meses de recuperação, o padrinho mantinha-se atento, pronto a responder às perguntas ou a ouvir quando necessário.

O apadrinhamento mostrou-se uma forma tão boa de ajudar as pessoas a se integrarem em A.A., que se tornou um costume no mundo inteiro, mesmo quando a hospitalização não se faz necessária.

Se você tem um padrinho, algumas das sugestões seguintes podem ajudar. Lembre-se que elas se baseiam nas experiências de milhares de membros de A.A. durante muitos e muitos anos.

a) É geralmente melhor que os homens apadrinhem os homens, e as mulheres amadrinhem as mulheres. Isso ajuda a evitar que se inicie um romance - fato que pode desgraçadamente complicar, se não destruir, o relacionamento padrinho-afilhado. Por tentativa e erro, descobrimos que sexo e apadrinhamento não combinam.

b) Gostemos ou não do que nosso padrinho sugere (e os padrinhos só podem sugerir, nunca obriga ninguém a fazer nada ou de farto impedir qualquer ação), o certo é que ele está sóbrio há mais tempo, sabe das armadilhas a evitar e é possível que tenha razão.

c) Um padrinho AA não é um assistente social ou conselheiro de qualquer tipo. Um padrinho não é alguém de quem se obtém dinheiro emprestado, nem roupa, nem emprego, nem comida. Um padrinho não é um especialista em medicina nem está qualificado para oferecer orientação religiosa, jurídica, doméstica ou psiquiátrica, embora um bom padrinho esteja, em geral, disposto a discutir tais assuntos

confidencialmente e muitas vezes possa indicar onde obter a necessária e apropriada assistência profissional.

Um padrinho é simplesmente um alcoólico sóbrio que pode ajudar a resolver um único problema: como ficar sóbrio. E tem apenas uma ferramenta para usar - a experiência pessoal, e não conhecimento científico.

Os padrinhos já estiveram nessa situação e, com frequência tem mais interesse e compaixão por nós, mais esperança e confiança em nós do que nós mesmos. Acumularam, é certo, mais experiência. Lembrando-se de sua própria condição, estendem a mão para ajudar, não para humilhar.

Diz-se que os alcoólicos talvez sejam pessoas que não deviam guardar segredos sobre si mesmos, especialmente culpas. Manter-nos abertos sobre nós mesmos ajuda a evitar isso e pode ser um antídoto para qualquer tendência à excessiva autopreocupação e inibição. Um bom é alguém em quem podemos confiar, uma pessoa com quem podemos desabafar.

d) É agradável quando o padrinho possui o mesmo temperamento, compartilhando de formação e interesses, além da sobriedade. Mas não é necessário. Em muitos casos, o melhor padrinho é alguém completamente diferente. As junções mais dispares entre padrinho e afilhado, às vezes, são as que melhor funcionam.

e) É provável que os padrinhos, como quaisquer pessoas, tenham suas obrigações de família e emprego. Embora um padrinho, em certas ocasiões, deixe o trabalho ou a família para ajudar um novato às voltas com um aperto, haverá momentos em que não estará acessível. Eis uma oportunidade para que muitos de nós utilizemos nossas remanescentes faculdades mentais, a fim de conseguirmos um substituto para um padrinho. Se realmente desejamos ajuda, não vamos permitir que a doença ou a ausência momentânea de um padrinho, por qualquer motivo, nos impeça de obtê-la. Tentemos achar uma reunião de A.A. próxima. Podemos ler a literatura de A.A. ou alguma coisa que julgamos proveitosa. Podemos telefonar para outros alcoólicos em recuperação que já encontramos, ainda que não o conheçamos muito bem. E podemos telefonar para o escritório de A.A. mais próximo. Mesmo que a única pessoa que encontremos seja alguém que não tenhamos conhecido antes, estejamos certos de que haverá interesse autêntico e desejo de ajudar em qualquer membro de A.A. que procuremos. Quando realmente falamos com franqueza sobre nossa aflição, a verdadeira empatia não falha. Às vezes, recebemos o encorajamento que realmente necessitamos de alcoólicos em recuperação dos quais não gostamos muito. Mesmo se esse sentimento é recíproco, quando um de nós tenta permanecer sóbrio, pede a qualquer alcoólico em recuperação que o ajude a não beber, todas as diferenças, superficiais e insignificantes, se dissolvem.

f) Algumas pessoas acham que é bom ter mais de um padrinho, de modo que pelo menos um possa estar sempre disponível. Esse plano tem uma vantagem adicional, mas também acarreta um pequeno risco. A vantagem é que três ou mais padrinhos oferecem uma faixa mais ampla de experiência e conhecimento do que uma única pessoa. O risco de ter vários padrinhos em vez de um só está numa tendência que cultivamos quando bebíamos. A fim de os proteger e manter nossa bebedeira a salvo de crítica, com frequência contávamos histórias diversas a diferentes pessoas, de modo que os que nos rodeavam praticamente toleravam, quando não encorajavam nossas bebedeiras. É possível que não tivéssemos consciência dessa

tendência, não havendo normalmente qualquer má intenção nisso. Mas, na realidade, ela fazia parte da nossa personalidade de bêbados. Desse modo, alguns de nós, com dois padrinhos, surpreendermo-nos a tentar colocar um contra o outro, dizendo coisas totalmente diferentes ao primeiro e ao segundo. Isso nem sempre dá certo, pois não é fácil enganá-los. Eles percebem com bastante rapidez os truques de quem está querendo beber, tendo eles mesmos usado quase todos esses estratagemas. Mas, as vezes, nós podemos persistir até que um padrinho diga algo diretamente oposto ao que o outro já disse. Pode ser que arranquemos de alguém o que queremos ouvir, não o que precisamos. Ou, que demos às suas palavras uma interpretação que atenda nossos desejos. Tal comportamento parece mais um reflexo de nossa doença do que busca de ajuda para melhorar. Nós, os novatos, somos os prejudicados quando isso acontece. De modo que, se dispomos de uma equipe de padrinhos, é boa idéia nos mantermos prevenidos, alertas a qualquer sinal de incorreremos nesse tipo de esperteza, em vez de seguir avante em nosso processo de recuperação.

g) Sendo eles próprios alcoólicos em recuperação, os padrinhos são, naturalmente, dotados de virtudes peculiares e fraquezas próprias. O padrinho (ou qualquer outro ser humano) perfeito, que nós saibamos, ainda está para nascer. É um caso raro, mas é possível que sejamos mal-orientados ou levados a errar devido a inadvertência de um padrinho. Como comprovamos todos nós, por termos incorrido em erro, mesmo com a melhor das intenções os padrinhos também podem falhar. Você, com certeza, pode adivinhar qual será a próxima sentença... O comportamento infeliz de um padrinho não serve como a melhor desculpa para voltar a beber. A mão que vira o copo ainda é a sua própria. Em vez de censurar o padrinho, encontramos pelo menos umas 30 maneiras de evitar um gole. Que vem relacionadas neste livro (Viver Sóbrio).

h) Você não tem nenhuma obrigação de recompensar seu padrinho, em espécie alguma, por tê-lo ajudado. Ele ou ela o faz porque ajudar os outros os auxilia a manter a própria sobriedade. Você está livre para aceitar ou recusar a ajuda. Se aceitar, não tem débito a pagar. Os padrinhos são bondosos - e duros - não para receber recompensa e nem por gostar de praticar boas obras. Um bom padrinho recebe tanto apoio quanto a pessoa apadrinhada. Uma verdade que você vai constatar na primeira vez em que apadrinhar alguém. Algum dia você vai querer transmitir essa ajuda a alguém. Então, estará sendo agradecido.

i) Você não tem nenhuma obrigação de recompensar o novato por sua conta quanto necessário. Pode deixá-lo cometer seus próprios erros; pode vê-lo recusar recomendações sem se sentir ofendido ou desprezado. Um padrinho inteligente tenta por todos os meios, impedir que a vaidade e os ressentimentos interfiram no seu trabalho. Os melhores padrinhos ficam realmente encantados quando o novato é capaz de ultrapassar a fase de apadrinhamento. Não que precisemos seguir também sozinhos. Mas, quando chega o tempo, mesmo a avezinha deve usar as próprias asas e iniciar sua própria vida. Feliz revoadada!

