



BOA VONTADE

“Reflexões”

HONESTIDADE RIGOROSA

Quem se dispõe a ser rigorosamente honesto e tolerante?

Quem se dispõe a confessar suas falhas a outra pessoa e a fazer reparações pelos danos causados? Quem se interessa, ao mínimo, por um Poder Superior, e ainda pela meditação e a oração? Quem se dispõe a sacrificar seu tempo e sua energia tentando levar a mensagem de A. A. ao próximo? Não, o alcoólico típico, egoísta ao extremo, pouco se interessa por estas medidas, a não ser que tenha de tomá-las para sobreviver.

Eu sou um alcoólico. Se eu beber eu morrerei. Me Deus, que poder, energia e emoção esta simples declaração gera em mim! Mas, verdadeiramente, é tudo que preciso saber por hoje. Estou disposto a ficar vivo hoje? Estou disposto a ficar sóbrio hoje? Estou disposto a pedir ajuda e estou disposto a ajudar outro alcoólico

que ainda sofre hoje? Descobri a natureza fatal de minha situação? O que devo fazer, hoje, para permanecer sóbrio?

SALVO POR RENDER-SE

É uma característica do chamado alcoólico típico ser egocêntrico e narcisista, ser dominado por sentimentos de onipotência e ter intenção de manter a todo custo sua integridade interior... Interiormente o alcoólico não aceita ser controlado pelo homem ou por Deus. Ele, o alcoólico, é e precisa ser – o dono de seu destino. Lutará até o fim para preservar essa posição. O grande mistério é: Por que alguns de nós morrem de alcoolismo, lutando para preservar a independência de nosso ego, enquanto outros conseguem ficar sóbrios em A. A. aparentemente sem esforços? A ajuda de um Poder Superior, a dádiva da sobriedade, aconteceu para mim quando um inexplicável desejo de parar de beber coincidiu com minha disposição de aceitar as sugestões dos homens e mulheres de A. A. Precisei render-me, pois somente alcançando Deus e meus companheiros eu poderia ser salvo.

LIMPANDO O JARDIM

A essência de todo crescimento é uma disposição de mudar para melhor e uma disposição incansável de aceitar qualquer responsabilidade que implique essa mudança.

Quando alcancei o Terceiro Passo, eu já estava livre de minha dependência do álcool, mas amargas experiências me mostraram que a sobriedade contínua requer um esforço contínuo. De vez em quando dou uma pausa para dar uma olhada no meu progresso. Mais e mais o meu jardim fica limpo cada vez que olho, porém, toda vez também encontro novas erva daninhas crescendo rapidamente, onde eu pensava já ter finalmente cortado com lâmina. Quando volto para tirar as ervas novas que cresceram (é mais fácil quando elas ainda são jovens), para um momento para admirar como é vigoroso o crescimento dos vegetais e das flores, e meu trabalho é recompensado. Minhas sobriedade cresce e produz frutos.

A CHAVE E A BOA VONTADE

Uma vez que introduzimos a chave da boa vontade na fechadura e entreabrimos a porta descobrimos que sempre se pode abrir um pouco mais.

A boa vontade para entregar o meu orgulho e minha obstinação a um Poder Superior a mim mesmo, provou ser o único ingrediente necessário para resolver meus problemas hoje. Até mesmo pequenas doses de boa vontade, se sincera, é suficiente para permitir que Deus entre e tome o controle sobre qualquer problema, dor ou obsessão. Meu nível de bem-estar está em relação direta com o grau de boa vontade que tenho num determinado momento para abandonar minha vontade própria e permitir que a vontade de Deus se manifeste em minha vida. Com a chave da boa vontade, minhas preocupações e medos são poderosamente transformados em serenidade.

A VERDADEIRA INDEPENDÊNCIA

Quanto mais nos dispomos a depender de um Poder Superior, mais independentes nos tornamos. Começo a confiar em Deus com uma vontade pequena e Ele faz com que essa vontade cresça. Quanto mais boa vontade tenho, mais confiança ganho, e quanto mais crença ganho, mais boa vontade tenho. Minha dependência de Deus cresce na proporção em que cresce a minha crença Nele. Antes de tornar-me disposto, dependia de mim mesmo para todas as minhas necessidades e estava restrito pela minha imperfeição. Pela minha boa vontade de depender do meu Poder Superior, a quem chamo de Deus, todas as minhas necessidades são satisfeitas por Aquele que me conhece melhor que eu mesmo; até mesmo aquelas necessidades que posso não perceber, bem como as que ainda não vieram. Somente Aquele que me conhece tão bem, pode levar-me a ser eu mesmo e me ajudar a preencher a necessidade de alguém que somente eu posso preencher. Nunca haverá alguém exatamente como eu. E isto é a verdadeira independência.

LIBERDADE DO “REI ÁLCOOL”

... não vamos supor nem mesmo por um instante, que não estamos sob coação. Na verdade, estamos sob uma enorme sujeição... Nosso antigo tirano, o “Rei Álcool”, está sempre pronto para nos agarrar. Portanto, a libertação do álcool é o grande “dever” que tem que ser alcançado: caso contrário, chegaremos à loucura ou à morte.

Quando bebia eu vivia preso espiritualmente, emocionalmente e às vezes fisicamente. Tinha construído minha prisão com barras de teimosia e indulgência, das quais não podia escapar. Ocasionalmente passava por períodos secos que

pareciam prometer liberdade, mas que se tornavam apenas esperanças de um indulto. A verdadeira fuga requer uma disposição para seguir as ações corretas para abrir a fechadura. Com disposição e ação tanto as barras como a fechadura abrem-se por si mesmas para mim. Boa vontade e ação contínua me mantêm livre - numa espécie de liberdade condicional diária – que nunca termina.

CRESCENDO

A essência de todo crescimento é uma disposição de mudar para melhor e uma disposição incansável de aceitar qualquer responsabilidade que essa mudança implique.

Algumas vezes quando me torno disposto a fazer o que deveria fazer o tempo todo, desejo louvor e reconhecimento. Não percebo que quanto mais estiver disposto a agir de uma maneira diferente, mais excitante é a minha vida. Quando mais estou disposto a ajudar os outros, mais recompensa recebo. Isto é o que a prática dos princípios significa para mim. Alegria e benefícios para mim estão na disposição de fazer as ações, não em obter resultados imediatos. Sendo um pouco mais amável, um pouco menos agressivo e um pouco mais amoroso, faz com que minha vida seja melhor – dia a dia.

CAMINHANDO PELO MEDO

Se ainda nos apegamos a algo que não queremos soltar, pedimos a Deus que nos ajude a ter a vontade.

Quando fiz o meu quinto Passo, tornei-me consciente de que todos os meus defeitos de caráter se originavam da minha necessidade de me sentir seguro e amado. Usar somente a minha vontade para trabalhar com meus defeitos e resolver o meu problema eu já havia tentado obsessivamente. No Sexto Passo aumentei a ação que tomei nos três primeiros Passos – meditando no Passo, dizendo-o várias vezes, indo às reuniões, seguindo às sugestões de meu padrinho, lendo e procurando dentro de mim mesmo. Durante os três primeiros anos de sobriedade tinha medo de entrar num elevador sozinho. Um dia decidi que tinha de enfrentar este medo. Pedi ajuda a Deus, entrei no elevador e ali no canto estava uma senhora chorando. Ela disse que desde que seu marido havia morrido ela tinha um medo mortal de elevadores. Esqueci meu medo e a confortei. Esta experiência espiritual ajudou-me a ver como a boa vontade era a

chave para trabalhar o resto dos Doze Passos para a recuperação. Deus ajuda aqueles que se ajudam.

NUMA ASA E NUMA ORAÇÃO

... olhamos então para o sexto Passo. Frisamos que a boa vontade é indispensável.

O Quarto e Quinto Passos são difíceis, mas de grande valor. Agora estava parado no Sexto Passo e, em desespero, peguei o Livro Grande e li esta passagem. Estava fora, rezando por vontade própria, quando levantei meus olhos e vi um grande pássaro subindo para o céu. Eu o observei subitamente entregar-se às poderosas correntes de ar das montanhas. Levado pelo vento, mergulhando e elevando-se, o pássaro fez coisas aparentemente impossíveis. Foi um exemplo inspirador de uma criatura “soltando-se” para um poder maior que ela própria. Percebi que se o pássaro “retomasse seus controles” e tentasse voar com menos confiança, apenas com sua força, poderia estragar o seu aparente vôo livre. Esta preparação me deu disposição para rezar a Oração do Sétimo Passo.

Nem sempre é fácil conhecer a vontade de Deus. Devo procurar e estar pronto para aproveitar as correntes de ar, pois é aí que a oração e a meditação ajudam. Porque por mim mesmo eu não sou nada, peço a Deus que me conceda o conhecimento de Sua vontade, força e coragem para transmiti-la hoje.

LIBERTANDO-NOS DE NOSSOS VELHOS EGOS

Lendo cuidadosamente as primeiras cinco proposições, perguntamo-nos se omitimos alguma coisa, pois estamos construindo um arco pelo qual passaremos finalmente como homens livres...

Estamos agora prontos para que Deus retire de nós todas as coisas que já admitimos serem censuráveis?

O Sexto Passo é o último de “preparação”. Embora já tenha usado a oração extensivamente, ainda não fiz nenhum pedido formal ao meu Poder Superior nos primeiros Seis Passos. Identifiquei meu problema, vim a acreditar que havia uma solução, tomei a decisão de procurar esta solução, e “limpei a casa”. Agora me pergunto: estou disposto a viver uma vida de sobriedade, de mudanças, de me libertar do meu velho ego? Preciso determinar se estou realmente pronto para mudar. Revejo o que tenho feito e estou disposto a que Deus remova todos os

meus defeitos de caráter: para que, no próximo Passo, eu diga ao meu Criador que estou disposto e peça ajuda. “Se ainda nos apegarmos a algo que não queremos soltar, peçamos a Deus que nos dê a vontade de fazê-lo.

INTEIRAMENTE PRONTO?

“Este é o Passo que separa os adultos dos adolescentes...” ... a diferença entre “os adultos e os adolescentes” é igual à que existe entre a luta por um objetivo qualquer de nossa escolha e a meta perfeita que é Deus... Sugere-se que devemos estar inteiramente dispostos a procurar a perfeição... No momento em que dizemos: “não, nunca”, nossa mente se fecha para a graça de Deus. ... Este é o ponto exato em que teremos de abandonar nossos objetivos limitados e avançar em direção à vontade de Deus para conosco.

Estou inteiramente pronto a deixar que Deus remova estes defeitos de caráter? Reconheço que não tenho condições de salvar a mim mesmo? Vim a crer que não posso. Se sou incapaz, se minhas melhores intenções dão errado, se meus desejos têm uma motivação egoísta e se meu conhecimento e minha vontade são limitados – então estou pronto a admitir a vontade de Deus em minha vida.

TUDO QUE FAZEMOS É TENTAR

Será que Ele pode levá-las embora, todas elas?

Ao fazer o Sexto Passo, lembrei que estou lutando por alcançar um “progresso espiritual”. Alguns de meus defeitos de caráter ficarão comigo pelo resto de minha vida, mas muitos foram suavizados ou eliminados. Tudo que o Sexto Passo pede de mim é que me torne disposto a nomear meus defeitos, reconhecer que são meus e estar disposto a me livrar daqueles que puder, só por hoje. Quando cresço no programa, muitos dos meus defeitos tornam-se mais censuráveis para mim que anteriormente, portanto, preciso repetir o Sexto Passo para que possa ser mais feliz comigo mesmo e manter minha sobriedade.

UMA VASSOURA LIMPA

... e, em terceiro lugar, havendo desta forma limpado o entulho do passado, consideramos de que modo, com o novo conhecimento de nós mesmos, poderemos desenvolver as melhores relações possíveis, com todas as pessoas que conhecemos.

Quando olhei para o Oitavo Passo, tudo o que foi pedido para completar com sucesso os sete passos anteriores veio junto: coragem, honestidade, sinceridade, disposição e meticulosidade. Não poderia reunir a força requerida para esta tarefa no começo, e é por isso que está escrito neste Passo: “nos dispusemos...”

Precisava desenvolver a coragem para começar, a honestidade para ver onde eu estava errado, um desejo sincero de colocar as coisas em ordem, precisava ser meticoloso ao fazer a relação e precisava ter disposição para assumir os riscos exigidos para a verdadeira humildade. Com a ajuda de meu Poder superior, para desenvolver estas virtudes, completei este Passo e continuei movendo me para adiante na minha busca de um crescimento espiritual.

EM DIREÇÃO À LIBERDADE EMOCIONAL

Em vista de que as relações deficientes com outras pessoas quase sempre foram a causa imediata de nossas mágoas, inclusive de nosso alcoolismo, nenhum campo de investigação poderia render resultados mais satisfatórios e valioso do que este.

A boa disposição é uma coisa peculiar para mim porque com o tempo, parece vir primeiro com consciência e, depois com uma sensação de desconforto, fazendo-me querer tomar alguma decisão. Quando reflito em praticar o Oitavo Passo, minha disposição de fazer reparações aos outros vem como um desejo de perdão, a outros e a mim mesmo. Senti o perdão para os outros após tornar-me cômico de minha parte nas dificuldades dos relacionamentos. Desejava sentir a paz e a serenidade descritas nas promessas. Praticando os primeiros Sete Passos, fiquei sabendo quem tinha prejudicado e que eu tinha sido meu pior inimigo. A fim de restaurar meus relacionamentos com meus semelhantes, sabia que precisava mudar. Desejava viver em harmonia comigo mesmo e com os outros, para que pudesse também ter uma vida de liberdade emocional. O começo do fim de meu isolamento – de meus companheiros e de Deus – veio quando escrevi minha relação do Oitavo Passo.

DISPOSIÇÃO PARA CRESCER

Se temos que receber outras dádivas, nosso despertar tem que continuar:

A sobriedade preenche o doloroso “buraco na alma” que meu alcoolismo criou. Muitas vezes me sinto fisicamente tão bem, que acredito que meu trabalho já foi feito. Contudo, a alegria não é apenas a ausência de dor: ela é a dádiva de um contínuo despertar espiritual. A alegria vem de um estudo ativo e progressivo, bem como da aplicação dos princípios de recuperação em minha vida diária, e de compartilhar esta experiência com os outros. Meu Poder Superior apresenta muitas oportunidades para um mais profundo despertar espiritual. Preciso somente trazer para minha recuperação a disposição de crescer. Hoje estou pronto para crescer.

ENCONTRANDO “UMA RAZÃO PARA ACREDITAR”

A disposição para crescer é a essência de todo crescimento espiritual.

Um verso de uma canção diz: “... E procuro uma razão para acreditar...”. Isto me faz lembrar que numa certa época eu não era capaz de encontrar uma razão para acreditar que minha vida estava bem. Embora minha vida tivesse sido salva por minha vinda ao A. A., três meses mais tarde fui e bebi novamente.

Alguém me disse: “Você não precisa acreditar. Será que você não está disposto a acreditar que há uma razão para sua vida, embora você possa não saber qual é ou que algumas vezes não saber a maneira correta de se comportar?” Quando estava disposto a acreditar que havia uma razão para a minha vida, então pude começar a trabalhar nos Passos. Agora, quando começo com: “eu estou disposto...”, estou usando a chave que leva à ação, à honestidade e uma abertura para um Poder Superior que se manifesta em minha vida.

ACEITAR A SI MESMO

Sabemos que o amor de Deus vela sobre nós. Enfim, sabemos que quando nos voltarmos para Ele, tudo estará bem conosco, agora e para sempre.

Rezo para estar sempre disposto a recordar que sou filho de Deus, uma alma divina numa forma humana, e que a tarefa mais urgente e básica na minha vida é aceitar, conhecer, amar e cuidar de mim mesmo. Quando me aceito, estou aceitando a vontade de Deus. Quando me conheço e me amo, estou conhecendo e amando a Deus. Quando cuido de mim, estou agindo sob a orientação de Deus. Rezo para ter disposição de abandonar minha arrogante autocrítica, e louvar a Deus humildemente aceitando-me e cuidando de mim mesmo.

(Fonte: Reflexões Diárias – paginas: 34-41-72-75-86-108-109-138-163-164-165-166-234-241-253-254-324)

BOA VONTADE

Um artigo sobre a Oração da Serenidade.

Quando ingressei em Alcoólicos Anônimos, procurei, atentamente, seguir as orientações de meu padrinho, bem como todas as sugestões dos companheiros nos Grupos. Tumultuado pelo domínio do álcool, achava que a Oração da Serenidade era mais um ritual sagrado de uma seita ou religião na qual eu acabara de entrar. Totalmente longe da realidade, fui conhecendo a Irmandade de A. A. e vi que meu pensamento era completamente diferente da realidade: a Oração da Serenidade não é um ritual e A. A. não é seita ou religião, isso ficou bem claro para mim.

Passados três anos dessa experiência, sei que o recitar da prece é a chave que abre as portas da nova vida, longe do primeiro gole, a cada momento do dia, diante de dificuldades e no início ou no fim das reuniões. É de grande valia para meu programa de recuperação, como também é o mais nobre canal de comunicação que encontrei para contatar com meu Poder Superior, que na minha concepção é Deus, reforçando em mim a força espiritual que o programa de A. A. me traz.

É com muita fé e esperança que eu peço ao Senhor do Universo a serenidade, a saúde, a sanidade e a aceitação, as quais são pilares fundamentais para manter-me sóbrio. Isso eu venho conseguindo a cada vinte e quatro horas.

Ainda não consegui a “coragem” para efetuar todas as mudanças que gostaria de fazer no meu programa de vida, mas todo dia eu renovo o pedido ao Poder Superior para me conceder esse dom. Sei que as mudanças não podem ser do dia para a noite, mas só em poder dizer que tive a coragem de ficar longe do primeiro gole, já tenho motivo suficiente para agradecer a Deus. A sabedoria aliada ao conhecimento faz de mim um ser capaz. Graças a Deus venho conseguindo essa capacidade de distinguir aquilo que eu posso e o que eu não posso modificar, aquilo que eu devo e o que não devo fazer. Isso é o que aumenta minha boa vontade de continuar sóbrio.

(Fonte: Revista Vivência – 50 – Nov./Dez. 2007 – José P. – Teresina/PI)

A CHAVE DA BOA VONTADE

“A fechadura deve ser mergulhada no mais puro amor e colocada no lado esquerdo do peito.”

Chaves!

Elas existem há vários séculos, de diversos formatos e de vários tamanhos.

Elas têm duas funções básicas que são: - aprisionar ou libertar.

O interruptor é uma chave que me liberta da escuridão, que me alivia o calor...

Já o cartão telefônico é uma chave que me possibilita conversar com outra pessoa a longa distância.

Esta conversa pode ser libertadora ou aprisionadora; medíocre, fofqueira, injuriosa, que além de mesquinha e infrutífera me aprisionará, me trará sérios problemas impossibilitando-me de enxergar as coisas como elas realmente são.

Na verdade, chave é tudo aquilo que facilita, que viabiliza, que torna fácil o acesso tanto para o bem quanto para o mal.

O álcool é uma chave para a descontração; facilita a aproximação de homens e mulheres, desinibe, mas também é a chave da grande maioria dos acidentes.

É ele quem impulsiona muitas pessoas para a criminalidade e formula atrocidades nas mentes onde habita.

Em suma, o álcool é uma chave que tranca mais que liberta e muitas vezes usando de sagacidade ele liberta hoje para encarcerar amanhã.

Quantos avolumaram seu molho com essa chave, líquida e estão literalmente aprisionados nas penitenciárias e nos manicômios?

Só resolvi abandonar a bebida depois que já estava de posse da chave abstrata da vontade e percebi a necessidade de adquirir a chave do bom senso, pois seria muita tolice, muita ingenuidade de minha parte achar que me livraria do meu algoz sem passar por momentos tempestuosos.

Destrançar os bares onde eu havia aprisionado meu espírito e minha mente, não seria tarefa fácil!

Depois, as chaves da força, da determinação e a dos sonhos tornaram-se minhas aliadas.

Os sonhos, que antes não passavam de ilusões, de fraco desejo, hoje, graças a essas chaves imateriais, a Deus e ao A. A., tenho me mantido sóbrio e conseguido realizar alguns sonhos que foram trancados na masmorra do álcool.

Essas chaves poderosas trouxeram-me até aqui, mas há uma outra que pode facilitar minha caminhada daqui para frente. Essa última possui elementos poderosíssimos em sua liga: é a chave da boa vontade.

Assim como a cobra coral, a boa vontade também possui uma sócia tão parecida que não é fácil distinguir a falsa da verdadeira.

A autêntica coral possui veneno poderosíssimo, capaz de matar em poucos instantes. A genuína boa vontade também, quando penetra na corrente sanguínea, quando passa a fazer parte do DNA da alma proporciona fé, resignação, comprometimento, paciência e compreensão. A falsa boa vontade, que nada mais é que “obrigação”, tem ajudado as pessoas a seguirem em frente, mas de forma pesada, arrastada, lamuriosa.

Obrigatoriedade é um remédio excessivamente apimentado, ajuda, mas queima muito.

Já a boa vontade é açucarada, leve e prazerosa.

Hoje tenho certeza que as soluções para os meus problemas já existem! Só tenho que saber procurá-las e quanto à chave da boa vontade... estou tentando, mas já entendi que ela é real e que para conquistá-la é necessário que eu construa a fechadura perfeita, fechadura esta que depois de pronta deve ser mergulhada no mais puro amor e colocada no lado esquerdo do peito. Quando a fechadura estiver pronta, a chave da boa vontade aparecerá.

(Fonte: Revista Vivência – 113 – Mai./Jun. 2008 – Marco Antônio – Niterói/RJ)

BOA VONTADE

“Na Opinião do Bill”

PODEMOS ESCOLHER?

Não devemos nunca nos deixar cegar pela filosofia fútil de que somos vítimas de nossa hereditariedade, de nossa experiência de vida e de nosso meio ambiente – de que essas são as únicas forças que tomam as decisões por nós. Esse não é o caminho para a liberdade. Temos que acreditar que podemos realmente escolher. “Como alcoólicos ativos, perdemos a capacidade de escolher se beberíamos ou não. Éramos vítimas de uma compulsão que parecia determinar que deveríamos prosseguir em nossa própria destruição.”

“No entanto, finalmente, fizemos escolhas que nos levaram à recuperação. Viemos a acreditar que nós éramos impotentes perante o álcool. Isso foi certamente uma escolha, aliás, muito difícil. Viemos a acreditar que um Poder Superior poderia nos devolver a sanidade, quando nos dispusemos a praticar os Doze Passos de A. A.”. Em resumo, preferimos ‘estar dispostos’, e essa foi a melhor escolha que poderíamos ter feito.”

FORÇA DE VONTADE E ESCOLHA

“Nós, AAs, sabemos que é inútil tentar destruir a obsessão de beber só pela força de vontade. Entretanto, sabemos que é preciso uma grande vontade para adotar os Doze Passos de A. A. como um modo de vida que pode nos devolver a sanidade.

Qualquer que seja a gravidade da obsessão pelo álcool, felizmente descobrimos que ainda podem ser feitas outras escolhas vitais. Por exemplo, podemos admitir que somos impotentes pessoalmente perante o álcool; que a dependência de um ‘Poder Superior’ é uma necessidade, mesmo que esta seja simplesmente uma dependência de um grupo de A. A. Então podemos preferir tentar uma vida de honestidade e humildade, fazendo um serviço desinteressado para nossos companheiros e para ‘Deus como nós O concebemos’.

Conforme continuamos fazendo essas escolhas e assim indo em busca dessas altas aspirações, nossa sanidade volta e desaparece a compulsão para beber.”

A HUMILDADE “PERFEITA”

Eu, por minha parte, tento encontrar a definição mais verdadeira de humildade que puder. Ela não será a definição perfeita porque eu serei sempre imperfeito.

Nesse artigo, escolheria a definição seguinte: “A humildade absoluta consistiria num estado de completa libertação de mim mesmo, na libertação de todas as exigências que meus defeitos de caráter lançam tão pesadamente sobre mim agora. A humildade perfeita seria a total boa vontade de, em todos os momentos e lugares, reconhecer e fazer a vontade de Deus”.

Quando penso nessa visão, não preciso ficar desanimado porque nunca atingirei, nem preciso me encher da presunção de que algum dia alcançarei todas essas virtudes.

Preciso apenas contemplar essa visão, deixando-a crescer e encher meu coração. Isto feito, posso compará-la ao meu último inventário pessoal. Tenho então uma saudável idéia de onde me encontro no caminho para a humildade. Vejo que minha caminhada em direção a Deus apenas começou.

Ao reduzir-me ao meu verdadeiro tamanho, minhas preocupações comigo mesmo e o sentimento de minha própria importância fazem-me rir.

LIBERDADE ATRAVÉS DA ACEITAÇÃO

Admitimos que não podíamos vencer o álcool com os recursos que ainda nos restavam, e assim aceitamos o fato de que só a dependência de um Poder Superior (mesmo que fosse apenas nosso Grupo de A. A.) poderia resolver esse problema até aqui insolúvel. No momento em que fomos capazes de aceitar inteiramente esses fatos, iniciou-se nossa libertação da compulsão alcoólica.

Para a maioria de nós foi preciso grande esforço para aceitar esses dois fatos. Tivemos que abandonar nossa querida filosofia de auto suficiência. Não o conseguíamos apenas com a força de vontade.; isso aconteceu como resultado do desenvolvimento da boa vontade para aceitar esses novos fatos da vida.

Não fugimos nem lutamos, mas aceitamos. E então começamos a ser livres.

ESSÊNCIA DO CRESCIMENTO

Que nunca tenhamos medo das mudanças necessárias. Certamente temos que distinguir entre mudanças para pior e mudanças para melhor. Mas já descobrimos há muito tempo que, logo que uma necessidade se torna clara para o indivíduo, para o grupo ou para A. A. como um todo, não podemos ficar parados.

A essência de todo crescimento é a disposição de mudar para melhor e uma incansável disposição para aceitar qualquer responsabilidade que essa mudança implique.

A BOA VONTADDE É A CHAVE

Independente do quanto se queira tentar, a pergunta é: como, exatamente, pode alguém entregar sua própria vontade e sua própria vida aos cuidados de qualquer Deus que acredite existir?

Basta começar, mesmo que seja um tímido começo. Uma vez que tenhamos colocado a chave da boa vontade na fechadura e tenhamos entreaberto a porta, descobrimos que podemos sempre abri-la um pouco mais.

Embora a obstinação possa fechá-la de novo, como frequentemente acontece, ela sempre voltará a se abrir quando utilizarmos a chave da boa vontade.

ALÉM DO AGNOSTICISMO

Nós, de temperamento agnóstico, descobrimos que tão logo fomos capazes de deixar de lado o preconceito e expressar pelo menos uma disposição para acreditar num Poder Superior a nós mesmos, começamos a ver os resultados,

mesmo quando ainda era impossível para qualquer um de nós definir ou compreender totalmente esse Poder, que é Deus.

“Muitas pessoas me asseguram, com toda a seriedade, que o homem não tem lugar melhor no universo do que qualquer outro organismo competindo por sua sobrevivência apenas para morrer no fim. Ouvindo isso, sinto que ainda prefiro me apegar à chamada ilusão da religião, que em minha própria experiência, e de um modo muito significativo, revelou-me algo muito diferente!”

BENEFÍCIOS E MISTÉRIOS

“A preocupação de A. A. com a sobriedade é às vezes mal interpretada. Para alguns, essa simples virtude parece ser o único benefício da nossa Irmandade. Pensam que somos bêbados recuperados e que, em outros aspectos, pouco ou nada melhoramos. Essa suposição está muito longe da verdade. Sabemos que uma sobriedade permanente pode ser alcançada apenas por uma revolucionária mudança na vida e perspectiva do indivíduo – por um despertar espiritual que pode eliminar o desejo de beber.”

“Você está se preocupando, como muitos de nós devem estar: ‘Quem sou eu?’ ‘Onde estou?’ ‘Para onde vou?’ O processo de esclarecimento é geralmente lento. Mas, no fim, nossa busca sempre traz uma descoberta. Esses grandes mistérios, afinal, estão envoltos em total simplicidade. A disposição de desenvolver-se é a essência de todo o crescimento espiritual.”

ALCANÇANDO A HUMILDADE

Percebemos que não precisávamos sempre apanhar e levar cacetadas para ter humildade. Ela poderia ser alcançada seja se a procurássemos voluntariamente, seja pelo constante sofrimento. Em primeiro lugar, procuramos obter um pouco de humildade, sabendo que morreremos de alcoolismo se não o fizermos. Depois de algum tempo, embora ainda possamos nos revoltar, até certo ponto, começamos a praticar a humildade, porque essa é a coisa certa a se fazer. “Chega então o dia em que, finalmente livres da revolta, praticamos a humildade, porque no fundo a queremos como um modo de vida.”

DISPOSTOS A ACREDITAR

“Não permita que qualquer preconceito contra termos espirituais possa impedi-lo de se perguntar, o que eles poderiam significar para você. No começo, era disso que precisávamos, para dar início a um crescimento espiritual, ‘para estabelecer nossa primeira relação consciente com Deus como nós O concebíamos’. Mais adiante passamos a aceitar muitas coisas que nos pareciam inteiramente fora de alcance. Isso era crescimento, mas para crescer tínhamos que começar de algum modo. Assim, no princípio, usamos nossas próprias concepções de Deus, ainda que limitadas.

“Precisávamos nos fazer apenas uma simples pergunta: ‘Acredito, ou estou mesmo disposto a acreditar que existe um Poder Superior a mim?’ Assim que o indivíduo possa dizer que acredita, ainda que seja em pequeno grau, ou que esteja disposto a acreditar, nós lhe asseguramos enfaticamente que ele está no caminho.”

HUMILDADE PARA A IRMANDADE, TAMBÉM

Nós, Aas às vezes exageramos as virtudes de nossa Irmandade. Não nos esqueçamos de que, na verdade, poucas dessas virtudes foram de fato conquistadas por nós. Para começar, fomos forçados a elas pelo cruel chicote do alcoolismo. Finalmente as adotamos, não porque o quiséssemos, mas sim porque fomos forçados a fazê-lo.

A seguir, à medida que o tempo ia confirmando a aparente correção de nossos princípios básicos, começamos a nos conformar porque essa era a coisa certa a fazer. Alguns de nós, e eu em especial, ajustamo-nos então, ainda que com alguma relutância.

Mas finalmente chegamos a um ponto onde passamos a desejar nos conformar com alegria com esses princípios que a experiência, sob a graça de Deus, nos ensinou.

O VALOR DA VONTADE HUMANA

Muitos recém-chegados, tendo experimentado uma pequena mas constante deflação, sentem uma crescente convicção de que a vontade humana não tem nenhum valor. Ficaram convencidos, às vezes com razão, de que, além do álcool, muitos outros problemas não vão se resolver apenas pela vontade do indivíduo.

Contudo, há certas coisas que o indivíduo pode fazer. Sozinho e à luz de suas próprias circunstâncias, ele precisa desenvolver a boa vontade. Ao adquirir boa

vontade, ele passa a ser a única pessoa que pode tomar a decisão de se esforçar no caminho espiritual. Tentar fazer isso é, na verdade, um ato de sua própria vontade. É usar corretamente essa faculdade. Na verdade, todos os Doze Passos de A. A. requerem um constante esforço pessoal para ficarmos de acordo com seus princípios e, assim acreditamos, com a vontade de Deus.

OS RESULTADOS DA ORAÇÃO

Quando o cético experimenta o processo da oração, deve começar a acumular resultados. Se persistir, é quase certo que encontrará mais serenidade, mais tolerância, menos medo e menos raiva. Vai adquirir uma coragem calma, sem nenhuma tensão. Poderá ver o “fracasso” e o “sucesso” como realmente são. Os problemas e calamidades começarão a representar aprendizado em vez de destruição. Vai sentir-se mais livre e mais sadio.

A ideia de que tenha se hipnotizado por auto-sugestão parecerá ridícula. Seu senso de utilidade e de propósito aumentará. Suas ansiedades começarão a diminuir. Sua saúde física talvez melhore. Coisas imprevistas e maravilhosas começarão a acontecer. Relações distorcidas com a família e com outras pessoas melhorarão surpreendentemente.

TRÊS ALTERNATIVAS

O objetivo imediato de nossa busca é a sobriedade – a libertação do álcool e de todas as suas desastrosas conseqüências. Sem esta libertação não temos nada. Paradoxalmente, não conseguimos libertar-nos da obsessão do álcool enquanto não estejamos dispostos a lidar com os defeitos de caráter que nos levaram a esta irremediável situação. Nesta busca de libertação sempre nos foram dadas três escolhas:

Uma recusa rebelde de trabalhar em nossos defeitos mais evidentes, que pode ser um passaporte quase certo para a destruição. Ou então permanecer sóbrios, talvez por algum tempo, com um mínimo de auto-aperfeiçoamento, e nos instalarmos numa confortável mas perigosa mediocridade. Ou, finalmente, empenharmo-nos constantemente em adquirir aquelas genuínas qualidades que

podem contribuir para a clareza de espírito e para a ação – uma liberdade verdadeira e duradoura sob a graça de Deus.

UMA RECÉM-ENCONTRADA PROVIDÊNCIA

Ao lidar com um possível membro que tenha inclinações agnósticas ou ateístas, é preferível usar a linguagem coloquial para descrever os princípios espirituais. Não adianta despertar qualquer preconceito que ele possa ter contra certos conceitos e termos teológicos, sobre os quais já possa estar confuso. Não levante estes assuntos, sejam quais forem as convicções que você tenha.

Todos os homens e mulheres que ingressaram e pretendem permanecer em A. A., sem perceber, já começaram a praticar o Terceiro Passo. Não é verdade que em todos os assuntos relacionados com o álcool, cada um deles decidiu entregar sua vida aos cuidados, proteção e orientação de A. A.?

Já se operou um ato de boa vontade quando eles se dispuseram a substituir a vontade e as ideias próprias sobre o problema do álcool, pelas sugeridas por A. A. Ora, se isso não é entregar a vontade e a vida a uma recém-encontrada “Providência”, o que é então?

(Fonte: Na Opinião do Bill – paginas: 4-88-106-109-115-122-137-171-211-219-226-232-321-327-328)

BOA VONTADE: - A CHAVE DO SUCESSO

Mesmo estando em recuperação há algumas 24 horas sentia que a programação de A. A. ainda não estava presente em minha vida, pois eu acordava pela manhã mesmo sem ressaca há vários anos, reclamando: - Nossa já é hora de levantar, passou tão rápido esta noite! Tenho que ir trabalhar mesmo? Era assim que começava o meu dia e no decorrer deste, batia uma monotonia, uma tristeza sem explicação. Assim eu ia levando, reclamando, me tornando sem perceber, um verdadeiro ranzinza.

Esta fase aconteceu após 3 anos em A. A., até que um “A Amigo”, certo dia me disse: - Faça o 3º Passo; entregue sua vida aos cuidados do seu Poder Superior; mude seu foco; comece a agradecer ajudando sem esperar retorno; seja grato por acordar cedo e sem ressaca, pois que precisa acordar cedo é porque esta trabalhando e se tem um trabalho terá pão em sua mesa; agradeça por estar em recuperação e que a programação está funcionando para você. Aquelas palavras mudaram meu caminho!

Recordo-me quando eu estava no sanatório e que meu maior patrimônio eram minhas sandálias havaianas.

Bastou um pouco de boa vontade para eu encontrar a chave do sucesso! Hoje acordo pela manhã e agradeço meu Poder Superior por estar em A. A., por estar sóbrio e com minha família.

Tenho um bom trabalho, voltei a estudar e sou saudável.

Agradeço a A. A. e ao Poder Superior pela minha vida, pela minha felicidade.

Hoje sim, tenho prazer no trabalho, nos meus momentos de lazer com minha família, pois amo minha esposa e retribuo a força que ela me dá em minha programação. Amo meus filhos e isso companheiros é porque entreguei minha vontade e minha vida aos cuidados de um Poder Superior como O concebo.

Só Por Hoje! Funciona. Felizes 24 Horas de Sobriedade e Serenidade.

(Fonte: Revista Vivência – 113 – Mai./Jun. 2008 – Euler/Goiânia/GO)