

Alcoólicos Anônimos em sua Comunidade

Esta é uma literatura aprovada pela Conferência de Serviços Gerais de A.A.

Como a Irmandade de A.A. trabalha em sua Comunidade para ajudar alcoólicos

Uma Declaração de Unidade

O futuro de A.A. depende do nosso bem-estar comum ser colocado em primeiro lugar a fim de manter a nossa Irmandade unida. Da unidade de A.A. dependem as nossas vidas e as vidas daqueles que virão.

Eu sou responsável...

Quando qualquer um, seja onde for, estender a mão pedindo ajuda, quero que a mão de A.A. esteja sempre ali. E por isto: eu sou responsável.

ALCOÓLICOS ANÔNIMOS® – é uma irmandade de homens e mulheres que compartilham, entre si, suas experiências, forças e esperanças, a fim de resolver seu problema comum e ajudar outros a se recuperarem do alcoolismo.

- O único requisito para ser membro é o desejo de parar de beber. Para ser membro de A. A. não há taxas ou mensalidades: somos autossuficientes, graças às nossas próprias contribuições.
- A. A. não está ligada a nenhuma seita ou religião, nenhum movimento político, nenhuma organização ou instituição; não deseja entrar em qualquer controvérsia; não apoia nem combate quaisquer causas.
- Nosso propósito primordial é mantermo-nos sóbrios e ajudarmos outros alcoólicos a alcançarem a sobriedade.

Direitos autorais © de *The A.A. Grapevine, Inc.*; reimpresso com permissão

Alcoholics Anonymous in your Community
Copyright © 1966

Translated from the English with permission of Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (A.A.W.S.).
No part of this translation may be duplicated in any form without the written permission of A.A.W.S. Inc.

Alcoólicos Anônimos em sua Comunidade
Direitos autorais © 1966
Traduzido do inglês com permissão de *Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (A.A.W.S.)*
Nenhuma parte desta tradução pode ser duplicada sob qualquer forma, sem permissão escrita de *A.A.W.S., Inc.*

Publicado na língua portuguesa, com autorização, pela JUNAAB - Junta de Serviços Gerais de Alcoólicos Anônimos do Brasil
Caixa Postal 77631 - CEP 03316-970
São Paulo/SP - Brasil
www.alcoolicosanonimos.org.br

A história de A.A. está repleta de nomes de não-alcoólicos, profissionais e leigos, que se interessaram pelo programa de recuperação de A.A.. Milhares de nós devemos nossas vidas a essas pessoas e nossa dívida de gratidão não tem limites.

Escritórios de Serviços Locais de: _____

Fone: (_____) _____

Grupo: _____

Endereço: _____

Reuniões: _____

Alcoolismo e A.A.

Alcoólicos Anônimos é uma irmandade mundial de homens e mulheres que se ajudam mutuamente a manter a sobriedade e que se oferecem para compartilhar livremente sua experiência na recuperação com outros que possam ter problemas com seu modo de beber. O programa de A.A. consiste basicamente na sugestão de “Doze Passos”, criados para a recuperação individual do alcoolismo.

Hoje a Irmandade está presente em aproximadamente 180 países. Aproximadamente dois milhões de alcoólicos alcançaram a sobriedade em A.A., mas seus membros reconhecem que seu programa nem sempre é eficaz com todos os alcoólicos e que alguns necessitam de aconselhamento e tratamento profissional.

A.A. preocupa-se unicamente com a recuperação pessoal e a contínua recuperação individual dos alcoólicos que procuram ajuda na Irmandade. O movimento não se dedica a pesquisas sobre alcoolismo ou ao tratamento médico ou psiquiátrico e não apoia quaisquer causas embora os membros de A.A. possam participar individualmente.

O movimento adotou uma política de “cooperação mas não afiliação” com outras organizações que se dedicam ao problema do alcoolismo.

Alcoólicos Anônimos é autossuficiente através de seus membros e Grupos, recusando contribuições de fontes externas. Os membros de A.A. preservam seu anonimato pessoal em nível de imprensa, filmes e transmissões de mídia.

Desde o começo, vários membros de A.A. acreditaram que o alcoolismo é uma doença progressiva-física, espiritual e emocional (ou mental). Os alcoólicos que conhecemos parecem ter perdido o poder de controlar suas doses de bebidas alcoólicas.

Como funciona A.A.?

A.A. pode ser descrito como um método de tratamento do alcoolismo, no qual os membros ajudam-se mutuamente, compartilhando entre si uma enorme gama de experiências semelhantes sobre sofrimento e recuperação do alcoolismo.

Que são os Grupos de A.A.?

A unidade básica em A.A. é o Grupo local (do bairro ou cidade) que é autônomo, salvo em assuntos que afetem outros Grupos de A.A. ou à Irmandade como um todo. Nenhum Grupo tem poder sobre os seus membros.

Estima-se que hoje existam aproximadamente 6.000 grupos no Brasil.

Os Grupos geralmente são democráticos, com “comitês de serviços” com mandato de curta duração. Dessa maneira, nenhum Grupo de A.A. tem uma liderança permanente.

Que são reuniões de A.A.?

Cada Grupo realiza reuniões regulares, nas quais os membros relatam entre si suas experiências geralmente em relação aos “DOZE PASSOS” sugeridos para a recuperação, e às “DOZE TRADIÇÕES” sugeridas para as relações dentro da Irmandade e com a comunidade de fora.

Propósito primordial e outros problemas além do álcool – Alguns profissionais referem-se ao alcoolismo e droga adição como “Abuso de substâncias” ou “dependência química” e não-alcoólicos são, portanto, algumas vezes apresentados e encorajados a participarem de reuniões de A.A. Qualquer um pode participar de reuniões abertas de A.A., mas somente aqueles que tem problemas com bebidas alcoólicas podem participar de reuniões fechadas.

Quem são os membros de A.A.?

Pessoas que acham que têm problemas com sua maneira de beber são bem-vindas para assistir a qualquer reunião de A.A. Elas tornam-se membros simplesmente ao decidir que querem sê-lo.

Membros de A.A. são homens e mulheres provenientes de todas as classes sociais, desde adolescentes até pessoas com idade avançada, de todas as raças, de todos os tipos de afiliações religiosas ou sem religião.

Onde você pode encontrar A.A.?

Vários comitês de serviços locais poderão, sempre que solicitado, fazer apresentações informativas para organizações. Palestras podem ser preparadas de acordo com a necessidade e público-alvo. Normalmente a apresentação incluirá filmes de A.A. e depoimentos de um ou mais membros de A.A. sobre o que A.A. faz e o que A.A. não faz.

Procure por “Alcoólicos Anônimos” nas listas telefônicas. Nas capitais e nas grandes cidades do Brasil, um Escritório de Serviços Locais de A.A. poderá responder suas perguntas ou colocá-lo em contato com os membros de A.A.

Se A.A. não constar na lista telefônica local, escreva para o ESG Escritório de Serviços Gerais, Caixa Postal 77631, CEP 03316-970, São Paulo-SP.

O que é o ESG – Escritório de Serviços Gerais?

Esse escritório serve como centro nacional de informações. A literatura de A.A. do Brasil é publicada e distribuída pela JUNAAB. O ESG é a secretaria da JUNAAB Junta de Serviços Gerais de A.A. do Brasil, composta por quatorze Custódios, sendo dez alcoólicos (membros de A.A.) e quatro não alcoólicos (amigos de A.A.) e diretores, coordenadores de comitês e gerente administrativo.

Nem a JUNAAB ou o ESG tem “autoridade” sobre os membros de A.A. ou Grupos. Ambos são responsáveis perante os Grupos e, anualmente apresentam um relatório à Conferência de Serviços Gerais, composta por Delegados selecionados pelos Grupos de A.A., dois em cada área do Brasil.

O que A.A. NÃO faz?

A.A. não: fornece motivação inicial para os alcoólicos se recuperarem; recruta membros; participa ou patrocina pesquisas mantêm registros de frequência ou histórico de casos de membros; filia-se a entidades sociais, acompanha ou tenta controlar os seus membros; faz diagnósticos ou prognósticos clínicos ou psicológicos; proporciona serviço de enfermagem; hospitalização, medicamentos ou qualquer tratamento médico ou psiquiátrico; oferece serviços religiosos; exerce atividades de educação sobre o álcool; fornece alojamento, alimentação, roupas, emprego, dinheiro, outro tipo de assistência social; fornece aconselhamento familiar ou profissional; aceita dinheiro pelos seus serviços ou quaisquer contribuições de fora do A.A.; fornece carta de recomendação a junta de livramento condicional, advogados, oficiais de justiça, entidades sociais, escola; empresas ou quaisquer outras organizações ou instituições.

NOTA: Um membro de A.A., individualmente pode fazer algumas dessas coisas, de forma privada e pessoal, mas não como membro de A.A. Muitos profissionais no campo do alcoolismo também são membros de A.A. Seu trabalho profissional, porém NÃO tem nada a ver com sua condição de membro de A.A.

PUBLICAÇÕES DE A.A.

Relação da literatura oficial de A.A., editada em português, pela JUNAAB de Serviços Gerais de Alcoólicos Anônimos do Brasil –, que pode ser adquirida nos Grupos e Escritórios de Serviços Locais de A.A. de sua cidade.

LIVROS

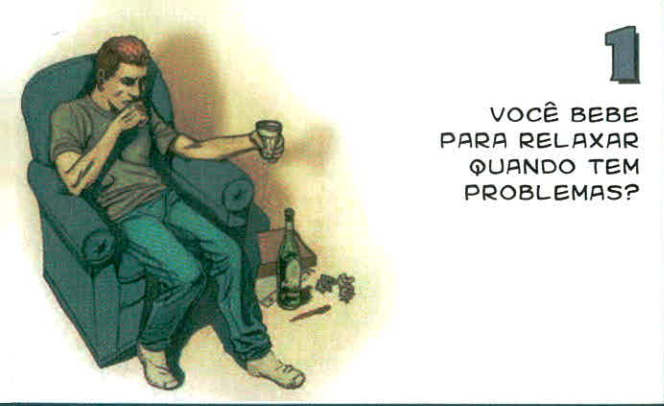
ALCOÓLICOS ANÔNIMOS
ALCOÓLICOS ANÔNIMOS - LIVRO DE BOLSO
A LINGUAGEM DO CORAÇÃO
A.A. ATINGE A MAIORIDADE
COMPARTILHANDO A SOBRIEDADE
DAS TREVAS PARA A LUZ
DESPERTAR ESPIRITUAL
DR. BOB E OS BONS VETERANOS
LEVAR ADIANTE
NA OPINIÃO DE BILL
OS DOZE PASSOS E AS DOZE TRADIÇÕES
REFLEXÕES DIÁRIAS
SOBRIEDADE EMOCIONAL
VIEMOS A ACREDITAR
VIVENDO SOBRIE

LIVRETOS E FOLHETOS

A TRADIÇÃO DE A.A. – COMO SE DESENVOLVEU POR BILL W.
A.A. COMO UM RECURSO PARA OS PROFISSIONAIS DA SAÚDE
A.A. É PARA MIM?
A.A. EM INSTITUIÇÕES DE TRATAMENTO
A.A. EM SUA COMUNIDADE
A.A. NUM RELANCE
A.A. PARA ÍNDIOS NORTE-AMERICANOS
A.A. PARA MULHER
A.A. E OS ALCOÓLICOS GAYS / LÉSBICAS
A.A. PARA O ALCOÓLICO IDOSO
AS DOZE TRADIÇÕES ILUSTRADAS
AUTOSSUFICIÊNCIA ONDE O DINHEIRO E A ESPIRITUALIDADE SE MISTURAM
CARTA AO TESOUREIRO DE UM GRUPO DE A.A.
COLCHA DE RETALHOS
PREENCHER A LACUNA
EIS O A.A.
ENTENDENDO O ANONIMATO
EXISTE UM ALCOÓLICO NO LOCAL DE TRABALHO?
FALANDO EM REUNIÕES DE NÃO A.A.
JOVENS DEMAIS
MENSAGEM A UM RECLUSO QUE PODE SER UM ALCOÓLICO
O ARTIGO DE JACK ALEXANDER SOBRE A.A.
O MELHOR DE BILL – EXTRAÍDO DO GRAPEVINE
O MEMBRO DE A.A. – MEDICAMENTOS E OUTRAS DROGAS
OS COFUNDADORES DE ALCOÓLICOS ANÔNIMOS
OS DOZE PASSOS ILUSTRADOS
OS JOVENS E A.A.
OUTROS PROBLEMAS ALÉM DO ÁLCOOL
PARA ONDE VOU DAQUI?
PERGUNTAS E RESPOSTAS SOBRE APADRINHAMENTO
PERGUNTAS FREQUENTES SOBRE A.A.
SE VOCÊ FOR UM PROFISSIONAL
SUGESTÕES PARA COORDENAR REUNIÕES DE NOVOS
TRÊS PALESTRAS ÀS SOCIEDADES MÉDICAS POR BILL W.
MEMBROS DO CLERO PERGUNTAM A RESPEITO DE A.A.
UM PEQUENO GUIA PARA A.A.
UM RECÉM-CHEGADO PERGUNTA...
UMA MENSAGEM AOS ADMINISTRADORES DE INSTITUIÇÕES
CORRECIONAIS
UMA MENSAGEM PARA ADOLESCENTES
VOCÊ DEVE PROCURAR O A.A.?
VOCÊ PENSA QUE É DIFERENTE?

LITERATURA DE SERVIÇOS

GUIAS DE ENVIADOS DA JUSTIÇA
MANUAL DO CTO
GUIAS DO RV
GUIA PARA ESL
GUIA DE ORIENTAÇÃO DE A.A. NA INTERNET
GUIA DE CAPACITAÇÃO PARA O SERVIÇO EM A.A.
MANUAL DE SERVIÇO DE A.A. COMBINADO COM DOZE CONCEITOS
PARA SERVIÇO MUNDIAL
O GRUPO DE A.A.
O RSG
OS DOZE CONCEITOS ILUSTRADOS PARA SERVIÇO MUNDIAL
MÍDIA
DVD - A.A. ESPERANÇA
DVD - O CAMINHO DE VOLTA
DVD - BILL CONTA SUA PRÓPRIA HISTÓRIA
DVD - SERVIÇO: NOSSO TERCEIRO LEGADO
DVD - PROGRAMA DE A.A. EM LÍNGUA DE SINAIS
DVD - OS JOVENS EM A.A.
CD - ÁUDIO BOOK - OS DOZE PASSOS E AS DOZE TRADIÇÕES
CD - ALCOÓLICOS ANÔNIMOS
CD - OS DOZE PASSOS
CD - AS DOZE TRADIÇÕES
PERIÓDICOS
BOB MURAL E JUNAAB INFORMA (publicado bimestralmente)
REVISTA VIVÊNCIA (publicado bimestralmente)
INFORMATIVO CTO



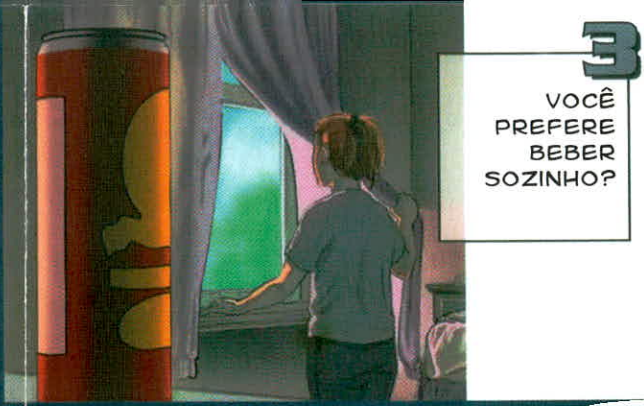
1

VOCÊ BEBE PARA RELAXAR QUANDO TEM PROBLEMAS?



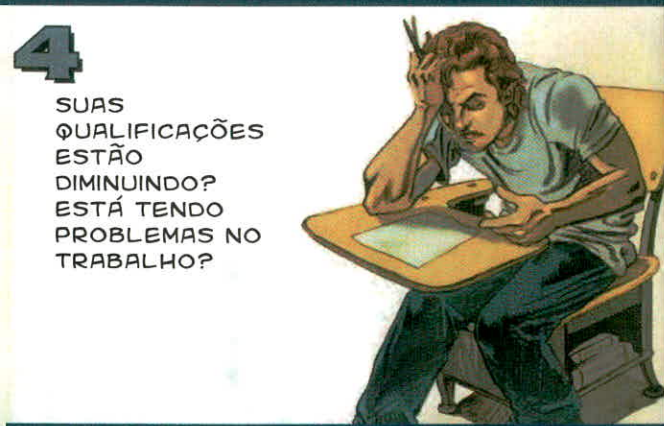
2

VOCÊ BEBE QUANDO FICA IRRITADO, FRUSTRADO, TRISTE OU COM RAIVA?



3

VOCÊ PREFERE BEBER SOZINHO?



4

SUAS QUALIFICAÇÕES ESTÃO DIMINUINDO? ESTÁ TENDO PROBLEMAS NO TRABALHO?



5

VOCÊ JÁ TENTOU PARAR DE BEBER OU BEBER MENOS E NÃO TEVE SUCESSO?



6

VOCÊ BEBE PELA MANHÃ?



7

VOCÊ DEVORA SUA BEBIDA?



8

VOCÊ JÁ SE ESQUECEU DO QUE TE ACONTECEU QUANDO ESTAVA BÊBADO?



9

VOCÊ JÁ MENTIU SOBRE SUA MANEIRA DE BEBER?



10

VOCÊ JÁ SE METEU EM CONFUSÕES QUANDO ESTAVA BÊBADO?



11

VOCÊ FICA BÊBADO QUANDO BEBE, EMBORA NÃO QUEIRA ISTO?



12

VOCÊ ACHA LEGAL SER RESISTENTE AO ÁLCOOL?

ALCOOLISMO

Alcoolismo é uma palavra difícil de se lidar.

No entanto, ninguém é muito jovem (ou muito velho) para ter problemas com o álcool.

Isto porque alcoolismo é uma doença e pode atingir qualquer um.

E não importa há quanto tempo você bebe ou o que você bebe. O que conta é o que a bebida faz com você.

Para ajudá-lo a decidir se tem problemas com sua maneira de beber, preparamos estas 12 perguntas.

As respostas não interessam a ninguém, apenas a você.

Se responder "sim" a qualquer uma destas perguntas, pode ser que seja hora de encarar seriamente o que sua maneira de beber pode estar fazendo a você.

E, se precisar de ajuda ou quiser apenas conversar com alguém sobre sua maneira de beber entre em contato conosco.

A.A. funciona.

Verifique na lista telefônica ou www.alcoolicosanonimos.org.br

ALCOÓLICOS ANÔNIMOS é uma irmandade de homens e mulheres que compartilham entre si 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. Não há taxas nem mensalidades.
- Somos autossuficientes graças às nossas próprias contribuições.
- A.A. não está ligado a nenhuma seita ou religião, nenhum movimento político, nenhuma organização ou instituição. Não deseja entrar em controvérsias públicas, não apoia nem combate quaisquer causas.
- Nosso propósito primordial é mantermo-nos sóbrios e ajudar outros alcoólicos a alcançarem a sobriedade.

Direitos 2009 de
AA World Services, Inc
PO Box 459
Grand Central Station
New York, NY 10163

www.aa.org

Esta é uma literatura aprovada pela Conferência de Serviços Gerais de AA.

20.000 - 07/2011

UMA MENSAGEM PARA ADOLESCENTES

COMO SABER QUANDO A
BEBIDA ESTÁ SE TORNANDO
UM PROBLEMA...

UM SIMPLES QUESTIONÁRIO
DE 12 PERGUNTAS QUE
PODE AJUDÁ-LO A
DECIDIR...

QUAL FOI A CONTAGEM?

Respondeu SIM quatro vezes ou mais? Em caso positivo, é provável que você tenha problemas com o álcool. Porque dizemos isto? Porque centenas de pessoas em A.A. dizem isto há muitos anos. Elas descobriram a verdade a respeito delas - da maneira mais dura.

Mas novamente, somente você poderá dizer, com certeza, se A.A. é para você. Tente encarar este assunto com a mente aberta. Se a resposta for SIM, teremos satisfação em mostrar-lhe como conseguimos parar de beber. Entre em contato conosco.

A.A. não promete resolver os problemas de sua vida, mas podemos mostrar-lhe como aprendemos a viver sem a bebida “um dia de cada vez” e como permanecemos afastados do “primeiro gole”. Se não bebermos o primeiro não beberemos o décimo. E quando nos livramos do álcool, descobrimos que nossas vidas tornaram-se muito melhores.

Declaração de Unidade

O futuro de A.A. depende de ser colocado, em primeiro lugar, o nosso bem-estar comum, a fim de manter a nossa Irmandade unida.

Da unidade de A.A., dependem as nossas vidas e as vidas daqueles que virão.

Uma Declaração de Unidade

O futuro de A.A. depende de ser colocado, em primeiro lugar, o nosso bem-estar comum, a fim de manter a nossa Irmandade unida.

Da unidade de A.A., dependem as nossas vidas e as vidas daqueles que virão.

Eu sou responsável...

Quando qualquer um, seja onde for, estender a mão pedindo ajuda, quero que a mão de A.A. esteja sempre ali. E por isto: eu sou responsável.

VOCÊ DEVE PROCURAR O A.A.?

Esta é uma literatura aprovada pela
Conferência de Serviços Gerais de A.A.

DOZE QUESTÕES QUE SOMENTE VOCÊ PODE RESPONDER

recuperação

VOCÊ DEVE PROCURAR O A.A.?

Doze perguntas que somente você pode responder.

Você deve procurar o A.A.?

Somente você poderá decidir se o programa de recuperação de A.A. pode ajudá-lo.

Nós, que estamos hoje em A.A., viemos porque finalmente desistimos de controlar nossa maneira de beber. Nós ainda detestávamos admitir que nunca poderíamos beber normalmente. Então ouvimos de outros membros de A.A. que estávamos doentes. (Nós pensamos assim durante anos!) Descobrimos que muitas pessoas apresentavam os mesmos sentimentos de culpa, solidão e desespero que nós tínhamos. Descobrimos que tínhamos estes sentimentos por sermos portadores da doença do alcoolismo.

Decidimos encarar o que o álcool havia feito conosco. Aqui estão algumas perguntas que tentamos responder honestamente. Se respondermos "SIM" para quatro ou mais questões, estamos com sérios problemas com a nossa maneira de beber. Veja o resultado. Lembre-se, não há nenhuma vergonha em encarar o fato de que você tem um problema.

1 - Já tentou parar de beber por uma semana ou mais, mas só o conseguiu por alguns dias?

Muitos de nós em A.A. fizemos todos os tipos de promessas para nós mesmos e para nossos familiares, mas não pudemos mantê-las. Então, ingressamos em A.A. e nos disseram: "tente não beber hoje." (se não beber hoje, não ficará bêbado hoje).

2 - Gostaria que as pessoas não se intrometessem na sua vida e parassem de falar o que você deve fazer com relação à bebida?

Em A.A. não dizemos a ninguém o que fazer. Falamos apenas de nosso modo de beber, os problemas que tivemos e como conseguimos parar. Teremos o maior prazer em ajudá-lo se você quiser.

3 - Já mudou de tipo de bebida na esperança de que isso iria impedi-lo de ficar bêbado?

Tentamos de todas as maneiras. Fizemos nossas bebidas mais fracas. Bebíamos cerveja, ou não bebíamos destilados, ou bebíamos apenas nos finais de semana. Tentamos todas maneiras, mas se ingeríssemos qualquer bebida que contivesse álcool, geralmente ficávamos bêbados.

4 - Tomou algum trago pela manhã nos últimos 12 meses?

Você precisa de uma bebida para iniciar suas atividades ou para parar de tremer? Este, com certeza, é um sinal que não está bebendo "socialmente".

5 - Você inveja as pessoas que podem beber sem criar problemas?

Uma hora ou outra muitos de nós se perguntaram por que não somos como a maioria das pessoas, que podem beber sem criar problemas.

6 - Você teve problemas relacionados com sua maneira de beber nos últimos doze meses?

Seja honesto! O médico diz que quem tem problemas com o álcool, se continuar bebendo, ficará pior, nunca melhor. Eventualmente morrerá ou terminará seus dias em um sanatório. A única esperança é parar de beber.

7 - Sua maneira de beber já causou problemas em seu lar?

Antes de chegarmos em A.A., a maioria de nós dizia que as pessoas ou os problemas domésticos é que nos levavam a beber. Não conseguimos ver que a nossa maneira de beber é que piorava tudo. Beber nunca resolveu problemas.

8 - Tentou conseguir doses extras de bebida em festas onde as quantidades eram limitadas?

Muitos de nós costumávamos beber antes de chegar a este tipo de festa. Se as bebidas não fossem servidas rapidamente, íamos para algum lugar para conseguir mais.

9 - Você diz a si mesmo que pode parar de beber quando quiser, mesmo sabendo que fica bêbado sem querer?

Muitos de nós acreditávamos que bebíamos por que queríamos. Depois de chegarmos em A.A. descobrimos que uma vez que começássemos a beber não conseguíamos parar.

10 - Faltou ao serviço ou à escola, por causa da bebida?

Muitos de nós agora admitimos que justificamos nossas ausências no trabalho ou na escola por estarmos "doentes", quando na verdade estávamos de ressaca ou bêbados.

11 - Já teve "apagamentos" durante uma bebida?

Temos um "apagamento" quando bebemos por horas ou dias e não conseguimos nos lembrar dos acontecimentos. Quando chegamos em A.A. descobrimos ser este um sinal claro de um problema com a bebida.

12 - Já pensou que sua vida poderia ser melhor se você não bebesse?

Muitos de nós começamos a beber porque beber fazia a vida parecer melhor, ao menos por um momento. Até ingressarmos em A.A., sentíamos-nos sem saída. Bebíamos para viver e vivíamos para beber. Estávamos doentes e cansados de estarmos doentes e cansados.

Hoje, Alcoólicos Anônimos é composta de uma quantidade estimada em 2.000.000 de homens e mulheres que uma vez haviam se sentido igualmente perdidos. Todavia, nos reunimos regularmente para compartilhar nossas experiências, forças e esperanças uns com os outros. Nossa vida diária é muito melhor agora do que costumava ser. E cada um de nós teve que fazer esta pergunta: "Para onde vou daqui?".

Agora vivemos e nos reunimos em todos os lugares, em diferentes horas do dia. E esperamos que você queira falar com um de nós quando sair. Estamos esperando você, porque alguém esperou cada um de nós. E isso fez toda a diferença.

*Literatura aprovada pela
Conferência de Serviços Gerais de A.A.*

**Se você não conseguir comunicar-se com A.A.
em sua localidade, escreva para:
Escritório de Serviços Gerais
Caixa Postal 77631 - CEP 03316-970 - São Paulo/SP
ou acesse
www.alcoolicosanonimos.org.br**

«Where do I go from here?»

Copyright©1981

*Translated from the English with permission of Alcoholics Anonymous
World Services, Inc. (A.A.W.S.)*

*No part of this translation may be duplicated
in any form without the written permission of A.A.W.S., Inc.*

"Para onde vou daqui?"

Direitos autorais ©1981

*Traduzido do Inglês com permissão de
Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (A.A.W.S.)*

*Nenhuma parte desta tradução pode ser duplicada
sob qualquer forma, sem permissão escrita de A.A.W.S., Inc.*

*Publicado na língua portuguesa, com autorização,
pela JUNAAB - Junta de Serviços Gerais de
Alcoólicos Anônimos do Brasil
Caixa Postal 77631 - CEP 03316-970 - São Paulo/SP Brasil*

<http://www.alcoolicosanonimos.org.br>

INFORMAÇÕES

“PARA ONDE VOU DAQUI?”

Logo você estará lá fora, no mundo real novamente. Encontrará aquele mesmo mundo de antigamente, com os mesmos problemas.

Não importa onde você viva, ainda terá sua parte correspondente desses problemas. Mais o problema que pode fazer todos os outros aparentarem ser maiores do que realmente são.

Você não é a única pessoa que se tem defrontado com o problema de beber. Há aproximadamente 2.000.000 de nós que já não estamos sós.

Em 1935, dois homens viram que o álcool havia arruinado suas vidas. Sabiam que os mataria se não deixassem de toma-lo. Queriam parar, porém não podiam fazê-lo sozinhos.

Seus familiares, amigos e médicos não podiam fazer isso por eles. Não havia perda pessoal, ou calamidade suficientemente grande, nem ameaça, tratamento ou remédio suficientemente forte para fazer algum deles parar de beber. Força de vontade também não adiantou de nada. As numerosas e sinceras promessas que haviam feito a si mesmos, sobre esse primeiro gole, foram quebradas por várias vezes seguidas.

Cada um dos homens foi diagnosticado como um caso perdido de alcoolismo. Pior ainda, viam a si mesmos como casos perdidos. Até que se encontraram.

Por uma rara coincidência se conheceram e começaram a compartilhar suas experiências comuns com o álcool. Deram-se conta de que compreendiam os problemas um do outro melhor que seus familiares, amigos e médicos. Essa mútua compreensão lhes deu as forças de que cada um necessitava desesperadamente para recusar o primeiro gole que sempre havia preparado o terreno para o desastre.

Muito gradualmente sua nova força restaurou suas esperanças para a vida atual e futura. Sobreviveram para compartilhar suas experiências com outros alcoólicos "sem esperanças".