



# Alcoolismo

“Cura”, através da conscientização

Damião Borges Marins

# **Alcoolismo, "Cura", através da conscientização**

Damião Borges Marins

2014

## **Alcoolismo, “Cura”, através da conscientização**

Damião Borges Marins

Data da publicação: 29 de agosto de 2014

CAPA: Giovanni de Toledo Viecili  
REVISÃO: Cíntia Cortegoso  
PUBLICAÇÃO: EVOC – Editora Virtual O Consolador  
Rua Senador Souza Naves, 2245  
CEP 86015-430 Fone: 43-3343-2000  
[www.oconsolador.com](http://www.oconsolador.com)  
Londrina – Estado do Paraná

Dados internacionais de catalogação na publicação  
Bibliotecária responsável Maria Luiza Perez CRB9/703

M294a

Marins, Damião Borges, 1949-.

Alcoolismo, “Cura”, através da conscientização / Damião Borges Marins; revisão de Cíntia Cortegoso; capa: Giovanni de Toledo Viecili. - Londrina, PR : EVOC, 2014.  
101 p.

1. Alcoolismo - Espiritismo. 2. Alcoolomania. 3. Delirium tremens. 4. Alcoólicos Anônimos. 5. Departamento de Socorro aos Alcoólatras de Tupã (SP) I. Cíntia Cortegoso. II. Viecili, Giovanni de Toledo. III. Título.

CDD 133.9  
19.ed.

## SUMÁRIO

- Explicação preliminar, 4
- Agradecimentos, 5
- Prefácio, 6
- Algumas considerações, 13
- Um pouco de história, 16
- Primeira Parte, 20
  - Conceito de alcoolismo, 20
  - O álcool e as doenças com as quais ele contribui, 24
- Segunda Parte, 31
  - Alcoolismo "cura" através da conscientização, 31
  - Alguns dados históricos e estatísticos para nossa reflexão, 38
  - Pesquisa da ABRAB – Associação Brasileira de Bebidas, 41
- Terceira Parte, 44
  - Funcionamento dos Grupos de Apoio nas Casas Espíritas, 44
- Quarta Parte, 51
  - Depoimentos, 51
- Conclusão, 99
- Oração da serenidade, 101

## **EXPLICAÇÃO PRELIMINAR**

De autoria de Damião Borges Marins, de Tupã (SP), a obra que ora publicamos é a primeira de uma série sobre alcoolismo, do mesmo autor, da qual fazem parte o livro "Meu marido é um alcoólatra" e "As histórias que eles contam".

Na presente obra, seu autor traz-nos informações sobre o tema alcoolismo, as técnicas utilizadas em terapias de grupo, orientações sobre a formação e condução de um grupo de terapia, além dos esclarecimentos espíritas aplicáveis ao tratamento dessa que é considerada pela Organização Mundial de Saúde uma doença incurável.

O livro apresenta também depoimentos de alcoólatras em recuperação que, por meio da conscientização, conseguiram abandonar o vício.

A capa do livro foi gentilmente concebida e elaborada pelo artista plástico Giovani de Toledo Viecili, de Londrina (PR).

A Direção da EVOC

Londrina, 29 de agosto de 2014

## **AGRADECIMENTOS**

À minha querida esposa Stella e às minhas filhas Débora e Cristiane, pela oportunidade que me deram nesta encarnação de procurar resgatar meus erros, bem como a oportunidade de crescimento espiritual.

Aos meus queridos pais Geraldo e Luiza pela base religiosa que me deram baseada na doutrina espírita e nos ensinamentos de Jesus.

À cúpula do "CEOS-IAM" pela oportunidade de aprendizado que me proporcionou nos anos que ali passei.

Ao meu genro Marcos pelos conhecimentos técnicos na área de computação, pois sem sua ajuda não teria conseguido escrever este livro.

Finalmente, ao meu querido irmão "Cosme" e família por todo apoio dado nesses anos de minha vida.

Damião Borges Marins

## **PREFÁCIO**

Miltes Soares de Carvalho Bonna

### **Ainda a alcoolomania**

Não têm sido poucas as justificativas buscadas por um enorme contingente de indivíduos para absolverem o vício da ingestão de bebidas alcoólicas em suas práticas usuais. É mais do que compreensível a procedência dessas escusas, tendo-se em conta que todos sabem, à saciedade, dos problemas variados que os alcoólicos são capazes de promover sobre a saúde física e a social.

Por mais paradoxal que seja, vemos todos os dias e há muito tempo, pessoas vinculadas às mais variadas crenças provenientes do Movimento Cristão à procura de explicações em apoio do seu vício alcoólico.

Dizem muitos que nada há que os impeça de server suas bebidas, uma vez que bebem apenas socialmente. Não podem ser considerados como alcoólatras, afirmam.

Vários outros alegam que sua crença nada lhes proíbe, por isso nada deve relacionar a sua fé aos costumes inocentes, mantidos para sua alegria e satisfação.

Alguns se baseiam no fato de que tomam suas doses em casa, e, dessa forma, estão justificados, porque não incomodam a ninguém.

Diversos que têm responsabilidades declaradas nos campos da orientação cristã, asseveram que não são "ortodoxos" ou que não se podem deixar "fanatizar", esquecidos ou ignorando que ser ortodoxo é exatamente ser fiel à crença professada, em todos os seus pontos e que, se é importante não se fanatizar pela crença, será bem mais importante que não se deixe fanatizar pelo vício.

Muitos são os que, mais atormentados na busca de uma retumbante legitimação para a alcoolofilia, chegam a afirmar que "até Jesus bebeu...", uma vez que não logrando alevantar-se até os exemplos nobilíssimos do Divino Modelo e guia da humanidade, levemente tentam baixá-Lo até os caminhos de intemperança e morbidez em que transitam.



Surgem defesas apaixonadas e argumentos esdrúxulos, sofismáticos mesmo. Observamos, porém, que o vício, seja praticado de que maneira for e onde for e por quem for, jamais deixará de ser um vício, necessitando ser expurgado, a fim de que se reerga o indivíduo a ele submetido, para alcançar seus verdadeiros caminhos de renovação e júbilo.

Esteja o álcool utilizado como costume social, doméstico, particular ou isolado, como se deseja situá-lo, ou sendo algo completamente dispensável para a vida da pessoa, estabelecerá o que se chama de alcoolismo crônico, que é o hábito da consumação de etílicos variados como aguardentes, cidras, vinhos e cervejas, ainda que em doses moderadas, toda vez que os indivíduos não consigam passar sem eles.

Sem dúvida, na esteira de todo e qualquer vício alimentado por qualquer classe de pessoas, estarão sempre atuantes as influências obsessivas, detendo os seus usuários em regime de morna posição psíquica, entre a indecisão de mudar ou manter-se como está, e, em razão das fortes relações humanas com o "homem velho", costumeiramente

se decidem por manter o processo, procurando, então, novas escusas, até chegarem ao ponto de afirmarem que "já assumiram o hábito... e pronto...".

Nesses caminhos em que o vício se apresenta como coisas assumidas, há os que fazem questão de se mostrarem indiferentes a quaisquer avisos do bom senso, sinalizando com a liberdade própria, enquanto outros fazem questão de debochar dos que pregam virtudes, desafiando-os com a grotesca exibição das suas mazelas, tão logo acabam de ouvir ou de ler qualquer orientação salutar.

Como as Leis de Deus, ínsitas no âmago de cada um, não deixarão de realizar seus labores, todos se enfrentarão, mais hoje, mais amanhã, a fim de revisarem os prejuízos que provocaram sobre a economia psíquica e orgânica, na medida dos próprios conhecimentos e do entendimento que mantinham de tudo, considerando-se as descoordenações motoras que caracterizam perturbações neurológicas ou os desajustes psíquicos mostrados na explosão de alegria, de exuberância ou de prostração ou tristeza,

violência e loucura a que a alcoolomania dá lugar.

É realmente curioso e estranho como a opinião pública se aglutina para lutar contra a maconha, o haxixe, a cocaína e outros destruidores da vida equilibrada, por meio de vastas propagandas, de coerção policial, de palestras e demonstrações diversas, por todos os meios de comunicação, recebendo com festas e com as mesmas portas propagandísticas de alcance da massa a difusão alcoólica. Esse veneno físico e moral vem participando das festividades domésticas como das religiosas, desde épocas distanciadas no tempo. Essa droga terrível, sob disfarces ou declaradamente, tem contado com os aplausos mais delirantes ou com a aceitação mais explícita das famílias e de muitos homens e mulheres ligados aos movimentos de fé cristã, embora não encontrem qualquer apoio ou incentivo nos textos cristãos, em que se dizem embasar, para a manutenção do "status" do alcoolismo.

Há que prever-se aquele que labora na mediunidade sob a orientação do espiritismo. Cabe ao médium, a suave e permanente vigi-

lância para que o vício, disfarçado, justificado, não logre, sorrateiramente, destruir as suas resistências morais e corporais.

Como o Espiritismo é uma doutrina de lógica e de bom senso, sugere aos seus seguidores o ajustamento a esses padrões, começando, em tais casos, a perguntar-se sobre qual a utilidade de tais usos em seus regimes ou dietas. Em que lhes serve, verdadeiramente, o uso de alcoólicos? Não encontrando o porquê, deverá lutar para abrir mão do que não lhe vale nada, do que não representa nenhum valor para sua vida íntima.

Beber alcoólicos somente para ter ou fazer companhias sociais, ou para que tenham estímulos artificiais para a coragem ou para o que for, poderá significar muito tempo de tormentas e de frustrações, nas indispensáveis reparações do corpo e da mente, em função desses suicídios que se vão cometendo à sombra de mil e uma falácias que inebriam os ouvidos com frases de efeito, bem arrumadas, mas que não conseguem acalmar a consciência, onde pulsam as sublimes Leis.

Abre mão, assim, lidador da mediunidade, dos requintados ou comuns alcoólicos,

seja em que regime for, pois um veneno letal não deixará de sê-lo, quando se apresente em recipiente de cristal, ou quando ministrado em doses diminutas e espaçadas. Com o tempo alcançará seus efeitos: destruir.

Busca, na compreensão espírita, a resistência, as energias de que careças para dizer “não” aos vícios de quaisquer naturezas e sê feliz, de consciência lúcida e corpo liberado dos tóxicos, pondo tuas mãos sempre operosas nos labores do bem.

Observação: texto extraído na íntegra do livro *Correnteza de Luz*, ditado pelo Espírito de Camilo ao nosso tribuno e médium J. Raul Teixeira.

## **ALGUMAS CONSIDERAÇÕES**

Desde os mais remotos tempos, a humanidade faz uso do álcool; quantas famílias já não foram destruídas, quantos lares desfeitos sem que o homem tomasse conhecimento que o álcool é a droga mais terrível que assola nosso planeta!

O que leva um jovem, como aquele da cidade de Ribeirão Preto, a amarrar uma jovem em sua camioneta e arrastar por horas, pelas avenidas da cidade até que ela morresse? O que leva um jovem como Rafael, aquele do conjunto Polegar, que tinha tudo para vencer na vida se entregar ao álcool e as drogas, pondo fim em sua carreira artística que era tão promissora?

Pois bem, queridos leitores, o álcool e a felicidade não convivem debaixo do mesmo teto, enquanto o álcool entra pela porta da frente, a felicidade sai pela porta dos fundos.

O mais grave é que a sociedade, convenientemente, deixa de catalogar o álcool como droga ilícita, ou seja, aquela que não é permitida por Lei, sem colocá-lo junto com as

drogas que a sociedade cataloga como drogas pesadas, tais como cocaína, maconha, LSD, crack, barbitúricos, anfetaminas entre outros, ficando o álcool, livre, a ser consumido, como uma droga lícita, ou seja, aquela que a Lei permite o consumo.

Entretanto, se fizermos uma pesquisa, verificaremos que o álcool está em primeiro lugar em consumo no mundo superando a cocaína, maconha, crack, acabando a se tornar a droga que mais mata no mundo.

Se formos buscar nos hospitais públicos, na maioria dos leitos, estão internados, diretamente ou indiretamente, alcoólatras. Se verificarmos nos hospitais psiquiátricos, também se dará a mesma situação. Se formos pesquisar nas cadeias públicas a vida da maioria dos presos, essa maioria estará ligada ao álcool diretamente ou indiretamente.

Quantas famílias morrem em acidentes de carros nas estradas, em consequência da bebida alcoólica; por que se bebe tanto no mundo? Por que algumas pessoas podem beber e outras, não?

Este pequeno livro não é nenhum tratado em Alcoolismo e não temos pretensão em

sermos a última palavra no assunto, mas queremos trazer aos leitores alguns conceitos, algumas experiências vividas por nós nesses dezesseis anos de trabalho junto ao alcoolismo, frequentando grupos de apoio, os quais, com a graça de Deus, aprendemos muito.



## **UM POUCO DE HISTÓRIA**

Somos de família espírita e desde criança já participávamos das aulas de moral cristã do Centro Espírita Alan Kardec, na cidade da Alta Paulista denominada Tupã – SP. Ao completarmos vinte e um anos em 1970, já com a carteira de reservista na mão, nos transferimos para São Paulo, para a casa de um primo que nos ajudou muito nos meus primeiros passos profissionais.

Em outubro de 1973, já estávamos morando em São Bernardo do Campo, no famoso ABC Paulista, e trabalhando na Prefeitura Municipal. Já havíamos trazido os meus pais e meu irmão para morar comigo e em dezembro do mesmo ano, já estávamos nos casando. Foi no ano de 1984, que começamos a frequentar o Centro Espírita Obreiros do Senhor – (CEOS), que funciona até hoje, à Rua Craveiro Lopes, 175 – Rua Ramos em São Bernardo do Campo – SP. Foi nessa casa bendita, que consideramos uma “Universidade Espírita”, na qual pudemos aprender muito sobre a doutrina, pois a casa mantém di-

versos cursos e trabalhos de assistência social, entre eles, o DESAATT – Departamento de Socorro e Amparo ao Alcoolista, Toxicômano e Tabagista –. Departamento esse, fundado em 1975, com mais ou menos vinte e quatro anos de serviços prestados à comunidade dependente de álcool e das drogas. Foi nesse Departamento que começamos a estudar e trabalhar, junto com meu irmão Cosme, sendo ele encaminhado para o Setor de Toxicômanos e nós para o Setor de Alcoolismo. Paralelamente fazíamos outros cursos na casa, como Curso Básico da Doutrina, com duração de cinco anos; Curso de Expositor de Classe; Expositor de Tribuna, Aprendiz do Evangelho entre outros.

Os anos se passaram e minha família, bem como nós, continuávamos engajados nos cursos oferecidos pela Casa e nas atividades assistenciais.

Estávamos em 1989, continuava trabalhando na Prefeitura Municipal de São Bernardo do Campo. Já tínhamos duas lindas filhas, Débora e Cristiane, que frequentavam os cursos de Moral Cristã oferecidos pelo “CEOS”, aos domingos.

Nesses anos de aprendizado nessa Casa Espírita e de muito trabalho, começou a se formar dentro de nós, uma vontade grande de voltarmos às origens, ou seja, à Tupã, e montarmos um grupo de apoio aos alcoólatras, em uma Casa Espírita, nos mesmos moldes do DESAATT– SBCAMPO.

Em 1990, depois de muito conversarmos com a nossa esposa (Stella), transferimo-nos de volta para a nossa querida Tupã, onde com a graça de Deus, em outubro de 1990, estávamos fundando junto com a Direção do Instituto de Assistência e Difusão Espírita Alan Carlos, um Departamento de Socorro aos Alcoólatras, que recebeu o nome de DESAT – Departamento de Socorro aos Alcoólatras de Tupã – que funciona até hoje, e no mês de outubro de 2000, completará dez anos de existência, tendo recuperado, com a graça de Deus e tarefeiros do Cristo, nesses anos de atividade, mais de duzentos homens.

O DESAT, nesses anos de atividade, tem levado a sua mensagem a várias casas espíritas em diversas cidades de nossa região, como Adamantina, Osvaldo Cruz, Rancharia, Presidente Bernardes, Bastos, Regente Feijó,

Londrina e Maringá no estado do Paraná, e Campo Grande no Mato Grosso do Sul.

No final de 1999, a Convite da AAPEHOSP – Associação dos Amigos dos Pacientes Egressos de Hospitais Psiquiátricos – que tem como objetivo dar guarida àqueles companheiros, alcoólatras, drogados, andarihos, que quando saem de um hospital não tem para onde ir, se não, para as calçadas e praças públicas, voltando quase sempre a beberem e a se drogarem, fundou um departamento que recebeu o nome de MERA – Movimento Espírita de Recuperação da Autoestima – que funciona à Rua Arnaldo Tovo, 421 – J. América, como grupo de apoio, com reuniões às segundas-feiras, com início às 20 horas e término às 21h:30min, na qual, passamos a colaborar, humildemente, trazendo nossos conhecimentos e experiências, para a ajuda de nossos irmãozinhos menos felizes.

## PRIMEIRA PARTE

### **CONCEITO DE ALCOOLISMO**

Segundo a Organização Mundial de Saúde, o alcoolismo é uma doença de caráter progressivo e incurável e quase sempre fatal; se é uma doença, ela pode ser tratada, todas as doenças são de caráter progressivo, nunca ouvimos falar em uma doença que não tivesse caráter progressivo; todavia, temos que levar em conta as peculiaridades de cada doença. Se verificarmos, por exemplo, o diabético, ele não pode comer açúcar em demasia, pois acabará entrando em um coma diabético; as pessoas alérgicas não podem estar em contato com lugares onde a poeira predomina, estando sujeito a uma crise alérgica violenta; o alcoólatra não poderia fugir à regra, ou seja, uma vez um doente alcoólatra deverá permanecer longe do álcool, para que não venha entrar em um coma alcoólico.

Podemos ainda, considerar alguns fatores que favorecem a dependência alcoólica, tais

como: Fator Psicológico, Fator Cultural, Fator Biológico e o Fator Hereditário.

FATOR PSICOLÓGICO – podemos considerar a inibição, a insegurança dos jovens em sua adolescência quando, dos seus primeiros bailes, tinham dificuldades para tirar uma jovem para dançar, lançando mão das bebidas alcoólicas, para lhes dar algum tipo de segurança, pois o álcool agindo em seu ego lhes dava uma sensação de poder, poder esse totalmente falso.

FATOR CULTURAL – é quando o consumo de bebidas alcoólicas se incorpora à alimentação diária da família; são mães que, ao saírem para o trabalho nos grandes centros urbanos, lançam mão do álcool como alimento aos seus filhos, muitas vezes, como único alimento disponível no lar, para que ela possa sair para o trabalho, deixando seus filhos dormindo dia inteiro na dependência do álcool; são pais que, em festinhas em casas, em sua ignorância colocam o dedo nos copos de cervejas para logo em seguida colocar na boquinha de seus filhos, exclamando satisfeitos, “– Meu filho já é homem, pois já está tomando a cervejinha com o papai”; sem

saber que está colocando uma bomba de efeito retardado nas mãos de seus filhos.

**FATOR BIOLÓGICO** – é quando a substância **ENDOGINA**, uma substância produzida pelo organismo, se deixa estimular pelo álcool, aumentando, assim, a sensação de euforia e liberdade.

**FATOR HEREDITÁRIO** – As pessoas bebem por questões psicoemocionais e criam dependência por questões fisiológicas; o que existe é um fator genético de predisposição ao consumo excessivo de álcool, em outras palavras, as pessoas se tornam alcoólatras mais por copiar os pais do que por fatores hereditários.

Acreditamos, baseado nos ensinamentos Espíritas, que o problema do alcoolismo é um problema do espírito, trazendo em seu perispírito já compromissos assumidos no passado, daí podermos entender a **COMPULSÃO** existente no alcoólatra.

**COMPULSÃO** – Podemos entender por compulsão, a vontade incontrolável de se fazer alguma coisa, exemplo, a compulsão por beber; compulsão por comida; compulsão por sexo etc.

Outro agravante do alcoolismo é o chavão da sociedade "BEBER SOCIALMENTE", ou seja, a sociedade, bem como, a mídia, jornais, televisão e rádio usam este chavão, pois é conveniente a ela, à sociedade; mas o que é Beber Socialmente? Para uns é beber um drink antes das refeições, para outros é beber um copo de cerveja, para outros ainda é tomar meia dúzia de cerveja. Podemos verificar que o beber socialmente de um é diferente do beber socialmente de outro; o BEBER SOCIALMENTE, podemos concluir ser muito perigoso, pois existem pessoas que já estão em uma dependência etílica muito grande, mas continuam a afirmar que estão bebendo socialmente.

Quantos lares são destruídos em nome deste beber socialmente, quantos empregos são perdidos, quantas oportunidades jogadas fora em nome deste Beber Socialmente.



## **O ÁLCOOL E AS DOENÇAS COM AS QUAIS ELE CONTRIBUI**

Já afirmamos que o alcoolismo é uma doença, mas em detrimento de ser uma doença o "Álcool" contribui, sobremaneira, com o agravamento de outras doenças.

Para melhor entendermos este conceito, vamos criar um personagem que daremos o nome de "BOCAÇA", pois bem, o Bocaça é um alcoólatra que bebe todo dia, há mais de 20 (vinte) anos. Ao ingerir a bebida alcoólica, o primeiro contato que o álcool tem é com a língua, pois é o órgão de nosso organismo que nos dá o paladar, ou seja, nos diz se o alimento está quente, frio, amargo, doce. Em contato com a língua durante 20 (vinte) anos, o álcool, por ser um corrosivo, vai destruindo as papilas ou células degustativas, e o nosso Bocaça passa, então, a não sentir mais o paladar, reclamando da comida que está sem sal, ou reclamando do café que está sem açúcar etc.

Mas o álcool não para na boca, ele desce pela faringe continuando seu caminho des-

trutivo. A faringe é forrada por uma camada tênue que a protege. O álcool, nesses 20 (vinte) anos, começa a destruir este órgão, criando ulcerações que mais tarde poderão se transformar em câncer.

Mas o álcool continua sua trajetória caindo no estômago, fazendo um grande estrago, chegando ao ponto de destruir o suco gástrico, criando, também, ulcerações, chegando a perfurar o estômago e trazendo como consequência o terrível câncer. No entanto, ele não para no estômago e continua sua trajetória passando pelo fígado, chegando a destruir totalmente este órgão, onde se instala a cirrose, vindo a cair na corrente sanguínea, indo parar no cérebro, onde a destruição é catastrófica, ou seja, em nosso sistema nervoso, existem bilhões de células nervosas chamadas de NEURÔNIOS, células que, uma vez destruídas, não mais se recuperam, levando o nosso Bocaça ao chamado "delirium tremens", em que o nosso companheiro começa a ter alucinações, pois sob o efeito do álcool seu espírito é liberado, passando a ficar à mercê dos obsessores; perde ainda suas coordenações motoras, tendo

dificuldades enormes para andar, podendo até ficar parálítico.

Do ponto de vista da medicina convencional, podemos citar as doenças em 3 (três) grandes grupos:

GASTRO – Relacionadas com o estômago – temos a Gastrite, Hepatite, Pancreatite e a famosa Cirrose;

CARDIOVASCULARES – Relacionadas com circulação vascular – temos a Hipertensão e a Cardiopatia;

NEURO – Relacionadas com o sistema nervoso central – temos a Demência Alcoólica e a Alucinação Alcoólica.

Gostaríamos de citar agora mais um item fundamental no entendimento do alcoolismo que a Doutrina Espírita vem estudando com muita propriedade, há muitos anos: trata-se da "OBSESSÃO".

OBSESSÃO: Na questão 459 d' *O livro dos Espíritos*, Kardec pergunta aos Espíritos – "Os espíritos influem sobre nossos pensamentos e nossas ações? – A esse respeito sua influência é maior do que credes porque frequentemente são eles que vos dirigem".

Nós vivemos em sintonia. Se pensamos coisas boas, atraímos coisas boas para nós, se pensamos coisas ruins, atraímos coisas ruins, é o eterno plantar e colher: plantamos rosas, colheremos rosas; plantamos urtigas, colheremos urtigas em nossas vidas.

Um músico, por exemplo, procura companhia de outros músicos para trocarem experiências; um médico procura profissionais de sua área para poderem também trocar experiências; o alcoólatra, o drogado não podiam fugir à regra, eles procuram companheiros que usam o álcool e drogas para se locupletarem, atraindo para si, tanto os encarnados quanto os desencarnados.

A obsessão se dá nos dois planos, pois o alcoólatra e o drogado estão nos dois planos. O alcoólatra, quando desencarna, continua bebendo, ou seja, continua procurando, por meio da sintonia, outros companheiros que bebem, vindo, assim, o desencarnado, sugar as emanções fluídicas da bebida alcoólica que o encarnado esteja bebendo.

Tomamos o nosso já conhecido "BOCAÇA" como exemplo para melhor entendermos o assunto; vamos acompanhá-lo

em um dia de sua vida, como alcoólatra. Nosso querido irmão levanta cedo e, antes mesmo de tomar o seu café, toma a sua primeira dose e sai ansioso para a rua, mesmo sem tomar o seu café da manhã. Nosso companheiro trabalha na construção civil e, mesmo antes de iniciar seu trabalho, passa no bar do "Zé" para tomar mais uma. Acontece que o bar está cheio de irmãozinhos desencarnados esperando seus "COPOS VIVOS" – alcoólatras encarnados – como diz André Luiz, espírito que escreveu, por meio de Francisco Cândido Xavier, uma série de livros, entre eles "NOSSO LAR" – e ao entrar em contato com esses espíritos através da sintonia, naturalmente, se liga ao irmãozinho ou aos irmãozinhos, pois afirmam nossos queridos mentores em diversas obras espíritas, que para cada alcoólatra encarnado há, pelo menos, uns cinco desencarnados. Então, nosso Bocaça já não está mais sozinho e começa sua peregrinação indo ao serviço onde nada dá certo, pois sua mente está no bar; seus companheiros estão sedentos, precisam de álcool e nosso irmão não faz nada certo, tendo pouco rendimento. Quase sempre é

dispensado dos serviços que pega, pois os patrões acabam não confiando em seu desempenho.

Na volta ao lar, passa por diversos BARES dando sequência à sua peregrinação. Ao chegar a casa, o primeiro que apanha é o cachorro, pois é o que está no portão; os filhos correm a se esconder, pois o bêbado chegou. Briga com a esposa, quebra utensílios domésticos e depois de ter bagunçado, atormentado todos, vai dormir, o que não é bem dormir, pois o alcoólatra não dorme e, sim, desmaia. Ao acordar de manhã, bate o arrependimento alcoolístico, momento que ele promete tudo à esposa, inclusive que nunca mais vai beber, mas momentos depois, esquece tudo e sua peregrinação começa outra vez.

Queridos irmãos, a obsessão é um capítulo muito importante dentro do estudo do Alcoolismo, pois nos leva a entender o relacionamento dos desencarnados com os encarnados; não é nossa intenção trazer nenhum tratado sobre o assunto, mas para aqueles que quiserem se aprofundar no assunto citamos alguns livros para pesquisas: "O Livro

dos Médiuns”, do nosso codificador Allan Kardec, “Obsessão/Desobsessão”, de Suely Caldas Schubert, “Loucura e Obsessão” e “Painéis da Obsessão”, ditados pelo Espírito de Manoel Philomeno de Miranda ao médium Divaldo Pereira Franco, um dos expoentes da Doutrina Espírita no mundo.

## SEGUNDA PARTE

### **ALCOOLISMO "CURA" ATRAVÉS DA CONSCIENTIZAÇÃO**

A Organização Mundial de Saúde afirma ser o Alcoolismo uma DOENÇA incurável, mas com todo o respeito à OMS queremos defender a TESE de que se o alcoólatra se conscientizar que é um doente alcoólatra, e seguir algumas regras básicas que passaremos a estudar, ele estará "CURADO".

Ei-las:

1ª) CONSCIENTIZAÇÃO – Quando falamos em conscientização, estamos falando que o alcoólatra tem que entender que é efetivamente ALCOÓLATRA, ou seja, um doente. Mas se ele é um doente, ele pode ser tratado, respeitando as características de sua doença. Por exemplo, um diabético tem que estar consciente de que não pode estar em contato com o açúcar; o obeso tem que estar consciente de que não pode comer em demasia; os que têm problemas com hiperten-



são devem sempre cuidar de sua pressão, sujeitos a um enfarte se não se cuidarem. O alcoólatra não poderia fugir à regra, tendo, então, através da conscientização, de evitar o fatídico primeiro gole, que desencadeia todo o processo alcoólico.

Entender, por exemplo, por que há pessoas que podem beber e outras que não podem. Verificamos pessoas que vão a uma festa e passam a festa toda sem tomar uma gota de álcool, nem tomam conhecimento se existe bebida alcoólica naquela festa, ou não. Todavia, existem pessoas chamadas de COMPULSIVAS, ou seja, pessoas que têm uma vontade incontrolável e vão às festas e, ao ingerirem o primeiro gole, perdem a noção de quantidade; é aquela pessoa que quer saber quanto tem de bebida alcoólica na festa, se a bebida será suficiente para ela beber, é a primeira a chegar à festa e a última a sair; torna-se, muitas vezes, desagradável, estragando muitas festas.

Quando nosso irmão começa a entender todo esse processo, ele começa a tomar consciência de que é um "DOENTE

ALCOÓLATRA”, o primeiro passo para sua “CURA”.

2ª) EVITAR O PRIMEIRO GOLE – Segunda condição para o seu processo de “CURA”. Se a pessoa está consciente de que é um doente alcoólatra, o segundo passo é “EVITAR O PRIMEIRO GOLE”, pois a Conscientização e o Evitar o Primeiro Gole estão, intrinsecamente, ligados, ou seja, um depende do outro. Estar Consciente, estará Evitando o Primeiro Gole e Evitando o Primeiro Gole, obviamente, estará Consciente.

3ª) MUDANÇAS DE HÁBITOS – O alcoólatra faz sempre a mesma coisa. Vamos tomar como exemplo aquele que levanta de manhã, toma o seu primeiro gole, sai para rua e procura o primeiro bar para beber, depois continua sua peregrinação, de bar em bar, geralmente sem comer, pois o álcool lhe dá sensação de estar com o estômago cheio e, assim, ele passa o dia, voltando para casa tarde da noite, muitas vezes, nem voltando. Existe a necessidade de mudanças radicais em sua vida, se ele já está consciente de que é um doente alcoólatra, já está evitando o primeiro gole, é fundamental as Mudanças de

Hábitos, ou seja, procurar dar uma guinada em sua vida de 360 graus, deixando aquele homem velho para trás, surgindo um novo homem, com nova mentalidade, procurando coisas novas e novas amizades, criando novos hábitos saudáveis como: leituras edificantes, filmes com mensagens positivas, frequentar GRUPOS DE APOIO.

4ª) GRUPOS DE APOIO – De fundamental importância no tratamento do alcoólatra, bem como, dos drogados de um modo geral. O Grupo de Apoio funciona como um remédio que o doente toma pelo menos uma vez por semana, que chamaremos de “ANTIALCOÓLICO”.

Quando vamos a um médico para uma consulta, ele nos examina e, através de um diagnóstico, nos dá um antibiótico, que devemos tomar de 6 em 6 horas, ou 8 em 8 horas, ou 12 em 12 horas, conforme o caso. Pois bem, o nosso Antialcoólico deverá ser tomado uma vez por semana.

Este remédio é composto de três elementos básicos:

A) EVANGELHO – O nosso irmão, quando vem para o grupo, está totalmente desacre-

ditado de tudo e de todos, é nesse momento que lhe mostramos que é a pessoa mais importante do grupo; que existe um Ser superior a quem chamamos Deus, nosso Pai, que jamais esquece seus filhos; que existe Jesus, nosso Mestre maior, que nos deixou alguns preceitos importantes tais como a caridade, o amor, o perdão, a fraternidade, a humildade entre outros preceitos que o alcoólatra perde, pois ele só tem vista para o álcool, ele está preso à teia da droga, bem como dos obsessores.

B) FLUIDOTERAPIA – Mais conhecido nas casas espíritas como Passe Espiritual ou Passe. A fluidoterapia nada mais é do que uma transfusão de energias. Vivemos em contato com o Fluido Universal, fluido este que emana de Deus. Quando entramos na câmara de Passe para tomarmos o passe, entramos em sintonia com espíritos bons, mensageiros de Jesus, que vêm em nosso socorro por meio da sintonia.

Se nos sintonizamos com coisas boas, atraímos coisas boas para nós. É nesse momento que médicos, enfermeiros, amigos e

mesmo entes queridos, desencarnados, vêm em nosso auxílio.

O alcoólatra quando vem para a casa espírita (para o grupo de apoio), ele está totalmente desequilibrado, tanto do ponto de vista físico como espiritual e é pelos passes ou fluidoterapia que ele passa a se equilibrar.

C) TERAPIA DE GRUPO – Item fundamental no tratamento do alcoólatra, pois é nesse momento que o nosso companheiro sobe até a tribuna, de livre e espontânea vontade, pois dentro do grupo nada é obrigado. Para falar sobre suas mazelas, colocando para fora o que se tem dentro, com relação à sua vivência com o álcool, nós chamamos de Espelhoterapia, pois tudo que ele coloca para fora é refletido em seu companheiro de grupo. É esse falar e ouvir sobre o alcoolismo que lhe vai dando sustentação para sua “CURA”. Não adianta internamento em hospitais, não adianta tomar vacina, não adianta remédio na comida, se não houver a “VONTADE” de nosso irmão em querer se libertar.

Do momento que nosso companheiro começar a tomar consciência de que é um

doente alcoólatra, evitando o primeiro gole, mudando de hábitos e frequentando um grupo de apoio, ele estará "CURADO", ou seja, se ele jamais voltar a beber, ele estará "CURADO", por isso afirmamos que o ALCOOLISMO TEM "CURA" ATRAVÉS DA CONSCIENTIZAÇÃO; todavia, se nosso companheiro tomar o fatídico primeiro gole, cai por terra toda a nossa tese, motivo pelo qual, toda vez que nos referimos à "CURA", colocamos a palavra com aspas e sublinhada.

## **ALGUNS DADOS HISTÓRICOS E ESTATÍSTICOS PARA NOSSA REFLEXÃO**

A DROGA MAIS ANTIGA DA HUMANIDADE – O álcool não é privilégio de nenhum povo na Terra. Ao contrário, é considerada a única droga comum a todas as civilizações. A fabricação de vinho de uva começou, provavelmente, no período Neolítico, 8.500 (oito mil e quinhentos) anos antes de Cristo. Nas montanhas Zagros, no Norte do Irã, uma equipe do centro de Arqueologia Química da Universidade da Pensilvânia, nos Estados Unidos, encontrou um jarro de 7.000 (sete mil) anos com capacidade para 9 (nove) litros de vinho.

Mais tarde, houve no delta do Rio Nilo uma pujante indústria vinícola, por volta de 2.700 (dois mil e setecentos) anos antes de Cristo. Beber vinho era um hábito tão comum que vários faraós foram enterrados com jarros, provavelmente, na crença de que poderiam

continuar tomando umas e outras depois da morte. A cerveja é um pouco mais recente, aparece uns 1.500 (mil e quinhentos) anos antes de Cristo.

Com o microscópio eletrônico, arqueólogos da Universidade de Cambridge, na Inglaterra, descobriram que os egípcios usavam malte para produzir açúcar usado na fermentação. Em outras palavras, eles conheciam técnicas de cervejaria. Os egípcios obtinham seu malte a partir da cevada. Só que em vez de adicionar lúpulo, como se faz hoje, eles acrescentavam um tipo raro de trigo. Ao repetir a receita, os pesquisadores descobriram uma boa cerveja. Sem o amargo do lúpulo, a mistura ganhava um sabor doce e frutado. Era dourada, mas menos transparente que as atuais.

Vieram depois os destilados, que são mais fortes. Curiosamente, a técnica não foi desenvolvida para fazer bebidas. Proibidos de beber pelo islamismo, os árabes foram os primeiros a produzir álcool destilado para fabricar perfumes.

Os europeus aprenderam com eles e no século XI já há registro de aguardentes na



Itália. Talvez nunca se saiba, com certeza, quando o homem começou a beber. Já no Gênese, o vinho aparece nas mãos de Noé.

Observação: matéria extraída do Jornal Diário de Tupã do dia 17/2/2000, escrita por Álvaro Pereira Jr., de São Francisco, com Meire Cavalcante, em São Paulo, capital.

## **PESQUISA DA ABRAB – ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE BEBIDAS**

Em 1993 o consumo apurado foi o seguinte:

5,4 bilhões litros de cerveja/ano

1,5 bilhões litros de cachaça/ano (\*)

348 milhões litros de uísque/ano

280 milhões litros de vinho/ano

270 milhões litros de vodka/ano.

(\*) Nesses 1,5 bilhões de litros de cachaça não está computada a “cachacinha da boa”, feita nos fundos de quintal e nos alambiques dos sítios dos amigos, que destroem muitas famílias.

Em 1996 foram gastos pelo (SUS) – Serviço Único de Saúde – R\$ 51 milhões de reais com 90.487 internações:

50% das internações psiquiátricas são causadas pelo alcoolismo.

Pesquisa realizada no Instituto Médico Legal, durante um ano, revelou que de cada 100 corpos que dão entrada naquele institu-

to, 95 têm álcool no sangue e em 11 deles são encontrados mais de 4 gramas de álcool por litro de sangue, suficiente para matar.

A presença da cocaína, cheirada ou fumada em forma de crack, só foi encontrada em 407 corpos, representando 2,12%.

Cerca de 96% das vítimas com álcool no sangue eram homens.

Para chegar ao resultado, os pesquisadores analisaram 19.230 laudos cadavéricos feitos entre 1986 e 1993 no IML central de São Paulo. Em 18.263 corpos – 95% do total, foi registrada a presença do álcool. Em 2.115 cadáveres – 11% dos que tinham ingerido bebida, havia álcool suficiente para levar à morte, ou seja, se essas pessoas não tivessem morrido de tiro, no trânsito, morreriam de qualquer forma pelo efeito do álcool.

Segundo dados de 1997 da OMS – Organização Mundial de Saúde:

- 1) O álcool é a terceira causa de mortes no mundo, ficando atrás apenas do câncer e de problemas no coração.

- 2) Dados internacionais indicam que entre 10 e 12% da população mundial são dependentes do álcool. No Brasil, o índice é

similar, aproximadamente 10% dos adultos são dependentes químicos.

No Brasil, o álcool é responsável por mais de 90% das internações hospitalares por dependência e aparece em, aproximadamente, 70% dos laudos de mortes violentas.

É a droga mais usada entre os estudantes, bem à frente do 2º colocado, que é o tabaco.

Cerca de um terço dos bebês de mães dependentes, que fizeram uso excessivo do álcool durante a gravidez, tem a "síndrome fetal pelo álcool". Ou seja, os recém-nascidos apresentam tremores que lembram a Síndrome de Abstinência, sinais de irritação, mamam e dormem pouco.

## TERCEIRA PARTE

### **FUNCIONAMENTO DOS GRUPOS DE APOIO NAS CASAS ESPÍRITAS**

Para se implantar os grupos de apoio nas casas espíritas há a necessidade de se criar um DEPARTAMENTO ligado à diretoria da casa, com um "Coordenador", que ficará responsável pelo departamento, mantendo um elo entre a Diretoria e o Grupo de Apoio. É preciso que a casa espírita esteja consciente de sua responsabilidade, pois o exemplo deve partir desde a Diretoria até aquele mais simples tarefeiro da casa. Note bem, é através do exemplo que se adquire a AUTORIDADE MORAL. Infelizmente, ainda existem muitos companheiros, "médiuns", que ainda fazem uso do seu "APERITIVINHO"; são médiuns passistas, médiuns de psicofonia ou incorporação, que depois de tomarem seu aperitivinho antes do almoço, ou mesmo a cervejinha à noite vão para a tarefa na casa espírita servir como médium, esquecendo-se de que todos vive-

mos em sintonia e estaremos nos ligando a irmãos menos felizes que vivem a se locupletar a quem se ligam. O plano maior, nesses casos, tem que suprir todo o trabalho que nosso irmão "médium" faria.

Não queremos aqui interferir no livre-arbítrio de qualquer irmão, mas se o companheiro, está ligado ainda a seus aperitivos, existem outras frentes de trabalho na Casa Espírita, que nosso irmão poderá desempenhar com muita propriedade. Como dissemos acima, a AUTORIDADE MORAL se dá pelo exemplo, é condição "SINE QUA NON" que o companheiro, que vai trabalhar no grupo, não BEBA, não FUME, ou seja, procure trabalhar os vícios visíveis, pois os invisíveis são muito mais difíceis.

**OBJETIVO:** Trabalhar pela recuperação do alcoólatra, do drogado procurando levantar a Autoestima do Ser, atuando da seguinte forma:

1) Colaborar para o equilíbrio físico, psíquico e espiritual dos participantes, através da FLUIDOTERAPIA;

2) Despertar o assistido para a reforma íntima através da EVANGELIZAÇÃO (ensinamentos cristãos à luz da Doutrina Espírita);

3) Conscientizá-lo da necessidade do autorreerguimento, alertando-o e orientando-o sobre a importância da fé, do cultivo da oração e do hábito de servir para o bem próprio, contribuindo para o bem de todos.

#### ATIVIDADES E FUNÇÕES:

1) Entrevistas Individuais – Buscar atender ao assistido em particular, procurando ouvi-lo, informando-o da realidade na qual está envolvido.

2) ASSISTÊNCIA ESPIRITUAL – (FLUIDOTERAPIA) – Ela deverá ser aplicada a todos os assistidos e familiares. O grupo de tarefeiros deverá ser constituído de um coordenador, um substituto e de um mínimo de 4 (quatro) médiuns passistas com um encaminhador.

#### ATRIBUIÇÕES E RESPONSABILIDADES:

A) DIREÇÃO GERAL DO GRUPO (COORDENADOR)

Coordenar e dirigir as atividades em perfeita interligação com a diretoria da casa.

Manter a pureza doutrinária dentro das atividades do departamento.

Manter unida a equipe num sentimento de fraternidade, colaborando para o equilíbrio moral do departamento e dos participantes.

Dirigir a preparação dos tarefeiros, interpretando a mensagem segundo as necessidades do grupo, buscando união, reforma interior, bem como a elevação do padrão vibratório.

Disciplinar o tempo determinado para execução das tarefas.

Congregar os tarefeiros para avaliações rápidas no final de cada atividade.

#### B) COORDENADOR DA ASSISTÊNCIA ESPIRITUAL FLUIDOTERAPIA

Preparar os tarefeiros se ligando ao plano maior, bem como elevando o padrão vibratório para que se possa alcançar os objetivos.

Cuidar para não fugirem aos padrões e técnicas de passes, conforme orientação da casa, lembrando que o nosso mestre JESUS somente impunha as mãos para curar.

#### C) COORDENADOR DA TERAPIA DE GRUPO



Deverá ser coordenado por um alcoólatra ou drogado em recuperação.

Seguir o horário estipulado pelo departamento.

Procurar coordenar os depoimentos, de forma que todos os companheiros que derem depoimentos possam falar pelo menos de 5 (cinco) a 10 (dez) minutos.

#### D) EXPOSITORES EVANGÉLICOS

Seguir o tema programado pela direção.

Buscar nas exposições o conteúdo evangélico, lembrando que a palavra está influenciando e contribuindo para a fluidoterapia e preparando o campo de ação para a terceira parte da reunião, a terapia de Grupo.

Avisar com antecedência, quando não puder comparecer, para que a direção possa substituí-lo.

Atentar para o racional e objetivo dos 20 (vinte) minutos de moral evangélica.

**ROTEIRO PARA O DESENVOLVIMENTO DA TAREFA** – As reuniões terão duração de uma hora e meia, com início às 20 horas e término às 21h30, tendo sido previamente escolhido um dia da semana.

A reunião será composta de três partes básicas a saber: Parte Evangélica, com duração de no máximo de 20 minutos; Fluidoterapia que deverá ter o tempo necessário ao atendimento dos assistidos e Terapia de Grupo, que terá o tempo necessário para os depoimentos, procurando o Coordenador da Terapia de Grupo terminar sua parte às 21h20, ficando os outros 10 minutos para o Coordenador Geral fazer o encerramento.

#### DETALHANDO AS PARTES:

**PARTE EVANGÉLICA** – Expositores devidamente treinados trazem temas evangélicos voltados para a moral do homem, sempre tendo como exemplo maior o mestre dos mestres, “JESUS”.

**FLUIDOTERAPIA** – Mais conhecido na casa espírita como Passe Espiritual. Trata-se de transfusão de energias espirituais por meio dos fluidos, de fundamental importância no tratamento do alcoólatra e drogado.

(Observação: a fluidoterapia é opcional.)

**TERAPIA DE GRUPO** – É o momento do companheiro, que está em tratamento, falar e ouvir sobre o alcoolismo; é o momento de ele expor suas mazelas, suas ansiedades,

chamamos este momento mágico de ESPELHOTERAPIA, pois é se espelhando nos erros e acertos do seu companheiro de grupo que ele estará conquistando sua liberdade perante o álcool.

## QUARTA PARTE

### **DEPOIMENTOS**

Nesses dezesseis anos de serviços prestados à comunidade, no amparo dos alcoólatras junto ao DESAATT–SBCAMPO e DESAT–TUPÃ, tivemos a oportunidade de ouvir milhares de depoimentos, sendo alguns tristes, outros pitorescos e alguns até engraçados.

Com AUTORIZAÇÃO de nossos companheiros, selecionamos alguns depoimentos que, na verdade, dariam para escrever vários livros, depoimentos, os quais buscam do fundo do ser, suas ansiedades, suas mazelas, mas também trazem esperança, confiança e fé no futuro, eis alguns:

#### **1º caso**

Nome: Maria Antonio

Data nascimento: 10.04.1936 – desencarne, agosto de 2000 (in memoriam)

Local: Gália – SP

Abstinência: 11 anos.

Eu, Maria Antonio, resolvi escrever a história da minha vida de alcoólatra. Tudo começou quando eu tinha apenas vinte anos. Engravidei, solteira, e tive que ir embora de casa, como acontecia com muitas coitadas; naquela época eu era completamente ingênua e tímida. E foi assim que eu andei perambulando pela vida, até encontrar um abrigo em São Paulo, onde parei alguns tempos. O abrigo existe até hoje e chama-se Exército da Salvação. Lá fiquei mais ou menos um ano. Tempos depois, nasceu minha filhinha e logo depois apareceu uma irmã minha (que já morreu) e ela me tirou de lá. Fui morar com ela em Taubaté, cidade do estado de São Paulo, mas não fiquei muito tempo com ela e quis voltar para São Paulo, com a intenção de trabalhar. No entanto, a minha vida de alcoolismo começou nesta época, mais ou menos, em 1958, e eu contava com vinte e dois anos, momento o qual passei a me empolgar com as coisas banais, da cidade grande e comecei a andar com as más companhias.

Então, duas vezes por semana, eu saía com a turma e bebia um pouco (bebida fra-

ca), mas como eu tinha predisposição para o alcoolismo (e eu, não sabia), sem me dar conta, fui bebendo cada vez mais, até me tornar uma alcoólatra inveterada. No começo, ainda conseguia pagar um simples hotel para dormir e tomar banho. Aos vinte e sete anos de idade já me prostituía para poder beber e me drogar, pois já tinha aprendido a usar drogas também. Nessa época me degradei tanto, que já estava morando na rua, dormindo nos bancos de jardins, foi quando, com a graça de Deus, consegui um barraco, em uma favela no bairro do Bom Retiro em São Paulo. Foi nessa favela que eu conheci um senhor, também alcoólatra, onde passamos a morar juntos. Quando ele estava alcoolizado me batia muito. A favela foi desativada pela polícia, por causa de muita morte que acontecia lá. Meu companheiro conseguiu um emprego como garçom e fomos morar num cortiço, mas continuamos bebendo muito, e brigando bastante e eu apanhando sempre. Quando ele completou quarenta e quatro anos, ele ficou doente com hepatite, cirrose e diabetes; já fazia treze anos que eu estava naquele sofrimento, pois, às vezes, ou

eu, ou ele, íamos presos por vadiagem ou arruaça.

Antes de irmos para o cortiço, dormimos muito embaixo de viadutos, com outros farrapos humanos como nós, pedíamos esmolas e a pinga era de litro, vinte e quatro horas por dia. Quando fomos morar no cortiço, num quartinho, já dava para tomar banho e fazer comida. Então pensei em parar de beber, mas não conseguia, foi, então, que meu companheiro, piorou do seu estado físico e depois de quatro anos de muito sofrimento e com muitas internações na Santa Casa, ele veio a falecer. Já fazia vinte anos que eu estava usando álcool, e alguns anos usando drogas, pois o álcool puxa a droga. Depois de cinco meses do falecimento do meu companheiro, eu me mudei para Tupã - SP, a pedido de minha mãe, pois antes ela não queria, por causa da bebida e do cigarro, pois ela era Evangélica. Minha filha, que não vi crescer, tinha se casado e abandonado a minha mãe, velha e doente. Eu, pouco valia para cuidar dela, pois continuei bebendo por mais dez anos, vivendo à mercê do álcool. Mamãe acabou morrendo, doente e desgostosa. Pas-

saram-se três anos da morte de mamãe e meu estado de saúde piorou, já estava vomitando sangue. Eu nunca acreditei em Deus, resolvi, então, pedir que se ele existisse, que me desse uma luz para que eu pudesse sair do fundo do poço que estava, porque eu queria viver como gente e não como um defunto ambulante. Pedi com muita fé, pois realmente estava cansada de sofrer, queria sair daquela vida porca que eu estava.

E Deus me ouviu e atendeu meu pedido porque depois de uns dias, conheci duas casas de apoio: ALCOÓLICOS ANÔNIMOS e o DESAT – Depto. de Socorro aos Alcoólatras de Tupã, que existem em Tupã - SP.

Eu já estava com cinquenta e dois anos perdidos, mas depois que maravilha! Minha vida foi mudando para bem melhor, que eu comecei a me sentir gente honrada, ainda graças a Deus e aos ensinamentos que recebi no DESAT.

Lá conheci gente, que como eu, tinha sofrido e feito a família sofrer e agora, sem os vícios malditos, hoje são felizes como eu, basta querer e pedir a ajuda de Deus misericordioso, que alcança. Foi Deus quem colo-



cou as casas de apoio em nosso caminho para nos ajudar e nos incentivar a sairmos do fundo do poço escuro onde caímos. Graças a Deus, no dia 21 de fevereiro de 2000, estarei completarei onze anos de felicidade, por estar em total abstinência e sobriedade. Estou com sessenta e três anos e cheguei a essa idade porque mudei do vinho para a água, só as lembranças amargas que me deixam triste, mas é só eu entrar numa reunião de apoio, que eu fico feliz, mais ainda, aquelas pessoas, eu as considero como meus professores, que me ensinaram tantas coisas lindas para eu poder me afastar dos vícios. Que Deus me abençoe e abençoe os outros que estão em sobriedade, como eu e, por misericórdia, não nos desampare.

Agora tenho outro companheiro aqui em Tupã - SP, que considero muito, foi Deus que o colocou em meu caminho. Já são quinze anos de convivência; ele é muito bom para mim, ao contrário do outro, não bebe, é trabalhador e mais novo que eu, por isso, quando eu fico doente, ele cuida bem de mim, com muito carinho, faz o que pode, graças a Deus. Não estou mais sozinha e

nem desamparada. Obrigada, Senhor meu Deus, também por isso.

## **2º caso**

Nome: José Aparecido Farinasso

Data Nascimento: 21.07.1957

Cidade: Tupã – SP

Abstinência: 10 anos.

Em 1969, eu contava com doze anos. Morava com meus pais, era apenas um garoto, mas como minha família era descendente de espanhóis, minha mãe tinha o costume de tomar vinho com pão de manhã. Foi nessa época que comecei a ter contato com o álcool. Minha mãe, talvez por não conhecer o problema do alcoolismo, fazia para mim uma mistura de vinho com água e açúcar e molhava o pão me dando de manhã. Com apenas quatorze anos, já estava bebendo dois litros de vinhos aos domingos, mal eu sabia que estava me tornando um alcoólatra, nesta época já estava trabalhando na Confeitaria Tartaruga em Tupã, como auxiliar de confeitoiro. O meu alcoolismo foi se agravando com as amizades que fui conhecendo, através de um conjunto de samba que formamos

na confeitaria, pois eu já estava ingerindo a famosa cachaça e me tornando, assim, aos dezessete anos, um inveterado alcoólatra.

Em 1975, eu estava me casando. Minha esposa, a qual já namorava há mais ou menos dois anos, pensava que nos casando, eu deixaria de beber, mas isso não aconteceu, pois meu alcoolismo foi se agravando. Continuava com meu emprego, pois apesar de ser um alcoólatra (eu não sabia), era muito responsável perante o trabalho, ou seja, não bebia em serviço.

Mas com o decorrer do tempo, a dependência foi aumentando e já estava necessitando beber antes de ir trabalhar, ou seja, já tomava a primeira dose logo de manhã. Os primeiros sintomas do alcoolismo começaram a aparecer: mãos trêmulas, vômitos, ressaca, dor de cabeça entre outros sintomas.

Em 1976, nascia o meu primeiro filho, foi quando, com a desculpa de comemorar, tomei todas que tinha direito, chegando a casa, carregado, descalço, como um indigente, situação que começou a virar rotina. Minha esposa, meus pais e meus filhos, pois já haviam nascido mais dois filhos, condenavam

os meus procedimentos. Eu, envolvido pelo álcool, batia em minha esposa, quebrava os móveis da casa, corria atrás de meu filho mais velho, com faca, desrespeitava os meus pais, bem como os vizinhos, ofendendo-os com palavras de baixo calão, quando não era preso, cheguei a ser internado em hospital psiquiátrico, três vezes.

Em face de meu alcoolismo, tinha perdido a minha credibilidade profissional, já não ficava muito tempo em um serviço. Certa vez, trabalhando em uma padaria da cidade, cheguei ao ponto de pular o muro da padaria para poder ir até o bar e tomar uma bebida. Família e amigos, inclusive patrão, faziam de tudo para que eu pudesse parar de beber.

Em 1988, meu patrão, desta mesma padaria, que se preocupava muito comigo e me considerava um bom profissional, me fez um convite para irmos até a cidade de São José do Rio Preto – SP, para que eu tomasse uma vacina que davam numa clínica da cidade. Para fazer uma média com meu patrão, aceitei o convite.

Chegando a São José do Rio Preto, fomos à clínica onde já havia uma fila enorme de

peças com problema semelhante ao meu. Depois de fazer nossa ficha de cadastramento, fui encaminhado para a grande fila. Meu patrão e sua esposa sempre me acompanhando. Conforme a fila andava, eu escutava comentários do tipo: Você viu fulano, tomou a vacina e depois bebeu, quase morreu, outro quase ficou cego, outro aleijado. Aquilo começou a me perturbar e a quase me fazer desistir da vacina, mas como tinha prometido ao meu patrão, não podia recuar naquele momento, e tomei a bendita vacina, que tinha uma duração de três meses, na qual eu passei a contar os minutos e segundos de cada dia, para que vencesse o prazo a fim de que eu pudesse beber, fase de minha vida na qual eu mais bebi.

Mas como Deus jamais se esquece de seus filhos, uma vizinha de nossa casa, em conversa com minha esposa, falou-lhe de um grupo espírita de recuperação de alcoólatras que estava sendo fundado em Tupã, com o nome de DESAT – Departamento de Socorro aos Alcoólatras de Tupã, convidando-nos para conhecer o grupo. Foi quando tomei a decisão mais certa de minha vida e fui com

minha esposa conhecer o grupo. Começamos, então, todas as quintas-feiras, frequentar o grupo, foi, então, que através das palestras, dos depoimentos de companheiros como eu, é que comecei a tomar consciência de que sou um doente alcoólatra e, a partir daí, nunca mais coloquei uma gota de álcool na boca.

Hoje minha vida mudou, pois sou dono de uma padaria, tenho minha casa própria, moto, carro e vivo muito feliz, com as dificuldades que todos têm, mas sabendo enfrentá-las de cabeça erguida e, o mais importante, sóbrio.

Agradeço a Deus tudo que tenho recebido, à minha família que me suportou durante esse período de alcoolismo e a este grupo DESAT que é o alicerce da minha sobriedade. E desejo vinte e quatro horas de sobriedade aos meus irmãos alcoólatras.

### **3º caso**

Nome: Antônio Lopes dos Santos

Data nascimento: 28.12.1946

Cidade: Clementina – SP

Abstinência: 9 anos.

Aos dezessete anos de idade, comecei a participar, com amigos, de brincadeiras dançantes nas festinhas de jovens e adolescentes; logo comecei a me envolver com o álcool, pois a moda da época era a cuba-libre e, assim, foi aumentando e diversificando o meu consumo de bebida, passando para a cerveja e outras bebidas destiladas.

Com o passar do tempo, eu já estava bebendo todos os dias. Toda tarde encontrava com meus amigos, após o serviço, nos bares, para tomarmos os nossos aperitivos. Chegava a casa, já alterado pelo álcool, dando trabalho para o pai, a mãe, e fui crescendo e o alcoolismo crescendo comigo, pois não sabia que era um alcoólatra. Aos vinte anos me casei e como não poderia ser diferente, continuei a frequentar os bares. Cada vez mais, os problemas com minha esposa aumentavam, pois eu trocava, facilmente, o meu lar pelos bares.

Logo depois, nasceu a minha primeira filha, que hoje está com vinte e um anos; esta que eu não vi crescer, pois estava muito pre-

ocupado com meus colegas de copo e continuava cada vez mais a me afundar no álcool.

Continuei a beber até os meus quarenta e três anos de idade. Já tinha nascido o meu segundo filho, mas eu só me preocupava com o álcool, foi quando eu, através de um amigo, conheci um grupo de apoio de nossa cidade chamado DESAT–Departamento de Socorro aos Alcoólatras de Tupã –, que passei a frequentar todas as quintas-feiras, no qual pude ouvir muitas palestras de conscientização e depoimentos de pessoas, com o mesmo problema que o meu. A primeira reunião que tive a oportunidade de assistir foi muito marcante para mim, pois quando o primeiro companheiro se levantou e começou a dar seu testemunho, parecia que a pessoa estava falando para mim, ou seja, tudo que ele falava se encaixava de forma quase integral para o que eu já havia feito no meu alcoolismo. Houve mais alguns depoimentos e tudo aquilo foi mexendo com meu ser. No final da reunião, o coordenador deixou em aberto para quem quisesse dar seu voto, dizendo que era para deixar a vergonha na cadeira e vir até a frente dar o seu voto de



abstinência, foi quando minha esposa, que estava me acompanhando me deu um "toque", e eu entendi logo a mensagem. Levantei-me e fui dar o meu voto de abstinência, isso se deu em agosto de 1990, já estou com nove anos de abstinência, minha vida mudou completamente, hoje meus filhos me respeitam, vivo muito bem com minha esposa, temos nossos problemas, como todo lar tem, mas hoje sei enfrentá-los de cabeça erguida, sem precisar fazer uso do álcool.

Hoje estou aposentado, como atendente de enfermagem, e continuo trabalhando no asilo de velhos de nossa cidade, como auxiliar de enfermagem, para também complementar nossa renda familiar, mas estou muito feliz. Hoje sou outro homem, continuo em abstinência e frequentando grupos de apoio, dando minha contribuição àqueles que chegam aos grupos, nas mesmas condições em que eu cheguei. Gostaria de reforçar a todas as pessoas que irão ler este livro, que é fundamental ao alcoólatra, que quer se recuperar, frequentar um grupo de apoio, pois foi através de um grupo de apoio que pude entender que era um doente alcoólatra, através

da conscientização, passando a evitar o primeiro gole e mudando meus hábitos. Não podemos nos esquecer de agradecer a Deus nosso Pai nem a Jesus, pois sem Eles eu não teria conseguido minha libertação.

#### **4º caso**

Nome: José Carlos Martins

Data nascimento: 11.10.1950

Cidade: Tupã – SP

Abstinência: 7 anos.

Aos doze anos de idade, tive a infelicidade de ter um patrão alcoólatra, que todas as tardes me levava aos bares, para beber, começando com pequenas doses de Cinzano e, com o decorrer do tempo, passando pela cerveja e pela pinga. Nos bares todos se embriagavam, mas eu bebia bastante, mas não conseguia ficar bêbado e me achava forte e, ainda mais, que a bebida nunca iria me derubar.

Em 1975, já trabalhando como mecânico, me casei, mas continuava a beber muito. Do casamento vieram dois filhos que não vi crescer; muitas vezes, fui convidado a frequentar grupos de apoio, mas recusava por

achar que eu podia parar a hora que quisesse.

Comecei a perder tudo o que tinha, desde bens materiais como os morais. Estava totalmente tomado pelo álcool. Muitas vezes, tentava deixar de beber, mas o álcool falava mais alto; os meus amigos começaram a se afastar de mim. Procurando querer acertar, acabei comprando um bar, vendia um aperitivo e tomava três e acabava dormindo atrás do balcão. Quando não dormia atrás do balcão ou na rua, chegava a casa, discutia com toda a família e, às vezes, vomitava na sala. Muitas vezes, me machucava, caindo no banheiro ao tentar tomar banho; várias vezes caí de moto. Certa vez, estava tão embriagado, que peguei o meu carro e fui até um bar para beber, chegando lá, não consegui nem desligar o motor do carro, acabei adormecendo ali mesmo, acordando com a polícia, que me levou para a delegacia, apreendendo o carro e a minha carteira.

Cheguei a ponto de arrumar uma amante, a qual eu não escondia de ninguém, cheguei a levá-la para trabalhar no bar junto com meu filho. Foi nessa época que fui fiador

de um amigo na locação de um barracão (oficina mecânica), sendo que esse meu amigo não honrou os seus compromissos, deixando uma grande dívida, para que eu pagasse. Foi quando vendi o bar para conseguir pagar as dívidas, e não consegui pagar tudo, então, assumi o barracão, voltando a trabalhar como mecânico. Essa foi a fase de minha vida que mais bebi, chegando ao fundo do poço, chegando quase a perder a família que tanto amava, e que o álcool estava me tirando. Mas Deus, que não se esquece de seus filhos, me mandou um amigo e ele me convidou para frequentar um grupo de apoio de nossa cidade denominado DESAT – Departamento de Socorro aos Alcoólatras de Tupã.

Foi neste grupo, que comecei a entender, através das palestras, que pessoas de níveis mais elevados que o meu não se envergonhavam de dizer que eram alcoólatras. Passei a entender que também eu era um alcoólatra, dando o meu voto de abstinência em 22.07.1993. Daí para frente, minha vida começou a mudar, do vinho para a água, ou seja, em apenas cinco meses de abstinência, já tinha reconquistado minha família que de-

positou, em mim, total confiança e apoio, também tinha comprado um carro e meus clientes começaram a voltar a trabalhar comigo, pois sempre fui um bom profissional. Depois de três anos de abstinência, já tinha conseguido deixar de pagar aluguel e comprar um terreno, no qual construí minha própria oficina mecânica.

Hoje me sinto um homem, pois consegui coisas que, pelo que fiz, penso não merecer. Agradeço o apoio de minha família e dos companheiros de grupo do DESAT, este que me ajudou com minha conscientização de que sou um doente alcoólatra, mas entendi também, que posso viver muito bem, sem o uso do ÁLCOOL.

### **5º caso**

Nome: Valquiria Cristina Martins

Data nascimento: 3.02.1976

Cidade: Tupã – SP

Observação: filha de José Carlos Martins.

Alcoolismo, como definir esta palavra que, praticamente, acaba com muitas vidas, sem exceção de idade, quando não alertadas a tempo? Quantos de nossos jovens hoje não

estão entrando neste caminho de ida e, muitas vezes, sem volta? É por esse motivo, meus amigos, que resolvi me abrir com vocês e falar sobre este assunto tão delicado para muitas pessoas que neste momento se encontram perdidas com o mesmo problema que tive com meu pai, alcoólatra, que me trouxe muitas infelicidades, mas hoje, com a graça de DEUS e com sua infinita misericórdia, posso dizer que tenho um pai maravilhoso e que também está presente em todos os momentos de minha vida.

Meu pai sempre foi um homem trabalhador e que nunca deixou de lutar pelos seus ideais; seu único problema era ser dependente do álcool, deixando, dessa forma, que a maldita bebida tomasse conta de seu corpo, cada dia mais e mais. Era muito difícil passar um fim de semana sem brigas, discórdias, em minha casa, causada pelo álcool. Eu não suportava os fins de semana por causa das discussões e também era muito triste ver meu pai, quem eu tanto amava, alcoolizado, quase caindo, parecendo um mendigo, que não tinha família e, acima de tudo, xingando sua própria família que tanto o amava e fazia

de tudo para vê-lo feliz, livre desse vício que o perturbava tanto. Para ele, só prestava seus amigos de bar que adoravam vê-lo se autodestruindo; apenas meu pai não percebia as pessoas dando risadas pelas suas costas e dizendo que eu iria ver meu pai sendo enterrado, pois já havia começado a ter convulsões. Nessas horas minha única vontade era de chorar e, em meu pensamento, era de que quando meu pai acordasse tudo passaria e ele não mais beberia e tudo voltaria ao normal.

Quando chegava a época de festas, aniversários, Natais, passagem de ano era sempre muito triste, pois lá estava meu pai com um copo de cerveja na mão, alcoolizando-se, e o mais incrível era sua grande inocência em pensar que ele não era um alcoólatra, por esse motivo, a bebida não lhe fazia mal algum, grande era sua tolice, e ainda mais difícil era vê-lo não apenas com um copo, mais atrás do primeiro viriam outros e mais outros, deixando-o cada vez mais dependente. Quanto sofrimento. O tempo foi passando e meu pai, quem tanto eu amava, foi se acabando com a bebida, e o pior, perdendo tudo

o que havia conseguido com anos e anos de muita luta. Em 1991, compramos um bar, foi a pior fase de minha vida, ao invés de vender, ele bebia, passando, dessa forma, a se alcoolizar ainda mais e mais, o que apenas era nos fins de semana, agora não havia mais dia, e muito menos hora, todo dia era dia, toda hora era hora, por apenas uma porta de oitenta centímetros se passara tudo o que ele mais tinha de preciosidade. As pessoas que realmente o amava, já não o aguentavam mais, pois oferecer conselhos, de nada adiantava, a única pessoa que realmente podia ajudá-lo, nessa hora, era JESUS. Comecei a pedir, para o meu Pai criador que tocasse o coração de meu pai, aqui na Terra, pois eu sofria demais ao ver o meu paizinho, que eu tanto amava, naquela situação. Cheguei a chorar, quando uma de minhas tias, me disse que ela não tinha mais irmão e que eu, por minha vez, deveria fazer o mesmo, dizer que não tinha pai. Fiquei abismada, indignada, de ter ouvido aquele absurdo, eu não sabia o que falar, simplesmente, olhei no fundo dos olhos dela e lhe disse: “- Que por mais defeito que meu pai tenha, ele sempre



será o meu pai e, apesar de tudo, eu tenho muita fé em DEUS e a certeza de que um dia, JESUS tocará seu coração, fazendo-o se sentir amado e precioso aos olhos de DEUS.”

E como para DEUS nada é impossível, esse dia de muita glória chegou-me trazendo muito orgulho de ter um pai que errou, mas que com o seu erro, aprendeu e deu a volta por cima, mostrando para todos, que é capaz, e é por isso, papai, que depois de tantas lutas e problemas, hoje posso te ver vencedor como sempre, pois nunca foi um perdedor, mas sim, uma pessoa com erros como outra qualquer, mas ainda com a melhor virtude de um ser humano, saber reconhecer onde errou, e ainda, meu pai, o senhor é minha razão de viver e nada neste mundo, me faz tão feliz quanto te ver assim; este pai herói que, apesar de tudo, me criou e me amou de tal forma, superando o que passamos e hoje digo a todas as pessoas que acompanharam nosso sofrimento que tão grandiosa foi a paz que DEUS me concedeu e a maravilha de ser agraciada pelo seu carinho e amor.

Eu sei que a sua luta será eterna, pois há muitas pessoas para atrapalhar, mas também reconheço a sua maior força de vontade e é por isso que o admiro tanto, e agradeço a DEUS por ter me dado a oportunidade de nascer no seio desta família que tanto amo. A vocês, papai e mamãe, todo meu amor que é do infinito.

### **6º caso**

Nome: Sebastião Eugênio Rodrigues da Silva

Data nascimento: 29.09.1957

Local: Rinópolis – SP

Abstinência: 6 anos.

Comecei a beber com treze anos, quando jogava futebol na zona rural, pois quando acabava o jogo, o pessoal vinha com um “litro de pinga” para distribuir para o pessoal em cima do caminhão. Eu, com a desculpa de esquentar para tomar banho, tomava apenas um golinho. Mas já pensando no próximo domingo, quando voltaríamos a jogar, para tomar mais um gole. Comecei a trabalhar em um escritório, em Tupã, e todas as tardes quando saía do serviço, passava no

bar para tomar uma caipirinha e comer um salgadinho. Chegando a casa, tomava um banho, jantava e ia para escola, onde cursava a sétima série do ginásio.

Com o passar do tempo, às vezes, na volta da escola, quando o bar ainda estava aberto, parava para tomar uma cervejinha com os amigos e, assim, o tempo foi passando. Em cada fim de semana, nos reuníamos na casa de um dos amigos para tocar violão e cantar, tomávamos mais ou menos, um litro de caipirinha e algumas cervejas, acompanhados dos famosos "tira-gostos". Quando havia bailes na nossa cidade, fazíamos apostas, que quem não dançasse, tinha que pagar uma rodada de cerveja, nessa pretensa brincadeira, bebíamos a noite inteira.

Em 1978, eu me transferi para a cidade de São Paulo, capital, como todos os jovens de minha época faziam. Já sentindo os primeiros efeitos maléficos do álcool, foram constatadas, por exame médico, através de uma Endoscopia, que eu estava com duas úlceras duodenais. Nessa época, já estava noivo, mas minha noiva tinha ficado em Tupã, aguardando que eu arrumasse um bom

emprego para que pudéssemos nos casar, e eu, então, trazê-la para São Paulo. Entretanto, diante dos meus problemas com o álcool, fui obrigado, em 1979, a passar por uma cirurgia, na qual, quase me levou à morte. Com a graça de Deus, consegui me recuperar, e nessa época, já estava trabalhando em Santo André, no grande ABC Paulista, num despachante. Uma vez por mês, vinha a Tupã para visitar a família e minha noiva. Mas o álcool, ainda estava muito enraizado em minha pessoa, e eu continuava a beber muito, chegando a tomar, nas viagens que fazia, de quatro a seis latinhas de cervejas, sem contar os aperitivos que tomava nas paradas do ônibus. Chegava de madrugada, e não via a hora do comércio abrir para encontrar os amigos e irmos para os bares e clubes para beber, muitas vezes, esquecendo-me da família e da própria noiva.

Em 1980, eu me casei em Tupã e fomos morar em São Paulo. No começo de meu casamento, como não podia ser diferente, eu queria mostrar à minha esposa que eu era uma pessoa responsável e estava dosando meus aperitivos, tomando um litro de pinga,

que dava para mais ou menos vinte dias, mas o álcool começou a falar mais alto dentro de mim e comecei a beber cada vez mais, foi quando nasceu o meu primeiro filho.

Continuei nessa toada até o nascimento da minha filha. A partir daí, foi quando as coisas começaram a descambar de vez, ou seja, comecei a beber compulsivamente, chegando ao ponto de não ver os meus filhos crescer, pois eu não tinha tempo, para eles, somente via em minha frente o álcool, continuava trabalhando no despachante, mas já estava bebendo durante o expediente escondido, mas escondido de mim mesmo, pois todos do escritório sabiam, menos eu.

Neste escritório, eu não tinha patrões, e, sim, pais e amigos, pois eles me consideravam muito, só eu que não percebia. Muitas vezes, tentaram me ajudar com conselhos, para que eu parasse de beber, mas eu não atendia; sempre só prometia que ia parar. Depois de muita insistência de meus patrões, chegando até a pagarem várias consultas médicas, sugeriram que eu fosse me tratar em uma clínica, de modo que eles pagariam todas as despesas. Foi a partir daí, que eu

tomei a decisão de me tratar para fazer uma média com meus patrões.

Levaram-me para São Sebastião do Paraíso, Minas Gerais, onde eu fiquei quarenta e um dias internado, em um hospital psiquiátrico. Nesse hospital tive a oportunidade de me desintoxicar por meio do tratamento recebido por boa alimentação e nos horários certos, também dormia bem e saí de lá novinho em folha. Nesse ínterim minha família tinha voltado para Tupã. Voltei a trabalhar, mas comigo também voltaram os amigos de copos, pois como estava morando sozinho, ficava tudo mais fácil. Com o passar do tempo, comecei a me entregar totalmente ao álcool, chegando ao ponto de levantar de madrugada para beber. Pela manhã, aguardava a circulação dos ônibus para poder sair de casa e encontrar a primeira padaria aberta para tomar o primeiro gole do dia, procurando, assim, parar a tremedeira e os vômitos, porque, enquanto não bebesse, não parava de tremer. Foi quando resolvi pedir demissão e vir para Tupã. Minha esposa, muito desgostosa e doente, por muito sofrimento, já em tratamento médico na cidade de Marília, não

acreditando mais em mim, solicitou a separação, que eu aceitei de pronto, pois sabia que o errado era eu, embora não admitisse. Nessa época, já estava totalmente dependente do álcool, pois já estava ingerindo mais ou menos dois litros de pinga por dia, fora as cervejas e os aperitivos. E me encontrava bastante debilitado, pois estava bebendo vinte e quatro horas por dia, estava desempregado, muito doente e totalmente perdido.

Foi quando, que pela luz de Deus, comecei a me lembrar, que já havia frequentado o A.A. (alcoólicos anônimos) em São Paulo, e comecei a tomar a consciência que tinha de me tratar, foi quando resolvi tomar uma atitude de homem e procurar um grupo de apoio em Tupã.

Foi então que, em 1992, internado na Santa Casa de Misericórdia de Tupã, para tratamento, um médico que estava me tratando me indicou um grupo de apoio denominado DESAT – Departamento de Socorro aos Alcoólatras de Tupã, para que eu pudesse frequentar as reuniões.

Em 1993, passei a frequentar o DESAT, mas ainda não estava consciente que era um

doente alcoólatra, foi quando, uma irmã minha, querendo me ajudar, me levou à cidade de São José do Rio Preto, estado de São Paulo, em 20.02.94, para tomar uma vacina, numa clínica, vacina essa que, segundo algumas pessoas acreditavam, assim como minha querida irmã, podia curar o alcoolismo. Nessa data, tomei a primeira dose da vacina, e continuava a frequentar o DESAT, onde, através das informações recebidas, comecei a tomar consciência de que era um doente alcoólatra e, como uma ajuda paliativa, fui tomar mais duas doses da vacina. Hoje já com seis anos de abstinência, totalmente livre do alcoolismo, voltei a morar com minha esposa e meus queridos filhos, estou empregado e sou muito feliz, faço parte de vários grupos de apoio, sendo presidente eleito do (GDAAI) – Grupo de Apoio aos Alcoólatras Anjo Ismael, onde procuro ajudar meus irmãos a não passar pelo que passei. Agradeço a Deus a minha sobriedade, pois com ela, eu tenho tudo o que quero, e sem ela, não terei nada. Desejo aos meus queridos irmãos vinte e quatro horas de sobriedade, evitando o primeiro gole, e consciente e



respeitando o álcool, sabendo ser ele, o responsável pela derrocada de muitos homens.

### **7º caso**

Nome: Jerônimo Gomes Pereira

Data nascimento: 01.10.1948

Cidade: Caculé – BA

Abstinência: 6 anos.

Nasci em 01.10.1948, filho de um pai que consumia álcool e fumo. Aos dezessete anos, incentivado por colegas e o próprio pai, passei a tomar a famosa caipirinha, tomando gosto pela maldita. Aos vinte anos, eu estava tomando pinga pura, de qualquer qualidade, e fumando todos os tipos de cigarros. Aos vinte e cinco anos passei a tomar cerveja, vinho, conhaque e outros. Eu andava em todos os bares e botecos. Aos trinta anos, já casado e pai de quatro filhos, continuava com os meus porres; no bar, era um palhaço, mas quando chegava a casa, minha mulher não podia comentar nada como, por exemplo, faltando alimento, que eu já quebrava o pau, mas graças a Deus nunca levantei o braço para bater nela.

Como eu estava bebendo muito, perdia vários empregos, pois meus patrões não mais confiavam em minha pessoa. Era um excelente profissional, como motorista, mas quando alcoolizado, não servia para nada. Foi nessa época, que minha esposa, cansada de tudo, abandonou-me levando os meus quatros filhos, partindo para o desquite; então, eu me afundei de vez no alcoolismo.

Aos quarenta anos, já desquitado, morando com minha mãe, em Tupã – SP, começaram a aparecer os problemas com o álcool. Quando levantava de manhã, ao escovar os dentes, tinha muito vômitos, mas culpava a pasta de dente, estava com problemas no estômago e tinha muitas diarreias. Tentei parar de beber quatro vezes, mas não tinha força, o álcool falava mais alto. Alguns amigos começaram a me abandonar, com pouco caso e desprezo, nesse momento, percebi que estava no fundo do poço. Minha irmã, Geralda, sempre me dava conselhos, pedindo para que eu deixasse o álcool e saísse daquele sofrimento.

Foi quando, aos quarenta e cinco anos de idade, eu consegui aceitar os conselhos de

minha irmã e de um compadre, e fui procurar um grupo de apoio. Foi quando no dia 12 de fevereiro de 1994, às 20h horas, eu dava entrada no DESAT – Departamento de Socorro aos Alcoólatras de Tupã, e através das palestras de conscientização que lá ouvi, passei a entender que era um doente alcoólatra e dei o meu voto de abstinência no dia 12 de fevereiro de 1994, sendo que dessa data em diante, minha vida mudou completamente.

Hoje, estou com cinquenta e um anos e seis anos de sobriedade, deixei a bebida e o cigarro, continuo frequentando os grupos de apoios de nossa cidade, pois é fundamental a frequência num grupo de apoio. Agradeço a Deus, nosso Pai, em primeiro lugar; à minha querida irmã, pelos seus conselhos e, finalmente, ao DESAT, por eu ser hoje um homem novo. Meus filhos me aceitaram de volta como pai, estou empregado na Prefeitura Municipal de Tupã, já há seis anos. Peço a Deus que nos abençoe e, aos meus amigos alcoólatras, desejo vinte e quatro horas de sobriedade.

## 8º caso

Nome: José Barbosa das Neves

Data de nascimento: 20.03.1960

Cidade: Parapuã – SP

Abstinência: 6 anos.

Aos quatorze anos, já morando em Tupã, trabalhava em uma pequena fábrica de calçados, e na hora do almoço, por influência dos meus companheiros de trabalho, íamos à padaria para tomar um aperitivo (caipirinha), com pretexto de abrir o apetite. Com o passar dos tempos, já estava bebendo em média quatro caipirinhas nos fins de semana. Saíamos da firma, nos fins de semana ao meio-dia, e chegava a casa à tarde, completamente embriagado; a caipirinha já estava ficando fraca para mim, passei, então, a tomar só conhaque e, assim, já com dezesseis anos, o álcool foi tomando conta de mim.

Em 1976, fui trabalhar em outra firma de confecções de calçados, pois a que eu trabalhava havia fechado, mas meu alcoolismo continuava de vento em popa. A minha sorte era que, graças a Deus, eu tinha um organismo forte, comia bem, dormia bem e não

era de perder dia de serviço, sendo um excelente profissional.

Em 1981, fui trabalhar numa fábrica de calçados em Agudos – SP, e por estar longe de meus pais e de meus amigos de copos, afundei-me de vez no alcoolismo. Morávamos em uma república, oito pessoas, dessas oito pessoas, só duas não bebiam. Cada quinze dias, eu vinha a Tupã para visitar os meus pais, nesses dias, procurava não beber para não assustar minha família.

Foi numa dessas viagens que conheci uma garota, a qual, depois de três anos de namoro, casamo-nos. Nessa época, passei a morar em Tupã, vindo a trabalhar em outra fábrica de calçados. Desse casamento, surgiu uma linda menina, que hoje conta com dezesseis anos, mas que, infelizmente, não tive a oportunidade de ver crescer, pois o álcool tomava quase todo o meu tempo livre.

Nessa oportunidade, morávamos numa granja, onde minha esposa trabalhava. Por causa do álcool, acabamos nos separando em 1988, onde ela passou a morar com a nossa filha na cidade de Santos – SP.

Passei a morar com um irmão, por uns tempos, mas meu irmão também veio a se separar de sua família, pelo mesmo motivo que eu, ou seja, o álcool. Por insistência de minha mãe, voltamos a morar com meus pais, por ironia do destino os dois filhos alcoólatras.

Certo dia, um amigo da família veio visitar os meus pais, mas eles tinham ido à casa de minha irmã, então, ele me pediu que o acompanhasse até a casa de minha irmã. Eu concordei prontamente e fomos para casa de minha irmã, em sua moto. Chegando ao nosso destino, foi só alegria, pois meus pais eram muito amigos dessa pessoa e, com essa alegria toda, eu e meu amigo tomamos tudo o que tínhamos direito em cerveja. Foi na volta para nossa casa, que o meu destino se clareou, ou seja, sofremos um acidente grave com a moto e nós dois fomos para a UTI (Unidade de Terapia Intensiva), na qual eu fiquei internado por uma semana e meu amigo, que quase morreu, ficou internado quase um mês.

Quando tive alta do hospital, continuei meu tratamento em casa, tomando os remé-

dios, que o médico tinha prescrito. Como estava tomando antibióticos, não podia de forma alguma beber. Mas foi só eu melhorar um pouquinho, que meu alcoolismo voltou com tudo. Tentava parar de beber, mas não conseguia, parava alguns dias, mas cada vez que eu parava, eu voltava a beber em doses maiores. Certo dia, já recuperado do acidente que me deixou sequelas, ou seja, fiquei com a perna direita, menor, três centímetros, e escutando um programa de rádio de nossa cidade, ouvi o locutor falar sobre um grupo de apoio chamado DESAT – Departamento de Socorro aos Alcoólatras de Tupã, que funciona em uma casa espírita chamada Instituto de Assistência e Difusão Espírita Alan Carlos, rua Assur Bitencourt, 851 em nossa cidade, com reuniões às quintas-feiras às 20 horas.

Cansado de sofrer com o alcoolismo, não pensei duas vezes, passei a frequentar o grupo de apoio, e foi nesse grupo, com a Graça de Deus e com as palestras e depoimentos, comecei a entender que sou um doente alcoólatra, e no mês de março de 1994, numa das reuniões, dei o meu voto de

abstinência, voto esse que até hoje honro com muito orgulho.

Minha vida mudou completamente, hoje tenho uma nova companheira, uma enteada que me respeita como pai, estou empregado na Prefeitura Municipal de Tupã e estou terminando de construir minha casa. Minha família anterior está muito feliz por eu ter deixado o álcool; minha filha me visita todos os anos, enfim, deixei o homem velho para trás e pretendo continuar a minha vida, sem o álcool, que me trouxe muito sofrimento e desilusão. Aos meus amigos de grupo, desejo vinte e quatro horas de abstinência e sobriedade.

### **9º caso**

Nome: Juraci Martins Cardoso

Data de nascimento: 8.06.1953

Local: Pirapozinho – SP

Abstinência: 4 anos.

Sou filho de lavrador e, com um ano de idade, nós nos mudamos para uma fazenda, na região de Tupã. Cursei até o terceiro ano do primário, no bairro chamado Marco Oito, distrito de Herculândia – SP. Aos seis anos de



idade, já ajudava meu pai na roça. Em 1964, nós nos mudamos para Tombadouro, no Estado da Bahia, que ficava no município de Sento Sé. Desde pequeno, sempre fui uma criança muito insegura e revoltada e, aos sete anos de idade, tive tétano, quando se agravou mais o meu sistema nervoso. Nesta cidade, meu pai começou a trabalhar no comércio (secos e molhados) com sociedade com um amigo. Foi nesta cidade, mesmo ajudando o meu pai no balcão, consegui terminar o primário.

Em 1966, meu pai se desentendeu com o seu sócio e voltamos para a roça, e como a nossa cidade ficava à beira do Rio São Francisco, começamos a também pescar, para ajudar na renda da família. Em 1969, papai já estava de volta à cidade, com um bom emprego, época em que eu fui para outro município trabalhar em um bar, já estava com quinze anos, e consegui muita amizade e respeito entre os convivas da cidade. Durante essa época, comecei, junto com os meus amigos, a tomar os primeiros aperitivos nas festas e serenatas muito comuns nos fins de semana; era muito namorador.

Em 1974, resolvi ir para São Paulo, capital, onde consegui um emprego numa firma metalúrgica, na Freguesia do Ó. Durante dois anos, morei com meu irmão, sendo que os meus patrões gostaram muito do meu serviço, mas em função da cidade grande, eu tinha muito medo e era uma pessoa insegura. Em 1976, a firma mudou-se para Guarulhos – SP, e eu fui junto. Tendo em vista que eu ganhava muito pouco, fui morar em um “cortiço” perto de uma grande favela, ali, conheci vários companheiros, na mesma situação que eu, então, começamos a beber junto, aumentando cada vez mais as minhas doses. Foi através do álcool que comecei a notar que, cada vez que eu bebia, me tornava mais liberto dos meus medos, ficava mais corajoso e me soltava mais nas brincadeiras. Nesse espaço de tempo, por ironia do destino, fui promovido na empresa, passando a ganhar mais como Inspetor de Qualidade, e como eu estava com mais dinheiro no bolso, torrava tudo nos botecos e bailes da cidade, fazia muitas excursões para Santos – SP, regadas a muito álcool e mulheres.

Comecei a sentir que os verdadeiros amigos se afastavam de mim, quando algum queria me dar algum tipo de conselho, eu os tratava muito mal, dizendo-lhes que o dinheiro era meu e ninguém tinha nada a ver com isso. Embora vivesse sempre alcoolizado, eu era muito responsável, chegando a trabalhar nesta firma, dezesseis anos, mas por envolvimento com funcionárias da firma e por já não acompanhar o progresso desta, resolvi pedir a conta; foi, então, que eu me afundei de vez no alcoolismo. Passaram-se quatro anos e eu continuava a me degradar, morei algum tempo com uma mulher, mas não deu certo, trabalhei numa borracharia, onde ali, eu trabalhava, comia e dormia. Nessa época cheguei até a frequentar a famosa "boca do lixo".

Em 1994, sabendo que meus pais estavam residindo em Tupã – SP, resolvi vir morar com eles, tentando novos empregos, mas o álcool não deixava, cheguei a trabalhar até de boia-fria mas, muitas vezes, não conseguia nem ir para a roça, pois não tinha força. Às vezes, minha mãe levava comida no meu quarto, pois não tinha forças de levantar da

cama, chegando ao ponto de minha mãe ter de me dar comida na boca. Foi quando que, através de uma amiga, tomei conhecimento de um grupo de apoio da cidade chamado DESAT, mas rejeitei o convite de conhecer o grupo, achando que eu não era alcoólatra, mas depois de muita insistência, acabei aceitando o seu convite e, levado pelo seu marido, fui conhecer o DESAT.

Em 6 de junho de 1996 eu dava entrada no grupo de apoio. Fiquei maravilhado com o que se falava naquele recinto, pois falavam muito de Deus, de Jesus e de como devíamos agir para parar de beber, sem contar, os depoimentos maravilhosos que eu tive oportunidade de ouvir e ver. Desse dia em diante, tomei consciência que era um doente alcoólatra, dando o meu voto de abstinência no dia 13 de junho de 1996, sendo que desta data em diante, nunca mais coloquei uma gota de álcool na boca. Hoje me encontro muito feliz, encontrei algumas barreiras em minha vida, mas já consigo vencê-las sem o uso do álcool.

Cheguei a ser um Inspetor de Qualidade número um na firma que trabalhei em São

Paulo, mas em função do álcool, distanciei-me de Deus e de todos os que me amavam, chegando a ficar no fundo do poço. Entretanto, hoje trabalho como servente de pedreiro, mas consegui reconquistar minha integridade moral e faço parte de vários grupos de apoio, nos quais procuro passar aos meus irmãos minha experiência de vida. Quero deixar, a todos os que lerem nossas experiências, as duas poesias abaixo que já na minha sobriedade consegui fazer:

### **Desat**

Desat é um grupo fraterno  
Que está pronto para acolher  
Aquele irmão alcoólatra  
Que não consegue vencer

Vencer o álcool sozinho  
É uma barra pesada,  
Quem sabe dentro de um grupo  
A gente resolve a parada

São apenas quatro coisas  
Que nós temos que aprender  
E guardar bem na memória  
Pra nunca mais esquecer

Evitar o primeiro gole  
E se conscientizar  
Procurar mudar de hábitos  
E as reuniões frequentar

O resto se aprende aos poucos  
Temos muito que aprender  
Coisas novas pela frente  
Irão sempre aparecer

Aqui tem a parte evangélica  
Que pra nós é importante  
Porque fala em Jesus Cristo  
De quem estamos distante

Depois vêm os passes  
Ou fluidoterapia  
Para nos fortalecer  
Nos dando mais energia

Tem a terapia em grupo  
Que também é muito boa  
Porque falamos para os outros  
Tudo da nossa pessoa

E DESAT é isso aí  
Como diz o Damião  
Amar sempre uns aos outros  
Do fundo do coração.

## O alcoólatra

Bêbado, pobre bêbado  
Perambulando pelas ruas  
Não queira culpar os outros  
Porque a culpa é toda sua

Não culpe a sua esposa  
Seu patrão nem o Presidente  
Procure sempre lembrar  
Que você é um doente

Uma doença incurável  
Que da qual é portador  
Pois pra curar este mal  
Ainda não existe doutor

Só existem dois caminhos  
Para você escolher  
Evite o primeiro gole  
Se não prefere morrer!

E mesmo depois da morte  
Irá sofrer as consequências  
Porque foi um suicida  
Mesmo sem ter consciência

Não pense que eu sou um poeta  
Pois muito mal eu sei escrever

Eu sou apenas um alcoólatra  
Igualzinho a você

Um alcoólatra que encontrou  
Um caminho para o bem  
Pois encontrei o Desat  
Venha pra cá você também

Não existe só o Desat  
Tem o GDAI e tem o AA  
Só depende de você  
Pra sua vida mudar.

### **10º caso**

Nome: Paulo de Oliveira

Data de nascimento: 27.08.1950

Cidade: Pindorama – SP

Abstinência: 1 ano.

Saí de Pindorama com dezessete anos de idade e fui tentar a vida em São Paulo, capital. Trabalhava em uma mercearia no bairro de São Mateus, e foi servindo os fregueses que comecei a ter contato com o álcool. Passei por diversos empregos, sempre bebendo cada vez mais, sem conseguir me firmar em nenhum emprego, pois meus patrões não acreditavam em minha pessoa.



Em 1969, consegui emprego como cobrador de ônibus, passando por mais de vinte empresas, por causa do álcool. Foi quando, através de um amigo, fui levado a conhecer o A.A. (alcoólatras anônimos), em 1980, quando permaneci oito anos em abstinência, sem ingerir o famigerado primeiro gole.

Em 1988, mudei para a cidade de São José do Rio Preto – SP, trabalhando como vendedor ambulante, visitando toda aquela região. Certo dia, estava em Bernardino de Campo – SP, fazendo minhas vendas e já passava das quinze horas, o calor era terrível, foi, então, que entrei numa lanchonete para tomar um refrigerante. Foi quando me ofereceram um copo de Coca-Cola, mas continha também “álcool”, foi como se tivessem acordado um tubarão faminto dentro de mim. Daquele momento em diante, passei a beber compulsivamente, passando a perder tudo o que tinha, deixando para trás, oito anos de abstinência, chegando à degradação total. Passei a morar embaixo de pontes, nos bancos de jardins, andando com más companhias, chegando ao fundo do poço, não respeitando a própria família.

Passei por diversas internações psiquiátricas, em hospitais de nossa região, ficando um período internado, outro na rua, em torno de nove anos. E foi em uma dessas minhas “saídas e entradas” de hospitais, que fui parar em Brasília – DF. Fiquei na capital do país, perambulando de bar em bar e pelas ruas da cidade, por mais ou menos oito dias.

Foi quando através da Assistência Social de Brasília, consegui uma passagem para Jundiaí – SP, chegando à cidade, dia 10 de setembro de 1999. Foi quando comecei a refletir sobre minha vida de muito sofrimento por causa do álcool e tomei uma decisão muito importante: deixaria de beber, a qualquer custo, e modificaria a minha vida.

Resolvi, então, me transferir para a cidade de Tupã, pois as diversas vezes que lá estive internado, conheci muitos amigos que me ajudaram muito. Chegando lá, conheci o DESAT – Departamento de Socorro aos Alcoólatras de Tupã, grupo este que me ajudou muito a compreender o meu problema, conscientizando-me que sou um doente alcoólatra. Hoje faço parte de vários grupos de apoio da cidade, entre eles o MERA, o

GDAAI, o AA e o DESAB da cidade vizinha de Bastos, procurando sempre conservar minha sobriedade. Estou muito feliz, pois hoje sou um homem novo, deixando aquele homem velho para trás, tenho fé em Deus que nunca mais voltarei a colocar uma gota de álcool na boca.

## CONCLUSÃO

Queridos leitores, esperamos humildemente ter alcançado nossos objetivos. Somos conscientes de que não esgotamos o assunto e nem tínhamos essa pretensão.

Essas linhas foram tiradas de nossas experiências vividas, bem como muito estudo e pesquisas durante os dezesseis anos que trabalhamos para a recuperação de nossos irmãos alcoólatras.

O alcoolismo, esta "chaga" da humanidade, tem dizimado muitos lares e famílias, mas continuará enquanto a sociedade "hipócrita" não acordar, no sentido de entender que o alcoolismo é uma doença, de entender o envolvimento com os espíritos 'trevosos' que, através da sintonia pelo álcool, passam a tomar conta de suas vidas por meio da obsessão; enquanto a sociedade não se "conscientizar" dos males que o álcool traz para ao ser, como um todo; continuará quando ainda o álcool for a porta de entrada para todas as outras drogas, e ele estiver em evidência através da mídia: rádio, televisão e jornais.

Para tratar do alcoolismo, precisamos tratar do espírito por ser eterno, criado por Deus e para atingir a perfeição, mas que por causa ainda do orgulho, vaidade, inveja, ciúme, esse espírito se atrasa na sua jornada de crescimento espiritual.

Quando entendermos todo esse mecanismo, não haverá mais "*espíritos doentes*", conseqüentemente, não haverá mais alcoólatras, drogados e obsessores.

## **ORAÇÃO DA SERENIDADE**

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

Fim