

O misterioso remédio dos Alcoólicos Anônimos

Paul de Kruif

Há 25 anos, o alcoolismo era um dos males mais sem remédio que afligiam a humanidade. Os milhões de pessoas que dele sofriam viviam quase fora do alcance da ciência médica. Hoje verifica-se uma transformação radical no terrível destino dessas criaturas. Mais de 250.000 ex-alcoólicos levam vidas normais e úteis, sendo muitos deles melhores cidadãos do que muitos de nós que bebemos ocasionalmente.

Essa espantosa vitória não tem origem médica. As próprias vítimas foram os seus primeiros médicos. O remédio que tomam não é um produto químico. A curiosa arma com que combatem a praga do alcoolismo é uma humildade extrema. Têm um comandante, que não é humano. É Deus — tal como cada qual deles O compreende.

Não têm qualquer espécie de organização e rejeitam todos os donativos externos. Adotam uma regra rigorosa: o nome de nenhum deles deve ser publicamente divulgado. Sacrifício e humildade — eis os segredos do poder com que combatem a morte.

Tal é a irmandade dos Alcoólicos Anônimos.

Em 1934 havia apenas um solitário A.A. Homem brilhante, como o são quase sempre os alcoólicos, mas, apesar da sua inteligência, travando uma batalha perdida com a garrafa, que na maioria das vezes acabava por jogá-lo literalmente na sarjeta. Estava a caminho de ser internado como vítima de loucura alcoólica. O começo da salvação desse “Mr. Bill”, como lhe chamam os A.A., foi um mistério espiritual. Foi ajudado por um ex-ébrio, “Ebby”, que lhe assegurou que o único remédio para bêbados era a simples fé em Deus, a submissão a Deus: “Seja feita a Tua vontade e não a minha.”

O que fazia de Ebby um missionário algo estranho era que ele, embora não estivesse embriagado na ocasião, não conseguia manter-

se fiel ao seu remédio. Era-lhe impossível deixar de beber completamente.

Bill, ateu convicto, dificilmente poderia candidatar-se à terapêutica teórica de Ebby. O que nele havia era apenas um desejo desesperado de deixar de beber. Certa vez, quando fazia uma cura de desintoxicação num hospital (sabia que isso era um expediente temporário), Bill sentiu crescer a um ponto intolerável o estado de depressão em que se achava, até que por fim teve a impressão de que chegara ao fundo do abismo.

De repente, surpreendeu-se exclamando: “Se há Deus, que Se mostre! Estou disposto a tudo, a tudo!”

Imediatamente, o quarto pareceu inundado de uma; grande luz branca. Caiu em êxtase. Sentiu subitamente que se tornara um homem livre, livre do seu demônio. Dominava-o o inefável sentimento de uma “Presença”.

Depois Bill ficou assustado. A sua educação científica lhe dizia: “Você está com alucinações. Convém chamar um médico.” Foi providencial que ele houvesse contado a sua visão ao Dr. William Duncan Silkworth, havia muitos anos médico-chefe do Hospital Charles B. Towns de Nova York. Graças à sua vasta experiência, o Dr. Silkworth sabia muito bem que não havia qualquer esperança médica para a maior parte dos alcoólicos e isso lhe inspirava compaixão pelos bêbados inveterados.

— Estou doido, Doutor — disse Bill, aterrado.

O Dr. Silkworth interrogou-o e por fim disse:

— Não, Bill, você não está doido; passou-se algum fato espiritual básico.

Bill lembrou-se então de um livro que lera nos seus tristes esforços em busca de uma cura. Tratava-se de *As Variedades da Experiência Religiosa*, do psicólogo William James. Ensinava ele que as verdadeiras experiências religiosas têm um denominador comum de dor, sofrimento, calamidade e desesperança completa. Essa “deflação profunda” era necessária, dizia James, antes de qualquer vítima ficar em condições de

receber o remédio de Deus. E fora exatamente isso o que acontecera a Bill.

Bill, que era, antes de mais nada, um organizador, ficou ansioso por contar a outros alcoólicos o que lhe acontecera. Já divisava o início de uma reação em cadeia entre eles. “Saí à procura de bêbados num ímpeto febril”, conta Bill. “Havia em mim uma espécie de impulso produzido por dois motores conjugados — de uma parte, genuína espiritualidade; da outra, o meu velho desejo de ser homem de ação e pessoa importante.”

A ação de Bill junto aos bêbados redundou em insucesso. Ao fim de seis meses, não havia um só dos dezenas de ébrios a quem tentara fazer ver Deus, que houvesse abandonado a bebida.

Escute Bill — disse o Dr. Silkworth — você está sendo mal sucedido porque **prega** a esses alcoólicos. É preciso primeiro **operar uma deflação** nessa gente. Diga-lhes as verdades nuas e cruas da Medicina. Tem de inculir neles a convicção de que a sua sensibilidade orgânica os condenará a enlouquecer ou morrer, se continuarem bebendo.

Eles dariam ouvidos a essas coisas se elas lhes fossem ditas por outro alcoólico, disse ainda o Dr. Silkworth. E, **então**, Bill poderia sugerir-lhes o remédio de Deus.

Assim conseguiu Bill a sua primeira conversão, um médico, o “Dr. Bob”. Em seguida, os dois trataram de agir sobre outros. No verão de 1935, depois de muitas tentativas, Bill e o Dr. Bob só conseguiram convencer mais um alcoólico. Os três formaram o primeiro grupo de filiados aos Alcoólicos Anônimos.

Em 1939, Bill e o Dr. Bob contavam com orgulho um total de cerca de 100 ébrios, absolutamente inveterados, que haviam abandonado a bebida. Resolveram escrever um livro, **Alcoólicos Anônimos**, para comemorar esse fato sem precedentes. O livro tratava do que eles chamaram os 12 passos que levavam à vitória contra a bebida. Podemos resumí-los da seguinte maneira:

- Ter um desejo sincero de deixar de beber.
- Reconhecer que não pode. (É essa a etapa mais difícil.)
- Fazer uma rigorosa confissão dos seus defeitos pessoais.
- Resolver ajudar os outros.
- Suplicar a ajuda onipresente de Deus.
- Aceitar e reconhecer essa ajuda.

A princípio os médicos mostraram-se dúbios em relação a um método que parecia “nada ter de científico”. Mas um número cada vez maior de médicos principiou a dar ajuda a Bill e ao seu bando de ex-beberrões. O ilustre psiquiatra Dr. Harry Tiebout, de Greenwich, Estado de Connecticut, não tivera êxito algum com o tratamento *científico* dos seus clientes alcoólicos. Um dia, um deles, uma mulher no último grau de alcoolismo, foi procurá-lo depois da sua primeira reunião com os A.A e lhe disse: “Creio que sei qual é o remédio! Nunca mais beberei Doutor!” E nunca mais bebeu.

Esta mulher e outras pessoas regeneradas disseram ao Dr. Tiebout que haviam aceitado um poder mais alto — a saber, Deus. Mas antes, como os A.A. lhes ensinavam, tinham de reconhecer a própria impotência; tinham de chegar à conclusão de que haviam atingido o fundo do abismo. O que atrapalha os alcoólicos típicos é que vivem na arrogante certeza de que poderão por si mesmos “acabar com essa história de bebida”. Só quando finalmente percebem que não podem é que, segundo o Dr. Tiebout, chegam ao fundo. Cabe-lhes então escolher: prosseguir na descida para a loucura e para a morte... ou iniciar a ascensão para Deus. Quando preferem Deus, não têm mais vontade de beber. É tudo assim tão simples.

“O milagre dos A.A. se tornou então mais claro para mim”, diz o Dr. Tiebout. “Chegar ao fundo passou a ser o meu objetivo terapêutico em relação aos alcoólicos.”

Bill e o Dr. Bob, juntamente com os seus conversos, conseguiam cada vez mais recuperações. Consideravam recuperação a

abstenção total, completa e permanente de bebidas. Ao fim de seis anos, o número se multiplicara para mais de 2000, chegando, ao fim do sétimo ano, a 8000. Um dos motivos desse espantoso desenvolvimento é, nas palavras do famoso neuropsiquiatra Dr. Foster Kennedy, de Nova York, o seguinte: “Todo o bêbado curado serve de missionário junto aos doentes.” Foram salvos por Deus, e a sua maneira de agradecer a Deus é medicar os outros.

Nenhum A.A. precisa ser anônimo para a família, os amigos ou os vizinhos. Mas perante o público — imprensa, rádio, cinema e televisão — não podem revelar a sua identidade. Por quê? Bill explica em poucas palavras. A fim de conseguirem humildade suficiente para sobreviver, tiveram de abrir mão de certas características comuns a muitos deles — ambição e orgulho excessivos — e de abandonar a sua delirante batalha pelo prestígio pessoal. O anonimato é apenas humildade, chave espiritual da vida que levam.

A classe médica tem agora altos louvores para os A. A., reconhecendo-lhes o tratamento como o realmente indicado para os alcoólicos. Os médicos têm encaminhado aos Alcoólicos Anônimos casos difíceis de alcoolismo aos milhares. Mas desde que, nos primeiros tempos, todos os alcoólicos recuperados tinham de começar do fundo, rigorosamente como os bêbedos habituais e miseráveis, os médicos principiaram a fazer aos irmãos dos A.A. uma pergunta embaraçosa: “Onde é realmente o fundo? Como se reconhece um alcoólico no início? Se soubéssemos, poderíamos começar a elevar esse fundo.

Bill explicou que o primeiro sinal é a perda de controle sobre a bebida. Muitas pessoas, talvez a maior parte das que bebem, sabem o que é a intemperança. Mas o alcoólico potencial percebe que está começando a embriagar-se em horas impróprias — quando as consequências podem ser terrivelmente prejudiciais. Servindo-se desse sinal, os médicos têm conseguido descobrir bêbedos incipientes aos milhares. Dizem a tais

clientes que o fato de ainda não haverem perdido os seus empregos não quer dizer que não corram esse risco e os fazem ingressar num grupo de A. A.

“São os médicos que agora recrutam um terço de todos os nossos pacientes”, explica Bill. “É por isso que temos agora um total de 250.000 casos de recuperação.” E os A.A. fixam a sua taxa de recuperação em 75% de todos os que sinceramente tentam seu tratamento.

Por que, diante de tão estrondoso êxito, sucede que os A.A. ainda sejam totalmente desprovidos de organização? Não há hospitais, não há técnicos especializados remunerados. Os A.A. permanecem uma irmandade unida por tênues laços, milhares de pequenos grupos de bêbedos recuperados que se reúnem constantemente, para se fortalecerem mutuamente contra o seu único inimigo, o álcool. As portas dos seus locais de reunião estão sempre abertas às vítimas, por mais baixo que tenham caído. Ajudam a levantar todos os que caem, e muitos são os que o conseguem.

Por que tem feito questão essa irmandade de permanecer pobre?

— Isso temos de agradecer a John D. Rockefeller, Jr. — diz Bill. — Um dia pedimos-lhe dinheiro para construir hospitais e montar uma grande organização. Rockefeller ficou profundamente impressionado, mas disse: “Creio que o dinheiro vai estragar tudo!” E se negou categoricamente a atender-nos.

Um auxiliar de Rockefeller dissera: Mas os A.A. são como “os cristãos do primeiro século!” E todos sabemos que os cristãos do primeiro século transformaram o mundo. . . sem dinheiro.

Texto extraído de uma coletânea “Conheça sua mente” “...E viva melhor” da revista **Seleções Reader’s Digest** de agosto de **1960**.