Primeiro Passo

"Admitimos que éramos impotentes perante o álcool – que tínhamos perdido o domínio sobre nossas vidas."

Quem estaria disposto a admitir a derrota completa? Quase ninguém, é claro.

Todos os instintos naturais resistem à ideia da impotência pessoal. É

verdadeiramente terrível reconhecer que, com o copo na mão, transformamos nossas mentes numa obsessão pelo consumo destrutivo, que somente um ato da Providência pode remover.

Nenhuma outra forma de falência se compara a esta. O álcool, transformado em um credor voraz, esvazia-nos de toda auto-suficiência e vontade de resistir às suas demandas. Uma vez que aceitamos esse fato, nu e cru, nossa falência como seres humanos está completa.

Entretanto, ao ingressar no A.A., encaramos essa humilhação de maneira diferente.

Percebemos que somente através da derrota total podemos dar os primeiros passos em direção à libertação e ao poder. Nossa admissão de impotência pessoal torna-se o alicerce firme onde vidas felizes e significativas podem ser construídas.

Sabemos que pouco de bom advirá a qualquer alcoólico que se torne membro do A.A. sem aceitar sua devastadora debilidade e todas as suas consequências. Até que se aceite desta forma, sua sobriedade – se a alcançar – será precária.

Da verdadeira felicidade, ele nada conhecerá. Comprovado sem sombra de dúvida por uma longa experiência, este é um dos fatos da vida do A.A. O princípio de que não encontraremos qualquer força duradoura sem admitir a derrota completa é a raiz principal de onde brotou e floresceu nossa Irmandade.

Inicialmente, ao sermos desafiados a admitir a derrota, a maioria de nós se revoltou. Tínhamos nos aproximado do A.A. esperando aprender a ter autoconfiança. Então nos disseram que, no que diz respeito ao álcool, a autoconfiança de nada serve; aliás, é um empecilho total. Nossos padrinhos afirmaram que éramos vítimas de uma obsessão mental tão poderosa que nenhum grau de força de vontade a quebraria. Não era possível, disseram, quebrar pessoalmente essa obsessão pela vontade desamparada. Nossos padrinhos agravaram nosso dilema apontando nossa crescente sensibilidade ao álcool – chamaram-na de doença. O álcool, o tirano, empunhava sobre nós uma espada de dois gumes: primeiro, éramos dominados por um desejo louco que nos condenava a continuar bebendo; depois, uma reação prenunciadora de que acabaríamos nos destruindo. Pouquíssimos, aflitos dessa maneira, haviam sido vitoriosos lutando sozinhos. Era um fato estatístico que os alcoólicos quase nunca se recuperam por seus próprios recursos. E assim parece ter sido desde a primeira vez que o homem espremeu as uvas.

Nas primeiras fases do A.A., apenas os alcoólicos mais desesperados conseguiram encarar e assimilar esta verdade amarga. Mesmo entre esses "agonizantes", muitos enfrentavam dificuldades para reconhecer a escassez de esperança. Contudo,

alguns o admitiram e, agarrando-se aos princípios do A.A. com a mesma determinação de quem está se afogando e se agarra a salva-vidas, quase invariavelmente alcançaram a sobriedade. Isso explica por que a primeira edição do livro Alcoólicos Anônimos, publicada quando éramos poucos membros, abordava exclusivamente casos desesperados. Muitos alcoólicos menos desesperados tentavam o A.A., mas falhavam porque não conseguiam admitir sua impotência.

Com grande satisfação, afirmamos que ao longo dos anos isso mudou. Alcoólicos que ainda mantinham saúde, família, emprego e até dois carros na garagem começaram a reconhecer seu alcoolismo. Com o aumento dessa tendência, muitos jovens alcoólicos, que mal passavam de potenciais alcoólicos, se juntaram a eles. Evitaram os dez ou quinze anos de puro inferno pelos quais passamos. Diante do Primeiro Passo, que exige a admissão de que nossas vidas se tornaram ingovernáveis, como essas pessoas poderiam aceitar esse passo?

Era necessário elevar o fundo que alcançamos para que atingisse essas pessoas.

Ao retroceder em nossas histórias de bebida, mostramos que anos antes de reconhecer, já tínhamos perdido o controle. Mesmo naquela época, nosso beber deixara de ser um simples hábito, tornando-se o início de uma progressão fatal.

Para os duvidosos, dizíamos: "Talvez você não seja alcoólico, afinal. Por que não tenta beber controladamente, lembrando-se do que dissemos sobre o alcoolismo?"

Essa abordagem trazia resultados práticos e imediatos. Descobrimos que quando um alcoólico plantava a verdadeira natureza da doença na mente de outro, este nunca mais seria o mesmo. Após cada bebedeira, ele se questionaria: "Talvez esses membros do A.A. tenham razão..." Após experiências semelhantes, muitas vezes

anos antes das dificuldades extremas, eles voltavam para nós convencidos. Tinham atingido o fundo do poço, assim como nós. A bebida, ironicamente, se tornara nossa melhor advogada.

Por que insistir tanto que todo membro do A.A. precisa, antes de tudo, atingir o fundo do poço? A resposta é que poucos seguirão sinceramente o programa do A.A. a menos que tenham atingido o fundo. Praticar os outros Onze Passos do A.A. requer a adoção de atitudes e ações que quase nenhum alcoólico que ainda bebe sonharia em adotar. Quem estaria disposto a ser rigorosamente honesto e tolerante? Quem estaria disposto a confessar falhas a outro e reparar danos causados? Quem teria interesse, no mínimo, em um Poder Superior, ou ainda menos, em meditação e oração? Quem se dispõe a sacrificar tempo e energia para levar a mensagem do A.A. aos outros? O alcoólico típico, extremamente egoísta, pouco se importa com essas medidas, a menos que seja forçado a adoptá-las para sobreviver. Sob a chicotada do alcoolismo, somos impelidos ao A.A., onde descobrimos a fatalidade de nossa situação. Nesse momento, e somente nesse momento, nos tornamos receptivos a ser convencidos e dispostos a ouvir, assim como aqueles à beira da morte. Prontificamo-nos a fazer qualquer coisa que nos livre da obsessão impiedosa.

Nota do Tradutor: O conteúdo deste texto foi originalmente publicado no site oficial de Alcoólicos Anônimos (AA.org) em inglês. A tradução para o português foi realizada por membros de A.A. do Brasil. Sobre as elucidações relacionadas ao alcoolismo, foram adicionadas referências da dependência e adicção por drogas no contexto que as utilizam com consentimento dos autores à época para utilização gratuita do conteúdo no trato de outras dependências. A autoria do conteúdo pertence aos autores originais do AA.org.

Fontes:

- https://www.aa.org/sites/default/files/2022-01/en_step1.pdf
- Proofed - Referencing Translated Sources (APA, MLA, and Chicago)
- EndNote 20/21 Guide - Inserting and editing an in-text citation

Para adquirir o livro completo acesse o link abaixo:

https://www.amazon.com.br/Os-Doze-Passos-Tradi%C3%A7%C3%B5es-ebook/dp/B08242HPXG/ref=pd_sim_d_sccl_2_1/134-9861219-4801239?pd_rd_w=yZo0J&content-id=amzn1.sym.ce046315-1c04-4597-8eba-e706276d1412&pf_rd_p=ce046315-1c04-4597-8eba-e706276d1412&pf_rd_r=QYZK2NBSNDEY8BHAV2F0&pd_rd_wg=7KFnI&pd_rd_r=f9d2f8c8-84b2-4eff-ade7-83a4bc56e9f5&pd_rd_i=B08242HPXG&psc=1

Copyright © 1952, 1953, 1981 by AA Grapevine, Inc.
and Alcoholics Anonymous Publishing
(now known as Alcoholics Anonymous World Services, Inc.)

All rights reserved
First Printing, April 1953

This is A.A. General Service Conference-approved literature.

Reformatted and footnoted June 2021 in accordance
with Advisory Actions of the 71st General Service Conference.

Mail address:
Box 459, Grand Central Station
New York, NY 10163

www.aa.org

Alcoholics Anonymous® and A.A.® are registered trademarks
of Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

ISBN 978-0-916856-01-4

Library of Congress Catalog Card No. 53-5454

Printed in the United States of America