

**ALCOOLISMO:** as histórias que eles contam



Damião Borges Martins

# DADOS DE COPYRIGHT

## Sobre a obra:

A presente obra é disponibilizada pela equipe do *ebook espírita* com o objetivo de oferecer conteúdo para uso parcial em pesquisas e estudos, bem como o simples teste da qualidade da obra, com o fim exclusivo de compra futura.

É expressamente proibida e totalmente repudiável a venda, aluguel, ou quaisquer uso comercial do presente conteúdo.

## Sobre nós:

O *ebook espírita* disponibiliza conteúdo de domínio público e propriedade intelectual de forma totalmente gratuita, por acreditar que o conhecimento espírita e a educação devem ser acessíveis e livres a toda e qualquer pessoa. Você pode encontrar mais obras em nosso site: [www.ebookespírita.org](http://www.ebookespírita.org).



[www.ebookespírita.org](http://www.ebookespírita.org)

# **Alcoolismo: as histórias que eles contam**

Damião Borges Marins

2015

## **Alcoolismo: as histórias que eles contam**

Damião Borges Marins

Data da publicação: 25 de setembro de 2015

CAPA: Giovanni de Toledo Viecili  
REVISÃO: Eunice de Oliveira Cazetta  
PUBLICAÇÃO: EVOC – Editora Virtual O Consolador  
Rua Senador Souza Naves, 2245  
CEP 86015-430 Fone: 43-3343-2000  
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: as histórias que eles contam /  
Damião Borges Marins; revisão de Eunice de  
Oliveira Cazetta; capa Giovanni de Toledo Viecili. -  
Londrina, PR : EVOC, 2015.  
110 p.

1. Literatura espírita-crônicas. 2. Espiritismo. 3.  
Alcoolismo. 4. Álcool, vícios e virtudes. 5.  
Fluidoterapia. 6. Mensagem para um pai alcoólatra.  
I. Cazetta, Eunice de Oliveira. II. Viecili, Giovanni de  
Toledo. III. Título.

## **AGRADECIMENTOS**

- Agradeço a Deus em primeiro lugar, pela bênção que nos deu de poder escrever este livro.
- Agradeço aos meus amigos João Luiz Arantes e Cidinha da Syspan Informática, pela força que me deram.
- Finalmente, agradeço às professoras, Sueli Seiscentos e Márcia Domingues Garcia Dias, que gentilmente revisaram este livro.

O Autor

## **ALGUNS ESCLARECIMENTOS**

No primeiro livro, "Alcoolismo, 'cura' através da Conscientização", dividido em quatro partes, trazemos informações técnicas utilizadas em terapias de grupo, orientações de como formar e conduzir um grupo de terapia, esclarecimentos espíritas, e muitas outras informações que envolvem o tema. A 4ª parte contém depoimentos de alcoólatras em recuperação que, através do processo de conscientização, abandonaram o vício.

No segundo livro da série, "Meu marido é um alcoólatra", procuramos através de uma história contar as situações pelas quais passam as mulheres de alcoólatras: os sofrimentos, as angústias, a insegurança, tudo baseado nas experiências relatadas a nós nestes vinte e cinco anos, período que trabalhamos com alcoolismo em grupos de apoio, dentro das casas espíritas, onde ouvimos muitos depoimentos de mulheres e familiares de alcoólatras. Trata-se de uma história fictícia onde os nomes e as datas

foram colocados aleatoriamente. Algum fato narrado ou situação que venha trazer alguma semelhança com fatos reais é mera coincidência.

No quarto livro, “ABC das drogas”, procuramos, através de pesquisas na internet, DENARC e outros meios de comunicação, catalogar as drogas mais conhecidas, definindo-as e classificando-as em seus grupos, para que possam servir de material de consulta àqueles que se interessam pelo estudo desse tema.

Neste livro, o terceiro da série, “As histórias que eles contam”, há relatos de situações jocosas, tristes, dramáticas, que o alcoolismo traz ao ser humano no decorrer de sua vida. Ao final de cada história, tecemos alguns comentários esclarecendo cada situação com relação ao alcoolismo.

Na segunda parte, trazemos perguntas e respostas sobre a problemática do alcoolismo.

O Autor

## **PEQUENA AUTOBIOGRAFIA**

Nasci em uma pequena cidade do interior paulista, conhecida como Lucélia, em 1949. Tive a bênção de Deus de nascer em um lar espírita, cresci frequentando as aulas de moral cristã. Quando jovem, já morando em Tupã, apaixonado por música, nos idos de 1965, junto com amigos formamos uma pequena banda que recebeu o nome de "Excels", na qual permaneci até 1968. Em 1969, servi o "Tiro de Guerra". Em 1970, já de posse da carteira de reservista, fui para a capital (São Paulo), precisamente para São Bernardo do Campo, como todo jovem daquela época fazia, tentar a minha vida profissional, mas em nenhum momento abandonei a Doutrina dos Espíritos.

Em São Bernardo do Campo, comecei minha vida profissional e, depois de alguns empregos, passei a trabalhar na Prefeitura Municipal onde exerci por dezessete anos o cargo de Inspetor de Rendas Municipal.



Neste espaço de tempo, cursava Administração de Empresas.

Em 1973, casei-me com a jovem Stella, e nessa união recebemos duas lindas filhas: Débora e Cristiane. Em 1984, tive a oportunidade de conhecer a casa espírita "CEOS", centro que considero uma Universidade Espírita, onde tive a oportunidade de aprender muito sobre a Doutrina. Foi nessa instituição que conheci o "DESAATT". Frequentei esse grupo durante seis anos, quando retornei a Tupã, onde tivemos a oportunidade, com a graça de Deus, de fundar um grupo nos mesmos moldes do DESAATT de São Bernardo do Campo, que por uma incrível coincidência recebeu o nome de "DESAT", com o qual colaboramos por nove anos.

Dessa experiência nasceu o Livro "Alcoolismo, Cura, através da Conscientização", cujos direitos autorais foram todos doados à AAPEHOSP.

Hoje me encontro com cinquenta e seis anos de idade, e desses, doze de serviços prestados à comunidade tupãense, no

trabalho de libertação de nossos irmãos alcoólatras, como tarefeiro na "AAPEHOSP", na qual trabalhamos nos mesmos moldes do DESAATT e a DESAT, situada na Rua Arnaldo Tovo, 421, onde contamos atualmente com três unidades: a Chácara "Casa do Caminho Maria de Nazareth", a Casa de Acolhimento e outra chácara na Rodovia Comandante João Ribeiro de Barros, próxima à Polícia Rodoviária.

Contamos hoje, no total, com 120 internos, entre alcoólatras, psicóticos, andarilhos e famílias desamparadas. Também atuo na União Espírita Jésus Gonçalves, onde desenvolvemos um trabalho com alcoólatras no grupo de apoio "DARA".

Damião Borges Marins

## **ALCOOLISMO**

Desde a mais remota data a humanidade está envolvida com o alcoolismo.

No império romano, os grandes banquetes eram regados a muito álcool. Os europeus, por exemplo, têm o hábito até hoje de usar muito álcool em suas refeições diárias, levando àqueles que têm compulsão ao alcoolismo a se tornarem alcoólatras.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o alcoolismo é uma doença de caráter progressivo, incurável e quase sempre fatal. Existem dois grandes grupos de pessoas no mundo: as que podem beber, e as que não podem.

As que podem beber são aquelas que vão a uma festa, aniversário, casamento, batizado, seja lá qual for, mas não se envolvem diretamente com o álcool. Se lhe servem um copo de cerveja, elas até tomam, mas de repente passam a tomar um refrigerante e esquecem que estavam bebendo cerveja. Não é compulsivo nelas.

Os que não podem beber, “mas bebem”, são os primeiros a chegarem a uma festa e os últimos a saírem. Ficam sempre perto dos garçons. Seus copos sempre estão cheios. Ficam impacientes, pois se preocupam em saber se a bebida vai ser suficiente (se não lhes faltará). Estão num grau etílico violento e dizem que bebem “socialmente”.

Aliás, este chavão inventado pela sociedade hipócrita é muito perigoso, pois o que é beber socialmente?

Para muitos, o beber socialmente é beber uma cerveja; para outros, é beber meia dúzia. Portanto, verificamos que “beber socialmente” não existe, e se configura como a grande desculpa da sociedade para poder beber.

O álcool, esta chaga da humanidade, não convive com a felicidade. Se o álcool adentra a porta da frente de sua casa, a felicidade sai por outra.

O grande problema do alcoolismo é como tratá-lo. Nós acreditamos particularmente que os “GRUPOS DE APOIO” são de fundamental importância no tratamento do

alcoólatra. Mas o principal é que o alcoólatra aceite o tratamento.

Existem vários grupos de apoio, tais como os Alcoólatras Anônimos (AA) e os grupos adventistas, entre outros.

Pastor é bom para ajudar o alcoólatra? Sim. Padre é bom para ajudar o alcoólatra? Sim. A Casa Espírita é boa para ajudar o alcoólatra? Sim.

Mas, se o alcoólatra não quer ser ajudado, todo e qualquer trabalho cai por terra.

Em nossa cidade, existem vários grupos de apoio que funcionam nas casas espíritas, tais como o DESAT-Depto. Socorro aos Alcoólatras de Tupã, GEDAAI-Grupo de Apoio aos Alcoólatras Anjo Ismael, MERA - Movimento Espírita de Recuperação da Autoestima e, finalmente, o GRAAL - Grupo de Recuperação de Alcoólatras André Luiz.

É no grupo que o alcoólatra vai tomar consciência de que é um doente crônico.

Existem quatro fatores básicos para se deixar de beber, a saber:

– CONSCIENTIZAÇÃO: somente através da conscientização o alcoólatra deixa de beber. No momento em que ele entende ser um doente alcoólatra, passa a ter consciência de que deverá se afastar do álcool, o único caminho para a sua libertação.

– EVITAR O PRIMEIRO GOLE: Estando consciente de que é um doente alcoólatra, o segundo passo é evitar o primeiro gole. Os dois fatores estão intrinsecamente ligados, ou seja, quem está consciente evita o primeiro gole, e quem evita o primeiro gole está consciente.

– MUDANÇAS DE HÁBITOS: O alcoólatra faz sempre as mesmas coisas: é a mesma bebida, os mesmos bares, as mesmas companhias. Ele deverá mudar radicalmente o seu modo de viver, abandonando aquelas viciações, passando a adquirir hábitos saudáveis. Leituras edificantes, novos amigos que não bebam, naturalmente, e não frequentar mais botequins etc.

– FREQUENTAR GRUPO DE APOIO: Como já dissemos, o grupo é de fundamental importância para a recuperação do

alcoólatra. É no grupo que ele tem a oportunidade de ver pessoas como ele, dando depoimentos, contando tudo sobre o alcoolismo, onde, por sua vez, ele terá oportunidade – por livre e espontânea vontade – de colocar suas vivências também. É esse falar e ouvir que liberta o nosso companheiro.

Outro aspecto muito importante na recuperação do alcoólatra é a RELIGIOSIDADE, o que está faltando no mundo hoje. O homem está se afastando de DEUS, voltado mais para as coisas materiais, coisas que dão resultados imediatos, mas que nem sempre resolvem.

A Doutrina Espírita, desde que foi codificada por Kardec, tem colaborado sobremaneira na recuperação dos alcoólatras e dos drogados em geral. Com todo o respeito aos outros Grupos de Apoio, ela sai na frente, ou seja, nós trabalhamos com a desobsessão.

Nós vivemos em sintonia: se pensamos coisas boas, atraímos coisas boas para nós; se pensamos em coisas ruins, atraímos coisas

ruins. Um músico, por exemplo, está sempre se relacionando com músicos. Um médico está sempre procurando se relacionar com pessoas da área médica. Os alcoólatras estão sempre em sintonia com aqueles que bebem. Os drogados estão sempre procurando pessoas que usam drogas, para assim se locupletarem. "O plantio é livre, a colheita é obrigatória." Plantemos coisas boas, e estaremos colhendo coisas boas; plantemos coisas ruins e estaremos colhendo coisas ruins.

Um alcoólatra que bebe há vinte e cinco anos vivencia o álcool vinte e quatro horas por dia. Levanta-se pensando no álcool, almoça álcool, e vai dormir pensando em álcool. Quando ele morre, perguntamos: Para onde ele vai? Para o céu ou para o inferno? E nós responderemos: - Nem para o céu, nem para o inferno. Ele vai para o "botequim", pois quem morre é o corpo, o Espírito continua vivendo com todas as suas necessidades.

André Luiz, em um dos seus livros, afirma com muita propriedade que os



alcoólatras são os “canecos vivos” dos Espíritos: para cada alcoólatra bebendo em um bar, existem no mínimo cinco irmãos desencarnados a se locupletarem com ele. Normalmente nosso irmão alcoólatra (encarnado) entra no bar, sozinho, mas sai acompanhado. Quando ele chega a casa, a destruição é total: briga com a mulher, bate nos filhos, desrespeita a tudo e a todos; depois, exausto, cai em um sono profundo (desmaia), pois o alcoólatra não dorme o sono reparador.

Quando esse companheiro procura um grupo de apoio espírita, ele passa a receber ajuda no mesmo instante. Enquanto estamos tratando nosso irmão (encarnado) com palestras, passes, orientações, o plano maior está fazendo o mesmo com os irmãos desencarnados que estavam a acompanhá-lo. Se o nosso irmão começa a entender a mensagem do grupo, começa a se conscientizar; sua sintonia começa a mudar, e seus amigos espirituais passam a ser outros.

Assim ele começa a se libertar do alcoolismo e do jugo dos Espíritos inferiores. A Doutrina Espírita, através da evangelização, dos inúmeros cursos que oferece a qualquer um que queira seu crescimento espiritual, nos mostra que somos Espíritos eternos, criados simples e ignorantes, mas fadados ao progresso. A nós foi dado o livre-arbítrio. Uns tomam a reta do crescimento baseando-se no nosso maior mestre, "JESUS CRISTO", outros se perdem no tempo e no espaço, vivificando os prazeres prementes, entregando-se às drogas e perdendo um tempo primordial em sua trajetória rumo às esferas "crísticas".

Por isso, o alcoólatra em recuperação deverá vivenciar os ensinamentos para fortalecer o seu espírito comprometido e, nesse momento, em torno de si, forma-se uma muralha que afasta os "antigos amigos" (desencarnados).

## PRIMEIRA PARTE

### AS HISTÓRIAS QUE ELES CONTAM

#### **PRIMEIRA HISTÓRIA**

##### A mangueira de prumo

Em certa oportunidade, durante uma de nossas reuniões, um dos companheiros de grupo, ao dar seu depoimento, nos contou que quando ele ainda era usuário de “álcool” trabalhava em São Paulo, em uma grande metalúrgica, e nesta empresa a diretoria tinha o hábito de colocar à disposição dos seus empregados, no refeitório, um recipiente de pinga para “aperitivos”, oferecendo acesso a todos os empregados na hora do almoço, sem que precisassem sair da fábrica. Então, era aquela festa, diz ele:

— Vocês imaginem quantos aperitivos eu tomava, sem contar aqueles que já tinha tomado lá fora. Vocês sabem, nós,

alcoólatras, tínhamos que trabalhar turbinados, se é que posso usar este termo, pois se não bebêssemos não tínhamos condições de trabalhar. Acontece que a empresa começou a notar que a produção estava caindo, e que o departamento pessoal vinha notando que os empregados faltavam muito. Resolveram, então, acabar com os aperitivos na empresa, definitivamente. Aí, eu me vi em desespero, pois como eu ia beber minha pinguinha? Como os alcoólatras são muito astutos, e criativos, e como eu trabalhava no setor de manutenção da empresa, mais precisamente na construção civil, me veio a grande "inspiração". Nós, pedreiros, usamos uma mangueira transparente para medir o nível. Esta mangueira tem mais ou menos cinco metros. Pois bem, eu a enchia de pinga, tapando as bocas, e assim conseguia beber o dia inteiro.

**Comentário:** Os alcoólatras são pessoas muito criativas, que conseguem fazer coisas que nós nem imaginamos, para conseguir

seu intento de beber. Eles não veem nada, a não ser o álcool.

## SEGUNDA HISTÓRIA

### A Vacina

Conta-nos um grande amigo, hoje em recuperação, que quando ele ainda estava na “ativa” bebia demais. Naquela época ele trabalhava numa padaria como confeitiro, era um bom profissional, mas bebia muito. Chegava a pular o muro dos fundos da padaria para poder dar suas “escapadas” e ir até o bar, tomar suas “biritas” – como ele chamava a “marvada da pinga”. Já várias vezes havia tentado largar de beber, mas nunca conseguia seu intento. Seu patrão tinha tentado ajudá-lo também, nunca conseguindo. Certo dia estava ele a preparar a massa do pão da primeira fornada, quando o patrão o chamou e comunicou:

— Amanhã você não virá trabalhar. Você e sua esposa irão comigo à cidade de São José do Rio Preto, pois lá existe uma clínica onde aplicam uma vacina que faz as pessoas deixar de beber.

Ficou surpreso com o convite, mas não teve como recusar, pois seu patrão ameaçara várias vezes mandá-lo embora, caso não parasse de beber, e, por outro lado, queria fazer uma média com a esposa. Então, concordou. No outro dia, bem cedo, lá foram eles para São José de Rio Preto, interior de São Paulo. Antes, porém, já passara no bar para tomar a famosa “birita”.

Chegando lá, foram direto para a clínica. Havia uma fila muito grande, onde se fazia o cadastramento e para onde fora encaminhado, aguardando a hora do atendimento. O tempo passava, e a fila ia andando vagarosamente. Ouvia todo o tipo de comentários, tais como:

— “Você viu? Fulano tomou a vacina, depois bebeu e teve grandes complicações físicas”; outro falava: — “... e o sicrano que tomou a vacina, depois de beber, teve paralisia geral em seu organismo, sendo internado em estado muito crítico”.

Ouvia tudo aquilo e já estava pensando em sair da fila, mas não tinha como, pois seu patrão estava de marcação cerrada,

exatamente a seu lado, e não podia desapontar a esposa; então, foi em frente.

Quando chegou sua vez, a enfermeira fez o cadastro, preenchendo uma ficha e o alertou:

— Você vai tomar a “vacina” e não poderá ingerir álcool de espécie alguma por noventa dias, ou seja, três meses.

Tomou a vacina, e como não estava ali para deixar de beber, pois ainda não tinha se conscientizado, começou a contar os dias: 90, 89, 88, .....5, 4, 3, 2, 1.

Correu para o bar e pediu:

— Zé, põe uma aí...

**Comentário:** Esta história está relatada em nosso primeiro livro, com as palavras de nosso próprio irmão, em seu depoimento. Estamos repetindo, contando do nosso jeito para que as pessoas que não leram o primeiro livro possam ver como um alcoólatra usa de todas as artimanhas para continuar a beber. Ele só tomou a vacina para contentar a seu patrão e à sua esposa, ou seja, para fazer uma “média”, como se diz comumente.



Ele ainda não estava consciente de que era um alcoólatra. Tomando consciência, anos depois, e em abstinência há muito tempo, para se ter uma ideia, hoje ele é dono da Padaria da qual era empregado.

## TERCEIRA HISTÓRIA

### Cerveja sem álcool

Em uma de nossas reuniões recebemos um companheiro que frequentava o DESAATT - Depto. de Socorro aos Alcoólatras, Toxicômanos e Tabagistas da cidade de São Bernardo do Campo/SP. Ele era representante comercial e, de passagem por nossa cidade, veio conhecer nosso trabalho.

Contou-nos ele:

— Eu era um alcoólatra em um grau etílico muito grande, bebia muito, pois, como viajava pelo estado afora representando uma grande tecelagem, estava sempre conhecendo novos “amigos de copos” e cada vez me afundando mais no vício. Foi então que eu conheci o DESAATT- SBCAMPO e comecei a frequentá-lo. Depois de muitas reuniões, consegui ficar em abstinência. Já fazia dez anos que não bebia, continuava a vida muito feliz junto à minha família. Um dia, minha

mulher, com dó, pensou assim: “meu marido não bebe há mais de dez anos, acho que ele pode tomar uma cervejinha sem álcool”. E continuava pensando: “coitado, ele chega cansado do serviço. Vou fazer-lhe uma surpresa: comprar uma caixa de cerveja sem álcool para ele e colocar na geladeira”. E assim o fez.

Quando eu cheguei a casa, cansado, fui tomar o meu banho como de costume, para depois jantar. Após o banho, fui à cozinha tomar água, e, abrindo a geladeira, deparei com aquela embalagem bonita contendo seis cervejas. Estranhei muito, pois fazia dez anos que não entrava bebida alcoólica em casa. Chamei a minha mulher e pedi que ela se explicasse. Então ela disse: — “Não, meu querido, estas cervejas são sem álcool, e você pode beber, porque não contêm álcool”. Fiquei surpreso com a sua atitude, mas entendi que ela queria me agradar. Peguei uma cerveja e tomei. Jantei normalmente e fui me sentar na sala, para assistir TV. Mais tarde, me deu sede e eu me lembrei das cervejas. Fui até a geladeira e peguei mais

uma e tomei. E assim foi com as outras quatro cervejas no decorrer dos outros dias. Como a última cerveja tinha acabado, eu falei com minha esposa que iria até a padaria do Manuel comprar mais cerveja “sem álcool”, porque gostei e ela não me fez mal.

Ao chegar à padaria, fui até o balcão e disse:

— Seu Manuel, bota aí uma cerveja sem álcool para eu beber.

Seu Manuel respondeu:

— “Não temos cerveja sem álcool”.

Então retruquei, rapidamente:

— “Bota uma com álcool mesmo!”

E foi daí que fui chegar a casa altas horas da madrugada, totalmente embriagado, e minha recaída foi muita dura. Voltei a beber como fazia antes, e fiquei assim por muitos meses. Se não fosse a ajuda do grupo que me procurou, eu ainda estaria na dependência do álcool, ou já poderia estar até morto.

Nosso amigo agradeceu a oportunidade de poder testemunhar, e passou a palavra ao coordenador, que deu continuidade à

reunião, estando todos muito sensibilizados com o depoimento de nosso irmão.

**Comentário:** Aqui queremos fazer um alerta às esposas, para terem muito cuidado com seus maridos alcoólatras, porque, uma vez alcoólatras, sempre alcoólatras.

Uma bala com rum, um sorvete com passas ao rum, até vinagre na comida aguça a vontade de beber. Quando um alcoólatra em recuperação bebe uma “cerveja sem álcool”, ao cair no organismo, ela começa a despertar o hábito de beber novamente, pois, embora não contenha álcool, a cevada e o malte começam a mexer com o dependente, mexendo com a “vontade”. Daí, beber uma cerveja com álcool, é só pedir, como aconteceu com o nosso irmão. Tome muito cuidado. “Quem não quer se queimar não mexe com fogo” – já diz o ditado popular.

## QUARTA HISTÓRIA

Só bebia quando chovia...

Esta história é deveras curiosa e não poderíamos deixar de contá-la. Um de nossos assistidos nos conta que era um alcoólatra especial, pois não tinha o hábito de beber diariamente, só bebia quando “chovia”. Toda vez que começava a armar chuva, ele ia para casa, comprava um litro de whisky e tomava todo o litro, sentado à beira da janela de seu apartamento, enquanto estivesse chovendo. Depois de ingerir todo o litro de Whisky, ia dormir, e no outro dia voltava a trabalhar normalmente. Se ficassem dias, meses sem chover, nosso irmão não mais bebia, voltando a beber somente quando chovesse. Hoje, é um alcoólatra em recuperação junto aos nossos grupos.

**Comentário:** Este relato é muito pequeno, mas interessante para nossa reflexão dentro das nuances do alcoolismo.

Para nós, que trabalhamos na recuperação de alcoólatras, entendemos que independentemente da forma que se consome, do rótulo ou tipo de bebida que se bebe, bebeu álcool, é alcoólatra. O veneno ministrado em doses infinitamente pequenas também mata. Somos Espíritos eternos com nossas necessidades interiores, fraquezas, inseguranças. Com o tempo, o nosso Espírito vai assimilando os seus erros, e, de tombo em tombo, reencarnações em reencarnações, nascendo, morrendo e nascendo novamente, ele crescerá num eterno aprendizado.

## QUINTA HISTÓRIA

### O queijo

Um de nossos companheiros conta-nos que, quando estava na ativa, ou seja, quando ainda fazia uso do álcool, todos os dias, saía do serviço e ia para o bar, bebericar com os amigos. Certo dia, depois de sair do bar, resolveu comprar um queijo tipo "mineiro" e levar para casa, fazendo assim uma média com a esposa.

Entrou no seu carro. Colocou o queijo no banco de trás. No trajeto até sua casa, totalmente alcoolizado, ele precisou dar uma freada mais brusca e o queijo acabou caindo debaixo do banco do motorista. Chegando a sua casa, ele conseguiu colocar o carro na garagem, entrou em casa, onde a esposa o esperava brava como sempre, porque ele normalmente chegava alcoolizado. Nesse dia não foi diferente, só se esquecera de que tinha comprado o queijo "mineiro". Tomou banho, jantou e foi dormir.



Passaram-se alguns dias e a rotina era a mesma, só que surgiu um incidente, ou seja, um odor muito estranho dentro do carro. Todos reclamavam, até que acharam, debaixo do banco do motorista, o bendito queijo "mineiro", totalmente podre.

**Comentário:** O alcoólatra chega até o ponto de beber tanto, que seus neurônios (as células nervosas do cérebro) começam a morrer, tendo como consequência grandes problemas de ordem física, tais como: "delirium tremens", problemas com as articulações, problemas com a fala e, entre outros, o "esquecimento" (perda da memória recente).

## **SEXTA HISTÓRIA**

### O coração de boi

Um companheiro foi chamado para dar seu depoimento. E contou-nos o seguinte fato.

Ele tinha um grupo de amigos que ia sempre pescar junto. Pescar é o modo de falar, na verdade iam bebericar. Certo dia, combinaram uma pescaria; ele e seu cunhado ficaram de comprar um "coração de boi" que usariam como "isca" para pescar. Tudo combinado, pegaram o caminhão F 4000 que tinham, e arrumaram toda a tralha, fazendo uma amarração perfeita da carga no caminhão, não se esquecendo, claro, da cerveja, que tomou metade da carga. Acontece que, na hora de sair, lembraram-se de que não tinham ainda comprado a "isca". Passaram no açougue, compraram um coração de boi bem grande. Como a carga já estava feita, guardaram-no na caixa de ferramenta, que fica na parte de baixo do

caminhão, e tudo bem. A “pescaria” foi maravilhosa, ou seja, muita cerveja e pouco peixe. Peixe! Isto é apenas um detalhe. Beberam tanto que nem se lembraram do “coração de boi” que estava na caixa de ferramenta. Passaram-se alguns dias, e lá iam os dois fazer uma entrega de material de construção na fazenda de um amigo. Chegando ao local, os dois comentavam: — “Ô, cunhado, tá um cheiro de carniça aqui nesta fazenda. Será que morreu algum animal?” Começaram a procurar e qual não foi a surpresa. Seguindo o cheiro que estava no ar, acharam o coração de boi, totalmente podre.

**Comentário:** Vejam a que ponto chega o alcoólatra. A dependência o leva a fazer coisas que, se estivesse sóbrio, jamais faria.

## SÉTIMA HISTÓRIA

### As doze cervejas

Conta-nos um amigo que era domingo, aniversário de sua filhinha de cinco anos. Ele resolvera comemorá-lo com uma festinha. Festa de criança... Mas convidou os amigos mais chegados e marcou a hora: cinco horas da tarde. Tudo pronto, a mesa com muitos doces, alguns salgadinhos, muito refrigerante e sucos. O ambiente decorado com motivos para criança. Na hora marcada, começaram a chegar seus convivas.

Ele, todo feliz, foi recebendo um a um os convidados. Sua filhinha estava radiante, e a festa transcorria às mil maravilhas. Quando foi mais ou menos às seis horas, um de seus convidados chegou até ele e perguntou sorrateiramente: — Não tem cerveja? Ele respondeu: — Não, meu amigo, é uma festa de criança e não ficaria bem colocar bebida alcoólica à mesa, mesmo porque nesta casa não temos o hábito de fazer uso do álcool.

O amigo insistiu: — Mas nem uma cervejinha?

— Não, meu amigo, não tem...

O amigo insistiu tanto que foi sugerido a ele que, se quisesse beber, deveria ir até a mercearia do outro lado da rua e comprar a sua cerveja. Então, o amigo, todo satisfeito, saiu para comprar a cerveja.

O tempo passava, e o anfitrião continuava a atender os convidados, normalmente. Atende um, atende outro, quando era mais ou menos nove horas, lembrou-se do amigo. E pensou consigo: — “Onde está o meu amigo?” — e preocupado começou a procurá-lo pela casa. Qual não foi sua surpresa ao encontrá-lo sozinho, num canto da pia da cozinha, com doze garrafas de cerveja, todas elas vazias, e seu copo cheio...

**Comentário:** O que leva um homem, numa festa de criança, às cinco horas da tarde, tomar sozinho doze garrafas de cerveja? Podemos verificar nesta história tratar-se de um caso crônico de alcoolismo,

onde a compulsão está presente, levando o homem a beber doze garrafas de cerveja, compulsivamente, sem tomar consciência de que é um doente alcoólatra, não participando da festa e, sim, fazendo uma festinha particular entre ele e a cerveja – sua companheira de todas as festas.

## OITAVA HISTÓRIA

“Se eu bebo, morro; se eu não bebo,  
morro...”

Conta-nos J. Raul Teixeira, em uma de suas palestras, que em certa oportunidade ele estava fazendo um seminário em uma cidade do interior paulista, falando sobre alcoolismo, quando de repente um dos que participavam do seminário arguiu:

— Raul, se nós bebermos, morremos. Se não bebermos, morreremos também. Então, eu vou continuar a beber.

Raul respondeu ao interlocutor:

— Engano seu, meu irmão. Quem bebe, MORRE, quem não bebe, DESENCARNA”.

E continuou Raul:

— Vocês sabem qual é a diferença de MORRER e DESENCARNAR?

MORRER: Morre aquela jovem menina no auge de seus dezoito anos, num canto qualquer de um quarto fétido, com uma “overdose” de cocaína, sendo levada pelos

“vampiros espirituais”. Morre aquele alcoólatra, debaixo de uma ponte qualquer, envolvido com suas garrafas de álcool. Morre aquele homem num quarto de hospital, pressionado pela sua consciência a lhe cobrar os seus erros.

**DESENCARNAR:** Desencarnou Livia (aquela do romance “Há Dois Mil anos”), conduzida aos leões para ser devorada junto de seus irmãos cristãos. Ao levar uma patada do animal feroz, que praticamente arranca o seu rosto, acorda no plano espiritual recebida por Simeão, a entoar hinos cristãos junto aos amigos espirituais. Desencarnou Paulo de Tarso. Desencarnou Francisco de Assis. Desencarnou Madre Teresa de Calcutá. Desencarnou Francisco Cândido Xavier, entre outros tantos abnegados Espíritos benfeitores do Cristo. Eles, sim, DESENCARNARAM.

**Comentário:** Esta pequena mensagem que J. Raul Teixeira nos traz vem esclarecer quão importante é a sobriedade. Nós vivemos em sintonia. Plantemos coisas boas, e estaremos colhendo coisas boas, plantemos



coisas ruins e estaremos colhendo coisas ruins. Vocês acham que quem faz uso do álcool ou de drogas, de um modo geral, pode ser feliz?

## **NONA HISTÓRIA**

### O guarda-roupa

Conta-nos um de nossos amigos que, na época que ele ainda bebia, costumava chegar sempre tarde a sua casa, totalmente alcoolizado. Certa noite, como era de costume, ele havia bebido muito, nem conseguiu tomar banho e foi se deitar no sofá para dormir (desmaiar, porque alcoólatra não dorme). Pois bem, quando foi lá pelas tantas da madrugada, ele acordou com uma necessidade muito grande de ir ao banheiro para fazer “xixi”. Levantou-se, foi até o banheiro, fez suas necessidades fisiológicas, deu descarga, e voltou cambaleante para o sofá, pois ali era a sua cama – sua esposa o havia despejado da cama de casal há muito tempo.

No outro dia, acordou com a ressaca costumeira, com gosto de guarda-chuva na boca. Tomou seu café e saiu rapidamente para o trabalho. Quando voltou para almoçar,

sua esposa estava uma fera, pois naquela noite ele havia feito suas necessidades dentro do guarda-roupa.

Ele então retrucou: — Mas eu fui ao banheiro, dei até descarga...

**Comentário:** O alcoolismo leva a pessoa a fazer coisas inacreditáveis, pois o teor alcoólico desenvolve em alguns indivíduos uma espécie de sonambulismo, levando-os a ter atitudes de que nem sempre recordam quando sóbrios.

## **DÉCIMA HISTÓRIA**

Perdeu o carro...

Durante a reunião de um grupo de apoio, nos foi relatado, por um assistido, o seguinte fato:

Ele resolvera assistir a uma partida de futebol no Pacaembu, entre seu time do coração, o Corinthians, e o Santos.

Saiu cedo de casa, pois morava num bairro distante do estádio. Acabou chegando bem antes da hora do jogo, que estava marcado para as 16 horas. Estacionou seu Corcel II em estacionamento pago e, para "preencher o tempo" até a hora da partida, entrou num boteco e começou a beber e jogar conversa fora, pois achava ele que assistir a jogo sem beber, não tinha graça. Tomou todas a que tinha direito. Já num grau etílico muito alto, foi para o jogo. O Corinthians naquela tarde estava impossível, e goleou seu rival, Santos F.C., por 3X0. No término do jogo, para comemorar, voltou

para o boteco e tomou mais seis cervejas e umas doses de cachaça.

Era tarde da noite quando resolveu voltar para casa. Pois bem, saiu cambaleando do boteco e foi para o ponto de ônibus. Depois de alguma espera conseguiu tomar o ônibus para a sua casa.

Lá chegando, entrou bem de mansinho, procurando não acordar ninguém. Do jeito que chegou, aterrissou no sofá e dormiu (alcoólatra dorme quase sempre no sofá, pois na cama só dorme a esposa; ela já o expulsara fazia muito tempo).

Muito bem. No outro dia, bem cedo, ele acorda e leva um choque muito grande, pois não sabia como tinha vindo para casa. Foi nesse momento que se lembrou de que fora ao jogo de carro. Mas, e o carro, onde estava? Na garagem? Deixou o carro pousar na rua?

Levantou-se antes de todos e foi até a garagem para verificar se seu carro lá estava. Grande susto! Ele não se encontrava na garagem. Procurou lembrar o que tinha

acontecido no dia e noite anteriores, mas não conseguia.

Desesperado já com a situação, estava se preparando para dar explicações à família, quando o telefone tocou. Ele correu a atender. Do outro lado da linha, perguntaram:

— É da casa do Sr. José Amado?

— Sim – ele respondeu – É ele mesmo.

— Pois bem, seu Amado. O senhor deixou seu veículo aqui no estacionamento, ontem. Aconteceu alguma coisa? Após o término do jogo, ficamos esperando que o senhor viesse pegá-lo, mas como o senhor não veio, fomos verificar no porta-luvas do carro se havia alguma identificação e acabamos achando alguns documentos que continham o nome e um número de telefone marcado. Por isso, estamos ligando.

José Amado deu uma desculpa esfarrapada e pediu que o aguardassem, pois iria buscar, imediatamente, seu veículo.

**Comentário:** Essas são as facetas do alcoolismo. Muitas vezes fazemos coisas,

falamos coisas, e não conseguimos lembrar de nada. Temos algumas atitudes que se não estivéssemos alcoolizados jamais teríamos. Trata-se da "Amnésia Alcoólica". Quantas pessoas não passam por situações assim, por fazerem uso do álcool sem controle!

## **DÉCIMA PRIMEIRA HISTÓRIA**

O plano espiritual trabalha sempre

Havia um companheiro nosso de nome Jair, que bebia muito. Sua vida era sempre em torno do álcool. Ele morava na mesma rua de nossa Instituição, onde todas as quintas-feiras havia reuniões de apoio aos alcoólatras. Em quase todas, ele passava em frente da instituição, totalmente embriagado, falando palavrões, e fazendo gestos obscenos a caminho de sua casa.

Certa noite, durante a reunião, para nossa surpresa, Jair adentrou a porta da frente, completamente embriagado, sentou-se em uma das cadeiras da última fileira, passando a assistir à reunião: ora resmungando, ora balbuciando algumas palavras. Solicitamos, então, aos presentes que procurassem ignorar suas atitudes, para que não pudessem assim atrapalhar o andamento de nossa reunião. Depois de



algum tempo, ele se retirou. Esse fato se repetiu por várias vezes em várias reuniões.

Mas o que nos chamou atenção foi a noite em que ele adentrou o recinto, como já havia feito outras vezes, só que não se sentou na última fileira, foi até à frente, onde os assistidos davam seus depoimentos e começou a fazer a prece do "Pai nosso", depois, olhou para todos com aquele olhar matreiro e saiu do recinto do mesmo modo que tinha entrado. Pedimos aos presentes que fizéssemos uma vibração pelo nosso irmão, e continuamos a reunião.

**Comentário:** O plano maior faz coisas que não podemos imaginar. Entendemos que, quando isto acontece, são os mensageiros de Jesus colocando este ser em contato com reuniões como a nossa, para que em seu íntimo fiquem gravadas as mensagens evangélicas e orientações sobre a problemática do alcoolismo. Assim procedendo, futuramente, a consciência do irmão virá a despertar para o crescimento espiritual, e conseqüentemente para a sua

libertação do alcoolismo e, em outros, das demais drogas.

## **DÉCIMA SEGUNDA HISTÓRIA**

### O pavimento sem escada

Conta-nos um companheiro que, em certa oportunidade, um grupo de amigos pedreiros e pescadores (diga-se de passagem, alcoólatras) resolveram construir um rancho com dois andares na beira do rio Paraná, que passava nas proximidades da cidade. Tudo acertado, foram para a beira do rio com a planta e os materiais para iniciarem a obra, não se esquecendo, é claro, da “cerveja”, muita cerveja, e da carne para o churrasco. Assim fizeram por diversas semanas.

Naquele dia, a euforia era total, pois eles começariam a construir o segundo andar do famoso rancho. Como sempre, foram para lá levando o material necessário e, claro!, “muita cerveja”.

Logo de manhã, bem cedo, iniciaram os trabalhos, pois pretendiam acabar o segundo andar ainda naquele dia. Trabalharam duro

e, é claro, beberam muito. No final da tarde tinham terminado o tão sonhado pavimento. Quão grande foi a surpresa ao verificar que não haviam deixado o vão para a escada, escada essa que tiveram de construir por fora, para não ter que quebrar a laje. Mas é claro que tudo terminou em “cerveja”.

**Comentário:** O que a bebida alcoólica consegue fazer em um pequeno grupo, imaginem vocês num grupo maior.

## **DÉCIMA TERCEIRA HISTÓRIA**

### Plantão médico

Relatou-nos um médico, com a especialidade em clínica geral, que no Natal de 2002 estava de plantão em um dos hospitais de nossa cidade e, na madrugada daquele dia, já tinham dado entrada no pronto-socorro mais de setenta casos de alcoolismo. Mas o que lhe chamou atenção foi que mais de 50% eram jovens mulheres, na faixa etária de 15 a 20 anos, com um grau etílico violento, algumas já entrando em estado de "coma alcoólico". Uma delas, que estava em coma, aparentava ter entre quatorze e dezesseis anos de idade. Ao verificar sua ficha médica, pôde observar que fora deixada na porta do hospital por um grupo de "amigos" que debandaram em correria para não serem identificados. Procurou, então, através de uma Assistente Social, que também dava plantão naquela noite, saber se conseguia o endereço de seus

familiares, intento inútil, pois ela não portava nenhum documento e nada que pudesse identificá-la. Fazendo um exame mais detalhado, observou que a garota estava grávida, o que complicava mais o seu quadro clínico. Depois de medicá-la, adequadamente, deixou-a sob os cuidados das enfermeiras de plantão, e foi dar atendimento aos demais pacientes. Quando foi lá pelas duas horas da manhã, foi chamado com urgência na UTI (Unidade de Terapia Intensiva), pois a jovem estava passando muito mal, num quadro abortivo.

Fez tudo o que pôde para salvá-la, usando toda a sua experiência médica, mas infelizmente não logrou êxito, e ela veio a óbito, junto com seu bebê. O médico saiu da sala de cirurgia totalmente arrasado. Pensou consigo: — “Onde estão os pais desta jovem? Será que eles tinham consciência do lugar em que a filha estivera naquela noite? Com quem andava, o que fazia?”

Correu para os aposentos dos plantonistas e chorou muito. Esse fora mais um plantão médico em sua vida, mas nele

não pôde ajudar, com toda a sua experiência médica.

**Comentário:** Os pais de hoje, com raríssimas exceções, não têm conhecimento de onde seus filhos estão, com quem estão, o que estão fazendo. Dizem eles que seus filhos já sabem o que fazem, mas o que os pais esquecem é que o álcool é a droga mais consumida no mundo. Ele tem matado cada vez mais pessoas que começam a beber os inocentes "drinks". Assim, muitos jovens já estão se tornando alcoólatras, com um agravante de que o álcool é a porta de entrada das outras drogas, "aquelas chamadas pesadas".

Pais, os nossos filhos não são propriedades nossas. São Espíritos eternos colocados sob nossa guarda, sob a nossa responsabilidade. Orientem-nos dando-lhes um "lar", dando-lhes o exemplo, dialogando com eles, apoiando-os nas horas difíceis, como as sementes das árvores frutíferas que devem ser plantadas em terras férteis, adubadas, molhadas, cuidadas com carinho,

para que possam dar bons frutos, no futuro,  
e não frutos doentes.



## DÉCIMA QUARTA HISTÓRIA

### A visita

Naquela manhã de quarta-feira, estava eu a trabalhar na Prefeitura, em meu departamento, quando um de nossos funcionários avisou-me que tinha uma senhora querendo falar comigo. Solicitei que entrasse em minha sala, e pusemo-nos a conversar. Tratava-se de mulher da alta sociedade, bem-vestida, com muitos adornos e joias. Pedi que ela se sentasse, colocando-a bem à vontade e fiquei à disposição para ouvi-la. Ela então começou a falar de seu filho:

— Ele tem trinta e dois anos. Filho muito querido na família, mas estava com um problema: vinha se excedendo um pouco no “álcool”. Quase todas as noites, chega totalmente embriagado, muitas vezes se torna violento, fala palavrões de baixo calão, ofendendo tudo e a todos. Certo dia, senhor Damião, ouvi uma entrevista do senhor no

rádio, no programa 'Rotativa no Ar', falando sobre o alcoolismo. Daí o motivo de eu aqui estar, para ver se o senhor pode me ajudar com meu filho.

Depois de refletir um pouco sobre o caso, falei com ela sobre o alcoolismo, trazendo-lhe vários conceitos novos que não conhecia, e, finalizando, disse-lhe que seu filho, em primeiro lugar, precisava aceitar que era um alcoólatra, e, em segundo lugar, frequentar um de nossos grupos de apoio aos alcoólatras. Nesse instante, ela me interpe-  
lou, incisivamente, dizendo:

— Só tem um problema. Meu filho não poderá frequentar um grupo de apoio como o senhor disse, pois ele é um "advogado" muito conhecido em nossa cidade, e não ficaria bem para ele estar se expondo assim.

Retomando a palavra, coloquei que a condição primordial era ele se afastar do álcool e frequentar um grupo de apoio que, aliás, em nossa cidade, existiam vários. Ela muito educadamente agradeceu minhas explicações e se retirou do recinto, silenciosa.

Nunca mais a vi, mas seu filho continua sempre nas altas rodas da sociedade “bebendo socialmente”, é claro!

**Comentário:** Este caso chamou-me muito a atenção, pela ignorância dessa mãe, em não entender que o alcoolismo é uma doença, e como tal devia ser tratado. Doença essa que pode surgir em todas as camadas sociais, independentemente de cor, credo e condição financeira. Não que os tratamentos médicos não possam ajudar; eles ajudariam muito, mas, concomitantemente, é imprescindível frequentar um grupo de apoio. Pode até acontecer de uma ou mais pessoas conseguirem se recuperar do alcoolismo sozinhas, mas a experiência nos mostra que a estatística é baixíssima. Somente nos grupos de apoio o nosso companheiro, através da “espelhoterapia”, ou seja, se espelhando nos erros dos outros, que muitas vezes são idênticos aos seus, irá conseguir se recuperar.

## **DÉCIMA QUINTA HISTÓRIA**

### O sumiço do livro

Um de nossos amigos, com a graça de Deus, em recuperação em um de nossos grupos de apoio, procurou-nos, um dia, muito feliz, contando-nos a seguinte história.

Logo que começou seu tratamento no DESAT (Depto. de Socorro aos Alcoólatras de Tupã), adquiriu o nosso primeiro livro, "Alcoolismo, 'Cura' através da Conscientização", que o ajudou muito na conscientização do problema. Certo dia recebeu a visita de seu irmão, que morava em Feira de Santana, na Bahia, e que infelizmente bebia muito. Estava já com problemas de saúde, em face da ingestão de álcool. Costumava deixar o livro citado em cima de uma estante que ficava na sala. Nem tocava no assunto de alcoolismo com ele, pois não aceitava, de jeito nenhum, que era um alcoólatra, pois que "bebia socialmente". O irmão ficou alguns dias em casa, pois

estava de férias. Foi muito bom ele ter vindo, pois puderam matar as saudades, saíram juntos e fizeram coisas que já não faziam há muito tempo. Mas chegou o dia de retornar ao seu lar, pois tinha que voltar ao trabalho. Foi com muita dor no coração que se despediram, e ele foi embora com a família. Passados alguns meses, seu irmão lhe telefona, todo feliz, dizendo em alto e bom tom que tinha deixado de beber e fumar, que estava se sentindo outro homem, pois quando aqui esteve viu um livro sobre alcoolismo sobre a mesa e deu uma vontade muito grande de ler. Então, sem falar para ninguém, pegou-o emprestado, sorratamente, e começou a ler, passando a entender que era um alcoólatra. Procurou um grupo de AA de Feira de Santana, e o está frequentando. A sua vida mudou da água para o vinho, está muito feliz, já está até se recuperando da saúde. E disse mais:

— Em outra oportunidade, gostaria muito de conversar com você, meu querido irmão, sobre esse livro e sobre essa Doutrina Espírita a que o autor se refere.

Desligou o telefone muito feliz. Aí, sim, pude entender o sumiço do livro.

**Comentário:** Ficamos muito felizes em saber que o nosso pequeno livro, que escrevemos sem pretensão nenhuma de ser um *best-seller*, conseguiu ajudar esse nosso companheiro.

## **DÉCIMA SEXTA HISTÓRIA**

### A entrevista

No final do ano de 2002, mais precisamente no dia vinte e três de dezembro, como habitualmente faço, escrevi uma mensagem sobre o consumo de bebidas alcoólicas nas festas de final de ano, e enviei esta mensagem para os jornais de nossa cidade – a mensagem se encontra em anexo no final deste livro, para que sirva de alerta aos nossos queridos irmãos.

Um de nossos radialistas, de um programa jornalístico diário, com grande audiência em nossa cidade, ao ler a mensagem que escrevi, convidou-me para ser entrevistado em seu programa. Aceitei prontamente o convite, pois acredito que seria um motivo a mais para divulgar o nosso trabalho de conscientização sobre o alcoolismo e suas consequências. Fui surpreendido pelo entrevistador quando ele disse em certo momento de nossa conversa:

— Damião, eu preciso dar um testemunho aqui, ao vivo. Você se lembra, há dois anos atrás, quando do lançamento do seu primeiro livro “Alcoolismo, ‘cura’ através da conscientização”? Nós o entrevistamos neste programa e você me presenteou com um exemplar, que guardo até hoje com muito carinho. Naquela época, eu bebia muito, fumava bastante, e comia exageradamente, tanto que, você deve se lembrar, eu estava obeso. Eu já tinha lido muitas obras a respeito do assunto, mas a conscientização ainda não tinha me alcançado. Aquele livro, Damião, foi a porta de minha libertação, porque depois que o li tomei conhecimento de que sou um doente alcoólatra, mas já não bebo mais. Larguei de fumar e aprendi a comer; hoje estou com mais ou menos oitenta quilos, quando na época pesava mais de cento e vinte quilos. Estava me suicidando, com a contribuição do álcool, do cigarro e da comida em excesso.

Encerrando, disse-me que ficava muito grato por eu ter sido a causa desta



modificação radical em sua vida, através desse pequeno livro.

**Comentário:** Fiquei muito feliz com essa declaração em público, em um programa de grande audiência em nossa cidade. Que este fato possa servir de alento a todos os que vierem a ler este livro.

## **DÉCIMA SÉTIMA HISTÓRIA**

### Desabafo de um alcoólatra

Registro aqui o relato de um alcoólatra:

“Perdi duas famílias, meus pais e meus irmãos estão no cemitério em decorrência do alcoolismo. Mulher e crianças estão na cidade de Marília, SP. Estamos separados por culpa do alcoolismo. Já fiz uso de bebidas alcoólicas dentro dos hospitais psiquiátricos comprando as enfermeiras. Hoje estou aguardando internação em hospital clínico, para fazer uma cirurgia, pois estou com cinco fraturas no rosto e, pela primeira vez, estou guardando o ódio, o rancor dentro do meu coração: sentimentos contra a bebida alcoólica que me tirou até os principais tesouros da minha vida, que são meus irmãos, meus filhos e minha mulher, sem contar a paz de espírito. Atualmente me encontro em recuperação na AAPEHOSP (Assoc. Amigos dos Pacientes Egressos dos Hospitais Psiquiátricos), onde tenho aprendido

como lidar com o alcoolismo. Agradeço a Deus, e peço forças para me manter na sobriedade”.

**Comentário:** Esse nosso companheiro teve consciência do estrago da bebida em sua vida, mas, infelizmente, veio a desencarnar em razão das complicações sofridas pelo seu organismo em decorrência do alcoolismo.

## DÉCIMA OITAVA HISTÓRIA

### O advogado

Conta-nos um de nossos assistidos da AAPEHOSP que certa vez estava bebericando com amigos em uma praça da cidade de Marília (SP), hábito que tinham há muito tempo, a que davam o nome de grupo de "Banca".

Depois de já terem bebido muito, totalmente embriagados, foram surpreendidos pela polícia, que colocou todos de mãos para cima, solicitando a documentação. Um dos elementos do grupo, porém, estava sem nenhum documento; então, a polícia não teve outra alternativa senão prendê-lo. Foi quando um dos participantes da "Banca", mais alterado do que os outros, resolveu ajudar o amigo preso. Sorratamente, ele se evadiu do local, voltando algum tempo depois, vestindo um paletó rasgado e sujo e uma pasta tipo 007, toda quebrada. Foi ver o delegado. Lá chegando, se apresentou como

“advogado” do amigo que havia sido preso, dizendo que veio buscar o seu cliente. O delegado, vendo o cara todo maltrapilho e embriagado, disse-lhe:

— Suma daqui, senão vou prender você também...

**Comentário:** Os alcoólatras são muito solidários em seus relacionamentos, pois possuem a mesma “matter”, o álcool.

## DÉCIMA NONA HISTÓRIA

### O enterro

Em uma de nossas reuniões, contou-nos um de nossos assistidos que ele fazia parte de um grupo de amigos que bebiam muito. Certo dia, estavam todos a bebericar em um bar, onde faziam ponto, quando receberam a notícia de que um dos amigos havia morrido. Foram todos ao velório municipal, pois o amigo nem família tinha mais, a não ser o álcool. Passaram a noite bebendo em volta do caixão. Pela manhã, na hora do enterro, estavam todos querendo segurar na alça, para acompanhar o féretro até a sepultura.

Com muito custo, conseguiram chegar à beira da sepultura, pois estavam tão bêbados que, por três vezes, quase caíram pelo trajeto até o cemitério. Ao abrir o caixão, para últimas despedidas, um de seus amigos, mais afoito, quis dar seu último adeus e, ao debruçar no caixão tentando beijá-lo, derrubou o morto no chão. Foi aquela

confusão. Todos querendo pegar o defunto e colocar de volta no caixão. Com muito custo, conseguiram o intento e o caixão foi baixado à sepultura. E para espantar a tristeza da perda desse amigo, todos foram bebericar no mesmo bar de sempre, em homenagem a ele.

**Comentário:** Tudo é pretexto para os alcoólatras beberem. Tanto na felicidade como nas amarguras da vida, o álcool está sempre presente.

## VIGÉSIMA HISTÓRIA

### Os treze pontos

Conta-nos um de nossos assistidos, em um de seus depoimentos, que em certa oportunidade tinha bebido muito, tanto que seus amigos não tiveram alternativa senão interná-lo num dos hospitais da cidade. Naquela noite, haveria um grande baile num dos clubes da cidade. O hospitalizado não pensou duas vezes, pulou pela janela do hospital, fugindo da internação. Não haveria problemas maiores se o quarto não fosse no segundo andar. Ao cair no chão, ele fez um grande corte na cabeça, mas estava tão alcoolizado que não percebeu o ferimento, indo diretamente para o clube.

Ao chegar lá, todos o olhavam com ar de espanto, até que seus amigos o encontraram e conseguiram interná-lo outra vez, definitivamente.



Moral da história: levou 13 pontos na cabeça e ganhou uma enorme cicatriz para o resto da vida.

**Comentário:** Estas são as facetas do alcoolismo, no qual as pessoas alcoolizadas colocam em risco as suas vidas por não terem noção das consequências.

## SEGUNDA PARTE

### PERGUNTAS E RESPOSTAS

#### **TEMA: ALCOOLISMO**

##### **– Que é alcoolismo?**

Definição acadêmica: Segundo a OMS - Organização Mundial da Saúde, alcoolismo é uma doença de caráter progressivo, incurável e quase sempre fatal.

Outra definição: Alcoolismo é o conjunto de problemas relacionados ao consumo excessivo e prolongado de álcool.

##### **– Que é estar alcoolizado?**

O indivíduo é considerado alcoolizado quando atinge uma taxa a partir de 0,6 gramas de álcool por litro de sangue. A taxa de álcool no sangue varia de acordo com o

peso, a altura e as condições físicas de cada um. Em média, a pessoa não pode ultrapassar a ingestão de duas latas de cerveja ou duas doses de bebidas destiladas, que já é considerada alcoolizada.

### **– Como o álcool age no organismo?**

O álcool é um depressor do sistema nervoso central, que retarda a condução dos impulsos nervosos, afetando a respiração, os batimentos cardíacos e a pressão arterial.

### **– O álcool interfere em nosso comportamento?**

Sim. Modifica o humor das pessoas, levando-as à euforia, desinibição, e causando falsa sensação de bem-estar. No primeiro momento, o álcool nos levanta, nos eleva, mas depois nos passa a rasteira, por isso é considerado uma droga depressiva.

### **– Alcoolismo tem cura ?**

A OMS entende que o alcoolismo não tem cura, mas entendemos que ele possa ser controlado, ou seja, do momento em que o alcoólatra passa a não mais beber, e não voltar à reincidência, ele estará “curado”, tese que defendemos em nosso livro “Alcoolismo, ‘Cura’ através da Conscientização”.

### **– Que é dependência?**

É o comportamento de repetição, buscando o prazer que a bebida lhe proporciona. Depois de um período, quando a pessoa já não alcança mais o prazer desejado, não consegue mais parar de beber, pois sempre que tenta, surgem sintomas desagradáveis da abstinência e, para evitá-los, a pessoa continua usando cada vez mais o álcool. Dizemos que a pessoa se tornou dependente do álcool quando ela não tem mais forças para diminuir ou interromper o seu uso.

### **– Que é tolerância?**

É a necessidade de doses maiores de álcool para a manutenção da embriaguez, obtida nas primeiras doses. Se no começo uma dose de uísque era suficiente para uma leve sensação de satisfação; depois de algum tempo, duas doses já não são mais suficientes. A dependência será tanto mais intensa quanto maior for o grau de tolerância ao álcool.

### **– Que é Síndrome de Abstinência?**

É a interrupção do consumo de álcool. E quando isso acontece, a pessoa passa a apresentar alguns transtornos de ordem física e psíquica, tais como: sudorese excessiva, aceleração do pulso, tremores de mãos, insônia, náuseas, vômitos, agitação psicomotora, ansiedade, convulsões e alucinações.

### **– Que é Delirium Tremens?**

É uma forma mais intensa e complicada de abstinência. É um estado de confusão mental; a pessoa não sabe onde está, em que lugar está, e passa a ter alucinações. Entendemos, sob o ponto de vista espírita, que o alcoólatra nestas condições libera o seu Espírito, que entra em contato com os obsessores, e esses aproveitam a situação para atormentá-lo, sugerindo-lhe ver insetos, animais que o atacam, entre outras situações.

**– O alcoólatra pode beber de vez em quando?**

O alcoólatra tem que entender que ele não pode beber de forma alguma, pois todas as vezes que ele entra em contato com o álcool, a compulsão toma conta dele, e perde o controle.

**– As mulheres são mais vulneráveis ao álcool que os homens?**

Aparentemente as mulheres são mais vulneráveis, sim. Elas atingem a concentração sanguínea de álcool mais alta com as mesmas doses de bebidas alcoólicas, quando comparadas aos homens. As mulheres são mais sujeitas à cirrose hepática e ao câncer de mama. Uma dose diária de álcool já afeta a incidência desse câncer.

### **– O alcoólatra pode parar de beber aos poucos?**

O parar de beber aos poucos não resolve o problema do alcoólatra; ele tem de ser radical. De outra forma não consegue se libertar de seu vício.

### **– Que é compulsão?**

Podemos dizer que compulsão é aquele ato incontrolável de ter, querer e consumir as coisas.

### **– Como fazer para parar de beber?**

A pessoa deve seguir quatro regras básicas que são: conscientização, evitar o primeiro gole, mudança de hábitos e frequentar um Grupo de Apoio.

### **– Que é conscientização?**

É entender que é alcoólatra, ou seja, reconhecer e aceitar que deve se afastar das bebidas alcoólicas pelo resto da vida. Pois, se não o fizer, estará caindo num poço sem fundo.

### **– Como evitar o primeiro gole?**

Conscientizar-se de que é um alcoólatra. Evitar o primeiro gole e conscientização estão intrinsecamente ligados. Estando consciente, estará evitando o primeiro gole e, evitando o primeiro gole, estará sendo consciente. É nesse momento que ele deve lançar mão dos novos hábitos adquiridos.

### **– Como se dá a mudança de hábitos?**



O alcoólatra faz sempre a mesma coisa: o mesmo bar, o mesmo rótulo, as mesmas companhias... Deverá passar a cultivar novas amizades, novos hábitos, tais como: leituras edificantes, bons filmes, atividades esportivas e, o mais importante, a religiosidade.

### **– Que são grupos de apoio?**

São grupos de pessoas que já vivenciaram os mesmos problemas e que se reúnem periodicamente para se ajudarem mutuamente, trocando experiências e aprendendo uns com os outros, o que chamamos de *espelhoterapia*.

### **– Que é “espelhoterapia”?**

É um expediente usado pelos grupos de apoio, no sentido de as pessoas se espelharem nas experiências vividas pelos companheiros do grupo.

### **– Quantas vezes o alcoólatra deverá frequentar um grupo de apoio?**

O resto de sua vida, e pelo menos uma vez por semana. O grupo é de fundamental importância para o alcoólatra. Sem ele, é quase impossível deixar de beber.

### **– O alcoólatra consegue deixar de beber sem ajuda de um grupo de apoio?**

Algumas pessoas conseguem deixar de beber sozinhas, mas são casos raros. Estatisticamente, talvez seja um em mil.

Entendemos que o grupo de apoio seja fundamental na recuperação de um alcoólatra.

### **– O grupo pode ajudar os familiares dos alcoólatras?**

É no grupo de apoio que os familiares passam a tomar conhecimento sobre o “alcooolismo”, porque através das reuniões vêm a entender que seu ente querido é um

doente alcoólatra que precisa de muito amor, carinho e respeito.

### **– A família pode ajudar?**

É fundamental a ajuda da família. Mesmo porque, quando existe um ente querido alcoólatra dentro da família, toda a família está doente.

### **– Como a família deve proceder?**

Em primeiro lugar, não ignorando o fato ou procurando escondê-lo da sociedade. A família tem que enfrentar o problema junto, procurando ajuda médica, os grupos de apoio e, se possível, frequentando os grupos de apoio, para aprenderem como tratar seus entes queridos.

### **– A Religião ajuda o alcoólatra?**

E como ajuda! O alcoólatra, quando na ativa, se afasta de Deus e de todos. A religião oferece o que já existe em todos os

seres, que é a presença de Deus dentro de nós. Um pastor, um padre, um espírita podem ajudar sobremaneira o alcoólatra, mas, se ele não quiser ajuda, de nada adiantará.

### **– O alcoolismo contribui para outras doenças?**

Certamente. Embora o alcoolismo seja uma doença, ele contribui para o surgimento de inúmeros outros problemas, abrangendo o sistema nervoso, o sistema gastrointestinal, o sistema cardiovascular, o endócrino, entre outros.

### **– Como o álcool atinge o sistema nervoso?**

Diversos são os problemas causados pelo álcool no sistema nervoso. Citaremos as amnésias. A amnésia é a inibição de alguns dos sistemas da memória pelo álcool, impedindo que a pessoa se recorde de fatos ocorridos durante o período de embriaguez.

**– Quais os efeitos do álcool no sistema gastrintestinal?**

Drásticos. Consumido em grandes quantidades pode levar à inflamação no esôfago e estômago, causando sangramento, enjoo, vômitos e perda de peso, bem como a cirrose hepática e a pancreatite aguda e crônica, que, não tratadas a tempo, poderão levar o alcoólatra à morte lenta. Finalmente, o câncer. Os alcoólatras estão mais sujeitos ao câncer do que a população em geral.

**– E no sistema cardiovascular, como age o álcool?**

Doses elevadas, por muito tempo, provocam lesões no coração, instalando a arritmia e outros problemas, como acidente vascular cerebral e trombose.

**– Como a Doutrina Espírita pode contribuir na recuperação dos alcoólatras?**

A doutrina dos Espíritos estuda o relacionamento dos Espíritos encarnados com os Espíritos desencarnados. Nós vivemos em sintonia. Pensando coisas boas, atraímos coisas boas para nós, pensando coisas ruins, atraímos coisas ruins. O alcoólatra, pela sua condição, está sempre em sintonia com Espíritos que também gostam de beber. Quando o alcoólatra vem à casa espírita para tratamento nos grupos de apoio, ele passa a receber a Evangelização, a Fluidoterapia e a terapia de grupo. Os Espíritos que o acompanham também recebem tratamento no plano espiritual, dando-se, neste processo, a libertação do assistido e do Espírito desencarnado.

### **– Explique o que é Evangelização.**

O alcoólatra, quando está na ativa, só vivencia o álcool. Café da manhã: álcool. Almoço: álcool. Jantar: álcool. Ele se afasta de Deus, de Jesus. A Evangelização é trazê-lo de volta às origens, ou seja, a Deus, a Jesus,

no sentido de que ele volte a falar em amor, caridade, fraternidade, perdão, e tome conhecimento de que é filho de Deus, dando ao indivíduo o sentimento de religiosidade.

### **– Que é Fluidoterapia?**

Mais conhecida na casa espírita como Passe Espiritual, Passe magnético. Nada mais é que uma transfusão de energias espirituais e físicas. É no momento do passe ou na Fluidoterapia que o plano maior passa a ajudar o assistido, trazendo até ele médicos, enfermeiros, psiquiatras, psicólogos, até mesmo entes queridos, que já desencarnaram, para ajudá-lo naquele intento. É nesse momento também que os Espíritos desencarnados que o acompanhavam também são tratados, sendo encaminhados a hospitais especializados no plano espiritual.

### **– Que é terapia de grupo?**

É o momento de os assistidos colocarem para fora suas mazelas, suas mágoas, suas inseguranças, falando de si e ouvindo os outros falar, usando o método da espelhoterapia.

### **– Qual a diferença entre os grupos de apoios espíritas e o A.A.?**

Praticamente não há diferença. Mas os grupos de apoio espíritas trabalham a desobsessão, ou seja, a libertação do alcoólatra encarnado dos Espíritos desencarnados que o estão obsidiando. Trabalham também o crescimento do ser como um todo, procurando passar ao assistido a noção de que ele deve evoluir, eliminar seus vícios, de um modo geral. Primeiro os visíveis, tais como a bebida, o cigarro; depois os invisíveis, como a inveja, o orgulho, a ambição, a vaidade, entre uma centena de outros vícios. Não temos nada contra os grupos de A.A., que têm em vista mais o tratamento do alcoolismo, só que os grupos espíritas procuram trabalhar o ser



como um todo, através da trindade: Evangelização, Fluidoterapia e Terapia de Grupo.

**– Explique melhor como se dá o tratamento.**

Os grupos de apoio espíritas trabalham o ser como um todo, ou seja, não só para livrá-lo do alcoolismo, mas para levá-lo também a deixar seus vícios, de uma maneira geral. Não só o tabaco e outras drogas, como maconha, cocaína, crack – que são exemplos de vícios materiais –, mas também o orgulho, a vaidade, a inveja, ou seja, os vícios de ordem espiritual. Quando o alcoólatra deixa de beber e não encontra a sobriedade e a serenidade, passa a ser, como dizemos comumente, “um alcoólatra seco”.

**– Como fazer para encontrar a sobriedade?**

Entendemos, dentro de nossa vivência, que o alcoólatra só encontrará a sobriedade

e a serenidade quando ele aceitar definitivamente que é de fato um alcoólatra, quando ele passar a viver definitivamente sem o álcool, quando ele riscar de sua mente a palavra álcool. Muitas pessoas deixam de beber, mas se tornam pessoas insociáveis, secas, estão sempre nervosas. Tudo isso por não terem aceitado, de fato, o seu alcoolismo, ou seja, não se conscientizaram ainda.

### **– O alcoolismo é genético?**

A predisposição genética é inegável, mas apenas parcial, pois nos estudos feitos com gêmeos monozigóticos (idênticos) constatou-se que, quando um se torna alcoólatra, nem sempre o outro se torna. Entendemos que a influência familiar do alcoolismo é que leva os filhos quase sempre a se tornarem alcoólatras (todo filho quer ser como o pai quando ele crescer), ou seja, se o pai é um alcoólatra, o filho tem noventa por cento de chances de também o ser.

## **– A pessoa que usa o álcool de vez em quando é considerada alcoólatra?**

Para nós que trabalhamos com grupos de recuperação de alcoólatras, alcoólatra é aquele que faz uso de álcool, independente da quantidade. O que vai diferenciar um do outro é o Grau Etílico em que está. Uns bebem diuturnamente, outros bebem sazonalmente, mas ambos são alcoólatras.

## **– Como se processa o metabolismo do álcool em nosso organismo?**

Quando o álcool é consumido, passa pelo estômago e começa a ser absorvido pelo intestino, caindo na corrente sanguínea. Ao passar pelo fígado começa a ser metabolizado, ou seja, a ser transformado em substâncias diferentes do álcool, que não possuem seus efeitos. A primeira substância formada pelo álcool chama-se acetaldeído, que é depois convertido em acetato por outras enzimas. Essas substâncias, assim como o álcool excedente, são eliminadas

pelos rins. Eventualmente voltam ao fígado e acabam sendo transformadas em água e gás carbônico, expelido pelos pulmões.

### **– Que é intoxicação e embriaguez alcoólica?**

A passagem do álcool do intestino para o sangue se dá de acordo com a velocidade com que o álcool é ingerido. Já o processo de decomposição do álcool pelo fígado obedece a um ritmo fixo, podendo ser ultrapassado pela quantidade consumida. Quando isso acontece, temos a intoxicação pelo álcool e o estado de embriaguez.

### **– Qual é a origem do álcool etílico?**

O álcool é obtido a partir de cana-de-açúcar, cereais ou frutas, através de um processo de fermentação ou destilação.

### **– O álcool afeta a sexualidade do homem?**

Sim. O consumo excessivo de álcool contribui para o atrofiamento dos testículos, perda da libido, queda de pelos, além da ginecomastia (mamas crescidas).

**– O câncer é comum nos alcoólatras?**

O índice de câncer entre os alcoólatras é alarmante, quer por ação tóxica do próprio álcool sobre as mucosas, quer por conta dos aditivos químicos, de ação cancerígena, que entram no processo de fabricação das bebidas.

**– Que acontece se misturarmos álcool com medicamentos?**

A mistura de álcool e tranquilizantes gera depressão do sistema nervoso central e traz efeitos danosos na maioria dos casos.

**– Em que época da vida o alcoólatra começa a beber?**

Varia muito; uns começam a beber muito jovens, outros só se tornam alcoólatras depois da adolescência. Muitos se tornam alcoólatras em poucos anos, outros levam mais tempo para se instalar a doença. Isso se dá tendo em vista a tolerância.

**– Para deixar de beber é necessário se internar em um hospital?**

Não necessariamente. Depende do grau de dependência de cada um. Em inúmeros casos, o doente alcoólatra consegue parar de beber fora dos hospitais. Mas é de fundamental importância procurar um grupo de apoio. A internação se faz necessária quando há séria intoxicação física.

**– O alcoólatra pode beber socialmente?**

Nós responderíamos com outra pergunta: que é beber socialmente? O beber socialmente de um é diferente do beber socialmente de outro. Ou seja, o grau de

tolerância de cada um é diferente do outro. Para uns, beber socialmente é tomar uma cerveja, por exemplo, e, para outro, já seria tomar três cervejas. Para um terceiro, seria tomar seis cervejas. Notamos que o socialmente destas três pessoas é diferente, mas todas bebem "socialmente". Como o alcoólatra não pode, e não deve tomar o fatídico primeiro gole, entendemos que ele não poderá jamais "beber socialmente".

**– Vários médicos defendem a tese de que uma pequena dose de bebida alcoólica não faz mal a ninguém. Que dizer sobre isto?**

O que ocorre é que, como já abordado em outras questões, os alcoólatras não podem estar em contato com o álcool. Eles não podem ingerir o fatídico primeiro gole. Ora, se eles não podem ingerir o primeiro gole, como poderão estar tomando pequenas doses de álcool? Com todo o respeito à classe médica, muitos deles não são especialistas no assunto (alcoolismo) e

desconhecem que o alcoólatra jamais poderá beber.

**– Qual o momento de cortar ou desistir da bebida?**

Entendemos que a pessoa deva fazer uma análise de sua situação, e quando verificar que está bebendo sem controle, ou seja, cada dia que passa ele tem que aumentar suas doses, é o sinal. É o momento de pedir socorro, procurar ajuda, pois sozinho é muito difícil deixar o alcoolismo.

**– Qual é o limite entre beber socialmente e o alcoolismo?**

O limite é muito tênue. Existem pessoas que passam a vida toda tomando pequenas doses de bebidas alcoólicas sem nunca terem problemas. Estes são os chamados “bebedores sociais”. Outros começam com pequenas doses e, quando vão se dar conta, já estão sendo dominados pela bebida. A



compulsividade fala mais alto. E jamais admitem serem alcoólatras.

**– Há pessoas que podem beber sem nunca se tornarem alcoólatras?**

Sim. Há pessoas que passam a vida tomando pequenos “drinks”, bebendo um copo de cerveja, por exemplo; vão a uma festa, tomam pequenas doses de bebidas. Se por acaso não tiver bebida, para eles tanto faz. Não estão ligados no álcool. Não são compulsivos.

**– Há pais que dão bebidas alcoólicas aos seus filhos. É certo?**

Nós temos visto pais colocarem a chupeta de seus filhos nos copos de cerveja ou de caipirinhas, dizendo assim: – “Meu filho tem que aprender com o pai”.

“Santa ignorância!” Mal sabem eles que estão colocando uma bomba de efeito retardado na mão de seus filhos. Pois se esta

criança tiver compulsão pelo álcool, ela estará fadada ao alcoolismo.

**– É proibido servir bebida alcoólica a menor de idade?**

O artigo 63 do Decreto Lei 3.688, de 1941, decreta que é expressamente proibido servir bebida alcoólica a menores de 18 anos e a quem se acha em estado de embriaguez.

**– É permitida a propaganda comercial de bebidas alcoólicas nas emissoras de rádio e televisão?**

A lei conhecida como Murad, a de nº. 9.294 de 1996, define que as propagandas comerciais de bebidas alcoólicas nas emissoras de rádio e televisão só poderão ser veiculadas entre 21h e 6h.

**– Quais as sanções por dirigir embriagado?**

Em conformidade com o artigo 165 do código de trânsito brasileiro, lei nº 9.503 de 1977, dirigir sob influência do álcool, em níveis superiores a seis decigramas por litro de sangue, é infração gravíssima, tendo como sanção multa e suspensão do direito de dirigir.

## APÊNDICE

### **MENSAGEM PARA UM PAI ALCOÓLATRA**

Perdoa-me, Pai.

É importante que leia o meu desabafo. Sempre falei que, quando crescesse, queria ser igual ao senhor. Mas, infelizmente, eu mudei de ideia. Não imagina o que sofremos quando anoitece e não vem para jantar, pois só chega em casa de madrugada; assim mesmo, embriagado. Olhe, não importa que chute meus brinquedos, pise-os, atire-os contra as paredes, bata raivosamente em mim, sem motivo, quando lhe pergunto: Por que o senhor não para de beber?

Pai... Não me envergonho de usar roupas velhas, sapatos furados e nem me incomodo com o pouco alimento que como. Na verdade, nada disso teria importância se o senhor não bebesse. Por favor, não fique parado nos bares perdendo seu tempo, seu dinheiro, e, sobretudo, sua saúde, bebendo e

farreando ao lado daqueles que dizem ser "seus amigos". Lembre-se, nós precisamos do senhor. Eu queria apenas tê-lo em casa todas as noites, para poder dizer antes de deitar: "BÊNÇÃO, PAPAI".

Sabe, eu senti muita pena de vê-lo, um dia desses, deitado na calçada. Os garotos que passavam começaram a atirar-lhe pedras. Seus cigarros espalhados pelo chão, seus bolsos revirados e lá estava uma garrafa de bebida quebrada aos seus pés. Pedi para que não fizessem aquilo e eles me perguntaram:

"Você conhece esse cachaceiro?"

Puxa!, Pai, tive vontade de dizer que não, mas lembrei-me de que certa vez o senhor me disse: "Filho, o verdadeiro homem não diz mentiras".

Então, tomei coragem e respondi-lhes:

"Sim, eu o conheço: é o meu PAI".

Eles riram e falaram:

"Se fôssemos você, teríamos vergonha de chamar esse cachaceiro, e bêbado, de PAI".

Baixei a cabeça, humilhado. Meus olhos se encheram de lágrimas e chorei. Chorei como se nunca tivesse chorado na vida. Chorei o sentimento da dor e do amor. Tentei erguê-lo. Pedi para que se levantasse. Enxuguei seu rosto suado pelo sol do meio-dia. Contudo, meus esforços foram inúteis. O senhor parecia não ouvir. Gemia, dizia palavras incompreensíveis e rolava de um lado para outro na calçada imunda. Os garotos foram embora, dizendo:

"Você está lidando com um pau d'água sem-vergonha. Deixe-o aí, pode ser que, ao tentar atravessar a rua, um caminhão passe por cima dele e o mate".

Pai... Foi duro ouvir aquilo. Eu senti como se o mundo desabasse sobre mim, mas, mesmo assim, quero que saiba de uma coisa:

"O voto que fiz de amá-lo, respeitá-lo, e querer-lhe bem, hei de cumprir sempre, mas... quando eu crescer, não quero ser igual ao senhor".

A. A.

## **O ÁLCOOL E AS FESTAS DE FIM DE ANO**

Na revista "Veja" datada de 11/12/2002 foi veiculada uma matéria com o título: "Elas bebem demais", onde foram apurados vários dados estatísticos, tais como:

- até o início dos anos 90, de cada 5 jovens que procuravam ajuda médica devido a problemas de alcoolismo, apenas 1 era do sexo feminino. Hoje, a média é de 2 rapazes para 1 garota;

- estudos mostram que as mulheres tendem a ficar tão embriagadas quanto os homens, com apenas metade das doses tomadas por eles. Isso decorre da maior quantidade de gordura corporal e, portanto, menor quantidade de água no organismo feminino;

- pesquisadores da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) entrevistaram 6.417 jovens, de 10 a 20 anos, para descobrir como anda o consumo de álcool entre eles. Concluíram que 20% dos meninos e 15% das

meninas, entre 10 e 12 anos, haviam ingerido álcool nos últimos trinta dias. Entre 13 e 15 anos, o percentual foi maior: 43% dos garotos e 40% das meninas tinham consumido bebida alcoólica;

- há 5 anos, a média da idade das mulheres que bebiam era de 30 anos, agora, esta média é de 19 e 20 anos. A pesquisa ainda mostra que grande parte das mulheres só procura ajuda quando percebe que chegou ao limite e perdeu o controle sobre a bebida.

Diante dos fatos, queremos alertá-los do grande consumo de bebidas alcoólicas nas "festas de fim de ano". Muitas famílias se reúnem no Natal em grandes "Ceias", colocando à mesa muita comida, muita bebida alcoólica e se esquecendo de homenagear o aniversariante do dia: "JESUS".

O que era para ser uma festa de confraternização familiar, muitas vezes se torna uma terrível batalha de sentimentos instigada pela sua majestade "O ÁLCOOL", na qual a inveja, o orgulho, a ambição vêm à



tona, trazendo consigo as cobranças, as mágoas, as intrigas, onde pais se viram contra filhos, sogro discute com genro, irmão com irmão e assim sucessivamente, envolvendo quase todos os membros da família.

Por outro lado, prezados leitores, uma Ceia de Natal sem a "bebida alcoólica" é muito diferente. O ambiente familiar é outro, independentemente do que se vai comer.

Faça a sua "CEIA" de Natal e convide para o seu lar o aniversariante do dia, que é JESUS. Faça uma prece envolvendo todos os familiares neste ato, agradecendo a Deus, nosso Pai, pela bênção da Vida, louvando a Jesus, nosso Mestre, e pedindo nesse ato que Ele abençoe seu lar, seus familiares, envolvendo todo o nosso planeta em muita luz.

O álcool, meus prezados leitores, e a felicidade não convivem debaixo do mesmo teto. Se o Álcool adentra a porta da frente de seu lar, a felicidade sai pelas portas dos fundos.

Muita paz!

Feliz natal e um próspero Ano novo!  
São os nossos votos.

Damião Borges Marins

Diretor Divulgação da AAPEHOSP

(Matéria veiculada na Internet, jornais e rádios  
de nossa cidade, no final de dezembro de 2002.)

## CONCLUSÃO

A primeira parte de nosso livro vem mostrar aos nossos leitores as facetas do alcoolismo, às vezes com histórias jocosas, histórias tristes e histórias pitorescas. Enquanto a humanidade não entender que o alcoolismo é uma das piores drogas do mundo, nós vamos ter histórias, como estas, que retratam bem a vida dos alcoólatras, vida de muito sofrimento, muita dor, muitos desencontros, muitos deles chegando ao fundo do poço.

Espero que ao lerem estas histórias possam refletir muito sobre o alcoolismo e passar a entender que ele acomete todas as pessoas, independente de raça, posição social, cor, e religião. Somente através da "conscientização" o ser poderá se libertar de seus vícios, alçando seu voo para sublimação do Espírito.

Na segunda parte, procuramos selecionar perguntas e respostas, enfocando os problemas do alcoolismo e suas

peculiaridades, bem como orientações e estatísticas.

Sabemos que não esgotamos o assunto, e nem tínhamos pretensão para tal, mas tudo o que colocamos neste livro foi feito com muito carinho e respeito aos leitores.

O Autor.

## **GLOSSÁRIO**

DESAATT – Departamento de Socorro Anti Álcool, Tabagista e Toxicômano

Funciona como um departamento do CEOS.

Localização: Rua General Craveiro Lopes, 195 – Rudge Ramos. São Bernardo do Campo – (SP) – 09740-630. Telefone – (11) 4362-0863

DESAT – Departamento de Socorro aos Alcoólatras de Tupã

Funciona com um departamento do Instituto de Assistência e Difusão Espírita

Localização: Rua Assur Bitencourt, 879 – P. Bela Vista. Tupã – (SP)

AAPEHOSP – Associação dos Amigos dos Pacientes Egressos dos Hospitais Psiquiátricos

Localização: Rua Arnaldo Tovo, 421 – J.  
América. Tupã – (SP) - Telefone - (14)  
34967235

## **GRUPOS ESPÍRITAS DE RECUPERAÇÃO DE ALCOÓLATRAS EM TUPÃ**

DESAT – Departamento de Socorro aos Alcoólatras de Tupã

Funciona como um departamento do Instituto de Assistência e Difusão Espírita

Localização: Rua Assur Bitencourt, 879 – P. Bela Vista-Tupã – (SP). Coordenador – Nelson.

GEDAAI – Grupo Espírita de Recuperação de Alcoólatras Anjo Ismael

Endereço: Rua Tupis, 722 – centro – Tupã – (SP). Coordenador – Juscelino.

MERA – Movimento Espírita de Recuperação da Autoestima

Endereço: Rua Arnaldo Tovo, 421 – Jd. América – Tupã (SP). Coordenador – Damião.

DARA – Departamento de Assistência e Recuperação de Alcoólatras

Endereço: Rua Antônio José Lemos, 45 –  
Vila Independência – Tupã (SP).  
Coordenador – Damião.

**Dados do Escritor:**

**Nome** – Damião Borges Marins

**Data de Nascimento** – 15/02/1949

**Formação** – Técnico em Contabilidade.

Administração de empresas. Fiscal de rendas municipais; casado, com duas filhas.

**Endereço** – Rua Antônio Cabrera, 118  
– Jardim Guarujá – Tupã – SP

CEP- 17605-231

Fone: (14) 3441-1267

Celular (14) 9704-9616

**E-mail** – dbmarins@ig.com.br