**LUTANDO CONTRA A GARRAFA**

**George Vandeman**

**Harold lembrava-se dos homens que tinha visto baleados no exterior e concluiu que iria fazer uma tremenda sujeira no quarto. Assim, segurando cuidadosamente a sua espingarda Hemington 12, caminhou pelo corredor até o banheiro. Ele estava tentando desesperadamente fugir das suas promessas quebradas, de sua teia de mentiras; tentando fugir da mágoa dos olhos de suas filhas. Ele havia decidido que essa era a única fuga da garrafa. Harold entrou na banheira, deitou-se e apontou o cano da espingarda para a boca.**

 **Quando Harold Hughes tomou seu primeiro drinque, era um adolescente tímido. O álcool da bebida queimou sua garganta, todavia, o fez sentir como se estivesse andando no ar. De repente, conseguia falar com as garotas, sentia-se confiante, tornando-se a alegria da festa. Harold descobriu também que queria três drinques para cada drinque que seus amigos pediam. Alguma coisa dentro dele o instava a continuar. Ele lembrou-se de sua mãe dizendo:**

 **– Harold, eu creio que Deus tem alguma coisa especial para você. Você tem que se manter apto para isso.**

 **O filho fez promessas, mas não conseguia parar de sair com seus colegas.**

 **Harold ganhou uma bolsa para estudar Engenharia Aeronáutica na Universidade de Iowa. Mas após um ano, desistiu e casou-se com uma garota de lindos cabelos chamada Eva. Eles eram felizes quando Harold não estava bebendo.**

 **Nessa ocasião, Gessi, irmão de Harold, morreu num acidente de carro. Ele passou a beber mais... para esquecer. Durante a Segunda Guerra Mundial, Harold serviu na infantaria em sangrentas campanhas no norte da África e Itália. Tinha mais ainda para esquecer. Quando voltou para casa, para Eva e suas duas filhinhas, Harold tornou-se gerente de uma transportadora e estava indo muito bem. Entretanto, seu trabalho muitas vezes o prendia até tarde e ele ficava bebendo com seus clientes. Quando Eva tentou falar com ele sobre o vício da bebida, Harold ficou zangado. Quando sóbrio, ele notava as olheiras profundas nos olhos de Eva, e suas**

**filhinhas às vezes escondiam-se no armário, quando ele vinha para casa.**

 **Finalmente, Eva e as crianças saíram de casa. Harold viu-se obrigado a fazer uma promessa solene. Ele jurou, diante de um juiz, que não tocaria em bebidas alcoólicas durante um ano.**

 **Algumas semanas depois, Harold viajou para uma reunião de caminhoneiros em Ames, Iowa. Uma manhã, ele acordou num hotel em Des Moines. Não tinha a menor idéia de como havia chegado ali. Uma placa luminosa piscava do lado de fora da janela. Um gosto seco, familiar, chegou até sua boca. Quando ele se levantou naquele quarto e caminhou até o banheiro para lavar o rosto, notou vômito espalhado junto ao vaso sanitário. Mais uma promessa que fora esgoto abaixo.**

 **Bem, depois de Des Moines, Harold não arrumou mais desculpas quanto a tentar parar. Ele voltava bêbado para casa mais e mais vezes. Num triste dia de 1952, Harold prometeu a Eva que voltaria cedo para casa para um importante jantar. Depois da reunião, ele ficou lá "só para mais um drinque". De repente, eram onze horas. Harold correu para casa, mas Eva e as crianças haviam ido embora. Naquela noite, sentado em uma casa vazia, suas repetidas falhas o subjugaram. Durante dez anos, o álcool havia dominado sua vida. Ele fez promessas, orou, mas nada conseguia controlar sua sede. Harold havia falhado com todos os que fizeram alguma coisa por ele. Começou a sentir um ódio terrível de si próprio. Qual era a razão de viver? Só havia um jeito de pôr um fim ao inferno que sua própria família tinha que suportar. Eva era jovem e bonita e poderia casar-se novamente. Suas filhas seriam capazes de esquecê-lo e seriam poupadas da desgraça de ter um bêbado como pai. Harold colocou três balas em sua espingarda e encaixou uma delas na agulha. A porcelana da banheira tremeu quando ele se deitou. Harold Hughes sentiu que essa era a única solução para o problema que ele havia tentado desesperadamente superar. Ele sentia-se prisioneiro do álcool.**

 **Harold não está sozinho nessa prisão. Milhares e milhares, hoje, estão gemendo contra as grades desse mal arraigado na química de seu corpo e nos costumes sociais de nossa era.**

 **Por que as pessoas tornam-se alcoólicos? Exatamente que tipo de droga é essa, que leva alguns dos que tomam alguns drinques a se tornarem dependentes para sempre? Existe alguma saída dessa prisão, dessa prisão da garrafa?**

 **Bem, para responder a essas e a outras perguntas, estou feliz em apresentar meu amigo e autoridade nesse campo, o Dr. Richard Neil.**

**Ele é catedrático do Departamento de Promoção, Educação e Saúde da Universidade de Loma Linda.**

**Vandeman – Vamos começar com uma pergunta básica. Pode parecer simples, mas acho que ela merece uma boa resposta: O álcool é uma droga?**

 **Dr. Neil – Sim. O álcool é uma droga. Parece haver alguma confusão a respeito disso. Qualquer substância que colocamos dentro de nosso corpo e que muda seu modo de agir é chamada de droga. Se ingerirmos alimento, por exemplo, ele apenas mantém o corpo funcionando normalmente. O álcool altera-lhe as funções e atividades.**

**Vandeman – Então, em que ele difere das outras drogas?**

 **Dr. Neil – Em geral, existem dois tipos de droga que se enquadram nessa categoria. Uma é chamada de estimulante. Os estimulantes agem aumentando a atividade do corpo, seu metabolismo. O álcool não é**

**um estimulante. Ele é sedativo, ou seja, diminui as funções do corpo. Ele acalma. Se você tomá-lo, de fato, em quantidade**

**suficiente, ele irá acalmá-lo até a anestesia**

**total.**

**Vandeman – Por que as pessoas usam álcool?**

 **Dr. Neil – Elas usam álcool, primeiramente, por causa da sensação que ele deixa. Um dos efeitos do álcool tem relação com a parte sedativa. É a capacidade de desligar certas partes do cérebro. Assim, se uma pessoa sentir-se inibida, ou se for tímida, poderá utilizar o álcool, que a livrará da inibição e fará com que sua natureza básica apareça. É por isso que muitas vezes, quando as pessoas estão bêbadas, agem de maneira diferente, da qual não se apercebem. Basicamente, elas bebem a fim de mudar o modo de sentir ou de agir.**

**Vandeman – Quando se mexe com o cérebro, a pessoa está em terreno perigoso.**

 **Dr. Neil – O cérebro é o assento da alma. Esse é um conceito muito importante.**

**Vandeman – Pode uma família, hoje, talvez até inadvertidamente, incentivar o alcoolismo?**

 **Dr. Neil – Sem dúvida alguma. Muitas pessoas que têm problemas com o álcool descobrem que seu comportamento torna-se inaceitável em certas ocasiões, no trabalho ou socialmente. Para a família conseguir manter sua integridade, muitas vezes seus membros, geralmente a esposa, começará a inventar desculpas. A tendência é tentar controlar o**

**hábito de beber. Chamamos isso de co-capacitação, ou seja, eles se tornam quase co-**

**alcoólicos. É inconsciente, pois a finalidade é outra, mas é o que realmente acontece.**

**Vandeman – Então a intenção é boa?**

 **Dr. Neil – É.**

**Vandeman – Mas acabam prejudicando.**

 **Dr. Neil – Isso mesmo.**

**Vandeman – Qual é relação com a hereditariedade?**

 **Dr. Neil – Havia alguma indicação, há alguns anos, por uma pessoa famosa que estava envolvida com a reabilitação do alcoolismo, de que pode haver um elo bioquímico nisso, mas na verdade, não ficou provado. Entretanto, existe pelo menos um bom estudo em gêmeos que indica que pode haver um componente genético, digamos assim. Quando os gêmeos nasciam, eram separados e cresciam em lugares diferentes. Havia uma média mais alta de alcoolismo entre os gêmeos do que entre as outras pessoas da população normal. Daí, o pensamento é de que exista provavelmente uma pré-disposição genética.**

**Vandeman – A despeito de poderem ser**

**usadas indevidamente, as famílias também podem trabalhar como um grupo de apoio?**

 **Dr. Neil – Sim. Esse é um dos aspectos chave da recuperação do alcoolismo.**

**Vandeman – Essas pessoas vivem tão perto dos membros da família! Como a família pode ajudar então?**

 **Dr. Neil – A família ajudará melhor sob a orientação de um profissional. Foi desenvolvido um conceito no tratamento do alcoolismo que se chama "confrontação interessada". Em lugar de acusar o alcoólico de ser inadequado e incapaz de cumprir seus deveres, a família, o patrão e o médico podem se unir, podem chamar o alcoólico e começar a mostrar-lhe exemplos específicos de fatos que foram contra o seu próprio bem-estar e o da família. O patrão lhe garantirá que, se for procurado o tratamento e seguido, o emprego será assegurado, de modo que toda a confrontação ficará na área da documentação e todos deixarão a pessoa saber que ninguém a abandonará. Esse é o meio mais eficaz e tem sido, nos meus cálculos, um dos avanços mais importantes na área do tratamento de alcoólicos nos últimos anos.**

**Vandeman – Maravilha. E isso não se**

**encaixa de algum modo aos "Alcoólicos**

**Anônimos"?**

 **Dr. Neil – Sim. Um dos primeiros preceitos desse programa é o fato de que uma pessoa pode atingir o ponto onde ela se vê incapaz de lidar com seu problema e tem que haver uma força. Tem que haver alguma coisa, além dela mesma, que venha ajudá-la a controlar-se.**

**Vandeman – Em outras palavras, o homem ou a mulher não consegue parar de beber com força de vontade apenas?**

 **Dr. Neil – Não! É quase a mesma coisa que parar de comer e fazer dieta para perder peso. Muitos desses comportamentos são chamados agora de dependência do álcool. Se a pessoa conseguisse superá-los, ela o faria. Quando a pessoa procura um profissional, acho que uma das coisas mais importantes que esse profissional deve fazer é deixar a pessoa saber que existe ajuda disponível além de seus próprios recursos.**

**Vandeman – Qual você acha que é o aspecto mais importante no tratamento do alcoolismo?**

 **Dr. Neil – Acho que o aspecto mais importante é deixar de negar que é alcoólico. Os alcoólicos constantemente negam que têm problema. O álcool para eles é visto não como um problema, mas como uma solução. Os membros**

**da família o vêem como um problema. Portanto, assim que deixa de negar, e toma consciência do fato de que tem um problema e não conseguirá solucioná-lo sozinho, a família tem que fazê-lo entender que existe ajuda. Mas se indicarmos que a ajuda está nela própria, sentir-se-á desencorajada, pois já tentou isso. Assim, a pessoa deixa de negar o fato e reconhece que existe ajuda – e eu gostaria de dizer que existe ajuda vinda de Deus, porque, tendo criado o homem, Ele sabe o que é melhor para nos restaurar. Assim que a pessoa entende que tem ajuda disponível, está no caminho da recuperação.**

**Vandeman – Gostei disso. Fale mais sobre a ajuda de Deus.**

 **Dr. Neil – O Programa do Alcoolismo tem na realidade duas fases: uma delas é a desintoxicação. Essa é a fase onde a pessoa é colocada num quarto onde as luzes são suaves e onde lhe é permitido descer daquele estímulo artificial que chega em virtude do cérebro estar aberto. Esse é o momento em que a pessoa faz muita introspecção. Ela começa a olhar para si mesma e uma das perguntas que faz é: Por que faço isso com minha família? Acho que é muito importante a pessoa reconhecer que está perdoada, que Deus a perdoou e com a**

**"confrontação interessada" ela sabe que a família a perdoou, que o patrão a perdoou. O próximo estágio é o do acompanhamento. Tem a ver com a pessoa fazer contratos consigo mesma e com a família. Novamente, o apoio deve vir da família, e quando fazemos esse contrato, um texto vem à mente. I João 1:9 diz: "Se confessarmos os nossos pecados, Ele é fiel e justo para nos perdoar os pecados e nos purificar de toda injustiça." O alcoólico deve reconhecer que não é capaz de se limpar sozinho, mas Deus pode fazer isso se ele confiar e reconhecer o apoio da família bem como as orações por essa ajuda. Ele irá vencer.**

**Vandeman – Obrigado por sua participação.**

**Bem, espero que você saiba agora que existe esperança para o alcoólico. Existe um programa definido de tratamento disponível que pode ajudar até o dependente mais desesperado. Até mesmo as pessoas desesperadas como Harold Hughes. Lembre-se que o deixamos no início do capítulo, com a espingarda apontada para a cabeça. Deixe-me contar como terminou a história de Harold.**

 **Deitado na banheira a ponto de puxar o gatilho, Harold Hughes teve um pensamento: "O suicídio é errado aos olhos de Deus." Entretanto, toda a sua vida parecia errada. Em alguns anos, 30 sua família esqueceria a sua morte. No entanto, se ele continuasse, jamais seria capaz de mudar e a magoaria mais ainda. Harold achou que devia explicar isso tudo a Deus antes de puxar o gatilho. Assim, saiu da banheira e ajoelhou-se no chão frio ao lado.**

 **– Oh, Deus – gemeu Harold – sou um fracasso, um bêbado, um mentiroso. Estou perdido, sem esperança e quero morrer. Perdoe-me por fazer isso.**

 **Harold começou a chorar.**

 **– Oh, Pai – continuou ele – por favor, toma conta de Eva e das garotas. Por favor, ajude-as a me esquecer.**

 **Aí, ele se arrastou pelo chão soluçando fortemente e bradando alto a Deus até ficar imóvel e exausto. Harold começou a sentir uma paz que jamais havia experimentado antes. Essa paz parecia expulsar o vazio, o ódio de si mesmo e a condenação. Ele sentiu uma estranha alegria crescendo por dentro. Harold ficou ajoelhado e entregou-se totalmente a Deus.**

 **– Tudo o que me pedires para fazer, Pai – disse ele – eu farei.**

 **Harold sentiu que havia encontrado um Deus vivo, que tinha descido até ele. Alguém que se importava com ele e o confortava. Resolveu, então, começar um programa regular de oração e estudo bíblico. Fez ao mesmo tempo um**

**compromisso de afastar-se do álcool.**

 **Harold Hughes tinha entrado na estrada da recuperação. Não era fácil. Havia lutas, mas ele sabia que tinha a força espiritual para perseverar.**

 **O Dr. Neil, você se lembra, disse o quanto é importante a dimensão espiritual num tratamento de longa duração. A confiança em Deus nos dá a paz e a confiança necessárias para a mudança positiva.**

 **Deixe-me explicar como a fé cristã funciona como um meio ambiente para a recuperação. Profissionais de saúde, como o Dr. Neil, têm que confrontar o engano, a negação do alcoólico. É difícil para esses pacientes admitirem a doença. A Bíblia nos diz em Jeremias 17:9: "Enganoso é o coração mais do que todas as coisas e desesperadamente corrupto: quem o conhecerá?" Deus pode entender. Ele sabe quão devastador pode se tornar o engano próprio! Problemas que tentamos encobrir se arraigam fundo no coração. Portanto, Ele convida as pessoas, como vemos em Tiago 5:16: "Confessai pois os vossos pecados uns aos outros e orai uns pelos outros para serdes curados."**

 **Temos que admitir a doença interna. Esse é o primeiro passo crucial no sentido da recuperação. Aceitar o problema, assumir a responsabilidade por ele e, com o problema inteiramente revelado, 32 buscar honestamente ajuda – com isso, podemos começar o processo de cura.**

 **O próximo passo para o alcoólico é participar de um programa de tratamento. Ele tem que se tornar um participante ativo em sua reabilitação. Ocorre o mesmo na vida cristã. Pede-se ao cristão que se comprometa ao discipulado, um programa de reabilitação do pecado. Através das disciplinas da oração e do estudo bíblico, ele é continuamente renovado. Ele adquire uma dependência totalmente nova. I Pedro 2:2 diz: "Desejai ardentemente como crianças recém-nascidas o genuíno leite espiritual, para que por ele vos seja dado o crescimento para a salvação." Um desejo do puro alimento espiritual substitui as antigas vontades incontroláveis, e uma disposição de encontrar-se com outros para aconselhamento e apoio é também importante para a recuperação do alcoólico.**

 **As Escrituras enfatizam esse aspecto da cura repetidas vezes. O escritor do livro de Hebreus nos aconselha no versívulo 25 do capítulo 10: "Não deixando a nossa congregação, admoestando-nos uns aos outros." Confissão, compromisso, encorajamento – essas são as chaves para a recuperação. Recuperação do pecado em geral, e alcoolismo em particular. Harold Hughes aceitou esses princípios quase em cima da hora. No entanto, agarrou-se a eles**

**por sua vida e continuou uma bem-sucedida recuperação. Seu livro, Harold E. Hughes, O Homem de Ida Grove, publicado pela Chosen Books, conta a sua notável história. O alcoólico desesperado se tornou governador de Iowa e mais tarde um destacado membro do senado dos Estados Unidos. Um fato, porém, se destaca na mente do senador Hughes como símbolo da sua transformação. Mais importante do que todas as homenagens públicas que ele recebeu, foi um pequeno incidente que ocorreu logo após sua entrega a Cristo.**

 **Hughes estava estudando a Bíblia sozinho em sua sala de estar numa noite, quando sentiu um toque em seu cotovelo. Olhou para cima. Eram Connie e Carol, suas duas filhinhas, em pé tranqüilas em suas camisolas. Elas haviam mudado tanto, e ele havia perdido bastante. Então Carol, a mais jovem delas, disse:**

 **– Papai, viemos lhe dar o beijo de boa-noite.**

 **Os olhos do pai encheram-se de lágrimas. Fazia muito tempo que suas filhas não vinham abraçá-lo. Agora os seus lindos olhos claros não demonstravam temor. O papai tinha vindo para casa, finalmente.**

 **Você já encontrou o caminho para o seu lar? Você ainda está vagando no escuro? Talvez alguma coisa tão grande quanto o álcool esteja empurrando você para a morte. Veja, você pode ir 34 para casa. Acredite! Por mais desesperançado que você possa se sentir, por mais que você já tenha fracassado, há um caminho para casa. Existe uma saída da sua prisão. Por favor, não tente ficar encobrindo. Por favor, busque ajuda e entregue-se totalmente a ela. Uma decisão por Cristo pode iniciar a sua caminhada na estrada da recuperação.**

 **Agora que terminou seu mandato no senado, Harold Hughes tem continuado a ajudar os outros de várias maneiras em suas lutas pessoais contra a garrafa. Ele criou os Centros Harold Hughes em Iowa e atuou como presidente do Congresso Mundial contra o Alcoolismo que engloba 66 nações no mundo. O programa Está Escrito entrevistou, em Des Moines, o honrado Harold Hughes sobre seu programa para incentivar outros.**

**Está Escrito – O que o senhor vem fazendo nos centros em Iowa na guerra contra o alcoolimo?**

 **Harold – Em primeiro lugar, o que temos são três centros de tratamento, um dos quais é dedicado estritamente ao tratamento de mulheres. Os outros dois são co-educacinais e tratam tanto homens como mulheres. Nós não tratamos crianças nem adolescentes. Talvez você ache o Centro de Tratamento das mulheres**

**interessante em virtude de alguns dos problemas únicos que são associados estritamente às mulheres que vêm ao nosso Centro. Mais de 50% das mulheres que vêm ao Centro para tratamento são vítimas de incesto e mais de 60% são vítimas de algum tipo de violência sexual. Para poder lidar com essas questões, em particular no aconselhamento, é muito importante que exista um forte ingrediente espiritual envolvido em todo o programa de recuperação. Como tal, o que estamos fazendo é ajudar homens e mulheres a se recuperarem desses males de uma maneira que os ajude a reintegrarem-se completamente na sociedade onde quer que tenham estado, e continuarem a viver em abstinência pelo resto de sua vida e a serem felizes quando fizerem isso.**

**EE – Isso é fantástico, governador. Agora que o senhor mencionou o aspecto espiritual, diria que a dimensão espiritual e a dimensão da ciência médica andam de mãos dadas nesse programa?**

 **Harold – Sempre acreditei que temos que levar a pessoa inteira à cura, e isso inclui a parte física, mental, espiritual e emocional. Quando lidamos com o total dos componentes da personalidade, o ingrediente espiritual é absolutamente essencial para se experimentar uma cura completa. Creio que até mesmo o**

**estágio mais alto dos Alcoólicos Anônimos deve começar dizendo que é preciso ter um despertamento espiritual para se ficar realmente curado.**

**EE – Que papel a oração desempenha nessa recuperação espiritual?**

 **Harold – A oração é um ingrediente absolutamente importante em toda recuperação. Tentamos ensinar a cada pessoa que vem para tratamento e cada pessoa que tenta a recuperação, que a oração se torna parte de sua vida diária. Elas se voltam para o Deus que as entende, que é Jesus Cristo. E quando estão fazendo isso, começam cada dia com oração. Oramos durante o dia nos períodos essenciais. Lemos uma meditação diária e oramos, e encerramos o dia com oração. Portanto, parece que é um programa relacionado com a Igreja, embora não seja. O ingrediente espiritual para a recuperação é sem dúvida essencial.**

**EE – Muito obrigado por dar seu testemunho sobre o que a oração pode fazer.**

**Você pode ser alcoólico ou ter alguma pessoa querida que está enfrentando esse problema. Existem muitos outros tipos de hábitos que prendem as pessoas como um vício. Seja qual forsua necessidade, queremos que saiba que nós,**

**do Está Escrito, estamos prontos para ajudar e orar com você.**