

## PRINCÍPIO DA SINERGIA ABSTÊMIA

O fenômeno da abstinência parece ser o evento causado pela soma de diversos outros fatores. Não é apenas uma ou outra pequena mudança que pode embasar, justificar e causar a abstinência. Na prática, a abstinência consiste no resultado gerado depois de muitas outras alterações na vida do abstêmio. A mudança do sistema ideológico é tão profunda que, se o abstêmio pudesse se encontrar com ele mesmo quando era adicto, não conseguiria se reconhecer. A manutenção da abstinência exige a alteração conceitual de tantos fatores de modo que isso não pode ser realizado em curto lapso temporal.

Por isso, a mera interrupção do uso de drogas/álcool não serve para dizer que alguém é abstêmio. A abstinência é muito mais que isso. Na verdade, o que ocorre é a “abertura da porta da mudança”, ou seja, o abstêmio abre sua mente – mente aberta – e não pode mais fechá-la, já que as mudanças conceituais serão permanentes. Na prática, quando algum abstêmio recai depois de muitos anos de sobriedade, percebe-se que a sua “mente” – porta – já estava fechada há muito tempo. A “mente fechada” precede muitas recaídas de abstêmios.