

PRINCÍPIO DA SEGURANÇA OU PRINCÍPIO DA ZONA DE PRESERVAÇÃO PERMANENTE

Existe uma zona de preservação onde o abstêmio deve se sentir seguro e imune às inquietações do dia a dia. O abstêmio deve correr para essa zona sempre que se sentir ameaçado de perder a abstinência. Essa zona de segurança é onde o equilíbrio emocional mínimo se restabelece. A experiência demonstra que pessoas com longos períodos de abstinência possuem uma esfera permanente de proteção. O objetivo dessa segurança é combater a culpa, raiva e medo que integram a triângulo da auto-obsessão. Por exemplo, alguns abstêmios tendem a utilizar técnicas medicamentosas e ingerem determinados tipos de medicamentos para abaixarem sua ansiedade (ansiolíticos) a cada período de 60 (sessenta) dias (técnica do ciclo medicamentoso). Em outro exemplo, existem abstêmios que a cada 60 (sessenta) dias se submetem a um ciclo de várias reuniões de grupos anônimos de forma ininterrupta (técnica do ciclo de revigoração abstêmio). Esses são modelos de zonas de preservação e da aplicação prática do princípio da segurança.