

ALCOOLISMO, DROGAS E GRUPOS ANÔNIMOS

Eduardo Mascarenhas

À GUIA DE PREFÁCIO

Bem mais uma nota introdutória. O uso da palavra para compartilhar a satisfação de ter sido, pelo autor do livro, solicitado a fazê-la.

Tive o privilégio de ler este livro quando eram apenas notas. E o privilégio ainda maior de ter sido convidado a opinar e ver tais opiniões vertidas dentro do texto original. Sou membro de um dos Grupos Anônimos de que trata o livro. Sou alguém que teve a oportunidade de ter sua vida resgatada pelos princípios que norteiam os programas dos Grupos Anônimos. Sou também alguém que muito hesitou em aceitar tais princípios, por conta de uma orgulhosa pretensão auto-suficiente de querer resolver por mim meus problemas de adição. Infrutiferamente, porém. De maneira que, hoje, vendo o autor, o Dr. Eduardo Mascarenhas, um cientista, sem qualquer problemas de adição, enxergar, e de forma nítida, a importância de tais princípios, devo render um preito de reconhecimento a que ele tenha tido tal identificação.

os princípios de que falo são os Doze Passos sugeridos de recuperação, adotados pelos Grupos Anônimos e de original autoria de Alcoólicos Anônimos. E tais Passos sugeridos são um caminho para o aperfeiçoamento, um caminho para a espiritualidade. Já que a pura e simples abstinência para os adictos é uma medida disciplinar, amarga e apenas temporariamente aceita. A reformulação sugerida, contida nos Passos, abrindo aqueles já mencionados caminhos ao aperfeiçoamento, à espiritualidade, representa o virar de uma página de nossas vidas e o início de composição de uma nova história pessoal. Inúmeros e eminentes cientistas, religiosos, administradores têm ao longo dos 55 anos de existência do Grupo Anônimo Mãe - Alcoólicos Anônimos - manifestado sua admiração, encantamento e respeito ao conteúdo destes princípios.

E agora vemos o lançamento deste livro, no qual o Dr. Eduardo Mascarenhas, por um lado, com desassombro afirmando a impotência da Medicina para a recuperação do adito. Por outro lado, com grande sensibilidade e sem qualquer pieguice, e mais, de uma forma clara e eleve, falando de um DEUS AMIGO de uma forma mais convincente, a meu ver, do que muitos tratados teológicos. sua aproximação racional prevalece até nos ângulos mais espirituais dos Passos.

Que faz o notório psicanalista Dr. Eduardo Mascarenhas enveredar por estes caminhos? A qualidade e profundidade de seu trabalho só permitem indicar uma motivação: AMOR. E por isto me permito supor com bastante convicção que se a motivação foi AMOR, este foi despertado através da prece e da meditação, buscando ampliar um contato consciente com um DEUS AMIGO que confia ao Ser criado os desígnios do Criador.

Creio que este trabalho é o suave atendimento a um desígnio maior.

Paulo M.

INTRODUÇÃO

Hoje é domingo, são 10 horas da manhã. Grande parte do Brasil já está acordada, mas uma pequena parcela ainda dorme, até porque bebeu demais ontem à noite. Como faz sol, muita gente foi para a praia ou para a piscina do clube e já começou a matar a sede com uma cervejinha bem gelada. Muita gente, porém, nem chegou até a praia ou a piscina. Parou no botequim no meio do caminho e, um tanto envergonhadamente, foi além da cervejinha: pediu um conhaque, uma caipirinha de vodca ou, mais diretamente, uma cachacinha. Fez careta ao engolir, emitiu sons guturais, balançou a cabeça como se estivesse espantado alguma aflição, mas, apesar de todo esse aparente mal-estar, pediu nova dose.

Muito embora o dia tenha apenas se iniciado, já começou a ingestão de bebidas alcoólicas. A esta altura, apesar do desfalque dos retardatários do pileque de ontem, que ainda destilam mais uma ressaca na cama, o número de brasileiros alcoolizados já ultrapassa o primeiro milhão. A partir desse momento, entretanto, a cada hora que passar, um novo milhão de alcoolizados se agregará a esse primeiro milhão. Findo o dia, quando a noite baixar, serão 10 milhões e, antes de a noite acabar - quando se chegar ao auge etílico do domingo -, serão de 12 a 15 milhões!

Este é o quadro: de 12 a 15 milhões de bêbados do Oiapoque ao Chuí!

São 100 estádios do Maracanã lotados, são duas vezes a população do Grande Rio, duas vezes a população da cidade de São Paulo! Se reuníssemos todos esses brasileiros num único lugar, eles constituiriam sem dúvida, um dantesco formigueiro de proporções, no mínimo, colossais.

Imaginemos o que vai acontecer nesse domingo, com motoristas bêbados dirigindo veículos em ruas povoadas de transeuntes e pedestres igualmente bêbados.

Não é à toa que, na maior parte dos acidentes de trânsito, sempre uma das partes envolvidas encontra-se alcoolizada e que 70% dos tratamentos de traumatologia envolvem pessoas que estavam bêbadas por ocasião de toda sorte de acidentes.

Como estarão todos os maquinistas de trem e todos os responsáveis pela sinalização ferroviária neste domingo? E os pilotos de avião e os responsáveis pela navegação aérea? Terão todos eles, sempre que foram ao banheiro, apenas ido ao banheiro, ou terão alguns tomado uns drinques escondido, naquelas garrafinhas achatadas que se pode levar no bolso de um paletó?

Como estarão todos os cirurgiões de plantão por esse país afora, nesse tentados domingo?

O pior é que o álcool, para um grande número dos seus consumidores, altera a personalidade, geralmente no sentido de uma exacerbação da agressividade.

Assim, foram amigos e familiares destratados durante o almoço, em que se tornaram objeto das mais gratuitas desfeitas. E, mais tarde, quando a família reage, são esposas e filhos ofendidos ou mesmo espancados.

Boa parte dos espancamentos e estupros são perpetrados sob o efeito do álcool. Muitos homicídios, assaltos e crimes passionais também. Existe sólida conexão entre alcoolismo, cidade grande e violência urbana.

além disso, o suicídio é 58 vezes mais frequente em alcoólatras na ativa do que no resto da população!

Ora se dirá: "Realmente esses números são assustadores, porém representam apenas excessos de sábados e domingos".

Infelizmente, não é assim. É claro que, nos sábados, domingos e feriados, aumenta o número de bêbados. Contudo, amanhã, segunda-feira, a grande bebedeira nacional prosseguirá. Amanhã á noite não haverá 15 milhões de bêbados - é verdade -, mas serão 10 milhões! E o mesmo ocorrerá nas noites seguintes e em proporções crescentes até chegar aos picos de embriaguez dos fins de semana.

Acreditem se quiserem: no Brasil existem entre 10 e 12 milhões de alcoólatras, em graus variados de compulsão. E, a partir de amanhã, durante toda a semana, dos 10 a 12 milhões de trabalhadores bêbados espalhados pelo país, alguns estarão pendurados em andaimes - eles balançando para um lado e os andaimes para o outro; outros estarão zonzos e desconcentrados enquanto lidam com serras elétricas ou com chaves de alta tensão. Não é gratuitamente

que a maior parte dos acidentes de trabalho ocorre depois do almoço, quando o trabalhador já se encontra alcoolizado.

O alcoolismo é responsável por 30% a 40% dos acidentes de trabalho. Além disso, é responsável pela diminuição da produtividade do trabalhador. O álcool reduz em 30% a capacidade de trabalhar, gerando ineficiência e desperdício. Responde também por um número bem significativo das faltas ao trabalho não-justificadas, o chamado absenteísmo. Como 60% dos operários brasileiros consomem álcool (embora nem todos sejam alcoólatras), pode-se avaliar o volume das perdas econômicas.

Nos anos 70, o governo de Gerald Ford estimou que o alcoolismo causava, nos EUA, um prejuízo anual nunca inferior a 30 bilhões de dólares. No Brasil, não seria exagero dizer que o alcoolismo desperdiça ou consome mais recursos do que a totalidade das importações brasileiras ou recursos equivalentes ao orçamento de toda Previdência Social. Perde-se mais com o alcoolismo do que com as amortizações da dívida externa!

O alcoolismo não só é a principal causa dos acidentes de trabalho, como das consultas médicas do INAMPS! Boa parte das internações e reinternações psiquiátricas é constituída por alcoólatras. O alcoolismo é igualmente um dos principais responsáveis pelas aposentadorias precoces.

De acordo com o sanitarista Ernani Luz Jr., de Porto Alegre, uma pesquisa levada a cabo em 319 empresas estatais espalhadas pelo país revelou que 23,5% dos funcionários dessas empresas têm problemas com o álcool.

O alcoolismo é também grave problema social. Contribui significativamente para a desagregação das famílias, e, se uma parte dos mendigos de nossas cidades é composta por retirantes e desempregados, outra é constituída por pessoas falidas ou enlouquecidas pelo álcool.

Esse fenômeno não é apenas brasileiro; é mundial. Para combatê-lo, os norte-americanos inventaram até uma Lei Seca, que vigorou entre 1924 e 1934 e só serviu para inspirar filmes de gângsteres. Para os soviéticos da perestroika, o alcoolismo é prioridade governamental. A Organização Mundial de Saúde considera o alcoolismo a terceira doença que mais mata em todo mundo.

Como compreender o alcoolismo e como enfrentá-lo?

Este livro é uma tentativa de trazer à luz essas questões. Enfrentar o alcoolismo significa não apenas salvar milhões de vidas diretamente, como salvar muitas mais, indiretamente. Isso porque o alcoolismo leva à ruína, não só do alcoólatra como também de sua família, já que com frequência atinge o seu cabeça, provocando uma catástrofe na renda familiar. Enfrentar o alcoolismo significa diminuir enormemente o número de doentes que procuram os serviços públicos de saúde. São menos filas nos postos do Inamps, são mais verbas que sobram para melhorar os serviços, são menos famílias lançadas na miséria para adoecerem.

Não se deve esquecer, também, do problema das drogas, cujo comércio movimentava a inacreditável quantia de 100 bilhões de dólares anuais e cresce numa taxa sem precedentes, prometendo o consumo de drogas tornar-se, no ano 2000, juntamente com a AIDS e o alcoolismo, um dos problemas mais importantes de saúde pública do planeta, nesse torneio macabro de quem mata mais.

Maio de 1990

CAPÍTULO I

DA CAVERNA À TAVERNA

Tudo começou com o *Pithecanthropus erectus*. Numa bela tarde de verão, ele matava a sua fome e saciava a sua sede comendo cajú à sombra de um farto cajueiro. Ou terão sido uvas, à sombra de uma generosa parreira? Ninguém sabe ao certo. O fato é que recolhia tais frutas não dos galhos, mas do chão, onde haviam dias fermentavam sob o calor do sol. Achou-as com um sabor estranho, forte, porém delicioso, a ponto de levar um monte delas para sua família. Chegou à caverna meio cambaleando, é verdade, mas eufórico, quase cantando; e distribuiu as frutas fermentadas entre seu parentes e amigos. Antes de a noite acabar, todos, à volta da fogueira, confraternizavam em clima de festa.

Estava descoberto o álcool. a partir daí, a humanidade nunca o abandonou. Pelo contrário, destilou-o e fermentou-o das mais variadas maneiras.

Já nas tribos primitivas ele fazia parte das festas e até dos ritos religiosos. O próprio cristianismo até hoje utiliza o vinho como símbolo do sangue de Cristo. Pode-se dizer que não há comemoração humana, pública ou privada, de que alguma forma de bebida não participe.

Até aí muito bem! A não ser os eternos moralistas, sempre dispostos a enxergar em tudo quanto for prazer alguma trama de Satanás ou de seus representantes contemporâneos, e que sempre descobrem um jeito de dizer que tudo o que é gostoso dá câncer, todos hão de convir que um pilequinho, de vez em quando, não faz mal a ninguém e até dá um realce, um brilho.

Tanto é assim que Humphrey Bogart - aquele grande ator norte-americano, do filme *Casablanca* - chegou a dizer, numa tirada de humor, que o problema da humanidade é que a natureza fez o homem com duas doses a menos, o que o deixa mal-humorado, irritadiço e careta: duas doses a mais, e muitos de seus problemas estariam resolvidos.

Não sei se Humphrey Bogart estava certo. Sei, contudo, que um grande número de pessoas pensa como ele, a ponto de corrigir diariamente, através de drinques, essa suposta falha da natureza. O problema é que, nesse afá de

colocar a vida em ordem, milhões de pessoas começam com as duas doses mas, com o passar do tempo, não param por aí: esticam para três, espicham para quatro e, quando dão por si, já estão com uma garrafa de gim debaixo da cama.

É verdade que muita gente bebe sem que isso aconteça. Entra ano, sai ano e, espontaneamente, conservam a moderação. Esses bebedores, é óbvio, não têm com que se preocupar. Um brinde para eles!

Entretanto, numa porcentagem relativamente alta (13%), a moderação de hoje transforma-se no destemperado de amanhã. Muitos começam a beber na adolescência, normal e moderadamente; daí por diante, as doses vão aumentando pelos mais variados motivos; quando chegam à meia-idade - ou até antes -, estão bebendo descontroladamente e, admitindo-o ou não, já são alcoólatras.

O ALCOÓLATRA COMEÇA A BEBER COMO TODO MUNDO

O futuro alcoólatra, até manifestar sua compulsão, bebe como as outras pessoas. Começou nas festinhas juvenis, só para curtir, para se sentir igual à gente grande. Durante toda a infância, viu os adultos bebendo sem poder fazer o mesmo. Agora que pode, não vai experimentar?

Muitos dos bêbados de hoje começaram inclusive sem gostar muito de álcool. Chegaram até a forçar o gosto para não se sentirem deslocados ou caretas. Às vezes, anos se passaram sem que eles se ligassem em bebida: só bebiam em datas especiais e, mesmo assim, para acompanhar os outros. Lentamente, contudo, foram tomando gosto. Já não achavam a bebida desagradável... Quando deram por si, eram bebedores inveterados.

Claro, alguns dos alcoólatras começaram já a todo vapor. Logo, logo se destacavam dos demais: eram os últimos a sair das festas, e tudo era motivo para brindes e comemoração.

Outros beberam a vida inteira, sem perder sua natural moderação. Mas, aos 70 anos, sem mais nem porquê, passaram a beber de modo desenfreado. Por outro lado, existem - e não são poucas - crianças de sete, oito anos já fissuradas em álcool.

Padres e pais-de-santo, às vezes, deflagram sua compulsão etílica por força do próprio ofício, que recorre, nos seus ritos e liturgias, a bebidas alcoólicas.

Antigamente, alcoolismo dava muito mais em homem, numa proporção de 12 para um. A razão é fácil de entender: a mulher era tão reprimida que não tinha direito nem de se tornar alcoólatra... Atualmente, porém, um número crescente de mulheres se escraviza ao copo, e, em cada cinco bêbados, um é do sexo feminino.

É comum o processo iniciar-se em senhoras entre 50 e 60 anos: já criaram os filhos e, para preencher as tardes de solidão, tomam uns drinques escondido, de uma garrafa guardada debaixo da pia, atrás dos livros ou no fundo do armário. A cada ano que passa, mais garrafas são consumidas...

ALCOOLISMO DÁ EM TODO TIPO DE GENTE

Uma das lendas sobre o alcoolismo é que ele seja causado pela miséria. A vida se tornaria tão dura que, para anestesiá-lo, o miserável se refugiaria no álcool. Isso não é verdade. O etilismo ocorre com a mesma frequência em países pobres ou ricos, países capitalistas ou socialistas. Dá tanto em rico quanto em pobre, tanto em branco quanto em preto. Não é sintoma de problemas sociais. Também não é doença de gente triste. Registram-se os mesmos 13% entre pessoas frustradas ou bem-sucedidas, bem-amadas, tímidas ou extrovertidas, angustiadas ou tranquilas. Não há conexão direta entre o alcoolismo e a miséria.

Outra lenda é que o alcoolismo seria decorrência do clima frio. As pessoas iriam se "viciando" no álcool por recorrerem frequentemente a ele para aquecer o corpo. Também isso não é verdade: em países tropicais bebe-se tanto quanto em países nórdicos - baiano não bebe menos que sueco ou esquimó.

A compulsão ao álcool não tem igualmente nada a ver com gula ou voracidade. Dá com a mesma regularidade em gordos e magros, gulosos e frugais. É óbvio que o alcoolismo é uma voracidade, só que é uma voracidade restrita ao álcool. Um alcoólatra pode perfeitamente ser uma pessoa moderada em tudo o mais.

Tampouco existem tipos de personalidades mais sensíveis ao álcool. Se muitos alcoólatras são violentos, paranóicos, ciumentos, muitos não o são, ou só ficam

assim quando estão bêbados, se bem que muito bêbado é meigo, tranquilo, manso, mesmo no auge do pileque.

O fato de se ficar embriagado com pouco álcool ou de não se mostrar alterado nem com muito álcool também não quer dizer nada. Muito alcoólatra fica bêbado na primeira dose, e outros não se embriagam nem depois de beberem um litro. A única vantagem do alcoolismo de pequenas doses é que sai mais barato para quem está nele, caso não continue bebendo depois de bêbado...

Alcoolismo também não é coisa de ente preguiçosa ou fraca da vontade. Aquele atleta de ontem, que acordava com o nascer do sol e apresentava a mais férrea força de vontade, pode perfeitamente tornar-se o pau-d'água de amanhã.

A frequência com que se bebe, esta sim, é sugestiva de tendência ao alcoolismo, embora não seja fator decisivo. Muita gente bebe diariamente e jamais perde a moderação espontânea, enquanto outros bebem anualmente, num único fim de semana, mas aí ninguém segura. Porém, de maneira geral, alcoólatra tende a beber cada vez mais, e mais habitualmente.

ALCOOLISMO É OU NÃO HEREDITÁRIO?

Existem muitos preconceitos contra o alcoolismo. Um dos mais perigosos e cruéis consiste em concebê-lo como hereditário. O alcoolismo passaria pelo sangue, como uma herança maldita! Ora, esse preconceito estigmatiza o alcoólatra: quem iria querer se casar com ele se filho de alcoólatra alcoólatra é.

O que se pode observar é que filhos de alcoólatras apresentam possibilidades maiores para o alcoolismo. Mas será isso uma herança física ou antes uma herança de hábitos psíquicos assimilados ao longo do convívio familiar?

No mundo dos problemas mentais, essa pergunta sempre é de difícil resposta. As estatísticas sugerem uma incidência maior de alcoolismo em filhos de alcoólatras. Porém muitos filhos de alcoólatras não se tornam alcoólatras, e muitos filhos de não-alcoólatras tornam-se. Alguns filhos de alcoólatras, até como defesa contra os horrores que viveram na infância, tornam-se avessos a qualquer tipo de tentação etílica.

COMO SABER SE VOCÊ É UM ALCOÓLATRA

Se me perguntassem qual é o sinal mais frequente do alcoolismo, eu responderia que não é a sensação, por parte do alcoólatra, de já ter perdido o controle sobre o álcool. Digo isso porque quase todo alcoólatra, mesmo que esteja bebendo sem parar, tem a firme convicção de que controla o álcool. Pode até reconhecer que anda se excedendo um pouco mas quase sempre achará que isso não passa de uma fase. Com essa "teoria da fase", ele explica tudo e se convence de que parará de beber quando resolver. Não quer se violentar agora, anda tenso, sobrecarregado, mas, logo, logo, passará a "fase" e aí tudo voltará ao normal...

O que caracteriza o alcoolismo não é a sensação de ter perdido o controle; é, isso sim, o fato de estar bebendo frequentemente e em doses crescentes. A curva da bebida é para cima. Só a da bebida...

Tudo começa a se tornar motivo de comemoração. Para vencer a timidez, porque não umas dosezinhas? Até para fazer sexo ou namorar há que tomar uns drinques. O alcoólatra bebe porque está triste - para afogar as mágoas -, mas bebe porque está alegre - para comemorar.. Bebe porque está nervoso, para acalmar, ou porque anda calmo demais, para dar um realce, um brilho na vida. De início, bebia apenas nos fins de semana, e somente à noite. Se visita um amigo, logo pergunta pela bebida, tendo sempre a última piada de briteiro na ponta da língua para justificar o pedido. Mais dia, menos dia, começa a beber à tardinha - é a happy hour - para serenar as tensões do cotidiano. Depois, já de manhã; misturando, é claro, no suco de tomate ou de laranja. Finalmente, engole até álcool puro ou água de colônia para sair da cama...Se existe algo que caracteriza o alcoólatra é uma ligação com copos, garrafas, e garçons. Sua mente está ligada no álcool. Parece que há um campo magnético que o atrai em direção a ele.

O não-alcoólatra pode, eventualmente, exagerar a dose; mas naturalmente e sem esforço retorna à sua moderação. Nele álcool sacia, não "vivia". Se bebe demais, empanturra-se e não quer beber de novo. Já o alcoólatra, quanto mais bebe, mais sente vontade de beber.

Em muita gente o alcoolismo é evidente. São os frequentadores assíduos de bares e botequins, que vivem cambaleando, dando vexame, sendo inconvenientes ou falando de língua enrolada. Mesmo nesses casos, porém, em que o alcoolismo fica patente para quem vê esses personagens, para eles, não é bem assim. E, como convivem com outros alcoólatras, igualmente interessados em negar sua condição, cada qual reforça a negação do outro e louva a própria "excentricidade", algo "poética". São notívagos, almas boêmias, seres das madrugadas, amantes da noite. Boêmio sim. Alcoólatra, não. E tome pileque...

PARAR DE BEBER É FÁCIL

Parar de beber pé tão fácil que não há alcoólatra no mundo que não tenha parado de beber dezenas de vezes. Algumas delas- é verdade - duram não mais que uma tarde ou noite. Nesse período, contudo, o alcoólatra jurou a si próprio que jamais voltaria a beber.

Geralmente essas decisões solenes de se manter afastado do copo vêm pela manhã seguinte de algum imenso pileque. A cabeça ainda está zozna, dói tanto que parece que há um martelo batendo no crânio; a boca está amarga e seca, o estômago em brasa, o corpo todo intoxicado. Nesse estado típico de uma "ressaca", vão reaparecendo, aos poucos, as lembranças da noite anterior: os vexames, as inconveniências, os despautérios. Acrescenta-se à ressaca física, a ressaca moral. Isso quando ressurgem as lembranças, pois muitas vezes o alcoólatra enfrenta a terrível angústia de não se lembrar de nada do que fez - o famoso "branco".

De tantas ressacas e vexames, o alcoólatra pára de beber por meses e até por anos. Que alívio! parece que não padece mais daquela terrível compulsão. Nem sente mais vontade de beber: vai às festas e nem se liga no garçom. Sinceramente, não sente mesmo mais falta da bebida. Nem sonha mais com ela...

Ora, com justa razão imagina-se curado. Não é mais alcoólatra. É uma pessoa como outra qualquer.

DIFÍCIL É NÃO VOLTAR A BEBER

Embalado nessa crença, estabelece a taxativa distinção: "beber é uma coisa, ser alcoólatra, outra".

Por via das dúvidas, contudo, não convém arriscar. Nada de whisky, vodca, conhaque ou cachaça. Ele já sofreu demais e respeita o álcool. Agora, um chopinho gelado - só um - ou um gole de vinho branco, também geladinho, não há de fazer mal a ninguém;

De fato, nada acontece. Naquele dia. Naquele dia seguinte, porém. à mesma hora, ele se lembra do dia anterior. E, pela primeira vez, volta a sentir uma vontadezinha de beber. Tenta se controlar. Aí vem aquelas idéias que até parecem sopradas por Satanás: "Mais um golinho não vai fazer mal! Hoje só. Amanhã você pára de vez. Só para matar a saudade!"

Talvez tome mais uma bebidinha, talvez não tome, mas recomeça a tortura: a vontade de beber volta e a luta contra ela leva-o à exaustão; até nos sonhos ele está bebendo ou louco para beber e já acorda pensando nisso. Sua vida se reduz a isso.

Nesse estado, a mente lhe propões um pacto: "Volte a beber, mas só à noite. Com moderação. E só bebidas fraquinhas, ou bebidas fortes com muito gelo e soda, em dose bem diluída, para render e não dar pileque". Às vezes ele tolera esse pacto por alguns dias. Mas a vontade de beber não se modera nem se sacia. Manifesta-se cada vez com mais força. Aí ele volta a beber com a mesma fúria de antes. Talvez até com fúria maior, para ir à forra de todo aquele período em que não bebeu. Bebe tudo que bebia antes, mais tudo que deixou de beber. Procura médicos e hospitaliza-se. Toma todo o tipo de remédio. Desintoxica-se, descansa a cabeça. Se tem dinheiro, vai ao psicanalista.

Mas nada resolve. Novamente pára um tempo de beber, para depois voltar ao álcool com voracidade redobrada.

CAPÍTULO II

ALCOOLISMO E DOR DE COTOVELO

Uma das lendas mais populares sobre o alcoolismo é aquela segundo a qual uma pessoa se torna alcoólatra porque teve alguma tragédia amorosa na vida. É a "teoria Vicente Celestino": "Tornei-me um ébrio e na bebida busco esquecer aquela ingrata que eu amava e que me abandonou".

A hipótese que está por trás desses versos é a de que existia um homem trabalhador, honesto, cheio de amor para dar e que deu tudo que tinha e o que não tinha para o seu bem-querer. E que fez essa aventureira, sem caráter ou gratidão? Sem nenhum motivo, abandonou-o! A traição foi demais para quem sempre fora só carinho e compreensão.

Pelo menos, essa é a versão do alcoólatra da canção. Terá sido essa a verdadeira história? Não seria ele, há muito tempo, um biriteiro enrustido, que apronta sem parar e jamais admite se exceder em nada? Não terá ela suportado tudo que uma mulher não pode suportar e, só depois de ultrapassados todos os limites, desistido?

Jamais saberemos. O que sabemos é que muitas e muitas vezes a verdadeira versão é essa. Quase todas as músicas de fossa desenvolvem essa teoria da dor-de-cotovelo como causa do alcoolismo. Mas essa teoria não leva em conta vários fatores.

Logo de saída. muita gente sente dor-de-cotovelo e nem por isso torna-se um ébrio, tentando resolvê-la nos copos de um bar. Algumas pessoas até tomaram um ou dois pileques por causa de algum sofrimento amoroso, mas nem de perto adquiriram uma compulsão etílica.

E mais. Se alguém fizer um cálculo estatístico da porcentagem daqueles que perderam um grande amor e se tornaram ébrios, vai verificar que não é maior nem menor do que entre aqueles que não perderam um grande amor: os mesmos 10% a 13% vão sempre se repetir!

O máximo que a dor-de-cotovelo pode fazer é deflagrar ou acelerar um alcoolismo que já existia. Mas, se não fosse ela, outro fator apareceria. questão de tempo.

O que há de verdade na relação alcoolismo/dor-de-cotovelo não é que a dor-de-cotovelo gera o alcoolismo, é que o alcoolismo gera a dor-de-cotovelo. Afinal, quem aguenta conviver com um porrista contumaz?

ALCOOLISMO E TRAGÉDIA FINANCEIRA

É outra lenda invocada pelo bebedor inveterado para justificar sua condição.

O mesmo raciocínio anterior se aplica aqui; um rombo nas finanças pode, no máximo, deflagrar ou acelerar uma compulsão etílica já em curso. O que há de verdade na relação "alcoolismo/dar-se mal" é que o alcoólatra mais cedo ou mais tarde vai falir, ou perder o emprego, a reputação, o respeito. Tudo ao contrário: não é a falência ou o desemprego que geram o alcoolismo; é o alcoolismo que gera a falência e o desemprego.

ALCOOLISMO E TIMIDEZ SEXUAL

Muita gente pensa que se tornou alcoólatra por timidez sexual. Sem uns drinques, a ansiedade aparecia e trancava tudo: trancava o papo, as emoções e até o sexo. E a bebida soltava. O papo voltava a circular, bons sentimentos reapareciam e o desejo ressurgia forte.

É verdade que muita gente bebe nessas circunstâncias, dando o efeito liberador do álcool para algumas pessoas (não para todas, pois em muitos casos o álcool embota, abobalha). Destas, porém, 87% não passaram a beber compulsivamente.

Na ponta do lápis, os sexualmente tímidos são atingidos pelo álcool exatamente na mesma porcentagem dos extrovertidos, desinibidos, desembaraçados. E uma coisa é certa: se o álcool, de início, pode até favorecer o sexo e o amor, nas etapas mais avançadas do alcoolismo ocorrerá o reverso. Por razões físicas e psíquicas, o sexo pifa. E se não pifasse, fica a pergunta: quem gosta de fazer sexo com bêbado?

ALCOOLISMO E VERGONHA NA CARA

Outra crença enraizada é a de que o alcoólatra seja uma pessoa fraca de caráter ou sem força de vontade. Claro, como é que alguém com o mínimo de dignidade pode andar cambaleando por aí?

As pessoas partem do princípio - ingênuo - de que só é bêbado quem quer. Tanto assim que elas (não-alcoólatras) bebem numa boa e não se deixam "viciar" pelo álcool. O que falta ao alcoólatra, então, é pito, sermão, descompostura e providências similares para obrigá-lo a readquirir dignidade e fibra.

É claro que só pensa assim quem nunca sentiu a compulsão alcoólica. Às vezes, quem insulta o alcoólatra é um gordo que não pára de comer, um fumante que não pára de fumar, um jogador que não pára de jogar, um mulherengo que não pára de paquerar: é que a compulsão dos outros é fácil de controlar.

Vergonha na cara não é o que falta ao alcoólatra. A vergonha que se sente de beber desbragadamente é tamanha que bebe mais ainda só para embriagá-la.

Um amigo, hoje recuperado pelos Alcoólicos Anônimos, me confiou: "Eduardo, eu antes de virar alcoólatra cheguei até a morar no Copacabana Palace. Depois, é óbvio, fui perdendo tudo: dinheiro, profissão e até família. Acredite se quiser, tornei-me mendigo. Mendigo mesmo, do tipo que cata sobras de comida. Quando ia pedir esmola, tomava mais umas e outras não para ganhar coragem para pedir esmola e me assumir como mendigo, pois essa eu tinha, mas para ter coragem de me assumir como alcoólatra. É que as pessoas me chamavam assim, e a palavra me fazia mal demais".

Muitos gigantes da vontade, de rara fibra e garra para todas as coisas são alcoólatras. São fortes para tudo, exceto para o álcool. Padecem de uma vulnerabilidade específica, tal como o pâncreas de um diabético em relação ao açúcar: não foram feitos um para o outro.

Ninguém se torna dependente do álcool porque quer. Mas simplesmente porque, apesar de todos os mais sinceros e comoventes esforços, não consegue deixar de beber.

Poder-se-ia argumentar: então, por que começou a beber? Começou porque todo mundo começa um dia. E quem iria adivinhar que, anos depois, estaria possuído por essa compulsão?

O alcoolismo, como já vimos, dá em todo tipo de gente. Logo o alcoólatra não é melhor nem pior do que ninguém. Exceto por sua compulsão, é tão fraco ou tão forte quanto todo mundo.

É importante deixar tudo isso bem claro, pois muitas pessoas morrem bêbadas só para não serem obrigadas a se reconhecerem como gente fraca, sem força de caráter.

É óbvio que, não controlado o alcoolismo em suas etapas avançadas debilita qualquer gigante. No final, todos os bebedores vão ficando parecidos: vão virando pasta.

Mas isso é consequência do alcoolismo. Não é a sua causa.

O alcoólatra controlado, sem beber, volta a ser um cidadão como outro qualquer. Existem alcoólatras do mais alto nível. Outros que não são. Exatamente como os não-alcoólatras.

Enfim, os alcoólatras são gente c como a gente.

ALCOOLISMO E MEDICINA

A medicina investiga as causas do alcoolismo. Alguns pesquisadores levantavam a hipótese de faltar determinada enzima na célula daquelas pessoas com tendência a essa compulsão. Seja como for, tudo é muito inconcluso e está muito distante o dia da descoberta de uma substância que "cure" o alcoolismo. Até lá muito alcoólatra vai morrer de cirrose, acidente de trabalho ou de trânsito. E, se não destruir sua vida física - o que é raro deixar de acontecer -, vai destruir sua vida amorosa, familiar e profissional. Internação, tranquilizante, tapinha nas costas ou sermão não curam alcoolismo.

Existem aqueles supostos tratamentos, na realidade, precursores dos DOI-CODI: enfia-se uma pílula debaixo da pele, e ela libera aos poucos uma substância que incompatibiliza o organismo com a bebida. Se a pessoa beber, ficará cheia de urticária e vomitando sem parar.

Esse tipo de tratamento não só é brutal e quase punitivo - olha o preconceito contra o alcoolismo se infiltrando! - como pouco eficaz. É quase como querer tratar alcoolismo com tortura.

E depois de tudo isso, quando acaba a pílula, se o alcoólatra tomar um golezinho da bebida mais fraquinha que tiver, a compulsão etílica retorna. Com força redobrada.

ALCOOLISMO E PSICANÁLISE

A psicanálise - é claro - estuda o alcoolismo há muitos anos. Estudá-lo, contudo, é uma coisa; curá-lo é outra. Minha experiência com pacientes alcoólatras em psicanálise e a leitura e observação do trabalho de outros psicanalistas me levaram à seguinte conclusão: com psicanálise o alcoólatra vai se entender muito melhor, vai expandir várias de suas potencialidades, vai até entender a sua compulsão, mas... vai continuar bebendo. E muito. Vai ser tornar um bêbado psicanalisado, porém bêbado.

Não se veja nisso nenhuma restrição ao valor da psicanálise. Simplesmente, como qualquer prática humana, ela não é onipotente, nem miraculosa. Embora sirva para muitas coisas, e serve, não serve para todas as coisas. Por exemplo, não serve para "amansar" a fúria da compulsão alcoólica e fazer um alcoólatra beber moderadamente.

Freud sempre nos advertiu para a resistência de certos sintomas à transformação. Por mais que o psicanalista localize e compreenda, por mais que trabalhe sobre ele, ele não se transforma. Parece até feito de uma substância dura, uma rocha, um granito: são regiões da mente que ficaram cristalizadas, produzindo efeitos por toda a vida.

Muitas compulsões são feitas desse material resistente. A psicanálise entende como se constituíram e o que pretendem, entende sua motivação e sua lógica de funcionamento, possui excelentes teorias para explicá-las, mas não consegue transformá-las em desejos moderados e passíveis de controle espontâneo pela vontade.

Daí, por exemplo, a dificuldade de se tratar psicanaliticamente a obesidade (compulsão de comer), as toxicomanias (compulsão às drogas) e o tabagismo (compulsão ao cigarro). Nunca vi alguém que fuma desbragadamente fazer análise e passar a fumar moderadamente - um cigarrinho de vez em quando, em datas especiais...

Aliás, há aqui uma coisa intrigante. Jamais um psicanalista tenta tratar psicanaliticamente a compulsão ao cigarro. Não estou dizendo que não trabalhe vários pontos dela. Porém, na hora da decisão, não há outra saída senão: "Evite a primeira tragada". Quem não cortar de vez o cigarro não vai conseguir parar de fumar, nem ir diminuindo "naturalmente" sua vontade de fumar. Pelo contrário: cigarro puxa cigarro e quanto mais se fuma mais se tem vontade de fumar. Aquele que já parou de fumar sabe que, se um belo dia der uma tragadinha inocente, voltará a ser possuído por aquela irresistível fissura. Todo psicanalista parte desse princípio provado e comprovado pela evidência dos fatos. Entretanto, quando se chega a vez do alcoolismo, muitos psicanalistas adotam uma posição bem mais otimista, admitindo ser possível, graças à psicanálise, deixar de ser alcoólatra e continuar bebendo, só que moderadamente. Com o cigarro, isto não é possível e, com o álcool, é!? Essa nem Freud explica... Por isso, para os Alcoólicos Anônimos, ou o alcoólatra pára de beber ou beberá desbragadamente até morrer. Se é assim com a relação entre o fumante e o cigarro, com muito mais razão há de ser assim com a relação muito mais explosiva que se trata entre o alcoólatra e o álcool.

CAPÍTULO III

A LEI SECA

Nos Estados Unidos dos anos 20, as mulheres do pós-guerra já não eram dóceis como antes. Não se sujeitavam à autoridade patriarcal do marido. Afinal, entre 1914 e 1918 muitas foram obrigadas a trabalhar, numa escala sem precedentes. E tomaram gosto pela emancipação financeira que adquiriram. pela primeira vez as mulheres começaram a beber em larga escala. E o alcoolismo passou a atingir ambos os sexos, o que não acontecia no século XIX e no início do século XX, quando já representava um sério problema social, porém praticamente circunscrito aos homens.

O número de bêbados crescia assustadoramente e ninguém sabia mais o que fazer. A medicina era impotente, tanto quanto a psicanálise. As campanhas de esclarecimento resultavam em nada.

Nesse estado de desespero, os norte-americanos resolveram enfrentar o alcoolismo no muque. O Congresso baixou uma determinação proibindo a venda e o consumo de bebidas alcoólicas em todo o território nacional: estava decretada a tão famosa Lei Seca.

O resultado todos nós já sabemos: nunca tantos beberam tanto em tão pouco tempo. O que se expandiu não foi a sobriedade, foi o crime. Chicago tornou-se célebre como a capital mundial da violência e da contravenção. A Máfia tomou conta da cidade, e Al Capone tornou-se seu rei.

No início dos anos 30, dez anos depois, ficou provado que alcoolismo não é caso de polícia.

A FUNDAÇÃO DE ALCOÓLICOS ANÔNIMOS

O que restava então aos alcoólatras? Beber até morrer?

Como sempre, a humanidade, quando se defronta com um problema de difícil solução, põe sua imaginação criadora para funcionar e faz aparecer, na cabeça de alguém, novas soluções. Foi isto que aconteceu nos Estados Unidos.

Um norte-americano alcoólatra de Nova Iorque havia procurado um médico especialista em alcoolismo - um tal Dr. William Silkworth - e, com sua ajuda, já estava havia seis meses sem beber. Era um corretor da Bolsa de Valores e foi

fazer um negócio em Ohio. O negócio não saiu, e ele, desgostoso, sentiu ímpetos de beber.

Estava no hall de seu hotel e, possuído pela ânsia alcoólica, só enxergava garrafas, copos e garçons. Nesse momento, sentiu vontade de, ao invés de beber, conversar com um outro alcoólatra. Quem sabe se conversasse com alguém que já houvesse vivido todas as agonias que ele vivera, alguém como ele, que soubesse a força sobre-humana daquela compulsão, ele não conseguiria evitar o álcool? Quem sabe se, conversando com outro alcoólatra e encontrando nele um ouvido experiente, ficaria aliviado? Um outro alcoólatra, certamente, não iria passar-lhe um sermão ou dar bons conselhos. Quem já sentiu o alcoolismo na carne não se permite essas banalidades.

Como, entretanto, encontrar naquele momento, numa cidade estranha, um outro alcoólatra que se dispusesse a conversar com ele? Nesse instante, o corretor viu no hall do hotel um quadro de avisos sobre acontecimentos religiosos, com o telefone das igrejas e os nomes dos respectivos reverendos. Ocorreu-lhe então telefonar para esses reverendos: eles, em função de seu próprio ofício de pastor, saberiam do nome de vários alcoólatras. Telefonou para o primeiro pastor da lista; este até pensou que fosse trote ou que ele estivesse bêbado. O reverendo seguinte, entretanto, certamente depois de achar tudo aquilo um tanto estranho, deu-lhe o telefone de um médico da cidade, cuja vida havia sido destruída pelo álcool. O médico foi imediatamente contactado, e ambos marcaram de se encontrar na manhã seguinte.

Este telefonema e esse encontro marcado foram fortes o bastante para o corretor não ceder, naquela mesma noite, à vontade enlouquecedora de beber. No dia seguinte, na hora combinada, foi à casa do médico - um tal Dr. Robert Smith - e, lá chegando, contou-lhe a razão de o ter procurado: era um alcoólatra e precisava de ajuda. O médico, com aquelas típicas mãos trêmulas de quem já bebeu muito mais do que devia, disse-lhe que ele havia procurado a pessoa errada: quem não havia sido capaz de ajudar a si próprio não estava qualificado para ajudar ninguém.

O corretor de Nova Iorque insistiu, dizendo que só alguém que fosse alcoólatra e que soubesse como, sozinho, um alcoólatra não tem forças para ajudar a si próprio, é que poderia entender profundamente um outro alcoólatra e, com esse entendimento profundo, ajudá-lo. Só alguém que conhecesse a impotência do alcoólatra diante do seu alcoolismo poderia ter o entendimento empático com relação a outro alcoólatra e assim estabelecer um vínculo e um relacionamento de empatia mútua, impossível de ser obtido com um não-alcoólatra,. E assim tiveram uma conversa até altas horas da noite, cada qual contando suas aventuras, venturas e desventuras com o álcool. O papo fluía num clima de solidariedade ímpar, e, o que era surpreendente, nenhum dos dois, enquanto conversava sobre o alcoolismo, sentiu vontade de beber!

Imaginaram fazer, em larga escala, o que estavam fazendo entre si: um alcoólatra ajudando outro alcoólatra a evitar o álcool. E sendo por ele ajudado. Uma espécie de auxílio mútuo. Havia, por força da semelhança dos problemas, uma afinidade natural, uma identidade. Isso facilitava demais o papo e a comunicação. Despertava confiança, pois cada um, sabendo da força da compulsão, não iria tachar o outro de fraco ou débil de vontade. Surgiria espontaneamente um genuíno respeito mútuo, ninguém se sentindo melhor do que ninguém. E uma afeição sincera, uma ternura, por ver, no outro, suas próprias dores. Tudo isso tornaria o encontro prazeroso e não um sacrifício. Despertaria mútua disponibilidade, sem ninguém se sentir alugado por ninguém. Até porque, aquele que houve hoje, poderá ser aquele que será ouvido amanhã, aquele que se salvou hoje da recaída, poderá ser o que, por sua vez, salvará amanhã o salvador da sua própria recaída. Afinal, alcoolismo é compulsão de força sobre-humana, e nenhum alcoólatra está vacinado para sempre contra ela. Esse corretor de Nova Iorque e esse médico de Ohio imaginaram, então, que os alcoólatras do mundo inteiro deveriam vir a fazer o que eles estavam fazendo, que se fundariam grupos de alcoólatras, inspirados por essas idéias, em todos os lugares em que houvesse alcoólatras interessados em se salvar.

Tiveram mais algumas conversas e o Dr. Bob ainda não havia conseguido parar completamente de beber. Até que um dia decidiu parar. O dia era 10 de Junho

de 1935. Estava fundado o Alcoólicos Anônimos (Alcoholics Anonymous). O corretor ficou conhecido como Bill W., o A.A. nº 1; o médico Dr. Bob, o A.A. nº 2. Depois dessa memorável data, nenhum dos dois jamais voltou a beber.

Claro que nas sociedades humanas nada ocorre por geração espontânea, sempre existe algum fenômeno precedente. Antes da fundação dos A.A., já existiam os chamados grupos Oxford, de forte conteúdo religioso. Eles representam uma idéia prévia, uma idéia precursora à dos grupos de Alcoólicos Anônimos. Porém, a idéia de grupos de auxílio mútuo foi levada à sua forma atual pelos A.A.

OS ALCOÓLICOS ANÔNIMOS HOJE

Essa idéia simples e genial espalhou-se como fogo em capim seco pelos Estados Unidos. Grupos de Alcoólicos Anônimos eram constituídos por toda parte. Dos Estados Unidos, essa idéia alcançou quase todos os países do mundo. Atualmente são milhares e milhares de grupos de Alcoólicos Anônimos nos cinco continentes.

Lentamente, os grupos de Alcoólicos Anônimos foram chegando ao Brasil. Até 1968, eram poucos e pequenos, mas, hoje em dia, só no Grande Rio há mais de 700 grupos. A Grande São Paulo não fica atrás. Existem dezenas de grupos em cada capital. No Brasil, espalhados por quase todos os municípios, mesmo os mais longínquos, já são mais de quatro mil. E, seu número cresce, vertiginosamente, a cada ano que passa.

Milhões de vidas já foram e estão sendo salvas pelo mundo afora.

ALCOOLISMO É UMA DOENÇA

Bill e Bob - os fundadores de A.A. - não estavam preocupados com grandes teorias nem com idéias sofisticadas demais. Eram homens cujas vidas estavam ameaçadas pelo alcoolismo. Tinham interesse em se salvar e em ajudar outros alcoólatras a se salvarem também. Descobriram um método de tratamento do alcoolismo e não uma complexa teoria sobre o mesmo. Não eram cientistas, eram homens práticos. Aliás, nem descobriram um método de tratamento de alcoolismo, pois, segundo eles próprios, alcoolismo não se trata, se controla.

Descobriram, isto sim. um método de controle sobre o álcool, um modo de manter aquietada a voracidade alcoólica.

Provavelmente, nem leram Freud. Aliás, em 1935, se as idéias psicanalíticas já haviam chegado aos Estados Unidos, ainda eram pouco difundidas. Dificilmente um corretor da Bolsa e um médico teriam acesso a elas. Além disso, os poucos "tratamento" psicanalíticos que existiam não se revelaram grande coisa na recuperação dos alcoólatras. E isso era evidente, era até gritante. Se assim fosse, não existiria o desespero norte-americano, a ponto de se ter decretado uma Lei Seca. Uma coisa era clara: a medicina fracassara e a psicanálise também.

Não dava mais para sustentar a crença de que o álcool seria o responsável pelo alcoolismo. Se fosse, todos que bebessem pouco a pouco acabariam se viciando. E a maioria dos que bebiam - e até bebiam muito - não se tornava alcoólatra. A bebida em si não possuiria qualquer propriedade capaz de gerar dependência física ou psíquica. Pode parecer estranho, mas não é o álcool que leva ao alcoolismo, é o alcoolismo que leva ao álcool.

A idéia de vício pelo álcool tinha de ser descartada. Sobrava a idéia de pessoa fraca. O álcool viciaria, sim, mas só gente fraca.

Essa idéia, como já vimos, agredia os fatos, e aos alcoólatras também. Tinha gente fraca que bebia e bebia e não se "viciava". E tinha gente superqualificada para tudo, verdadeiros gigantes da vontade, que eram alcoólatras. Alcoolismo, assim, não podia continuar sendo considerado um vício, nem de gente "forte", nem de gente "fraca".

Como explicar o alcoolismo então?

Em primeiro lugar, sem entrar em discussões infinitas e estéreis, considerando-o uma "doença", sem causa específica. Uma espécie de vulnerabilidade específica ao álcool que acometia uma porcentagem sempre constante da população (10%-13%). Essa vulnerabilidade ao álcool nada tinha a ver com raça, cor, tipo de vida ou personalidade. Era independente desses fatores.

O fato é que certas pessoas bebem, e beber gera mais vontade de beber. Essas pessoas são alcoólatras.

Como quebrar esse círculo vicioso de "álcool puxa álcool"?

EVITAR O PRIMEIRO GOLE

Se álcool puxa álcool, só se corta o circuito cortando o álcool.

Era preciso romper certas ilusões. A pior delas era a esperança de que um alcoólatra pudesse vir a beber moderadamente. Noutras palavras: que o alcoolismo tivesse "cura".

Muita gente boa morreu por causa dessa esperança. Fez anos de psicanálise, foi para a Suíça, submeteu-se a toda sorte de tratamentos e desintoxicações. parecia até que se tinham livrado da voracidade etílica. Entretanto, depois do primeiro gole, desmoronava toda a sobriedade.

O TUBARÃO ALCOÓLICO

Nos mares interiores de um alcoólatra existe um tubarão. Se não for excitado, ele pode até permanecer aquietado e nem fazer notar sua existência. Contudo, o primeiro gole é como jogar sangue na água. Ninguém mais segura a fissura enlouquecida do tubarão.

É pior do que cigarro para quem deixou de fumar, pior que doce para quem está de dieta, pior que mulher bonita para mulherengo. Uma vez deflagrada a gula, não há força de vontade capaz de controlá-la. Mesmo porque a força de vontade é a primeira que vai para o pileque. Depois do primeiro gole, fica bêbada, e, de boa conselheira, transforma-se na produtora das piores desculpas e das mais esfarrapadas justificações.

Por isso, para os Alcoólicos Anônimos o alcoolismo não só é uma doença, como é uma doença sem cura. Não no sentido de quem é alcoólatra está condenado a beber até morrer, mas no sentido que a experiência revelou: aquele que bebeu descontroladamente jamais beberá moderadamente. Quem já deu mostras de voracidade alcoólica não se conformará à moderação alcoólica. Ou pára de beber, ou bebe até morrer. Tubarão é tubarão. Não pode ser amansado. Jamais se transformará num golfinho.

EVITAR O PRIMEIRO GOLE NÃO É FÁCIL

"Falar é fácil. Fazer é que são elas!" Se essa afirmação proverbial é verdadeira para tantas coisas, cai como uma luva na questão do alcoolismo.

Muitos antes do aparecimento dos Alcoólicos Anônimos, os alcoólatras já desconfiavam que só controlariam a fissura ética afastando-se definitivamente do álcool. Os fumantes já haviam chegado muito antes à mesma conclusão. Só se afasta do cigarro, quem... se afasta do cigarro.

Apesar desses procedimentos, os alcoólatras, mais dia menos dia, se "esqueciam" e ingeriam a primeira dose. Resultado: recaída. O fantasma da recaída sempre rondou o alcoólatra. Pode-se até dizer que foi para afastar esse fantasma e evitar o primeiro gole que se constituíram os Alcoólicos Anônimos.

Ninguém é culpado de ter um tubarão alcoólico dentro de si. É verdade. Porém, uma vez ciente de sua existência, torna-se o único responsável pelo seu controle. Deve mantê-lo aquietado e jamais aticá-lo.

Manter aquietado um tubarão, porém, é tarefa sobre-humana. Ninguém pode fazê-lo.

As tardes são longas, a vida muitas vezes é difícil, e as noites podem ser vazias. Qualquer desequilíbrio pode quebrar a quietude desse tubarão e fazer manifestar-se toda a força impressionante da sua voracidade.

SÃO ATRAVÉS DO AUXÍLIO MÚTUO EVITA-SE O PRIMEIRO GOLE

Os alcoólatras, então, só tinham um caminho: unirem-se, darem-se as mãos. Só amparando-se mutuamente, dando força na hora da fraqueza, "segurando a barra" na hora da tentação, é que conseguiriam, a longo prazo, ficar afastados do álcool.

Essa foi a razão da fundação dos Alcoólicos Anônimos.

O que são os Alcoólicos Anônimos? São alcoólatras auxiliando alcoólatras a permanecerem afastados da bebida, a conseguirem evitar o primeiro gole.

É preciso preencher o tempo ocioso do alcoólatra. Principalmente o tempo que era preenchido pelas bebedeiras. E preenchê-lo com alguma atividade anti-alcoólica.

Por isso, deve haver reuniões de grupos de Alcoólicos Anônimos com a maior frequência possível. O alcoólatra deve participar delas sempre que puder, sobretudo em épocas mais críticas, quando reacende a voracidade alcoólica.

É pouco. Cada alcoólatra deve ter um padrinho. Uma pessoa mais íntima, disponível 24 horas por dia, para as horas críticas e os momentos mais delicados.

Ainda é pouco. O alcoólatra deve evitar de qualquer jeito o aparecimento da voracidade alcoólica. A melhor maneira é lembrar-se dela o máximo possível. Como? Lendo livros sobre alcoolismo, frequentando reuniões dos Alcoólicos Anônimos mesmo quando está bem, ajudando outros alcoólatras a pararem de beber e não voltando a beber.

Um alcoólatra deve estar consciente de que só se salva salvando os outros. Nenhum ato o faz lembrar tanto do seu alcoolismo e o compromete tanto com a causa alcoólica quanto ajudar outros alcoólatras.

Essa idéia, também simples, não é menos genial. Num só golpe, cria uma situação de consciência máxima para o alcoólatra e ainda produz uma disponibilidade máxima para a organização. Agora existiriam sempre alcoólatras disponíveis para outros alcoólatras, disponíveis para o "serviço", disponíveis para os Alcoólicos Anônimos.

ALCOÓLICOS ANÔNIMOS É TEMPO INTEGRAL ONDE QUER QUE SE ESTEJA.

Os Alcoólicos Anônimos, no fundo, são um método para evitar recaídas.

Por que a medicina fracassou no tratamento dos alcoólatras? Por que a psicanálise também foi um fiasco?

Por várias razões. Primeiro porque não enxergaram que alcoolismo não tinha solução; assim, tentavam transformar o alcoólatra numa pessoa capaz de beber moderadamente.. Com isso, não insistiam na radicalidade do tratamento: evite o primeiro gole.

Acima de tudo, porém, um médico ou um psicanalista, por mais dedicação que tenham a seu cliente, não podem lhe dar atenção integral. E, se pudessem, o custo seria tamanho que só milionários poderiam arcar com ele.

Como um médico ou um psicanalista acompanharia seu paciente o dia todo, todos os dias? E a noite toda, todas as noites?

Nem um sistema hospitalar o conseguiria. Sairia caro demais, jamais haveria médicos em número suficiente e não haveria o grau de relacionamento personalizado que esse tipo de situação reivindica. É mais fácil fazer alcoólatras do que médicos.

os Alcoólicos Anônimos vieram justamente ocupar esse vazio: um vazio cujo preenchimento é decisivo no controle do alcoolismo.

Os Alcoólicos Anônimos, ao se constituírem, ofereceram a todos os alcoólatras um lugar onde podem ser acolhidos por especialistas no assunto, cheios de disponibilidade, todos os dias e até todas as noites. As atividades dos grupos e dos padrinhos dão cobertura integral para tudo que ajude a evitar recaídas, exceto - é óbvio - auxílios materiais ou favores pessoais, que se revelaram contraproducentes, gerando mais inconvenientes do que vantagens. Os Alcoólicos Anônimos prestam serviços específicos e não assistência social ou caridade. Esses serviços sim, estão disponíveis 24 horas por dia.

Não fosse isso bastante, na medida em que os Alcoólicos Anônimos se espalharam pelo mundo, um alcoólatra, onde quer que esteja, estará sempre perto de alguém que o acolha e o entenda.

Tudo isso, de graça!

NINGUÉM ENTENDE MAIS DE ALCOOLISMO DO QUE UM ALCOÓLATRA ANÔNIMO.

Se só salvando outros alcoólatras se salva, os Alcoólicos Anônimos foram necessariamente formando super-especialistas no ramo. Quem saberá mais de alcoolismo do que alguém que dele sofreu e sofre na própria carne, que leu vasta literatura a respeito e ainda dedica parte de sua vida com outros alcoólatras?

Na realidade, ninguém entende mais de alcoolismo no mundo do que um membro experiente do Alcoólicos Anônimos.

Assim, quem procura uma grupo de Alcoólicos Anônimos vai encontrar ajuda de pessoas superqualificadas para o enfrentamento do alcoolismo. Verdadeiras sumidades, sempre disponíveis e sem cobrar vintém!

Mais: essas sumidades estão disponíveis, sem estar carrancudas ou desinteressadas. Estão disponíveis para ajudar porque assim estão ajudando!

Já que um membro de Alcoólicos Anônimos ajuda como forma de se ajudar, lá não há constrangimento em pedir ajuda. Nem ninguém tem dívidas de gratidão com ninguém. Não há benfeitores ou heróis. Não há caridade ou piedade.

Por isso os Alcoólicos não têm nada a ver com instituições de caridade. Aqueles que arregaçam as mangas por um alcoólatra só o fazem porque outros, um dia, arregaçaram as mangas por eles. E, quem sabe, o bêbado que foi salvo hoje amanhã salvará seu salvador.

Nos Alcoólicos Anônimos ninguém ajuda ninguém por favor. E assim por um legítimo interesse. No melhor sentido do termo.

O que não significa dizer que, com o tempo, um membro dos Alcoólicos Anônimos não se afeiçoe genuinamente à causa da luta contra o alcoolismo.

NOS ALCOÓLICOS ANÔNIMOS NÃO HÁ "COMPLEXO DE INFERIORIDADE" POR CAUSA DO ALCOOLISMO.

Ora, se o alcoolismo é considerado uma doença, por que o alcoólatra deveria se sentir humilhado por ela? Ninguém é alcoólatra porque foi esta a atividade que escolheu, quando criança, para a vida adulta. Ninguém disse: "quando crescer quero ser alcoólatra...".

Alguém é desrespeitado por ser diabético, insultado por ser cardíaco, ridicularizado por ser asmático? Então, por que o doente alcoólico deveria ser insultado pelo seu alcoolismo?

Por isso, nas reuniões dos Alcoólicos Anônimos, uma coisa salta aos olhos: nenhum membro se considera um fraco, degenerado ou sem caráter por estar possuído pela compulsão etílica. O alcoolismo é uma doença como outra qualquer, tal como a diabete e a hipertensão arterial.

Se os diabéticos têm de se conformar com a dieta de açúcar e os hipertensos com uma dieta de sal, os alcoólatras terão de se conformar com uma dieta de álcool.

Como pessoas, os alcoólicos não são melhores nem piores do que ninguém, tal como os hipertensos e os diabéticos. Não têm por que sentir orgulho de sua condição. Nem vergonha.

OS EFEITOS FÍSICOS DO ÁLCOOL.

Os efeitos físicos do álcool, quando ingerido moderadamente, são irrelevantes. Se não chega a fazer mal, também não chega a fazer bem. Os prós e os contras se anulam.

Um dos problemas do álcool é o alto teor calórico.. Enquanto um grama de açúcar contém quatro calorias, um grama de álcool contém sete. Logo, álcool engorda quase o dobro do doce. É, portanto, uma das principais causas da obesidade. Além disso, tem a propriedade de abrir o apetite e relaxar a força de vontade, daí ser considerado um aperitivo, servido antes de lutas refeições. Não bastasse isso, ainda vem acompanhado de gordurosos salgadinhos e dos super-engordativos amendoins e castanhas-de-caju, isso para não falar em torresmos e outras coisas mais.

Duas doses de uísque, vodca, gim ou cachaça equivalem, do ponto de vista de engordar, a um belo bife bem temperado ou a cinco ovos cozidos.

Por que, então, os bebedores inveterados nem sempre são gordos? Porque muitos deles substituem comer por beber. O problema do álcool, contudo, é que, apesar de oferecer calorias, é um alimento pobre. Não possui proteínas, nem vitaminas, nem sais minerais. Não é, pois, nutritivo.

Pelo contrário, o álcool ingerido em grandes quantidades dificulta a assimilação pelo intestino de vitaminas, principalmente a vitamina B1. Como essa vitamina é essencial para a saúde dos nervos, os alcoólatras podem ficar com os nervos afetados.

Além disso, a carência de proteínas, somado ao efeito tóxico direto do álcool, afeta poderosamente o fígado. É que, ao contrário do que se pensa, apenas 5% do álcool ingerido é eliminado pela urina e pelo suor. Ele é quimicamente transformado no fígado, que lança os produtos do álcool decomposto para o sangue, resultando daí uma parte da chamada ressaca da manhã seguinte. Ora,

um fígado super-solicitado e pouco alimentado acaba pifando. Surge, então, uma doença mais mortal do que o câncer: a cirrose hepática.

O álcool ingerido em grandes doses e por muitos anos, além de afetar os nervos e o fígado, afeta os rins e o cérebro. O alcoólatra por isso incha (retenção de água) e acaba ficando ruim (da cabeça delírios e alucinações). É como se vivesse num pesadelo, só que acordado.

Um dos perigos do alcoolismo crônico é o delirium tremens. Além do pesadelo acordado, o alcoólatra começa a tremer pelo corpo todo, sua temperatura sobe acima de 40° C, e o suor é tão abundante que, se não for convenientemente tratado, pode morrer de desidratação.

Outro perigo da ingestão de álcool é que, em grandes doses, ele pode levar a uma parada cardíaca e respiratória. O chamado pileque acontece lá pelos dois gramas de álcool por litro de sangue (embriaguez profunda). Contudo, se a dose no estômago for grande e a absorção continuar, pode chegar aos 4 gramas, dose fatal para muita gente. Poucas pessoas resistiriam a 6 gramas de álcool por litro de sangue. Esse nível de intoxicação só não ocorre com grande frequência porque a depressão do sistema nervoso central "desliga" usualmente o sujeito, antes que ele chegue a esse ponto. Cosa contrário o alcoólatra beberia até morrer... O fato de uma pessoa estar com o estômago vazio realmente acelera o tempo de absorção..

a eliminação do álcool contudo, é bem mais lenta. São necessárias 12 horas para eliminar 70% do álcool ingerido e 24 horas para eliminá-lo completamente. Logo, se alguém tomou, até as 3 horas da manhã, 10 doses de uísque, às 9 horas da manhã ainda estará com umas quatro ou cinco; às 3 horas da tarde, com uma três, e só às 3 horas da madrugada do dia seguinte, estará sem nenhum! Por isso, certas pessoas ficam embriagadas, ou de ressaca, tanto tempo depois da farra. A rigor não ficam com álcool no corpo, mas ficam com os produtos de sua metabolização pelo fígado, os quais também são tóxicos. Por efeito da ação hepática, o álcool transforma-se numa substância tóxica chamada aldeído acético, que é responsável pela ressaca. Só mais tarde essa substância é transformada no inofensivo ácido acético e é eliminada pela urina.

O alcoolismo, nas suas etapas mais avançadas, produz a chamada "síndrome de abstinência", típica do despertar do alcoólatra. Claro, ele passou a noite, enquanto dormia - geralmente "capotado" pelo próprio álcool - sem beber, e já lhe falta bebida no sangue. O alcoólatra então, sente imensa ansiedade, inquietação, sua por todos os poros, seu coração dispara. Todo esse mal-estar desaparecerá como que por encanto caso ele tome a sua primeira dose e reponha álcool no sangue. Logo, o álcool passa a ser sentido como um remédio, um bálsamo, um milagre. Não é à toa que o alcoólatra "bebe para viver" e "vive para beber".

A primeira parte do tratamento do alcoolismo consiste, obviamente, numa desintoxicação e numa reposição de proteínas, vitaminas e sais minerais. Dado o perigo de se voltar a beber, essa parte do tratamento, geralmente, deve ser feita em condições hospitalares.

Apesar disso, é a parte mais fácil. Depois é que são elas.

A PARTICIPAÇÃO DO ALCOÓLICOS ANÔNIMOS JÁ NO HOSPITAL.

Por essa razão, a própria etapa hospitalar deve ter participação de membros de Alcoólicos Anônimos. Deve-se aproveitar o fato do etilista estar internado, disponível 24 horas por dia e com o alcoolismo passageiramente controlado para ir conscientizando-o de sua compulsão e dos princípios dos Alcoólicos Anônimos, e assim auxiliá-lo a ir superando sua resistência a ser ajudado, que é maior quando ele está se sentindo bem. É que deixar-se tratar quando se está à morte é fácil, daí a frequência com que o alcoólatra procura internação. Agora, deixar-se tratar depois que sair do hospital, desintoxicado, descansado, revitaminado e sem estar ainda bebendo é muito mais difícil.

Primeiro, porque ainda existe um enorme preconceito com relação ao alcoolismo, o que torna difícil para qualquer um admitir-se como alcoólatra.

Segundo, porque é sempre duro admitir que se é portador de qualquer tipo de restrição ou compulsão.

Por isso, é grande a resistência a se deixar ajudar depois da alta do hospital. A simples conscientização do que seja o alcoolismo, por meio de leituras, vídeos e palestras, é pouco. Há que se atingir mais fundo a emoção, ir além da cabeça e

tocar o coração. O relacionamento personalizado durante a internação com um membro experiente dos Alcoólicos Anônimos, que conhece as manhas e artimanhas do alcoólatra é, por isso, decisivo. Afeição, confiança e simpatia têm de ser despertadas. Só bons sentimentos vencem resistências. É preciso sensibilizar o alcoólatra para que ele possa superar suas resistências iniciais ao enfrentamento do alcoolismo. Outras resistências virão, mas isso é para muito depois.

Esse membro dos Alcoólicos Anônimos que acompanha a fase hospitalar do tratamento atua igualmente no sentido de conscientizar a família do que seja o alcoolismo, facilitando o retorno do alcoólatra ao seu convívio depois de terminada a internação. Como dizia outro dia um membro experiente dos Alcoólicos Anônimos: "Veja como são as coisas. Quando um doente qualquer deixa o hospital, sua família o recebe de braços abertos, comemora a sua volta. Quando, entretanto, um alcoólatra deixa o hospital, sua família o recebe com a tentação de lhe dizer: 'Vê se de agora em diante você toma vergonha na cara!'".

A NECESSIDADE DO TERAPEUTA LEIGO.

O tratamento hospitalar do alcoolismo tem dupla face. De um lado, existem os problemas físicos que precisam ser resolvidos, e estes - é óbvio - requerem acompanhamento médico. De outro lado, porém, existem os problemas do posterior controle da compulsão alcoólica, e estes - como vimos tentando demonstrar - não podem ser enfrentados senão com a ajuda daqueles que conhecem o assunto: os membros dos Alcoólicos Anônimos.

Muitos membros dos Alcoólicos Anônimos oferecem serviços a hospitais de forma gratuita, sem cobrar nada. Até porque, na condição de membros dos Alcoólicos Anônimos, não podem ganhar um tostão sequer com essa atividade.

Contudo, convenhamos, principalmente num país pobre como o nosso, imaginar trabalhadores prestando serviços de graça, numa espécie de dupla jornada de trabalho, é desumano. Já trabalham, geralmente, em mais de um emprego para sobreviver. E ainda trabalhar de graça!

Mais: os Alcoólicos Anônimos prestam serviços de graça a outros alcoólatras, já que as tradições dos Alcoólicos Anônimos exigem que os serviços prestados

sejam gratuitos, mas, apenas os serviços prestados enquanto membros dos Alcoólicos Anônimos. Enquanto cidadãos não precisam seguir essas tradições. Tanto que podem, paralelamente, ser médico, psiquiatras ou psicanalistas e, até mesmo nos seus consultórios tratar alcoólatras profissionalmente. O que não podem fazer é se declararem membros de Alcoólicos Anônimos e fazerem dessa condição um apelo mercadológico.

Sem considerar a genuína vontade dos Alcoólicos Anônimos de prestar serviços e de forma gratuita, como determinam suas tradições, o que se poderia fazer?

Os hospitais deveriam contratar terapeutas leigos, aquelas pessoas cujas vidas revelem seu "notório saber" em alcoolismo. Ninguém seria contratado na sua condição de cidadão que demonstra ampla experiência no enfrentamento do alcoolismo. Agora, é preciso contratar esses terapeutas leigos e acreditar neles, uma vez que mostraram meios eficientes e eficazes de resolver os seus problemas.

Esses terapeutas leigos espalhados pelos hospitais do país representariam inestimável serviço prestado à saúde do brasileiro e uma enorme economia de gastos, porque nada consome mais recursos do Inamps do que as internações e reinternações causadas pelo alcoolismo.

Os ambulatórios da rede de saúde também poderiam contratar esses terapeutas leigos. Muitos acidentes de trabalho, muitos espancamentos, muitas mortes no trânsito, muitas aposentadorias precoces seriam evitadas. A economia em vidas e recursos materiais seria enorme.

Por que isso já não é feito em larga escala?

Por preconceito, ignorância, interesses escusos e má fé.

Mas as coisas tendem a melhorar. Na medida em que se multiplica o número dos grupos de Alcoólicos Anônimos, mais gente entra em contato com essa instituição. Muitos membros dos Alcoólicos Anônimos são, inclusive, médicos, psicólogos, psiquiatras e psicanalistas; foram ex-bebedores e sentiram na própria carne os limites de sua própria ação profissional. Pouco a pouco, também através deles, uma nova mentalidade vai se infiltrando no chamado "Poder Médico" que controla a política de saúde do Brasil.

A IDÉIA FUNDADORA DOS ALCOÓLICOS ANÔNIMOS ATINGE OUTRAS COMPULSÕES.

A repercussão das idéias e métodos dos Alcoólicos Anônimos foi tamanha que, rapidamente, outras pessoas, atingidas por outras compulsões que não a alcoólica, resolveram também fundar grupos de auxílio mútuo, inspirados nos mesmos princípios dos Alcoólicos Anônimos.

Surgiram assim, em 1953, grupos de Narcóticos Anônimos, de Comedores Compulsivos Anônimos, de Jogadores Anônimos. Surgiram, nas grandes cidades do Primeiro Mundo, até grupos anônimos de diversos tipos de compulsões sexuais.

As chamadas neuroses, no fundo, também são constituídas por idéias e sentimentos que se impõem à mente, por manias e fobias das quais a gente não consegue se livrar, por agonias e tristezas contra as quais é quase impossível lutar, por ódios, paranóias e terrores que nos tomam de assalto. São, portanto, aparentadas às compulsões. Surgiram, assim os Neuróticos Anônimos (N.A.), associação de neuróticos que auxiliam neuróticos e são por eles auxiliados, segundo os mesmos princípios dos Alcoólicos Anônimos.

Grupos anônimos de mútua ajuda já se constituíram até para diabéticos, pessoas que têm ou tiveram câncer e, mais recentemente, até para portadores do vírus HIV.

Para os Narcóticos Anônimos, o "Evite o primeiro gole!" será substituído pelo "Evite a primeira tragada!"; para os Comedores Compulsivos Anônimos "Evite a primeira garfada compulsiva!"; para os Jogadores Anônimos, pelo "Evite a primeira aposta ou a primeira cartada!".

O objeto da compulsão muda, mas o princípio não muda, permanece sempre o mesmo.

OS GRUPOS ANÔNIMOS DE MÚTUA AJUDA E O SÉCULO XXI

Vejo com a maior simpatia instituições como os Alcoólicos Anônimos e outras que derivaram dele. Não só já prestaram, prestam e prestarão inestimáveis serviços, como ainda representam um modelo de instituição moderna e democrática.

Creio que, no século XXI, a humanidade recorrerá cada vez mais a instituições desse tipo. Será a sociedade tratando a própria sociedade. Sem nada de autoridades ou superiores, nada de médicos, psiquiatras, psicanalistas ou psicólogos. Apenas pessoas que viveram na carne certos problemas, aprenderam a controlá-los e estão aptas a auxiliar pessoas com problemas semelhantes.

Não se fala tanto de democracia, de organização da sociedade, de fortalecimento de suas instituições privadas? Que é preciso que a sociedade esteja livre da inevitável burocracia do Estado?

Pois bem, instituições como esses grupos anônimos de auxílio mútuo fortalecem a sociedade civil, tornando-a mais autônoma do jogo de influências políticas. É a própria sociedade se auto-administrando, buscando nela própria a solução de seus problemas.

Aliás, essa é uma boa maneira de evitar o empreguismo, a politicagem, os tráficos de influência, as mordomias, a corrupção, a arrogância dos burocratas. Chega de tecnocratas, de especialistas sabichões! Vamos devolver ao cidadão comum a plenitude de sua cidadania. Vamos extinguir os paternalismos e deixar as pessoas, elas próprias, inventarem os meios de enfrentar suas dificuldades.

Acima de tudo, esse tipo de instituição não depende de nenhum Inamps da vida, está é alheia ao jugo estatal ou aos interesses de grandes empresas.

Além disso, a mistura de classes sociais nesses grupos representa não só inestimável lição de vida como também de democracia. O convívio de pessoas diferentes resulta sempre numa experiência enriquecedora. Os pobres, convivendo de perto com os ricos com os ricos, poderão descobrir que estes não são feitos de outra argila e, a não ser pelos recursos exteriores, não são tão poderosos assim. Já os ricos, convivendo tão de perto com os pobres, serão obrigados a enxergar mais além das aparências imediatas e descobrir que falta de escolaridade não é sinônimo de burrice, e que muitos analfabetos são capazes de rara sensibilidade e sabedoria. Não frequentaram os bancos acadêmicos, é verdade, mas cursaram a escola da vida.

Apesar de não possuírem qualquer coloração política, esses grupos anônimos de auxílio mútuo são, nesse sentido, profundamente políticos.

Não estou, com essas considerações, querendo diminuir a importância da medicina ou da psicanálise. Não se trata de opô-las aos grupos anônimos. Cada qual tem seu valor específico, sua eficácia específica e muitas vezes se complementam. Não há, por exemplo, nenhuma incompatibilidade entre frequentar um grupo anônimo e fazer psicanálise. Pelo contrário, pode haver até um ganho exponenciado, complementar. Por essas e outras, os grupos anônimos travam o melhor relacionamento possível com os profissionais da área de saúde.

E - justiça seja feita - cada vez mais médicos e psicanalistas vêm mantendo excelentes relações com os grupos anônimos.

Claro que há exceções: alguns, por desconhecimento ou preconceito, já não agem assim; outros, por excessiva vaidade profissional, pela presunção de que tudo sabem e tudo podem. também não; isto sem contar, é óbvio, aqueles que hostilizam os grupos anônimos movidos por interesses inconfessáveis - temem perder clientes ou o monopólio de salvadores da humanidade adoecida ou aflita.

A meus pacientes de consultório que são alcoólatras ou padecem de alguma outra dependência química, não hesito um só momento em recomendar os grupos anônimos. Faço isso com a mesma naturalidade com que indico um gastroenterologista a um amigo que esteja com uma úlcera no estômago.

CAPÍTULO IV

ALCOÓLATRAS DROGADOS E DROGADOS ALCOÓLATRAS

Antigamente, chegava-se a um grupo de Alcoólicos Anônimos e só se viam alcoólatras e num grupo de Narcóticos Anônimos e só se viam toxicômanos. Atualmente não é mais assim. Cada vez se encontram mais casos mistos de alcoolismo e drogas - as chamadas dependências cruzadas. São alcoólatras usando outras drogas e toxicômanos bebendo sem parar.

Até os anos 60, o álcool era consumido em larga escala. As drogas praticamente se restringiam ao Primeiro Mundo, resumindo-se em geral à morfina e à heroína - as chamadas hard drugs (drogas pesadas). Cocaína, maconha e outras eram raridade.

Por isso, o número de grupos de Alcoólicos Anônimos era imensamente maior que o de Narcóticos Anônimos, que eram frequentados por músicos de jazz escravizados pelos picos nas veias, por ex-boxeers falidos, jogadores de beisebol envelhecidos, figuras do cinema americano dos anos 50. Nesses casos, os efeitos devastadores da morfina e da heroína eram tais que sequer havia propósito em pensar se, além de tudo, os viciados eram ou não alcoólatras.

A partir dos anos 60, esse quadro mudou drasticamente. Por conta do aparecimento do movimento jovem, da Guerra do Vietnã, da contracultura e dos hippes, outras drogas (maconha, LSD, cocaína, Mandris, Dexamil) apareceram e foram consumidas em larga escala pela juventude. Tornaram-se até símbolo das novas gerações na sua luta contra antigos valores. "Fumar um charo", "tomar um ácido", "cheirar um pó" não significavam dependência química e sim um ato cultural de afirmação de uma geração sobre suas predecessoras, um ato de rebeldia e libertação de valores velhos e repressivos. Ser jovem envolvia a ousadia de consumir essas drogas.

As antigas gerações, cujas compulsões se instalam antes do surgimento dessas novas drogas, não tinham por que experimentá-las. Já não bastavam os problemas com o cigarro e o álcool? para que, depois de velho, arrumar novos problemas?

Assim, jovem cheirava pó ou era maconheiro; coroa era briteiro.

Passado o grande conflito de gerações das décadas de 1960 e 1970, as coisas começaram a mudar de sentido. Muitos dos atuais "coroas" foram jovens na época das novas drogas culturais e fizeram uso delas. E o álcool prossegue consumindo por todas as gerações.

O PROBLEMA DAS DROGAS

Se as drogas nas décadas de 1960 e 1970 tiveram um sentido contracultural, se representavam a luta de uma geração para afirmar seus novos valores, nos anos 80 tornaram-se apenas drogas, fontes de prazer quimicamente produzido.

Não se trata de ser contra nenhum tipo de prazer. Trata-se apenas de avaliar o quanto este prazer custará. Não só em termos de dinheiro, mas em termos de outros prazeres. Quanto de prazer se perde para ganhar determinado tipo de prazer?

O problema dos prazeres quimicamente produzidos é que eles são capazes de despertar as mais furiosas compulsões. Por isso, toda substância capaz de afetar prazerosamente o cérebro é perigosíssima. Se existe o tubarão alcoólico em tanta gente, em muitas mais existe o tubarão cocaínico e outros tubarões fissurados em entorpecências e excitações.

Não é à toa que só nos Estados Unidos, a cada dia que passa, mais de 5 mil pessoas ingressam no mundo das drogas. São 150 mil pessoas por mês, quase dois milhões por ano. No ano de 200, serão mais de 30 milhões, além dos atuais drogados que houverem sobrevivido! Um verdadeiro mundo de entorpecidos e drogados.

Só o comércio da cocaína ultrapassa a inacreditável cifra de 100 bilhões de dólares por ano. E cresce 10% a cada ano que passa! Enquanto isso, apenas 1% da cocaína traficada é apreendida.

A droga, além do mais, favorece o crime. Primeiro porque, sendo muito lucrativa, forma uma rede de traficantes. Segundo porque rapidamente os jovens ficam dela dependentes, e ela afeta suas mentes ainda imaturas de maneira imprevisível. Terceiro porque esses jovens são capazes de tudo para obtê-la. quarto porque gera uma subcultura das drogas, dentro da qual vigora o prazer

de transgredir leis, de desafiar autoridades, de se viciar em malandragem e contravenção.

Claro. Ninguém gosta de restrições e limites a seus impulsos e prazeres, Todos desejam o ilimitado e o irrestrito. como não são possíveis, há que se conformar com as regras, as autoridades, as leis. Isso custa esforço, renúncia, sacrifício. Há sempre a tentação à transgressão. a cultura na qual se vive não inibir essa tentação a ainda estimulá-la, louvá-la e heroificá-la, não haverá força humana capaz de contê-la. E prevalecerá o impulso à delinquência.

Os recentes acontecimentos na Colômbia representam a confluência criminal de todos esses fatores econômicos, psíquicos e culturais O Cartel de Medellin, com suas cifras e crimes, torna as peripécias dos gângsteres de Chicago dos anos 30 brincadeiras de crianças ou aventuras românticas para filmes de época. O narcotráfico, hoje, rivaliza em poder financeiro até o comércio de armas.!

Se contra o álcool a medicina e a psicanálise pouco conseguem, se até contra o cigarro são impotentes, se não são eficazes sequer para conter a comilança e a jogatina compulsiva, imaginem "curar" drogados"

E não se pense que essa questão das drogas diz respeito somente às grandes cidades. De jeito nenhum. A maconha, a cocaína, os psicotrópicos há muito tempo não são drogas de cidade grande. Já se expandiram até para o sertão.

O CRESCIMENTO DOS NARCÓTICOS ANÔNIMOS

Diante de um quadro desses, o que os toxicômanos iriam fazer? Drogar-se até matar ou morrer?

O controle policial das drogas é espalhafatoso, mas chega às raias do patético. Não atinge 1% das drogas comercializadas e consumidas no país. a medicina e a psicanálise são impotentes. As internações são artificiais, inúteis. Desintoxicam, é verdade. Mas logo, logo vem a recaída e a necessidade de uma nova reinternação. Broncas, pitos, cortes de mesadas e conselhos também não resultam em nada. Se moralismo curasse dependência química, certamente não existiria dependência química.

A história dos grupos de mútua ajuda encarregados de enfrentar o problema das dependências às drogas teve, aqui no Brasil, episódios peculiares.

Nos Estados Unidos, já o dissemos, os Narcóticos Anônimos foram fundados em 1953, tendo tido a colaboração do próprio Bill, o A.A. n.º 1. No Brasil, até os anos 80, esses grupos não chegaram a existir.

No início do anos 80, porém, foi iniciado um grupo de auxílio mútuo não vinculado aos grupos internacionais, o qual, por razões culturais, não se intitulou Narcóticos Anônimos e sim Toxicômanos Anônimos, dado o fato de no Brasil a expressão "toxicômano" ser mais usual.

Em 1988, cinco anos depois de se constituir o primeiro T.A., foi iniciado o primeiro grupo de enfrentamento da dependência às drogas, vinculado aos grupos Narcóticos Anônimos, a designação internacional. Em 1990 a consciência coletiva dos Toxicômanos Anônimos, depois de amplos debates, resolveu se incorporar ao movimento internacional, sendo necessário para tanto mudar seu nome. Afinal, os Narcóticos Anônimos já possuíam uma experiência mundial de várias décadas, com ampla literatura. Não teria cabimento, portanto, privar-se desse movimento. Assim, os Toxicômanos Anônimos, com esse nome, não existiam mais. Só existem agora os Narcóticos Anônimos. Bela prova de humildade deram esses combativos membros dos Toxicômanos Anônimos: depois de tanta luta, de tanta abnegação, logo agora que colhem os frutos desse esforço, renunciam a seu próprio nome. Isso é que é levar a sério os Doze Passos...

O NOVO CONCEITO DE DEPENDENTES QUÍMICOS

Atualmente os grupos de Alcoólicos Anônimos estão repletos de alcoólatras que consomem drogas e os grupos de Narcóticos Anônimos repletos de toxicômanos que não controlam também o álcool.

Essas, "dependências cruzadas" ensinaram muitas coisas. A primeira delas foi que as compulsões não são compartimentos estanques, costumam se comunicar. Quem está sujeito a uma, corre o risco de ser assolado pelas demais.

Além disso, mesmo quando uma pessoa não possui mais de uma compulsão, as substâncias que excitam as outras compulsões podem excitá-la. Por exemplo, um cocainômano que bebe moderadamente: ele quer parar com a cocaína, mas

não com o álcool; ele consegue não cheirar "pó", mas toma uma cervejinha. Seu estado de carência de cocaína se excita. Ele vai para outra cervejinha e mais outra. No fim da noite, está no pileque e... louco atrás de pó. Se não for nessa noite, será na próxima. A cervejinha não despertou nele o alcoolismo, mas ressuscitou a fissura cocaínica. O equivalente ocorrerá com um alcoólatra que tenha parado com o álcool e tenta substituí-lo pela cocaína. Se escapar da cocaína, recairá ao álcool.

Em função desses fatos, foi-se construindo o conceito de dependência química. De acordo com esse conceito, o álcool não deve ser considerado uma coisa e as drogas outra. Muita gente, por pensar assim, já sofre várias recaídas. O álcool também deve ser considerado uma droga. Toda substância que afete prazerosamente o cérebro ou a mente deve ser considerada como droga.

A idéia de dependente químico vai substituindo assim a idéia de alcoólatra e toxicômano, por inclui ambos. E só consegue manter adormecida em compulsão se todas as substâncias que afetam a mente forem evitadas. Não basta "evitar o primeiro gole" ou "evitar a primeira dose". É preciso evitar ambos.

O FUNCIONAMENTO DOS NARCÓTICOS ANÔNIMOS

Os Narcóticos Anônimos diferem muito pouco dos Alcoólicos Anônimos. Na realidade são praticamente iguais, principalmente com esse surto crescente de "dependências cruzadas" que, ao que tudo indica, veio para ficar.

Os métodos e princípios de funcionamento são rigorosamente idênticos. A única diferença está em que os Toxicômanos Anônimos têm por objeto as toxicomanias e não o alcoolismo. Ou seja, um cacainômano ou um maconheiro que não seja alcoólatra deve procurar Narcóticos Anônimos, mesmo que beba álcool. Tal como um alcoólatra que não seja cocainômano deve procurar os Alcoólicos Anônimos, mesmo que eventualmente use cocaína, ou maconha ou, outra droga qualquer.

Contudo - não é demais dizer - tanto os Narcóticos Anônimos quanto os Alcoólicos Anônimos, hoje em dia, recomendam abstinência de todas as drogas, incluindo o álcool.

Se o anonimato é fundamental para os Alcoólicos Anônimos, será ainda mais fundamental para os Narcóticos Anônimos, por haver frequente conexão entre drogas e transgressão de leis. Assim, os Narcóticos Anônimos não querem saber a vida pregressa, nem atual, de ninguém. Não querem saber o quanto de droga era usada, o modo como era conseguida, os comportamentos que despertava. Para ser aceito como membro de Narcóticos Anônimos, basta uma coisa: querer parar de consumir drogas. Nada além disso.

Os fatos revelaram que prisão, hospício e religião pouco adiantaram para os toxicômanos. E os Narcóticos Anônimos estão certos de que o valor terapêutico de um toxicômano ajudando outro é sem paralelo.

As "dependências químicas", para os Narcóticos Anônimos, não são curáveis, são controláveis. Nenhum toxicômano poderá usar drogas moderadamente. Por isso, para os Narcóticos Anônimos, as toxicomanias são uma "doença" tão incurável e progressiva quanto os Alcoólicos Anônimos consideram o alcoolismo.

COMO SABER SE VOCÊ É UM TOXICÔMANO?

Assim como, no fundo, é fácil qualquer um saber se é um alcoólatra, qualquer um pode saber se é um toxicômano: a atração pelas drogas, a necessidade imperativa delas não deixa margem a dúvidas.

Só o horror de se reconhecer impotente diante de algo de tão profundas consequências sobre a vida impede o toxicômano de enxergar o óbvio: "que usa drogas para viver e vive para usar drogas", como costumam dizer os membros de Narcóticos Anônimos.

Realmente é duro reconhecer uma derrota completa diante de substâncias socialmente tão "mal-ditas".

TOSICOMANIA NADA TEM A VER COM A CABEÇA RUIM

As mesmas idéias dos Alcoólicos Anônimos sobre o alcoolismo, que já transcrevemos, os Narcóticos Anônimos alimentam com relação às toxicomanias.

Toxicomania não tem relação com traumas de infância, pais desajustados, lares desfeitos ou outros chavões desse calibre. Dá em todo tipo de jovem. em todo tipo de família. Com a mesma frequência.

Toxicomania também não é resultado de boas e más companhias. A droga está em toda parte. Impossível impedir o acesso a ela. E, se bom conselho resolvesse, não existiria toxicomania há muito tempo. Nem pito, nem sermão, nem bom exemplo conseguem conter o tubarão toxicômano quando ele emerge com a fúria de sua boca voraz, carente de drogas.

Outro mito é imaginar que o toxicômano é uma personalidade diferente das outras. Alguém deprimido, esquisitão, cheio de problemas. Ou alguém excitado, angustiado, eternamente insatisfeito.

Não é nada disso. Toxicomania ocorre com a mesma frequência em todo tipo de personalidade. Em pacíficos e em violentos. Em mimados e em conciliadores. Em homossexuais e em heterossexuais. Em líricos e em obscenos. Em puros e em devassos.

Que os pais, portanto, não se culpem. E nem culpem os filhos. Não existem culpados. Não existem responsáveis. Todos são vítimas.

Toxicomania não se resolve atacando ninguém. Nem a si próprio. Toxicomanias se resolvem procurando quem entende de toxicomania.

CAPÍTULO V

MINHA VISITA AOS ALCOÓLICOS ANÔNIMOS

Em meados da década de 1980, fui convidado por um membro dos Alcoólicos Anônimos para visitar um grupo. O grupo se reunia num edifício comercial de Copacabana, num conjunto de salas arejadas, sem nenhum clima de seita. As salas poderiam pertencer a um cursinho de vestibular. Não havia ninguém encapuzado, nem símbolos esotéricos nas paredes. Fui recebido por um "dirigente" (coloco entre aspas porque, na realidade, não existem dirigentes): um senhor simpático, jovial, de uns 50 anos de idade. Uma pessoa completamente "normal", sem ser metida a virtuosa e - pasmem - sem nenhum preconceito contra o álcool ou os prazeres da vida. Relatou-me que, inclusive, servia bebida alcoólica em casa, para os filhos e amigos. Considerava o álcool uma coisa boa, só que não fora boa para ele. Não tinha nada contra o álcool e sim contra o seu alcoolismo. O problema não estava na garrafa, estava nele.

As pessoas que frequentavam o grupo eram pessoas com aparência saudável. E delas não transparecia aquela insuportável alegria jovial de certos "cristãos-novos" interessados em mostrar as maravilhas de sua fé. Limitavam-se a prestar depoimentos despojados e sinceros, sem qualquer sabor de proselitismo ou catequese.

Alguns mais bem vestidos, outros menos bem vestidos, mas ninguém ostentando riqueza ou pobreza. Eram, mais ou menos, umas 30 pessoas. Algumas delas eram membros dos Alcoólicos Anônimos havia muito tempo, com cinco, dez e quinze anos de vida sóbria, sem recaída no álcool. Outros haviam tido algumas recaídas; outras ainda iam às reuniões pela primeira vez e estavam indecisas se iriam ou não permanecer.

À mesa sentava-se uma senhora simpática, sem nenhuma afetação, que deixava transparecer a serenidade de quem já é experiente na matéria. Sua função era meramente coordenadora. Suas intervenções eram sóbrias (em todos os sentidos...) e revelavam uma personalidade sensível, sem querer dar uma de benfeitora ou de bondosa. Acolhedora, sim, metida a benfeitora, não. Dava a impressão de ser uma pessoa não moralista, com problemas como todo

mundo. Com qualidades e defeitos, nem melhor nem pior do que ninguém. Quem quisesse poderia fazer uso da palavra, e a ela competia controlar o tempo.

De um modo geral, as pessoas faziam depoimentos sobre suas vidas, sobre como entraram no alcoolismo e como fazem para controlar sua voracidade alcoólica. Algumas revelavam nível cultural mais alto: eram profissionais liberais, e a fala era mais sofisticada. Outras possuíam menos escolaridade, e a sua fala era mais simples. Mas isso não era o importante. O importante era a sinceridade com que davam seus testemunhos: a sincera vontade de ajudar e de se ajudar. Tudo muito simples, até emocionante. Não é à toa que uma conhecida minha, mulher bela e alegre também membro dos Alcoólicos Anônimos, me disse: "Eduardo, eu freqüento as reuniões dos Alcoólicos Anônimos porque estava entornando demais, é verdade, e tinha de colocar um paradeiro nisso. Mas não é só por isso, não. Eu gosto de freqüentá-las. Lá, eu rio. É, isso mesmo, eu rio, porque são encontros humanos, no fundo alegres, sinceros e descontraídos. E sem aquele clima de fofocas, competição, maledicência e exibicionismo. sobretudo, sem aquela hipocrisia e máscara social que todo mundo enverga quando se encontra em festas ou outros tipos de reuniões sociais. Nas reuniões, sinto uma genuína camaradagem. Não há ninguém patrulhando ninguém. É gente disponível para auxiliar gente. Solidariedade, sem invasão. Pura solidariedade".

Acho esse depoimento exemplar, porque auxilia a desmistificar a idéia de seita, sociedade secreta, reuniões lúgubres e deprimentes que muita gente faz dos Alcoólicos Anônimos.

É evidente que cada grupo terá a cara das pessoas do lugar onde ele se reúne. Num bairro pobre haverá mais gente pobre. Num bairro rico, mais gente rica. Um grupo de Alcoólatras Anônimos do Nordeste será diferente de um grupo semelhante na Suécia, cheio de gente loira, alta e de olhos azuis; um terceiro, na Nigéria, só terá provavelmente gente negra. E assim por diante.

Em todo grupo haverá gente humilde, universitários, artistas e até padres e freiras. O grupo nada mais é do que uma reprodução, em miniatura, da

sociedade daquele lugar. O grupo em que eu estava, em Copacabana, tinha a cara de Copacabana.

Por alguns momentos, parecia-me estar em uma sessão psicanalítica de grupo. A única diferença era que todos ali tinham um problema comum - o alcoolismo -, e não havia um psicoterapeuta. Era o grupo que cuidava do grupo.

Depois eu soube que esse grupo se reunia sempre que quisesse. A sala estava permanentemente aberta e à disposição dos interessados. Lá, gente de fora poderia entrar e sair.

Se um membro dos Alcoólicos Anônimos quiser frequentar reuniões dos grupos todos os dias, o dia inteiro, pode. Afinal, esse amparo emocional, em momentos críticos, pode ser decisivo para muitas recaídas. Mas, se o membro aparecer uma vez por ano, também tudo bem.

É claro que existem reuniões a portas fechadas, a que comparecem os membros cuja notoriedade exige que tenham um anonimato mais rigoroso. Nas reuniões fechadas, discutem-se também problemas mais íntimos de cada um, o que requer maiores salvaguardas e sigilo.

Nos Alcoólicos Anônimos também existe uma figura chamada Padrinho (ou Madrinha). O Padrinho é um membro dos Alcoólicos Anônimos já experiente na capacidade de evitar a bebida. É uma espécie de irmão mais velho, de amigo qualificado, e se compromete com o novato a estar à sua disposição. Pode ser acordado até de madrugada. Aliás, por experiência própria, o Padrinho sabe que é exatamente nessas horas da noite que as tentações etílicas se exacerbam. Não é sem razão que são chamadas de "hora do lobo". Esse Padrinho funciona como uma espécie de amigo e confidente das horas difíceis, o que, todos sabemos, é importantíssimo para todo mundo - alcoólatra ou não. Cada membro dos Alcoólicos Anônimos tem a mais absoluta liberdade de escolher o seu Padrinho. Pode, inclusive, mudar de Padrinho quando quiser, sem dar explicações a ninguém.

A VISÃO PRECONCEITUOSA DAS PESSOAS CONTRA OS ALCOÓLICOS ANÔNIMOS

Noto que as pessoas, de um modo geral, já ouviram falar dos Alcoólicos Anônimos mas não sabem exatamente de que se trata. Muitas vezes têm uma visão negativa e preconceituosa, considerando-os, sei lá, uma sociedade secreta de moralistas místicos, uma espécie de seita religiosa contra tudo que for prazer na vida, enfim algo meio para o repressivo, o deprimente e o lúgubre. Confesso que eu próprio tinha uma visão desse tipo. O tal do "não vi nem gostei".

As classes mais intelectualizadas, essas então, nutrem um franco preconceito. Consideram os Alcoólicos Anônimos de baixo nível, talvez dirigidos por militares místicos, aposentados, de extrema direita, cheios de crenças obscurantistas, que acham uma imoralidade até a missa não ser mais rezada em latim. Ou então os Alcoólicos Anônimos seriam uma sociedade secreta que se reúne em sombrios subsolos onde seus membros entoam canções de gosto duvidoso e estão sempre dispostos a enxergar Satanás ou pecado em tudo que for alegria, prazer ou festa. Uma espécie de Ku-Klux-Klan anti-alcoólica. Numa visão menos fantástica, os Alcoólicos Anônimos não passariam de uma deprimente instituição de caridade, onde mendigos de pés inchados seriam obrigados a recitar chavões religiosos em troca de um prato de sopa.

O ANONIMATO DOS GRUPOS ANÔNIMOS GERA PRECONCEITOS

Muita gente se arrepia só de escutar essa palavra: anônimos. E o pior é que ela é a única palavra presente no nome de todos esses tipos de grupos. Não tenho dúvidas ser esta uma das maiores fontes de preconceitos contra grupos ... Anônimos.

As razões são fáceis de entender.

Logo de saída, anonimato evoca fracasso, o avesso do sucesso e da fama. Não foi à toa que algum piadista logo tratou de dizer que "é melhor ser bêbado célebre do que um alcoólico anônimo". Celebridade é luz, brilho; anonimato é obscuridade, inexistência, é ser aquele por quem ninguém se interessa.

Daí a habitual associação desses grupos anônimos com sociedades secretas, com seitas de encapuzados. Seus membros seriam "cruzados" de uma Guerra

Santa contra tudo quanto for luz, sucesso e fama, ou cultores masoquistas de uma humildade despropositada.

A partir dessa idéia, batalhões de moças e rapazes que frequentam os grandes shows de rock e brigadas de profissionais liberais e de lideranças artísticas e intelectuais ditas modernas se insurgem; enfim, as chamadas vanguardas culturais destilam prevenções e preconceitos por todas as ventas.

"Alguma coisa contra o álcool - símbolo da festa, contra a cocaína - dos prazeres com gosto (ou será cheiro?) de pecado, contra a maconha - da música cristalina e do sexo longo e desapressado; e ainda por cima, alguma coisa sombria, escondida e obscura, é demais! Prefiro morrer bêbado e drogado".

Não bastasse isso, o anonimato desperta ainda a sensação de doença, de alguém portador de algo vergonhoso. "Vergonhoso para quem?", pergunta o roqueiro da motocicleta nas ruas de Recife ou Salvador, a moça do cursinho de vestibular da grande São Paulo, o bancário que frequenta a noite em Belo Horizonte ou Curitiba, o universitário da Baixada Fluminense para quem está do lado do gozo, do prazer, da festa, ou para quem está do lado da moderação, da sensatez e da prudência? O que será ser jovem, liberado, de vanguarda?"

Essas questões são um verdadeiro paiol de dinamite. Fazem explodir toda sorte de prevenções. Estou convencido de que nelas se situa a principal causa dos preconceitos contra os grupos anônimos. Vamos ter que esclarecer os fatos.

OS GRUPOS ANÔNIMOS NÃO SÃO CONTRA OS PRAZERES DA VIDA

Em primeiro lugar, nenhum grupo anônimo é contra o álcool. Nem os Alcoólicos Anônimos. Pelo contrário. Os Alcoólicos Anônimos, como já foi dito, podem perfeitamente ter bebidas em casa e servi-las à própria família. Os Alcoólicos Anônimos reconhecem o álcool como uma boa coisa da vida. Para a maioria das pessoas. Apenas não foi bom para eles. O problema de um Alcoólico Anônimo não é com o álcool, é com o alcoolismo. Na realidade não é nem com o alcoolismo. É com o alcoolismo daqueles que o procuram. Tanto que possuem um lema: "Se você quer beber, o problema é seu. Se você quer parar de beber, o problema é nosso".

Com relação aos outros prazeres da vida, os Alcoólicos Anônimos não se pronunciam. Nem mesmo quando esses prazeres aparecem sob a forma de compulsões. Os Alcoólicos Anônimos podem fumar nas reuniões e não serão advertidos por isso. Se quiserem parar de fumar, os Alcoólicos Anônimos não farão nada: que procurem os Fumantes Compulsivos Anônimos!

Os Narcóticos Anônimos, igualmente, não são nem contra nem a favor das drogas. Por razões de princípio, não se envolvem em assuntos controversos, em polêmicas culturais. Limitam-se a tentar ajudar aqueles que acharam que as drogas lhes foram prejudiciais. Só isso. Àqueles que acharem que as drogas são boas, os Narcóticos Anônimos nada têm a fazer... Que sejam felizes! Se puderem.

O único problema dos prazeres quimicamente produzidos é que eles geram uma irresistível dependência em seus usuários, tomando o lugar de todos os outros prazeres. E querem doses químicas crescentes para se manterem, num circuito que inescapavelmente afeta os níveis de prazer. Para baixo. Para muito baixo. Os grupos anônimos, porque sabem disso, tentam quebrar o circuito, este sim, contra o prazer. Trata-se de preservar e não de atacar o prazer. De preservar e não de atacar a felicidade e a festa.

AS VERDADEIRAS RAZÕES DO ANONIMATO

Os grupos Anônimos - que se diga em alto e bom som - não são contra o fato de alguém ser celebridade. Muita gente famosa - atores, cantores, políticos, empresários, astros e estrelas de televisão - já fez ou ainda faz parte desses grupos. Muitos deles, aliás, só não caíram no anonimato, arruinados pelo alcoolismo ou pelas drogas, por causa dessa participação...

O que não é possível é tornar-se célebre às custas dos grupos anônimos. Como cidadão, cada um é livre para fazer o que quiser ou o que puder. Como membro de um grupo anônimo, está sujeito a restrições. Estas, contudo, limitam-se aos meios de comunicação, onde nenhum membro deve mostrar seu rosto ou falar em nome da organização, cuja identidade paira além das personalidades de seus membros e não se confunde com elas. Ninguém deve mostrar o rosto, porque um grupo anônimo não tem um rosto; tem todos os rostos. Ninguém

deve falar em nome de um grupo anônimo, porque ele não tem uma fala; está aberto para todas as falas.

Fora dos meios de comunicação ninguém é obrigado a preservar o seu anonimato enquanto membro de um grupo anônimo. Fora do espaço público, no espaço privado, qualquer um pode revelar sua condição a quem quiser, se este for o seu desejo. O que não deve é sair dizendo por aí o nome das outras pessoas que fazem parte de seu grupo. Simples questão de ética: afinal os outros membros têm direito ao sigilo e à privacidade.

Esse direito ao sigilo e à privacidade é tão importante para o funcionamento dos grupos anônimos que jamais será solicitado a ninguém um documento, folha corrida, certificado de bons antecedentes ou comprovação de nada. Mais: ninguém é obrigado sequer a usar seu verdadeiro nome, nem relatar qualquer fato que seja revelador de identidade. Pelo contrário, quando um membro se levanta para dar um depoimento, não deve dizer seu sobrenome e pode usar o nome que quiser. Até o verdadeiro.

É que um grupo anônimo não está interessado em olhar pelo buraco da fechadura a vida íntima de ninguém, nem em obrigar seus membros a nenhum strip-tease psicológico. Só tem como propósito enfrentar a compulsão e a dependência química a que seus membros se vêem presos.

Um grupo anônimo não é anônimo para ser algo fechado ou escuro, mas para ser completamente aberto. Lá, entra quem quer, fica quem quer. Se alguém não gostar e quiser ir embora, não lhe será cobrado aviso-prévio ou satisfação. E pode voltar, sem explicações.

Por outro lado, se um membro de um grupo anônimo transgredir todas essas recomendações, nada será feito contra ele! Não existem punições! Nada é imposto. Não é obrigado. Tudo é, no máximo, sugerido.

GRUPOS ANÔNIMOS NÃO ENTRAM EM CONTROVÉRSIAS

Um grupo anônimo não opina sobre qualquer questão senão estritamente sobre o problema que é seu propósito resolver. Não é a favor ou contra o aborto, a eutanásia, a emancipação da mulher, o homossexualismo, a propaganda do álcool ou do cigarro, a abertura dos cassinos. Não se pronuncia a favor ou

contra a caça às baleias, não se manifesta sobre a legalização de drogas. Nem mesmo os Narcóticos Anônimos se envolvem nessa discussão. Seu problema não é com as drogas. É com os drogados. Aliás, nem isso. Seu problema é com os drogados que livremente os procurem para livrar-se das drogas.

Mesmo ao tratar do problema específico para o qual se constituiu, um grupo anônimo o faz com a maior discrição, sem se proclamar melhor do que ninguém. Apresenta suas idéias e seus métodos sem criticar outras idéias ou outros métodos, sem entrar em disputa com a medicina, a psicanálise, a religião, ou métodos orientais. Limita-se a aplicar os seus. Sem estardalhaços.

A especificidade dos grupos é tamanha que, por exemplo, num grupo de Alcoólicos Anônimos, não se discute cigarro, comilança, jogatina, compulsão sexual ou o que quer que seja. Só se discute alcoolismo. Como os Alcoólicos Anônimos descobriram que não se controla alcoolismo caso haja consumo de outras drogas, mesmo quando se parou de beber, só por isso também as outras drogas são discutidas, recomendando-se abstinência de qualquer substância que possa afetar a mente. É evidente que, no caso da dependência alcoólica somado a outras drogas - dependências cruzadas -, será obrigatório discutí-las.

Decididamente um grupo anônimo também não é um partido político. Aliás, é o seu avesso, o que não significa ser a favor ou contra qualquer partido. Inclusive, seus membros - na condição de cidadãos - podem participar do partido que quiserem, sem prestar contas sobre suas escolhas. Por que não é partido político? Porque partido político, por definição, é uma agremiação que defende a supremacia de uma idéia sobre as outras, a supremacia de uma parte sobre as outras. Justamente por defender uma parte, chama-se partido.

NOS GRUPOS ANÔNIMOS NINGUÉM SE METE NA VIDA DE NINGUÉM

Se os grupos anônimos não são lugar para discussões políticas, teológicas ou filosóficas, ainda menos o são para discussões morais. Lá, ninguém está autorizado a julgar ninguém.

Até porque, num grupo anônimo, não existem dirigentes e dirigidos, não existem superiores hierárquicos. Todos detêm exatamente a mesma carga de poder

institucional. A ninguém é conferida a autoridade de impor valores a quem quer que seja.

Como as regras de funcionamento sugerem que não se deve entrar em polêmicas ou assuntos controversos, o que se aplica fora, aplica-se igualmente dentro, ou seja, nas reuniões entre os próprios membros. Por isso, faz parte das tradições ninguém se meter na vida de ninguém. Estilo de vida, preferência amorosa ou sexual, gostos e manias não são assuntos para os grupos anônimos.

Em síntese: os grupos anônimos não são igrejas, reformatórios ou delegacia de costumes. Seu problema não é a religião ou a moral. é a sobriedade. Em todos os sentidos. O único e genuíno avesso da compulsão.

OS GRUPOS ANÔNIMOS NÃO SÃO CONSERVADORES OU LIBERAIS

Descrevi alguns dos princípios internacionais que constituem os grupos anônimos. São suas regras de funcionamento. Uma espécie de Carta Constitucional. Só que sem valor de regulamento ou lei. Representam apenas um conjunto de sugestões e recomendações a todos os grupos. Assim, nenhum pode ser suspenso, multado, advertido ou excluído.

Como é natural, por mais claras que sejam essas sugestões, chamadas tradições, há sempre uma inevitável infiltração cultural do contexto no grupo. Um grupo de Nova Iorque ou de Amsterdã não pode ser igual a um grupo do interior da Bolívia ou de Minas Gerais. Tal como na psicanálise, por mais abstinente e sóbrio que um grupo anônimo deva ser quanto a valores e ideais, sempre alguns se infiltram. Assim, um grupo na Índia terá maior inspiração budista do que um grupo na França, da mesma maneira que um psicanalista indiano não enxergará seu paciente como um psicanalista francês.

os grupos anônimos não são retrógrados ou avançados. Espelham os valores médios de seus participantes, que, por sua vez, refletem a cultura do lugar.

É bom esclarecer bem esses pontos já que muitos jovens não procuram um grupo anônimo por temer um pito ou lição de moral. Pode ser até que recebam. Não é comum, mas não é impossível. Pode sempre existir alguém que não

tenha assimilado o espírito das tradições que inspiram o funcionamento de tais grupos.

De qualquer maneira, quem ouvir o sermão não estará só. Terá ao seu lado e a seu favor as tradições dos grupos anônimos.

Assim, caso existam restos de fúria moralista num grupo, nele a fúria estará mais dissolvida do que fora dele.

Nesse sentido, os grupos anônimos são menos repressivos do que a sociedade. Lá não existem donos da verdade, porque, para esses grupos, não há nenhuma verdade, todas coexistem.

NOS GRUPOS ANÔNIMOS TUDO É VOLUNTÁRIO E DE GRAÇA

O fato de não existirem obrigações, regulamentos ou punições torna tais grupos sociedades sui generis. Comparece às reuniões quem quer, e ninguém será nem ao menos exortado a abandonar sua compulsão, ou criticada, caso não consiga abandoná-la.

Confesso que jamais vi tamanho grau de liberdade.

Para conservarem sua absoluta autonomia, os grupos anônimos não recebem dinheiro de ninguém, exceto de seus membros. Quem quiser e puder) fará contribuições financeiras, que também serão anônimas. Por que? Para evitar honrarias àqueles que dão mais e constrangimento àqueles que dão menos.

Contudo, nada de fartura de dinheiro. Um grupo anônimo não existe para realizar aplicações financeiras ou enriquecer ninguém. Nem para oferecer qualquer serviço direto a seus membros. O grupo não empresta dinheiro, não presta nenhum tipo de favor. Nem mesmo tratamento médico será oferecido.

A razão dessa austeridade é simples: é que, no fim das contas, "generosidades" acabam gerando mais problemas do que benefícios. Excitaria a voracidade de alguns, e em pouco tempo apareceriam espertalhões para auferir vantagem ou lucrar com o dinheiro. Surgiriam até pessoas fingindo ser alcoólatras ou toxicômanas só para tirar algum proveito.

Grupos Anônimos não foram feitos para incitar excessos, mas para estabelecer sua pacificação. Assim, quanto mais "sóbrio", melhor. Para fazer face à voracidade, há que cultivar a sobriedade.

CAPÍTULO VI

SER ABSTÊMIO É POUCO.

Os Alcoólicos Anônimos (A.A.) e os Narcóticos Anônimos (N>A>) vêem uma profunda diferença entre uma pessoa que simplesmente deixou de beber ou de usar drogas e uma outra que tenha ido mais fundo e conquistado um grau superior de moderação. Uma coisa é simplesmente se abster, outra é alcançar a sobriedade. Ser abstêmio é uma coisa. Ser sóbrio, outra.

O abstêmio é aquele que atingiu um nível inferior de convivência com sua compulsão. Ele conseguiu parar com o álcool ou as drogas, é verdade, mas não pacificou suas emoções.

Aqui cabe um esclarecimento sobre as compulsões ao álcool e às drogas, do ponto-de-vista dos grupos anônimos.

De acordo com eles, as causas dessas compulsões seriam desconhecidas. É como se existisse em certas pessoas uma voracidade específica ou, como já se disse aqui, um tubarão alcoólico ou drogado navegando em seus mares interiores. A simples presença do álcool ou das drogas o deixaria enlouquecido de desejo e, então, não haveria força de vontade humana capaz de contê-lo. Para conviver com ele, é decisivo não incitá-lo. Com o passar do tempo ele se aquieta, permanece adormecido e nem faz notar sua existência.

O abstêmio chegou até aí.

Contudo ele não trabalhou sua personalidade ou suas emoções. Isso não quer dizer que fatores psicológicos possam gerar alcoolismo ou toxicomania. Já vimos que não. Essas compulsões são causadas por fatores desconhecidos e não por esse ou aquele tipo de personalidade ou emoção.

Entretanto, todos nós sabemos que certas emoções, certos modos de reação aos acontecimentos fazem determinadas personalidades ficarem completamente fora de si. Por exemplo, as emoções agressivas, as reações coléricas embriagam mais que o álcool, excitam mais que as drogas. Ou as oscilações descontroladas do humor, ora para cima, ora para baixo. Elas sacodem a pessoa por tudo quanto é lado. Num momento ela se sente eufórica, noutro, um

trapo. Num dia a vida é bela e tudo vai dar certo; noutra a vida não vale a pena ser vivida. Pequenos motivos geram enormes reações. Tudo exagerado, desmedido, desenfreado.

Imaginem um abstêmio, naquele delicado equilíbrio, naquele fio de navalha que o separa de um recaída, em estados de tamanha turbulência!

Claro, se ele não fosse tomado pela compulsão química, essa turbulência não geraria senão mais turbulência. Ele apenas iria se atolando na neurose, não no álcool ou nas drogas. Todavia, se ele tem a compulsão, essa turbulência lhe poderá ser fatal.

É como se o seu tubarão, ao invés de incitado por "sangue" alcoolizado ou encharcado de drogas, fosse chocoalhado por águas abruptas e revoltas. Ele, que estava adormecido, provavelmente despertará. E tome recaída.

Emoções e personalidades turbulentas não causam dependência química. Mas favorecem recaídas.

Por isso há necessidade de ultrapassar a simples abstinência e atingir graus mais elevados de sobriedade. Tubarões não incitados, em águas serenas ou de movimentos harmônicos, aquietam-se mais permanentemente...

O CONCEITO DE SOBRIIDADE.

Um abstêmio às vezes passa anos sem beber ou consumir drogas. Mas acaba recaído. Nos grupos anônimos seu comportamento frequentemente beira o fanatismo. Parece até que trocou sua compulsão. Investe agora contra o alcoolismo ou as toxicomanias com a mesma voracidade que investia sobre a bebida ou as drogas. Tornou-se uma espécie de alcoólatra ou drogado de cabeça para baixo. Não é sóbrio sequer na sua maneira de enfrentar suas compulsões.

A sobriedade representa um grau mais profundo de pacificação mais profunda das emoções. Significa a assimilação mais radical da moderação. É uma superação dos apetites pantagruélicos e das fissuras. Requer, portanto, um trabalho mais abrangente do que aquele dirigido para a simples interrupção do consumo das drogas e do álcool. A pessoa como um todo terá de realizar uma ampla reformulação de seu jeito de ser e reagir.

A grande meta dos grupos anônimos é alcançar a sobriedade. Em todos os sentidos do termo. É preciso superar estados de fissuras para atingir os estados psíquicos alinhavados pelos fios da moderação.

Para alcançá-los, os grupos anônimos recomendam a seus membros os Doze Passos, que representam um programa, um caminho para chegar à sobriedade. Ninguém, contudo, é obrigado a segui-los. Não são mandamentos, são sugestões.

SOBRIEDADE NÃO É ANTÔNIMO DE FOLIA E FESTA

Esse conceito de sobriedade pode dar margem a interpretações equivocadas. Não se trata de amainar sentimentos, mediocrizar idéias, moderar audácias ou amornar impulsos e reações. Sobriedade não é manter-se de corda frouxa. É, sim, esticá-la até seus limites, sem exaurir, contudo, sua resistência e levá-la a pontos de ruptura. Sobriedade é avaliar, com precisão, o fino jogo dos limites.

Esses limites variam de pessoa para pessoa e, dentro da mesma pessoa, de momento para momento. Não há aqui receitas infalíveis ou regras gerais. Cada qual terá de desenvolver seu autoconhecimento para, através de uma sensibilidade trabalhada, poder reconhecer a cada momento onde se encontra o seu limite.

Os grupos anônimos não pretendem retirar da vida seus acordes mais vibrantes. Sobriedade nada tem a ver com perda do vigor do desejo. Ela não exclui todo tipo de intensidade. Não exclui sequer excessos, desde que estes não façam explodir estruturas ou limites.

Os grupos anônimos não pretendem tornar ninguém um santo. Pretendem apenas tornar possível a convivência com o "diabo" sem que se seja possuído por ele.

CAPÍTULO VII

OS DOZE PASSOS.

A experiência de mais de 50 anos recuperando milhões de pessoas mundo afora trouxe aos grupos anônimos a convicção de que só controla uma grande compulsão aquele que se reformular por inteiro.

Uma grande compulsão é tão perigosa que não basta tornar-se uma pessoa normal para não ser tragado por ela. É necessário desenvolver potencialidade, superar primitividades, elevar o nível psíquico até graus de excelência.

Os Doze Passos são um guia, uma maneira didática de se alcançar um aperfeiçoamento. Não se trata de cumpri-los integralmente ou de se tornar perfeito para outro. Trata-se de cultivar níveis psíquicos superiores: pensar grande, nutrir sentimentos belos, esforçar-se por abandonar os patamares da mesquinharia. Afinal, quem não cultiva ideais mais nobres e elevados condena-se a viver ao rés do chão.

Atenção: os Doze Passos não visam a alterar os gostos e preferências de ninguém. Que cada um continue gostando ou preferindo o que quiser. que cada qual siga o seu rumo, na direção das coisas que o façam feliz. Sejam elas quais forem. Os Doze Passos visam tão-somente conter a dependência química e harmonizar melhor a pessoa com ela mesma, fazê-la conhecer-se mais profundamente e ter assim mais sabedoria para lidar consigo própria e com os outros. Não é objetivo dos Doze Passos - definitivamente não é - enquadrar pessoas em nenhum modelo de "bom comportamento". Não se trata de adaptar. Trata-se de sensibilizar a inteligência, a sabedoria e a intuição. Para seguir o caminho que mais aprouver. Cada cabeça, uma sentença.

O PRIMEIRO PASSO PARA DEIXAR DE SER UM BÊBADO OU DROGADO.

Paradoxalmente, só há esperança de controlar uma grande compulsão quando se admite a derrota completa frente a ela. Tudo já foi feito, já foi tentado, e o resultado foi: nenhum. Ela sempre reaparece e com força redobrada.

Antes de chegar a esse ponto, nada adianta, porque a pessoa não procurará ajuda. Afinal de contas, é duro para qualquer um reconhecer que perdeu o domínio sobre uma área tão importante da vida, capaz de gerar devastadoras

consequências. Além de angustiante, é humilhante num primeiro momento. Traz um amargo gosto de derrota.

O pior é que, se o alcoólatra ou o drogado se sente um fraco ou fracassado, as pessoas com quem convive geralmente pensam o mesmo dele. Assim, aquele que é acometido por alguma "doença" compulsiva não tem com quem conversar. Não tem amigos, não tem família. Não tem sequer médicos, psicólogos, psiquiatras ou psicanalistas, porque a maioria destes comunga com alguma visão preconceituosa sobre o alcoolismo ou as drogas.

Uma coisa é certa: se sermão, pito ou bom conselho adiantassem não existiria um bêbado ou drogado no mundo. Nem gordos, fumantes, jogadores compulsivos. Nem tantas coisas mais.

Cercado da incompreensão de todos - inclusive da sua própria - o dependente tende a se recolher, a ter uma vida interior secreta. Ou a cercar-se de outros dependentes. Pelo menos entre eles não será desrespeitado ou censurado. Contudo, só receberá auxílio para negar o óbvio: que é um dependente e precisa de ajuda. Os alcoólatras ou toxicômanos, quando estão na "ativa" e se reúnem fazem-no apenas para alimentar a compulsão e reforçar a negação de que ela existe. Daí a importância dos grupos anônimos, nos quais o dependente é acolhido com respeito e fraternidade. E por gente que entende do assunto: outros dependentes que conseguiram controlar sua dependência. Ninguém melhor do que um dependente em recuperação para conhecer as manhas e artimanhas dos outros dependentes e tratá-las com competência e genuína simpatia.

Tudo bem, o alcoólatra ou drogado venceu a primeira resistência e "jogou a toalha": reconheceu sua própria realidade compulsiva. aí ingressa num grupo anônimo. Quando lhe é dito que não é um fraco, fica satisfeito. Mas quando lhe dizem que o alcoolismo ou as toxicomanias são uma doença, ele reage. Claro, quem gosta de ser portador de uma doença? Ainda mais uma doença incurável. Nesse momento, aparece a sua segunda resistência, que é reforçada pelo fato de não existir nenhum exame laboratorial capaz de comprovar a existência de qualquer transtorno orgânico como causa de compulsões. Ora, se não há órgão

lesado, se não há metabolismo alterado, se a química dos tecidos e do sangue é igual à de todo mundo, por que então o alcoólatra ou o drogado deve admitir que está doente?

Entretanto, para alguns alcoólatras e drogados a informação de são portadores de uma doença provoca uma reação favorável de alívio. Pelo menos não são uns fracos de caráter e os acontecimentos de sua vida pregressa não são de sua inteira responsabilidade. Afinal muito o que fizeram foi por doença, e uma doença que vai depender do dependente ativá-la ou não. Basta evitar a primeira dose que a doença não se ativará, permanecendo aquietada, passiva e inofensiva. Uma doença que era tão ativa torna-se uma doença passiva, dócil. Que alívio!

Cabem aqui alguns esclarecimentos. Bill e Bob, os fundadores de Alcoólicos Anônimos e, por extensão, os inspiradores de todos os grupos anônimo, já o dissemos, não eram cientistas nem estavam interessados na elaboração de conceitos sofisticados. Eram homens práticos, interessados num método prático e não em filigranas.

O alcoolismo não é algo que atinge as pessoas nas pessoas, a despeito de sua vontade, e que lhes faz mal física e psiquicamente, podendo levar até a morte? Então, alcoolismo nesse sentido, é uma doença. Ele pode ser curado, extirpado, no sentido de um alcoólatra poder vir a beber moderadamente? Não. Logo, é uma doença incurável. Só isso.

Agora, o fato do alcoolismo (ou as toxicomanias) ser uma doença não quer dizer que o alcoólatra (ou o toxicômano) seja "um doente". Não, enquanto pessoa ele é como outra qualquer. É, isto sim, portador de uma doença: o alcoolismo (ou toxicomania).

O Primeiro Passo é o passo da humildade. É reconhecer que perdeu o controle sobre o álcool. Pior: é reconhecer que perdeu o controle sobre sua vida.

O SEGUNDO PASSO PARA CONTROLAR UMA GRANDE COMPULSÃO.

É engraçado, mas admitir tratamentos físicos, hospitalares, até cirúrgicos, muitas vezes é mais fácil do que confiar numa pessoa ou num grupo de pessoas para fazer tratamento que envolvem entrega pessoa. É que a mentalidade

contemporânea já está acostumada a render-se à ciência, desde que esta se apresente com seus "sacerdotes" devidamente vestidos de branco, com aparelhos, seringas e medicações. Já entregar-se a gente sem rituais técnicos é esquisito. Dá uma desagradável sensação de fracasso: "Se gente pode resolver meu problema, por que eu mesmo, sozinho, não posso fazê-lo?" Essa é uma fonte de resistências.

A psicanálise já sofreu muito com isso. Os chamados neuróticos preferiam pílulas, internações, exames, injeções vitamínicas na veia a comente "conversar". E muitos ainda se arrepentam na vida por causa desse preconceito. Se auto-análise fosse possível, não haveria neurótico no mundo. Todos já teriam se "curado", ajudando a si mesmos. Aliás, a psicanálise enquanto "tratamento" só existe dada a impossibilidade dessa auto-superação solitária. Mas apesar de tudo e com o passar do tempo a psicanálise foi superando essa resistência. Foi adquirindo estatuto de ciência e até desenvolvendo rituais técnicos como o uso do divã e o hábito dos analistas ortodoxos de sequer cumprimentarem seus pacientes no elevador e outras crendices mais. Hoje, tornou-se até elegante fazer psicanálise. De um sinal de fraqueza, ela tornou-se símbolo de refinamento e sofisticação.

Os grupos anônimos ainda não tiveram igual sorte. Sendo gratuitos e abertos a todo tipo de pessoa, têm mais cheiro de povo, e o elitismo detesta isso. Além do que o anonimato de seus militantes não possibilita que eles se tornem famosos e sejam reconhecidos como sumidades. Sua origem norte-americana colabora ainda mais para a sua falta de prestígio face aos gostos elitistas. enquanto a psicanálise pode apresentar Freud, de Viena; Lacan, de Paris; Jung, de Zurique; Melanie Klein, de Londres, os grupos anônimos só têm Bills e Bobs, de Ohio.

As pessoas de classe social mais alta tendem a desprezar reuniões em que se mesclam pessoas de diversas camadas sociais: "Imagine se eu vou me misturar com essa gatinha!" As pessoas de classe social mais baixa, por sua vez, não gostam desses lugares por razões inversas: "imagine eu ter de falar em público, com um português errado, na frente de doutor!" Essa é outra fonte de resistências.

Uma vez admitida a impotência diante da compulsão e reconhecida a força desta, que é superior a qualquer força individual, só resta procurar pessoas cujos métodos lhes tenham conferido força para enfrentar compulsões. só um "força superior" contra as compulsões pode enfrentar a "força superior" das compulsões.

Reconhecer nos grupos anônimos essa "força superior" é o Segundo Passo.

O TERCEIRO PASSO PARA SE LIVRAR DA DEPENDÊNCIA.

Reconhecida essa "força superior" capaz de enfrentar a força da dependência, cabe agora entregar-se de corpo e alma, o que não significa entregar-se como um anjinho crédulo, pois ninguém pode pedir a ninguém que abra mão de seu senso crítico e se deixe possuir por uma credence sem fundamentos.

O que um grupo anônimo pede (aliás, nem pede, sugere) é que se abra mão dos preconceitos e certezas em nome de um mínimo de boa vontade. Não se pede confiança cega, mas sugere-se que seja evitada a desconfiança paranóica. Enfim, que se esteja de coração e mente abertos para sentir aquilo que de fato estiver acontecendo. Uma sincera disposição interior de se deixar tocar.

É óbvio que uma pessoa que vai uma vez a uma reunião e não volta mais não está, com sinceridade, indo. Está fingindo que vai.

Eu não sei o nome que os grupos anônimos dão a essa atitude de sair das coisas antes mesmo de haver entrado. Eu sei o nome que a psicanálise dá: resistência. E da braba, das mais primárias.

Com essa atitude interior, é melhor não ir. Até porque ir será mais um alibi, mais uma mentira que se conta a si mesmo: "Não, eu fui, eu tentei, fiz o que pude, mas não de certo". Foi mesmo? Tentou mesmo? Fez o que pôde mesmo?

Não que eu seja contra uma pessoa ir a um lugar, verificar que não tem nada a ver e não voltar mais. Mas sejamos claros: psicanálise é coisa séria, que acumulou uma experiência de décadas; os grupos anônimos também. É presunção demais um leigo no assunto chegar, dar uma olhada e, simplesmente, sair. Com que autoridade? Com apoio em que critérios?

Pensando bem, vou rever o que acabei de dizer. Mesmo com uma atitude interior de absoluta resistência, é melhor ir a uma reunião dos Grupos de Mútua Ajuda. Quem sabe não ficará alguma semente?

O QUARTO PASSO É SE OLHAR NO ESPELHO.

Os três primeiros passos são os necessários para se reconhecer carente de ajuda, para procurar a ajuda e levar fé na ajuda que se está recebendo. São os Passos iniciais, os passos dos iniciantes. Se bem que muitos iniciados tenham que retornar a eles. Muita gente sóbria já recaiu só porque se esqueceu desses "inícios".

O Quarto Passo é o primeiro que coloca a pessoa em contato com ela mesma.

Os grupos anônimos recomendam que seus membros sentem-se diante de um papel e comecem a fazer uma espécie de inventário de suas qualidades e defeitos.

Ora, se dirá: "Já começou o moralismo, que pensa certas coisas como qualidades e outras como defeitos: qualidades e defeitos para quem? O que é qualidade para mim é defeito para os outros. Não tem essa de qualidades e defeitos! aliás, não foi dito que os grupos anônimos não se metem na vida de ninguém, nem têm idéias pré-concebidas sobre nenhum assunto controverso? E existirá assunto mais controverso do que definir qualidades e defeitos?"

Sem dúvida, são boas questões.

Não são, porém, os grupos anônimos que definirão o que sejam qualidades e defeitos e sim a própria pessoa. A proposta é simples: que ela, talvez pela primeira vez na vida, olhe de frente para si mesma para pensar sobre quem é. Não com um olhar narcisista e complacente que vê tudo que é seu como máximo. Nem com um olhar policialesco que condena tudo. E sim com um olhar sóbrio ou, pelo menos, que se esforce para ser sóbrio. Afinal, não é para mostrar a ninguém, para ser avaliado ou julgado por ninguém. Depois de escrito, o papel pode perfeitamente ser rasgado e jogado fora.

A escrita é recomendada porque possui características diferentes da palavra falada. Em primeiro lugar, ela não tem testemunhas que possam inibir ou mudar o rumo da conversa. Em segundo, traz um tipo de concentração que somente

ela é capaz de proporcionar. Ao tentar se colocar no papel, a pessoa concentra-se em si própria como jamais o fez. E com um grau de organização inédito. Idéias que nunca teve aparecem aos borbotões. Alcança níveis superiores de raciocínio. Não é em vão que as obras supremas do ser humano foram escritas sobre um papel. Em terceiro lugar, porque o que foi escrito a pessoa pode, tempos depois, reler, e isso pode despertar novas idéias.

Alguns membros de grupos anônimos descrevem quase como um milagre essa experiência de ampliação do fluxo das idéias sobre si mesmos. Não há milagre nenhum; tão-somente resultado do trabalho humano. Toda vez que alguém senta para escrever sobre um tema, sua cabeça se liga nesse tema, e fica 24 horas por dia com ele circulando; até nos sonhos ele comparece. Tudo que se olha, tudo que se lê, tudo que se conversa tem como referência secreta o tema. Nesse estado, naturalmente, a criatividade dispara e surgem idéias aos borbotões.

A psicanálise, num certo sentido, faz o mesmo com seu paciente. Só que por meio da fala. A sucessão de sessões em que ele deve falar de si concentra sua mente nele próprio, exponencia sua atenção sobre tudo que ocorre nela, sensibiliza o seu pensamento para que ele pense melhor sobre ela. Daí a amplificação do rendimento.

Nenhum milagre. Só trabalho.

Aliás, a chamada "psicanálise inaugural", aquela feita por Freud quando não existiam ainda psicanalistas, já que ele foi o primeiro, envolveu farto trabalho de escrita.

Freud - é óbvio - não tinha com quem trocar idéias dada a originalidade do saber que estava produzindo. Era um saber que simplesmente botava de cabeça de cabeça para baixo todos os saberes do homem sobre o homem. Inspirava, assim, as maiores resistências.

Não estou nem falando das idéias de Freud sobre a sexualidade, estou falando apenas das suas idéias sobre o inconsciente. As idéias sexuais não só mobilizam as resistências naturais a idéias novas como ainda despertaram resistências morais.

Freud estava com 40 anos e não tinha com quem conversar, com quem se abrir. Encontrou então um médico alemão chamado Wilhelm Fliess, que despertou nele aquela afinidade por ele desejada. Com Fliess, trocou volumosa correspondência, na qual relatava suas descobertas e sua auto-análise. Tudo, por escrito.

Além disso, escrevia livros nos quais expunha seus próprios sonhos e as associações e interpretações que fazia deles; além dos sonhos, pensava nos seus impulsos e sintomas. Verificou, então, que a partir de certo ponto seus livros não progrediam; sua mente ficava confusa e dando voltas em círculo. Foi nesse momento que Freud descobriu como era impossível a auto-análise: a própria mente ergue resistências contra ela.

O que fazia então para contornar essas resistências?

Deixava um pouco de lado a sua auto-análise e escrevia cartas para Fliess ou tentava entender os problemas de seus pacientes. As cartas aliviavam tensões em sua mente, que, dias depois, ficava mais clara. Entender seus pacientes auxiliava-o a entender a si próprio. Olhando para eles, podia depois voltar a olhar para si, aplicando as mesmas idéias que tivera com eles. Por esse caminho indireto, sua "auto-análise" progrediu.

Num certo sentido, Fliess operou como um "padrinho" dos grupos anônimos. Trocou com Freud energias psíquicas "positivas". O simples fato de Fliess ler as cartas já fertilizava Freud, desanuviava estranhas resistências.

A análise que Freud fazia de pacientes equivaleria ao auxílio que um membro do grupo presta a outros. Ao pensar no outro, ao tentar entendê-lo, se pensa e se entende melhor.

A escrita dos sonhos, sentimentos e sintomas que Freud realizava nos livros para produzir teorias equivaleria, nos grupos anônimos, à leitura da literatura sobre compulsões e a este Quarto Passo.

O QUINTO PASSO

Esse passo é o desdobramento natural do anterior: feito o inventário das qualidades e defeitos, identificados os aliados e os adversários na batalha contra

a compulsão, resta agora ir além. Não apenas abrir-se para si mesmo, mas abrir-se para outro.

Evidentemente a escolha da pessoa aqui é decisiva. Não dá para procurar pessoas que pensam nas compulsões de formas preconceituosas. Daí, costumeiramente, um membro de um grupo procura um outro membro do grupo anônimo que lhe tenha inspirado confiança e sensação de afinidade.

Esse é um dos segredos da eficiência de tais grupos: é que eles fornecem, às pessoas que estão tomadas por compulsões, outras que também já estiveram e que conhecem a inacreditável força da compulsão. O confidente acaba falando de si mesmo e revela a quem está se abrindo que ele não é o único no mundo que sente a faz aquelas coisas secretas guardadas a sete chaves. Parte de seus problemas são problemas comuns a todos que padecem daquela compulsão. Nada mais do que reações humanas.

Essa sensação proporciona em enorme alívio, uma enorme diminuição do sentimento de culpa e da necessidade de se isolar. Se álcool para alcoólatra puxa álcool, se droga para toxicômano puxa droga, o compartilhamento, bem-sucedido para ambos, puxa mais compartilhamento.

Eu estaria desdizendo tudo o que disse até aqui se afirmasse que um alcoólatra bebe porque sente culpa, porque não tem com quem se abrir, porque está entalado, para se anestesiar e não se enxergar. Não, o alcoólatra não bebe por nenhum desses motivos. Bebe apenas porque está possuído pela compulsão de beber. E esta compulsão não pode ser explicada por nenhuma dessas razões. Esse é o motivo primário do alcoolismo. Sua causa.

Quando se afirma isso, contudo, não fica excluído que outros fatores possam exponenciar a vontade de beber para aquele que já está às voltas com ela. Não criam vontade de beber em quem não a possui. Mas sensibilizam-na em quem a possui. São causas secundárias do alcoolismo: por si mesmas não o gerariam, mas sua atuação favorece o reaquecimento da compulsão. Conter esses fatores não faz desaparecer a compulsão, mas pode auxiliar muito a mantê-la aquietada.

Essa mesma idéia sobre o alcoolismo se aplica ao tabagismo, à comilança, ao uso das drogas, à jogatina.

COMPARTILHAR É OXIGENAR AS EMOÇÕES.

Se me obrigassem a dizer numa frase o que é psicanálise e por que ela "cura", eu não hesitaria em dizer: "Psicanálise é o cultivo do compartilhamento e ela "cura" porque o ser humano precisa partilhar com alguém seu interior tanto como necessita respirar. Compartilhar segredos com alguém em quem a gente confia é o pulmão da alma".

Sem esse "desabotoar o peito" vão se acumulando "grilos" e emoções não resolvidas, e advirá o chamado "sufoco". Um dos maiores castigos que se pode inflingir a um ser humano consiste em encarcerá-lo numa cela solitária, pois a ausência de outra pessoa para conversar enlouquece qualquer um. A emoção humana simplesmente não pode viver sem a emoção humana.

As emoções não compartilhadas tendem a se eletrificar, a ampliar sua carga perniciosa. Os nervos ficam à flor da pele como fios desencapados. E essa eletricidade interior desperta uma vontade danada de descarga imediata. O que não causa, mas excita a compulsão. Compartilhar é como deseletificar emoções.

Quem já desabafou com um amigo sabe perfeitamente do que eu estou falando. Às vezes, ele só escutou, não disse uma só palavra, não fez nada e parece que ocorreu em verdadeiro milagre. O mesmo problema não parece mais o mesmo. Tudo agora parece leve, calmo, cheio de perspectivas. E nada de objetivo mudou...

COMPARTILHAR É ABSOLVER CULPAS.

O compartilhamento vai além: funciona como uma espécie de bênção, de sacramento, de absolvição. Parece até um óleo sagrado que nos legitima e nos absolve. Basta falarmos com alguém que respeitamos sobre nossos segredos que uma espécie de milagre se opera. Não foi por outro motivo que a Igreja Católica instituiu a confissão, que não passa de uma forma de compartilhamento ritualizada.

Aliviar o dependente de pesadas culpas é importante, pois há tentação de retorno à compulsão só para esquecer problemas e anestesiar remorsos; distrair-se da própria realidade de sua vida que, no fundo, tanto detesta. Afinal, quem gosta de desgoverno, descontrole, desregramento?

Compartilhar é espantar fantasmas. Isso porque a imaginação solitária imagina que as outras pessoas jamais perdoarão suas supostas falhas. Os outros vão se tornando perigosos perseguidores sem possibilidade de ternura ou compreensão. Se, depois de se comunicar com eles, esses maus pressentimentos não ocorrem, nem se confirmam, surge um imenso alívio.

DUAS CABEÇAS PENSAM MELHOR DO QUE UMA.

Efetuada a auto-análise do quarto Passo, nada mais prudente do que trocar idéias com uma pessoa amiga para checar e avaliar a própria análise. Uma pessoa de fora, não envolvida com nossos problemas, poderá enxergar aspectos que, sozinhos, jamais enxergaríamos, o que enriquece a percepção da realidade. Ainda mais se esta pessoa estiver qualificada para uma escuta enriquecedora e não-permeada de estereótipos, chavões e preconceitos.

Um psicanalista se analisa com outro psicanalista, estuda anos a fio para tornar-se esse interlocutor qualificado, esse ouvido competente.

Ora, um membro experiente de um grupo anônimo, à sua maneira, faz o mesmo. Compartilhou com outro membro experiente de um grupo anônimo, leu a literatura sobre compulsão, escutou muitos outros membros de seu grupo. Por tudo isso, qualificou-se como interlocutor. Desenvolveu serenidade. Desenvolveu sobriedade. E existe algo mais cobiçado num interlocutor do que serenidade e sobriedade?

CONVERSAR NÃO É BRIGAR.

As pessoas pensam que sabem falar e conversar. Não é verdade. Sabem falar sobre coisas exteriores, sobre assuntos irrelevantes, mas, quando vão falar de si, ou faltam as palavras ou rapidamente perdem a cabeça. As palavras deixam de ser instrumentos de comunicação e tornam-se farpas, instrumentos de agressão.

Falar é tão difícil que poucas pessoas sabem colocar em palavras precisas aquilo que sentem e que desejam. Não só para os outros, mas até para si mesmas.

Essa incapacidade de falar não só agrava frustrações, como amplia irritações com aqueles que não nos entendem. e como iriam entender se não houvesse comunicação passível de entendimento? Pior: a pessoa que não sabe se colocar em palavras vai se perdendo de si mesma, não sabendo mais o que é, o que quer e por que está insatisfeita. Perde o fio da meada e naufraga na confusão. Daí a ter a sensação de estar ficando louca, basta um passo. Tudo isso angustia, deprime, irrita, o que favorece o reaparecimento da compulsão.

O que faz um psicanalista? No fundo, escuta seu analisando e devolve suas palavras de forma mais precisa. Ou solicita ao paciente nova verbalização. em suma, ensina-o a falar. como, além disso, não se irrita com seu paciente e continua a conversar com ele, ensina-o não apenas a falar, mas também a conversar.

Por essas e outras, a psicanálise é chamada de talking cure (a crua pela fala). Um membro experiente de um grupo anônimo faz exatamente o equivalente com um membro recém-chegado. E, como ele já viveu aquelas situações mil vezes, parece até mago, tamanha sua capacidade de profecia e adivinhação.

O poder da palavra é imenso. Uma mesma coisa dita de outra maneira não é mais a mesma coisa. A palavra coloca tudo em foco, amplia a visão interior, a capacidade de se enxergar e enxergar o outro, além de ter o poder de expressar de forma bela e comovente. É o inverso do sufoco e da confusão. Os filmes de julgamentos são exemplares para ilustrar a potência da palavra. Quando o promotor, na acusação, descreve o réu, este nos parece um ser execrável, torpe, infame, que não merece sequer clemência, quanto mais absolvição. Se fôssemos do júri, certamente o condenaríamos. Quando, entretanto, o advogado de defesa começa a responder às acusações e a descrever os fatos com outras palavras, parece que aconteceu um milagre: somem os aspectos negativos imperdoáveis e ficam ressaltados os aspectos positivos.

O mesmo ocorre com os editoriais de jornal. No jornal que apoia o governo, os atos políticos são sempre descritos como corajosos, corretos, generosos. Já para o jornal de oposição, os mesmos atos revelam, no mínimo, incompetência, falta de espírito público. E todos provam por a+b que estão certos.

os grande líderes políticos servem-se de sua eloquência para hipnotizar as massas. Os grandes poetas fazem, pela força de seus versos, emergir beleza dos eventos mais triviais. Os grandes sedutores possuem "lábria" irresistível. Os grandes caluniadores têm língua ferina, veneno na boca.

Vivemos num mundo constituído pelas palavras. O discurso abolicionista tornou abominável a escravatura, enquanto o discurso racista sustenta no coração do branco sul-africano o apartheid. O discurso ecológico tem proporcionado uma nova visão sobre o meio ambiente, o qual vinha sendo assassinado pelo discurso do desenvolvimento de qualquer maneira, a qualquer preço.

É mera ilusão imaginar que enxergamos as coisas tais como são. O mundo dos artigos, dos discursos, dos textos, das opiniões, dos testemunhos, das teorias - ou seja, o mundo da palavra - determina muito mais nossa visão das coisas do que os nossos olhos. Enxergamos tanto pelos "ouvidos" quanto pelos olhos...

É importante que se saiba isso, pois aqueles que não estiverem conscientes desse mundo da palavra podem se tornar vítimas dele. Estarão expostos à saraivada de descrições negativas que eventualmente saiam dos lábios alheios e sem possibilidade de defesa. É que, na realidade, vivemos num tribunal, onde somos julgados o tempo todo.

E onde julgamos o tempo todo também. A todo instante - quer silenciosa, quer ruidosamente - estamos opinando sobre tudo e sobre todos. Às vezes a favor, outras contra; na dependência do humor do dia ou conforme o acúmulo de preconceitos sobre determinado assunto, preconceitos esses que têm uma história: não passam de opiniões ouvidas que se cristalizam dentro de quem as ouviu.

O julgamento não se limita aos outros, inclui a própria pessoa. e como! Dentro de cada um existe um tribunal interno em sessão permanente, com acusações, defesas e tudo o mais. Se não soubermos dominar o mundo das palavras,

corremos o risco de sentir pesadas culpas e pesados remorsos. os ataques internos podem levar-nos à ruína.

Dentro e fora da gente existem a editoria do jornal, o orador eloqüente, o poeta fascinante, o sedutor apaixonante, o caluniador a que ninguém resiste. Daí as oscilações do nosso humor. Para cima, quando prevalecem fatos que enaltecem, para baixo quando predominam fatos que rebaixam.

Por isso tem importância decisiva atingir maestria nesse mundo das falas.

O Quinto Passo é o convite à prática da fala. Só falando é que se aprende a falar. Só conversando aprende-se a conversar.

A FALA MUDA E A CONVERSA QUE NÃO SE ESCUTA.

é verdade que basta prestarmos atenção para verificarmos um fluxo de falas dentro de nós. São inaudíveis e silenciosas para fora, mas são audíveis e, às vezes, até ruidosas para dentro. Na realidade, mesmo quando estamos calados, nossa mente nunca pára de falar.

Essas falas permitem-nos entender alguns dos nossos sentimentos e humores. Nem todos, porém. Alguns sentimentos e humores ocorrem sem que tenhamos a menor idéia do que significam. O fluxo de idéias se estanca, e parece só haver emoção em estado puro. A fala interior não só não penetra nesses estados de pura emoção como também não emerge deles. A mente, que nunca cessa de falar, parece aí ter ficado muda e silenciosa.

O sintoma neurótico geralmente é assim e, por isso, por causa dessa barreira de silêncio que se ergue em torno dele, gera tanta perplexidade em quem dele padece. O neurótico simplesmente não entende nada de seus sintomas, não entende nada de sua neurose. Por isso pensa até que está ficando louco.

Não é só a neurose que produz esse muro de silêncio. Nosso jeito de gostar e não gostar, de amar e de fazer amor também são enigmáticos. Assim, quase sempre é impossível descobrir a razão das paixões.

Foi justamente nessa perplexidade, pois diretamente lá não se penetra, tanto que a humanidade por milênios tentou fazê-lo e foi fragorosamente rechaçada. A mente, nos seus enigmas, não pode ser vista de frente, nem receber iluminação direta. Nu frontal, jamais.

O que fez a psicanálise? penetrou de modo oblíquo, lançou luzes indiretas. Foi lá longe, recolheu sonhos e os interpretou. Logo os sonhos, que até o surgimento da psicanálise, eram uma espécie de lixo mental, sobras que uma mente desperta e bem pensante destila quando vai dormir. A psicanálise recolheu mais lixo ainda: recolheu esquecimentos e trocas de nomes e os considerou não como casualidades ou defeitos de funcionamento cerebral, mas antes como revelações de uma atividade pensante. E ainda mais: recolheu, com o mesmo espírito, demais modalidades de atos falhos. Recolheu, acima de tudo, o lixo de idéias meio sem sentido que se associavam a partir dos pontos intensos, silenciosos e enigmáticos. Acredita a psicanálise que essas regiões silenciosas só são silenciosas nos seus epicentros, mas que falam nas suas lateralidades. Se não falam pela boca, falam pelos "cotovelos". Bastava então ir recolhendo um monte de falas laterais, de associações laterais de idéias, de sonhos e atos falhos semi-interpretados que, a partir de um certo momento, se alcançaria uma massa crítica e emergia luz das trevas, sentido de tanto não-sentido. Do cascalho dos sonhos, dos atos falhos, das associações laterais de idéias, de todo esse lixo, apareceria ouro puro da significação, ou seja, o sentido do sintoma, da sexualidade e das paixões. Estaria, assim, decifrando o enigma das neuroses, das loucuras, dos sonhos de amor e de tantos outros sonhos. Pelo menos, até onde é possível decifrar qualquer enigma da mente humana.

A FALA MUDA E A CONVERSA QUE NÃO SE ESCUTA.

Nesse momento ficava claro que o que parecia não ter sentido, ser pura loucura ou emoção sem lógica, não era nem tão louco nem tão sem lógica assim. Pascal estava certo: o coração tem razões que a razão desconhece. Não se trata de des-razão, da razão louca. Trata-se de uma razão enigmática, estranha às razões alvares, medíocres e pseudo-sensatas. A loucura e a paixão não são anárquicas, também são lógicas.

Desfazia-se o muro de silêncio, e a mente voltava a falar mesmo ali onde parecia muda. Na realidade, nunca deixou de ser lógica ou de ter sentido. Apenas os sistemas de escuta não acompanhavam mais sua fala. O silêncio não

vinha de uma fluência muda, mas de uma escuta surda. A palavra sempre esteve ali, apenas deixara de ser escutada.

Fazer psicanálise, nesse sentido, é redescobrir palavras onde antes parecia existir apenas silêncio. É restituir fala onde antes já havia fala. Só que fala silenciosa.

Só falando para alguém que nos escute e nos anime a falar mais, mesmo que num primeiro momento não se chegue a lugar nenhum, chegar-se-á a algum lugar.

Esse é o sentido intuído e não conceituado do Quinto Passo. A fala não só sensibiliza a fala, mas também sensibiliza a escuta. Da própria fala.

O CHOQUE DE HONESTIDADE.

Certa vez fiz uma palestra para um grupo dos Alcoólicos Anônimos, extremamente qualificado, formado por membros bem afinados uns com os outros, revelando um já extenso trabalho prévio. Uma verdadeira orquestra sinfônica anti-alcoólica. Sendo mais preciso: não se tratava de nada anti-alcoólico, até porque os Alcoólicos Anônimos não combatem ou defendem causas. Melhor dizendo, era uma orquestra que inspirava emoções serenas e atitudes sóbrias.

Presidindo a reunião estava um rapaz simpático, desses que irradiam energias a favor e não negativas. Quando se apresentou ao grupo, disse seu nome, seu sobrenome, e declarou sua condição de alcoólatra e toxicômano. Era mais um da nova leva de "dependências cruzadas".

Na hora do debate, ergueu-se do grupo um homem negro de elegância discreta, belo e bem falante, de uns 47-50 anos. Provavelmente um típico representante do A.A. da velha guarda, um A.A. puro-sangue, sem qualquer dependência química senão do álcool. Estávamos discutindo essa região nebulosa daqueles que bebem regularmente, mas não desbragadamente, que permanecem há anos nas quatro a seis doses por dia e que, naturalmente, sem esforço não ultrapassam esse perigoso limite. Seu corpo e sua mente reagem bem a esses níveis alcoólicos e há 20 ou 30 anos não pedem mais. Pelo menos até aquele momento.

É claro que são alcoólatras, já que não podem passar sem álcool. É claro que estão numa região de perigo. Mas também é claro que os anos e as décadas passam e eles se mantêm dentro desses explosivos limites.

A discussão estava superinteressante. Eu não sabia dar respostas, mas aprendia com os depoimentos dos presentes, os quais, diga-se de passagem, entendiam empiricamente muito mais de alcoolismo do que eu. Se eu tinha experiência conceitual e teórica sobre o alcoolismo, se eu tinha experiência clínica com meus pacientes, eles tinham experiência vivida - essa matéria prima insubstituível.

A expressão "choque de honestidade" veio desse membro clássico do A.A. que, com ela, queria salienta a tendência do alcoólatra na ativa a negar sua própria condição, construindo mil argumentos e sofismas para encobrir o óbvio e que os Doze Passos representariam o inverso dessa desonestidade embriagada e embriagadora. Os Doze Passos seriam um choque de honestidade na tendência do alcoólatra a mentir para si mesmo o tempo todo.

Essa formulação me remeteu imediatamente a apaixonadas discussões na sociedade psicanalítica, em que alguns colegas definiam a psicanálise como a busca da verdade, custe o que custar, doa o que doer. Por não ter seguido esse caminho - interessante, sem dúvida - a pessoa perderia o pé de si mesmo por não enfrentar a sua realidade a cada momento, preferindo as mordomias da ilusão. De ilusão em ilusão, esses marajás da mentira acabariam por alienar-se de sua própria verdade pessoal, tornando-se cada um deles um completo estranho dentro de si mesmo. Resultado: neurose.

Fazer psicanálise, então, seria, reverter essa tendência vida-mansista, do prazer imediato da ilusão, às custas da verdade. O princípio da realidade deve substituir o princípio do prazer. É melhor ficar vermelho um minuto do que amarelo a vida inteira. É melhor sofrer a dor da verdade do momento do que extraviar-se nos labirintos da ilusão.

quem não estaria de acordo com tais princípios?

Contudo, em nome deles, já foram perpetradas as maiores violências, as maiores barbaridades. Em nome da autenticidade já se perpetraram as maiores

grosserias e faltas de educação. Jogar "verdades" na cada dos outros não só muitas vezes se revela inútil como francamente contraproducente. Quantos casais já se agrediram até o ponto de ruptura por causa dessa sincera busca da verdade e da franqueza? quantos pais e filhos já não se desentenderam irreversivelmente por causa dessa franqueza rude? Quantos projetos profissionais já não naufragaram por causa dessa bem-intencionada vontade de ser verdadeiro?

Mais: quantas vezes não foi exaltada a verdade como virtude apenas para se controlar, vigiar e bisbilhotar melhor a vida alheia?

Qual é a verdade que se esconde por trás dessa busca da verdade? Qual é a honestidade que inspira esse choque de honestidade?

Busca da verdade, choque de honestidade como palavras de ordem são ótimas; requerem, porém, mais refinadas diferenciações.

Para que dirá o paciente sua verdade ao psicanalista? Para que este, de posse dessa verdade, a acolha como uma das manifestações legítimas possíveis do ser? Para o psicanalista, de posse dessa verdade, incitar seu paciente a descrevê-la cada vez melhor, de modo a que este venha a melhor conhecê-la e saber como realizá-la? Ou, pelo contrário, para, insidiosa e escorregadiamente, condená-la a exortar o paciente a alguma cartilha de bem viver?

Essa diferenciação é fundamental, tanto para a psicanálise quanto para os grupos anônimos. Para que um grupo anônimo, um padrinho, estará prezando o "choque de honestidade"? para fazer a pessoa tornar-se mais radical e completamente ela mesma, ou para fazê-la querer-se tornar outra pessoa que não ela mesma? Para auxiliá-la a viabilizar seus sonhos de modo eficaz, ou para renegar sua verdade e seus sonhos, em nome de um sistema de valores cuja procedência não se conhece direito? Enfim, o "choque de honestidade" está a serviço do enquadramento ou da libertação? Atua no sentido de levar o sujeito a assumir sua própria verdade ou a induzi-lo a renegar essa verdade em função de uma moralidade consensual?

Além dessas questões - decisivas -, existe ainda a questão da verdade máxima possível para cada pessoa a cada momento. Violar cadências não é sinceridade,

é estupro. O fundamental não é a verdade, é a fecundidade. Dizer se isso será verdadeiro ou não, importa menos do que dizer se isso será fecundo ou não. A habilidade, o timing, o respeito pelo tempo do outro, pela cadência alheia, também fazem parte dessa busca da verdade, desse choque de honestidade.

O ser humano não é macaco de zoológico. Não está numa jaula aberta à visita pública de suas mais íntimas intimidades. Ele requer privacidade, o direito de não dizer tudo a ninguém, senão a si mesmo. Não, nem a si mesmo. O choque de honestidade, a busca da verdade têm de levar em conta essa necessidade de ilusão.

Mais ainda: o que é verdade, a honestidade, a realidade, a objetividade? Será o mesmo para duas pessoas, ou até para a mesma pessoa em momentos diferentes da sua vida?

Busca da verdade, sim, choque de honestidade, sim; só que indo mais no fundo nessas idéias - força. Senão vira moralismo, catequese, narcisismo.

O Quinto Passo não pode desconsiderar essas complicações. Não é em vão que as tradições dos grupos anônimos recomendam sobriedade de opiniões: que não se radicalize em questões polêmicas e controversas.

Choque de honestidade, sim; busca da verdade, sim; mas sem perder de vista a ética suprema dos grupos anônimos: a sobriedade.

Honestidade e verdade sem sobriedade são atitudes policiais, moralizantes, enquadradoras. Não libertam o sujeito, aprisionam-no cada vez mais. Nas "honestidades" e "verdades" alheias. Dos mais fortes. Dos grandes grupos sociais que detêm os lobbies da comunicação.

Por essas e outras, não existem autoridades nos grupos anônimos. Ninguém tem opiniões autorizadas pelas leis do grupo. Ninguém pode condenar ninguém como herege ou exercer ninguém como antiCristo.

O SEXTO PASSO PARA DEIXAR DE SER UM BÊBADO OU UM DROGADO.

Se os três primeiros passos são para se incorporar ao programa de recuperação, os dois últimos passos são os passos do autoconhecimento. Depois desse trabalho preâmbulo, dessa trabalhosa caminhada, o dependente já avançou e realizou várias conquistas. Está preparado agora para ir mais fundo.

Perdeu o medo do grupo, de dependência e de si mesmo. Pode agora ensaiar os primeiros passos para mudar seus modos "viciosos" e "viciados" de ser, ou seja, aqueles modos mentais de reagir e de sentir que se transformaram em hábitos mentais cristalizados, em traços do próprio caráter.

O Sexto Passo é o primeiro convite a uma reformulação do próprio caráter, dos modos "viciados" de sentir, pensar e reagir. Agora vai começar uma luta, não contra o álcool ou as drogas, mas contra si próprio, contra aquilo que se tem de pior e que contudo é tão difícil de mudar.

O SEXTO E O SÉTIMO PASSOS USAM DIRETAMENTE A PALAVRA DEUS.

A palavra Deus gera - não no chamado povão, mas nas elites culturais - as maiores resistências. Muita gente, ao ler esses Passos, pula e sente ímpetos de interromper todas as leituras sobre grupos anônimos: "Ah! Não, papo de religião, nem pensar""

Essa resistência provém de várias fontes, uma das quais é a idéia que oferece proteção mediante a prática de certos atos mecânicos ou orações que se repetem irrefletidamente. Em suma, o Deus das credices mais primárias. Por causa disso, Freud jamais foi complacente com o fenômeno religioso. Para ele a crença em Deus provém do desamparo, quer de criança diante dos adultos, quer dos adultos destituídos de poder diante das forças poderosas que o cercam. Para compensar o desamparo, criam a ilusão de que existem figuras bondosas e poderosas que os protegerão.

Esse é o Deus dos imaturos, o Deus dos desamparados. Contra esse Deus, ergue-se a resistência das chamadas elites culturais. Afinal ela é socialmente forte o bastante para não ter de alimentar crenças nesse tipo de proteção.

Essa idéia infantilizada não provoca apenas resistências desse tipo. Provoca outros tipos de resistências, até por razões inversas, que estas sim, operam entre as camadas populares.

É que, par algumas das pessoas do chamado povão, Deus não é uma experiência interior profunda. É uma entidade exterior, meio mágica, da qual, através de ritos mágicos, se obteria simpatia e proteção. Essa atitude superficial

se expande para o todo da mente, dificultando o percurso dos Doze Passos. Não por razões elitistas, mas por dificuldade de mergulhar mais fundo em si mesmo. Uma outra razão pela qual a palavra Deus desperta tanta resistência é a sua costumeira vinculação com a idéia de renúncia, sacrifício e resignação. Deus seria alguma coisa cinza contra as cores mais alegres da vida. Sobretudo contra as cores mais vibrantes da carne...

Não bastasse isso, Deus ainda interferiria sobre nossos gostos e preferências mais íntimos, julgando-os com suas teorias de virtude e pecado. Existiriam modos virtuosos e modos pecaminosos de ser. Existiria uma lei natural, uma ordem natural das coisas, e quem a transgredisse seria um "des-naturado", alguém nascido contra a ordem natural da vida, um "degenerado". Munido dessas idéias, Deus sairia julgando o jeito de desejar, escolher e sentir prazer de cada um.

Essa idéia de Deus como um moralista preocupado acima de tudo em reprimir a alegria e a vida sexual das pessoas é fonte das maiores resistências para as novas gerações e para as chamadas vanguardas culturais.

contudo, esse cascalho de credices comporta mais meticulosa garimpagem. E depois dessa garimpagem sobrar o que? O ouro puro de um Deus aprofundado, a idéia de que existem forças superiores às nossas, inclusive dentro da gente, as quais são misteriosas. A palavra místico, aliás, vem do mistério. E mistério significa a revogação da arrogância humana quando ela imagina que tudo sabe. Sempre escapa algo ao nosso saber. Todo saber é furado.

É na direção desse Deus que apontam o Sexto e o Sétimo Passos. Decerto, nos grupos anônimos, cada um é livre para crer no Deus que lhe aprouver. Ou não crer em nenhum. A palavra Deus, de acordo com as Tradições desses grupos, possui significado completamente aberta.

O SEXTO E O SÉTIMO PASSOS NOS CONVIDAM A ABANDONAR A ONIPOTÊNCIA.

Se a palavra Deus possui essa significação completamente aberta, então para que serve?

Certamente para lembrar que existem forças superiores fora das pessoas; e dentro das pessoas. Ninguém domina a vida; nem sua própria vida. Ninguém controla a cabeça. Nossos humores, desejos, sonhos e emoções tomam rumos independentes da nossa vontade: são literalmente indomáveis. Nossa vontade não é lei. Nem para nós mesmos.

Aliás, a psicanálise não fez outra coisa senão tentar depor essa idéia - no fundo moralista - da sabedoria da vontade. É essa idéia de soberania da vontade que dá lugar às idéias de virtude e pecado, de qualidades e defeitos. Parte-se do suposto de que nós somos o que queremos ser e de que tudo depende de nossa tempera. Por isso, compulsão seria manifestação de debilidade da vontade.

Existem, contudo, na nossa própria mente, força muito superiores à força da nossa vontade. A presença não só das compulsões, mas da paranóias, das tristezas imotivadas, das oscilações de humor e da auto-estima, da instabilidade das idéias, das obsessões, das fobias, das manias não deixam margem a dúvidas: nós não mandamos nem em nós mesmos. Nossa mente manda muito mais em nós mesmos do que nós mandamos nela.

Nós sequer amamos aqueles que queremos amar e nem paramos de amar quando assim o determinamos. Nossa sexualidade segue rumos e caprichos contra os quais nada podemos fazer. Nossa agressividade é manhosa: torna-se brutal quando menos esperamos e cheia de mansidão quando tudo indicava sua brutalidade.

Não somos responsáveis por nossos gostos e preferências, pois não os escolhemos. Fomos, isto sim, escolhidos por eles. Nosso caráter, nossas reações, nosso jeito de ser não são espelho e reflexo de nossa vontade. Somos como somos e não como gostaríamos de ser.

Por isso, qualquer transformação de nosso "caráter" exige um cuidadoso trabalho, um inspirado, competente, permanente trabalho. Precisamos investir o nosso melhor sobre nós mesmos. Precisamos que outros invistam seu melhor em nós. Tudo isso, porém, ainda é pouco. Pode dar certo ou não. Depende de forças misteriosas que não conhecemos e nem controlamos, alheias a nossa vontade. Só nos resta entregarmo-nos a elas. E torcer para um "final feliz".

Por estranho que pareça, só quando desistimos de controlar e dirigir a nossa mente é que se dá um certo desarmamento interno. As partes que nós desejávamos mudar parecem ficar menos armadas, menos defensivas e intransigentes. O tom geral fica menos imperativo, menos inquisitorial. Parece ocorrer uma certa pacificação interior. E esse estado mais pacificado costuma ser solo fértil para transformações. Quando se pressiona menos, muitas vezes se consegue mais. Não é assim fora, com as pessoas do nosso dia-a-dia? Também é assim dentro.

O Sexto e o Sétimo Passos são um convite a essa pacificação, à superação do dirigismo autoritário da vontade. Não se trata de entregar os pontos ou assistir passivamente a desmandos caóticos dos nossos impulsos. Nem se trata de rendição. Trata-se, isto sim, de humildade, de admitir limites inclusive para a força da nossa vontade. Em suma, trata-se da superação dessa mania de tudo poder chamada onipotência.

Aliás, quando os grupos anônimos renunciam aos regulamentos e punições; quando se abstêm de todo tipo de interferência na vida de quem quer que seja; quando se limitam a sugerir, sem jamais admoestar ou censurar; quando a própria sugestão deve ser formulada de modo discreto e não intrusivo; quando a própria divulgação desses grupos deve ser vazada em termos também discretos, sem estardalhaços eles estão sendo exemplarmente sóbrios e abstinentes. Estão realizando uma manobra pedagógica suprema, qual a renúncia a qualquer pedagogia.

Paradoxalmente, o ímpeto de querer melhorar os outros ensinando-os a viver, ou de querer se melhorar recitando para si próprio lições de vida, gera as maiores tensões e os ásperos desencontros, tanto da pessoa com outros, quanto da pessoa consigo mesma.

Freud advertia os jovens psicanalistas sobre os perigos de querer ajudar demais seus pacientes, o que ele chamou de "furor sanandi". E muito da teoria freudiana do superego baseia-se nesse ímpeto pedagógico desmedido. Uma parte da mente arvora-se em dona da verdade e diz à outra como ela deve ser ou proceder: caso esta não se submeta, é atacada e enxovalhada de todas as

maneiras. Essa seria a origem profunda de muitas depressões, sensações de inferioridade e sentimentos irracionais de culpa: uma parte da mente, cheia de certezas, ataca a outra, que se recusa a seguir "bons conselhos" sobre o "bem viver" e sobre os "bons caminhos". Essa parte autoritária e conselheira seria constituída pelas figuras paternas internalizadas, o chamado "pai interno".

para essa ausência de moderação na vontade de ajudar, só há um remédio: sobriedade.

Dizendo em outras palavras: o Sexto e o Sétimo Passos, ao lembrarem a existência de forças superiores, são um convite à superação dessa mania de tudo saber ou de tudo poder, ou seja, ao lembrarem Deus, tornam-se um convite à superação dessa mania de querer ser Deus.

ORGULHO - VAIDADE – ÓDIO.

A uma conclusão os grupos anônimos chegaram: certas emoções e reações favorecem recaídas. Não são as causas da compulsão ou dependência. Mas favorecem o seu reaparecimento.

As reações coléricas, por exemplo, são inimigas da sobriedade; a agressividade embriaga a mente até mais do que a sexualidade. O ódio solto produz mais transe do que o próprio amor: um transe ácido, áspero, azedo, o qual só encontraria efetiva descarga nas mais brutais bestilidades. Como habitualmente não se chega a esses extremos, o ódio tem de ser engolido e aí vira veneno, deprime e produz os piores humores. Excita assim o desejo de buscar o seu antídoto: a paz quimicamente produzida.

Ora, adoçar quimicamente amarguras, afogar quimicamente tristezas de depressões, serenar quimicamente ódios, vocês não de convir, são atitudes que excitam dependências e compulsões.

Certas emoções funcionam como drogas: deixam a mente fora de si. Uma pessoa pode não só ficar bêbada de agressividade, como embriagada de orgulho e dopada pela vaidade. Ocorre uma verdadeira "viagem" sem droga, um verdadeiro "pileque" sem álcool.

E, nesse estado, a pessoa está novamente exposta à sanha de uma compulsão.

O orgulho, logo de saída, está exposto à sua compulsão porque seu orgulho não lhe permite procurar ajuda. É humilhante demais para sua auto-suficiência, para sua mania de querer resolver tudo sozinho, sem precisar de ninguém.

Ele não pode precisar de alguém para amar. Premido por sua carência e pela solidão, todavia, esse Deus auto-suficiente acaba tendo de dar o braço a torcer: reconhece precisar dos outros. Não porém de igual para igual, mas como adoradores. O orgulho não se contenta em ser querido, precisa ser idolatrado. Não requer amigos, requer adoradores.

Caso não seja idolatrado, pode ficar imediatamente colérico: "Como não fazem tudo o que eu quero e na hora? E a tempo? Como podem querer na vida outras coisas além de mim?"

O orgulhoso tem uma sensação de que tudo lhe é devido. Por mais que façam as coisas para ele, não fazem mais do que a obrigação.

Logo, o orgulhoso não se emociona por nada ou com ninguém. E evidentemente, com esses sentimentos, não pode emocionar ninguém. Não pode amar, nem despertar amor. Não pode dar ou sentir prazer. Fica condenado ao tédio. É como se aquele vinho natural que corre nas veias de todos nós e nos permite naturalmente inebriarmos com a vida não existisse mais e tivesse, por força do orgulho, se convertido em vinagre. Como ninguém aguenta viver senão inebriadamente, surge de novo a tentação de recorrer a algum licor alcoólico propriamente dito. Ou a alguma droga inebriante. Há que se restituir de qualquer maneira, nem que seja quimicamente, o estado de inebriamento...

O vaidoso, por sua vez, enxerga sempre os outros com "mais olhos", a tal ponto que chega a imaginar que sequer existam "bons olhos" para enxergar alguém. Não os percebendo em si, não pode imaginá-los nos outros. O mundo passa a ser sentido então como um lugar povoado de olhos desqualificadores. Nada do que ele fizer será visto com "bons olhos"! Tudo o que houver de bom receberá, no mínimo, um "mau olhar". A mente envenenada pelo ódio enxerga o mundo e se sente por ele enxergada sempre por uma ótica envenenada. Até o seu "olho interior" enxerga tudo com "maus olhos". Só enxerga defeitos e é cego para tudo quanto for qualidade. Isso gera uma penosa tensão interior com sensações de

inferioridade e de culpas doentias. Parece o tempo todo que se fez alguma coisa errada, que se cometeu um crime. Em termos freudianos: numa mente rancorosa haverá um superego rancoroso.

A fonte maior dos ódios e frustrações não são as realidades tantas vezes brutais da vida. Por incrível que pareça, não são. São o orgulho e a vaidade.

e o que são eles senão manifestações de uma autodivinização? A autodivinização, portanto, é importante causa de infelicidade, a qual incita as compulsões. Para curá-la, somente uma desdivinização.

O Sexto e o Sétimo Passos podem ser lidos como maneiras de conquistar essa desdivinização. ao se reconhecer Deus fora, quem sabe não se abandona a mania de ser Deus?

Se num primeiro momento a vaidade e orgulho geram tédio e cólera diante da contrariedade, num outro geram desolação e perda da auto-estima. A pessoa sente-se um deus que não deu certo, um deus fracassado, que não soube inspirar adoradores, quer dizer, pessoas que acham graça nele o tempo todo. Qualquer deslize por parte de alguém significativo torna o vaidoso um nada, um ninguém. Essa é a origem da perda da auto-estima, do complexo de inferioridade e da timidez. É que no seu inconsciente, ele se exige ser uma festa permanente. Como ninguém é, ele não consegue concretizar esse impossível ideal do seu eu. Resultado: autodesqualificação; consequência: tentar reconquistar quimicamente sua auto-estima. Remédio: Sexto e Sétimo Passos, para "cair na real" e desistir de ser Deus.

Se o orgulho e a vaidade forem muito intensos, a pessoa pode sentir-se humilhada até por precisar de adoradores. Precisar de gente, mesmo nessa condição, é humilhante demais. Pode, por isso, passar a preferir drogas e garrafas. Afinal, elas não sendo ente, não podem triunfar sobre sua humilhante fraqueza de não ser Deus. O vaidoso, humilhado por precisar de emoções alheias, não pode se inebriar com elas. Daí ao inebriamento químico basta um passo.

Essa vontade de ser Deus pode gerar outras consequências. Por exemplo, o ciúme paranóico.

Ora, se alguém é Deus, deverá ser completamente suficiente para aquele com quem está em relacionamento, ao qual, por sua vez, toca e fica em estado de permanente disponibilidade e total veneração, sua vida deve ser puro deleite.

Um simples deslize por parte dele já produz uma sensação de profunda traição e deslealdade. É como se houvesse praticado um crime de lesa-majestade, de profanação do que há de mais sagrado: "Ora, se você saboreou o néctar e a ambrosia que saem do meu ser, como pode sequer sonhar em se deleitar com algo diverso ou diferente?" Mais: "ele", apesar de toda a sua grandiosidade, deixou-se emocionar com a emoção alheia. Como pode agora esse ser, depois de receber tão insuperável reverência, sequer pensar em outra pessoa? Não, aquele sentimento que um dia o inebriou não poderá inebriar ninguém mais.

Além disso, um Deus tudo pode. Seu amor vale tanto que uma pitada dele deverá deixar o outro para sempre grato e preenchido. Além do mais, ninguém está à sua altura e assim, ele não tem porque limitar-se a ninguém. Os outros é que devem limitar-se a ele. quando a realidade dos fatos abala essa crença, ele pode ficar fragilizado e enlouquecido de ciúmes. Imaginem se o outro pensar fazer com ele o que ele pensa fazer com o outro?

Aliás, fragilização é o que não falta a estados tão mais apoiados em crenças, sonhos e ilusões do que em fatos minimamente objetivos. quando seus ideais delirantes não são comprovados pela realidade, ele pode ficar completamente zozzo. Sentindo-se um deus fracassado, não sabe para onde foi o seu ser divino e pode imaginá-lo então naqueles que não se curvaram à sua magnificência. Esses, então. seriam magnificantes. Tornam-se aquilo que ele não pôde ser.

É que ele não sabe gostar, não sabe amar, não sabe afeiçoar-se. Só sabe adorar, divinizar.

Essa é a origem das paixões enlouquecidas e das fissuras.

quando se diviniza o outro, sente-se a angústia mais profunda diante da sua falta. Afinal, esse "outro" tornou-se portador das energias redentoras e balsâmicas: sua ausência pode gerar a maior carência, o mais intolerável vazio.

Essa compulsão a divinizar pode gerar outra consequência ainda. Ao divinizar o outro e não mais se divinizar, a pessoa pode sentir-se pequenina, tão nada, que

não está mais à altura do outro divinizado. Passa a sentir-se indigna, inferior. Pisando em ovos, toda cerimoniosa. E cheia de culpa por qualquer coisinha. Claro, já pensou qualquer deslize diante de um deus?

Como "curar" todos esses estados e extravios? Deixando de acreditar que se é Deus. E deixando de acreditar que o outro seja Deus. Deus não é o eu próprio, nem o eu alheio. Não está nesse circuito dos eguinhos. Deus é algo sonhado, imaginado, pressentido. E não uma realidade pessoal encarnada.

Incitar ao descobrimento dessas "realidades" é o sentido do Sexto e do Sétimo Passos.

Superando-se a crença na existência de deuses humanos, de divindades encarnadas, chega-se a uma aliviante conclusão: ninguém preenche ninguém, no sentido absoluto do termo.

e precisa?

OITAVO PASSO NO CAMINHO DA SOBRIEDADE.

Esse Passo consiste num levantamento das perdas e danos que a vida bêbada ou drogada ocasionou; é uma espécie de inventário dos insultos, prejuízos, injustiças, deslealdade que se foram acumulando vida afora.

É evidente que, nesse passo, transparece à primeira vista um ranço moralista; parece visivelmente inspirado naquelas religiosidades cheias de culpas e penitências.

Contudo, como já dissemos, nada nos grupos anônimos deve ser levado ao pé da letra. Pode ser interpretado como cada um quiser, inclusive interpretado como algo inútil que não deva ser levado em consideração. Como nesses grupos não há autoridades, ninguém poderá criticar ou punir ninguém pela interpretação que deu pela atitude que tomou.

Interpreto esse passo não como uma exigência de penitências ou autoflagelações, mas como um convite não imperativo a meditar sobre esse tema que arrebatou tantas culturas, tantos povos e religiões: os sentimentos de culpa.

De onde vêm os sentimentos de culpa? O que será um procedimento virtuoso ou culposo? Por que tem gente que se sente tão culpada e tem gente que não sente quase culpa nenhuma?

Como essas questões são extremamente polêmicas e controversas, como cada um possui opiniões diferentes sobre elas e como os grupos anônimos não entram em polêmicas e controvérsias, não se extrairá deles nenhuma cartilha ou receituário de bem viver.

Além disso, não é em "vida virtuosa" que os grupos anônimos estão interessados. Estão interessados em como evitar recaídas nas compulsões. Só isso, nada mais do que isso. Se é fato que se preocupam com sentimentos de culpa, só o fazem porque a experiência revelou que alguns de seus membros convivem mal com esses sentimentos e retornaram, por causa deles, ao álcool ou às drogas.

Se membros dos grupos anônimos não se sentem molestados por sentimentos de culpa, nem massacrados por remorsos, que bom para eles! Permanecerão nesse Passo só por curiosidade teórica sobre o funcionamento da mente humana ou... darão o passo seguinte.

Contudo, com a maioria das pessoas, principalmente as do sexo feminino, não é assim. Atravessam a vida com um crônico sentimento de ilegitimidade, de serem impostoras, de não merecerem nada de bom. Qualquer coisinha que almejam ergue a fúria de sua consciência moral. Há então nelas a tentação de alcoolizarem-se ou drogarem-se, para embebedar culpas e entorpecer remorsos - única forma que encontram para se restituírem a alegria de viver.

Essas pessoas - é óbvio - necessitam muito mais do Oitavo Passo, desde que compreendido de uma maneira moderada e sábia.

Não se trata, portanto, de nenhuma devassa policial para produzir arrependimentos. Trata-se apenas de identificar pontos críticos para aquela mente, os quais, apesar de ativos na geração de culpas, estavam espalhados e perdidos nas brumas e neblinas mentais. Estavam lá, estavam ativos, mas a pessoa nem mais sabia que existiam. Ficavam, assim, na tocaia, gerando maus

sentimentos, sem que a pessoa pudesse reagir ou fazer qualquer coisa com eles. em termos psicanalíticos: tornar conscientes as culpas inconscientes.

A psicanálise - diga-se de passagem - faz, mediante outros procedimentos técnicos, exatamente a mesma coisa. Não recorre à escrita, nem explicita um inventário específico sobre sentimentos de culpa. Contudo, através da palavra, efetua uma operação semelhante. Tanto que a sua "regra fundamental" consiste em convidar o paciente a relatar, sem censura, tudo que se passa em sua mente. Na terminologia dos Grupos Anônimos, poderia estar solicitando um "inventário" de tudo o que se passa, inclusive, evidentemente, os sentimentos de culpa conscientes e inconscientes.

Para que? para culpabilizar o paciente, para produzir remorsos e arrependimentos, aplicando penitências? Não, apenas para torná-lo mais consciente dos conteúdos psíquicos que estão ativos nele para que ele possa se aprofundar mais no entendimento das dinâmicas psíquicas que produzem os sentimentos de culpa. Tudo isso é efetuado não de uma forma teórica, intelectualizada ou livresca, e sim de uma forma vivida na relação que se estabelece com o psicanalista. Este, ao não reagir da maneira que a mente culpada e aflita esperava que reagisse, já produz um efeito ratificador. Com sua reação neutra, o psicanalista retifica e não ratifica as expectativas da mente de receber respostas primitivas. Não se trata de absolver o paciente, pois aí o paciente estaria recebendo do psicanalista um manual de valores, só que de valores liberais. Trata-se de mostrar ao paciente que suas certezas e pressentimentos não são tão certos assim, o que estimula a mente a uma revisão de si própria. Trata-se de abalar convicções mostrando à mente que há intuições que podem estar equivocadas. Trata-se de produzir um efeito de equivocação, o que incita a mente a maior trabalho psíquico e a não mais aceitar as coisas como estão.

Os grupos anônimos podem, por outros caminhos, chegar a esses mesmos lugares. O inventário das culpas seria feito por escrito, exatamente para diminuir certos temores da mente culpada, os quais se manifestariam como resistências. Escrever sobre as supostas culpas não significa documentá-las, torná-las uma

confissão assinada e lavrada em cartório. Pelo contrário. Significa tão somente organizar melhor as idéias, longe dos olhos de quem quer que seja. Depois de escrito o inventário, ele não precisa ser lido para ninguém. Pode simplesmente ser queimado, guardado ou jogado fora.

Ou ser lido e relatado verbalmente para o "padrinho" escolhido - aquela pessoa em quem o alcoólatra sente confiança -, ou não ser lido para ninguém. A pessoa é completamente livre para decidir.

O interessante aqui é como o Oitavo Passo inclui um convite, uma sugestão de apresentar o "inventário" a alguém, o inventário, quando estiver sendo redigido, já estará, na cabeça de quem o escreve, sendo relatado a seu futuro interlocutor. Reproduz assim o relato do paciente a seu psicanalista. Só que de uma outra maneira, em uma espécie de ante-sala do relato real. Há o relato sim. Só que na fantasia de quem irá relatar, o que funciona como uma preparação para o relato posterior, como uma espécie de vacina para melhor tolerar a ansiedade que desperta o relato frente a frente, de corpo presente. Nada mais do que uma maneira delicada de superar mais gradualmente ainda ansiedades e resistências.

Como o "padrinho", de um modo geral, é um membro experiente dos grupos anônimos, com uma longa prática de escuta e com um longo treinamento em abstinência, moderação e sobriedade, sua escuta tenderá a ser mais neutra, menos normativa. Afinal, há anos, enquanto membro de um grupo anônimo, não entra em controvérsias e polêmicas.

Assim, por caminhos aparentemente muito distanciados, o Oitavo Passo não se afasta tanto assim da ética psicanalítica. Não visa a enquadrar ninguém nas moralidades do imaginário social. Não visa nenhum corretivo moral. Visa apenas fazer a pessoa tomar melhor pé de si mesma, passar a ser mais senhora de sua própria mente, tornar-se, enfim, mais "sujeito de seus próprios desígnios". Os grupos anônimos não desejam enquadrá-la tampouco na moral do grupo. Até porque não possuem nenhuma moral, o que não quer dizer que sejam amorais. Claro que não. É que estão abertos a todas as morais, e não é sem motivo que Viver e deixar viver é um dos seus lemas.

O PROBLEMA DE "CARÁTER" E DO "DESENVOLVIMENTO ESPIRITUAL" PARA OS GRUPOS ANÔNIMOS.

Os grupos anônimos utilizam expressões como "defeitos de caráter" e "desenvolvimento espiritual".

quando se referem a "defeitos de caráter", contudo, não estão pregando nenhum modo virtuoso de ser. Estão apenas descrevendo o que a experiência lhes ensinou: que certos traços do caráter favorecem recaídas. Só isso.

Os grupos anônimos - até porque não entram em assuntos polêmicos - não estão empenhados em nenhuma eugenia psíquica ou moral, estão apenas interessados em controlar compulsões.

E quando empregam a expressão "desenvolvimento espiritual" desejam somente sugerir caminhos que a experiência revelou confiáveis para superar ameaças de recaídas. Caminhos abertos, não mais que linhas gerais, sem descer a detalhes. Não são ideais eugênicos ou pastorais que estão inspirando os grupos anônimos.

Caso contrário, os grupos anônimos seriam - não há dúvida - grupos religiosos ou de rearmamento moral, coisa que não são. Não fazem parte de nenhum exército da salvação. Salvo contra as compulsões.

Embora não tenham nada contra grupos religiosos ou de rearmamento moral; embora não façam qualquer restrição ao exército da salvação; simplesmente não opinam, não são a favor ou contra; são apenas abstinente não só em matéria de álcool ou drogas - mas também em matéria de controvérsias.

O "CARÁTER" PARA A PSICANÁLISE E PARA OS GRUPOS ANÔNIMOS.

Os grupos anônimos observam e descrevem o caráter de uma maneira prática e empírica; não estão armados apenas pela sensibilidade, pela sabedoria, pelo aprofundamento progressivo do olhar.

Observam o que é diretamente visível. Observam em si próprios suas astúcias e as astúcias dos outros, as tendências que todos têm de enganar os outros e a si próprios. Sem intuito de vigiar ou punir, mas de conhecer e ajudar. A quem quiser ser ajudado...

Os grupos anônimos cultivam de todos os modos o autoconhecimento e o conhecimento da mente alheia, dentro dos princípios da intromissão e da sobriedade.

Eles, contudo, não param aí.

Vão além. Observam e descrevem as dinâmicas mentais do presente, mas também suas causas e consequências.

Mergulham no passado, para melhor compreenderem o presente, chegando até a mais remota infância, se necessário. Noutras palavras, observam a evolução do caráter, as influências que as pessoas que a pessoa recebeu desde a infância até hoje. Sem esquecer de seus desdobramentos, de seu porvir. Não se pode entender o caráter senão como algo dinâmico, com um passado, um presente e um futuro. O passado influi sobre o presente, é óbvio. Mas o presente influi sobre o passado, pois, a cada estado de humor de uma pessoa, corresponde um tipo diferente de lembrança que ela tem do passado. O passado é sempre enxergado pela ótica do presente, pelos olhos do presente. O presente, por sua vez, influi sobre o futuro. Mas o futuro igualmente influi sobre o presente, pois faz parte do presente imaginá-lo, pressenti-lo; e conforme o que pressente sobre o depois, a mente se organiza no agora.

Os grupos anônimos trabalham não só com a idéia do infantil, como também com a idéia de inconsciente. Eles sabem perfeitamente bem que as pessoas não têm consciência plena de tudo o que se passa com elas. Por isso, vários dos Doze Passos visam a tornar conscientes esses funcionamentos inconscientes. quantas coisas aparentemente esquecidas estão ainda vivas e ativas em qualquer um de nós! Quantas coisas pressentidas no presente e pressentidas como futuro nós recusamos reconhecer que já reconhecemos, nós recusamos enxergar que já enxergamos!

Os grupos anônimos operam portanto com os mesmos métodos e princípios dos filósofos, poetas, sábios e dramaturgos de todos os tempos.

Contudo, esse não é o método psicanalítico. Não é essa a idéia freudiana de inconsciente, nem de infantil, nem de buscar no passado as causas do presente. Por mais que as pessoas possam pensar que seja. Freud jamais se interessou

pelo passado propriamente dito. Nunca se interessou em remexer com velharias esquecidas da infância. Ele só se interessava pelo presente, pelo vivo, pelo atual.

A idéia freudiana de inconsciente inclui todas essas idéias de inconsciente, mas vai além, muito além dessas idéias. A cronologia, para Freud, não é linear, composta de passado-presente-futuro. A idéia de tempo para Freud é completamente diferente.

É que a memória do inconsciente é inteiramente diferente da memória tal como a entendemos. O único ponto comum da memória inconsciente com a memória consciente é que algo fica marcado e fixado na mente. No mais, tudo é diferente. A memória consciente, já sabemos como é: seria diferente de uma percepção, algo mais pálido, um fantasma e não um objetivo real. Além disso, ela se situa no passado. Representa a lembrança de algo que passou, lembrança essa que vai se desbotando com o passar do tempo.

A memória do inconsciente não tem nada a ver com isso. Ela é tão poderosa, real e viva como uma percepção, um sonho, uma alucinação. ela não é referida ao passado, até porque nela nada se apaga nem se esquece nunca. O que aconteceu há 30 anos está vivo e fresco quanto o que está ocorrendo agora.

Noutras palavras, no inconsciente não existe presente, passado e futuro, nada passa, tudo que se instala não desaparece jamais. É um Índigo Blue que não desbota nunca. Não há esquecimento no inconsciente. Tudo o que um dia foi, é e será para sempre.

Por isso, contrariamente ao que se pensa, a psicanálise não se importa mesmo com o passado, o infantil de eras priscas e distantes. Não. Ela só se importa com o vivo, o presente, o atual. Mesmo que ele ainda seja infantil, com todas as características de eras priscas. Para o inconsciente, o passado não passou, ele é presente. A história não passou, ela está toda viva, atual, em todos os seus momentos. O passado é tão presente, o infantil é tão atual que, quando eles invadem a consciência, não são sentidos como lembranças: se estamos dormindo, aparecem como sonhos; se estamos acordados, aparecem como sintomas, com toda sua força dramaticamente concreta e atual. Ou será que

alguém vive um ataque de depressão ou angústia como pálida lembrança de um passado que passou? Porque o inconsciente é assim, somos assaltados por sentimentos tão estranhos.

Essa é uma das descobertas mais revolucionárias de Freud.

ao mesmo tempo que nada passou, tudo passou. É que, para as regiões da mente que nos são mais familiares, a memória opera da maneira que estamos acostumados a pensá-la.

E a psicanálise inclui também o estudo e a observação dessas regiões. Tanto é assim que, quando estuda o caráter, inclui todas as idéias que a humanidade já fez sobre sua evolução. Só que acrescenta a estas as idéias especificamente freudianas, como, por exemplo, a do inconsciente enquanto lugar onde nada passa, onde tudo é agora, para sempre. O caráter incluiria a presença desse inconsciente. Além das outras idéias sobre o inconsciente, estas pertencentes à sabedoria dos séculos. Em suma: a psicanálise, porque observa, ao mesmo tempo, tanto os modos de funcionamento do inconsciente, quanto os modos de funcionamento do consciente, opera com duas idéias de memória, duas idéias de cronologia, duas idéias de passagem de tempo.

O método psicanalítico inclui a observação direta dos traços de caráter, inclui o rastreamento de todas as influências do passado até sua constituição presente, inclui o rechaço de tudo quanto for penoso para o inconsciente, inclui tudo isso. Mas inclui também a visão do rastreamento de um passado que não passou nem jamais passará, que está vivo e ativo no presente, e que agora faz parte do caráter.

Os grupos anônimos - que fique bem claro - nem revisam nem recusam esses conceitos. Não estão a favor ou contra essas teorias; apenas não operam, enquanto grupos, com elas. O que não significa dizer que um psicanalista ou estudioso de psicanálise que seja membro de algum grupo anônimo esteja proibido de fazê-lo e de interpretar os Doze Passos, as Doze Tradições, toda a literatura produzida por esses grupos, influenciado pelas idéias psicanalíticas. Muitos psicanalistas alcoólatras ou toxicômanos que já foram salvos pelos

grupos anônimos certamente já o fizeram, até porque nenhum psicanalista está a salvo dessas compulsões.

Os grupos anônimos - que fique bem claro - não se dedicam ao estudo do caráter tendo em vista grandes revelações ou vãos teóricos. Deixam isso para filósofos, cientistas ou psicanalistas. Estudam-no apenas para identificar os traços perigosos do ponto de vista das recaídas e toda a sua idéia de "desenvolvimento espiritual" está subordinada a esse projeto supremo - o único que mantém unidos os Grupos Anônimos em todo mundo: controlar compulsões. Se, contudo, deixarmos de lado certas aparências e certas complexificações teóricas, veremos que o método psicanalítico - não de estudar teoricamente o caráter mas de enfrentá-lo na prática clínica - não é tão diferente assim do método dos grupos anônimos. Se um psicanalista deixar de divinizar suas liturgias e de fetichizar seus rituais, admitindo assim enxergar outras liturgias e rituais, sem desqualificá-los previamente, poderá descobrir neles virtudes até psicanalíticas!

Logo de saída, o que é um traço de caráter? é uma maneira de sentir, agir e reagir da mente que ficou algo automatizada, que funciona por piloto automático, independente da vontade do eu. Noutras palavras, é uma parte da mente enrijecida, cristalizada, que se repete sem necessária afinação com as circunstâncias. Nesse sentido, descristalizá-la, desenrijecê-la torna-se uma tarefa importante para fazer o sujeito mais senhor de si mesmo e não sujeito a tantas repetições.

Uma boa parte de toda análise, por isso mesmo, consiste numa análise do caráter. O psicanalista identifica determinados padrões de conduta repetitivas no seu paciente e relata-os para ele, possibilitando com esse método que o paciente adquira consciência desses automatismos de sua mente, dessas suas maneiras viciadas e imperativas de agir. O paciente percebe, então, que aquilo que ele considerava seu eu, e com que se solidarizava é alguma coisa estranha a ele, alguma coisa que o domina e escraviza, uma vontade exterior à sua vontade. O que estava em sintonia com seu ser vira uma distonia. Instala-se

assim um conflito entre o eu e esse traço de caráter, com o qual ele não se identifica mais e que passa a ser tratado como sintonia.

O que o paciente vai fazer com esse traço de caráter agora convertido à categoria de sintonia não vem ao caso aqui. O fato é que surgiu um novo "grilo" dentro da mente, e por isso ela abriu novas frentes de pensamento e trabalho psíquico.

Esse é o método que o psicanalista utiliza para tornar conscientes certos padrões de conduta de cuja existência a pessoa nem se dava conta, que estavam, para ela, inconscientes. Esse é o método de descristalização e desenrijecimento dessas partes cristalizadas e enrijecidas da mente, chamadas de "caráter".

Alguns exemplos.

O psicanalista pode mostrar a um paciente como este está possuído por um tom generalizadamente voraz sem o saber. Ou, pelo contrário, como lhe falta garra, espírito de luta, como ele está tomado por uma atitude generalizadamente apática, conformista, desesperançada ou inoperante. Essa é uma "análise de caráter".

A um outro paciente, o psicanalista pode mostrar como ele tem horror de enfrentar qualquer situação minimamente dolorosa, fazendo-o ver, com a ajuda de fatos clínicos, como esse procedimento está acabando por provocar mais dor ainda. Ou, pelo contrário, como o paciente não se dá descanso e esfrega na sua própria cara a verdade sem retoques fotografada pelo seus piores ângulos, o que o leva também a um estado de sofrimento atroz.

A um outro paciente ainda, o psicanalista pode mostrar como ele está paralisado por exigências narcísicas sobre-humanas, filhas de uma vaidade primitiva ainda não devidamente trabalhada. Ou como sua mente responde colericamente a tudo e a todos, o que gera consequências que o obrigam a mais produção de cólera, num círculo vicioso de bÍlis e maus-humores que arruinam o seu bem viver.

E assim por diante.

Alguns psicanalistas complementam essas descrições procurando mostrar como esses traços de caráter se constituíram ao longo da história do sujeito. Outros psicanalistas limitam-se a discutir os traços e suas implicações, pouco se importando com a sua genealogia.

Outros ainda mostram como esses traços de caráter são sobrevivências de funcionamentos primitivos da mente (funcionamentos infantis) na mente adulta. e podem, ou não, discutir as razões históricas dessas sobrevivências. enfim, como se vê, as técnicas variam. Só uma coisa fica clara em todas elas: que o importante é tornar consciente o inconsciente, pois só assim as funções conscientes da mente podem entrar em contato com a própria mente e ter sua cota de participação.

Vejamos agora as técnicas dos grupos anônimos.

A questão da revisão do caráter não está presente apenas nesse oitavo Passo. Na realidade está presente em todos os Passos.

Primeiro Passo: reconhecer que se está possuído por uma compulsão não controlável e que se perdeu o controle sobre a própria vida. Trata-se de enfrentar o orgulho, a auto-suficiência. E desenvolver a humildade. Ou seja, reformular o caráter.

Segundo Passo: admitir que existem "forças superiores" fora de si próprio, capazes de fazer frente às "forças superiores" dentro de si próprio. Nova lição de humildade. Nova revisão de caráter.

Terceiro Passo: levar fé nessas "forças superiores" fora de si. Aqui não basta uma humildade exterior, que leva a um ato exterior, mecânico. A humildade tem de ir mais fundo, digerir e elaborar as indignações e revoltas por ter de procurar ajuda. Se não houver essa digestão e essa elaboração, não aparecerão sentimentos genuínos de entrega. Existirá uma entrega racional, não emocional. O que serão essas "forças superiores"? Cada qual é livre para se pronunciar como as concebe.

Quarto Passo: "inventário de qualidades e defeitos". Esse passo então dirige-se diretamente ao caráter como um todo. Faz-se um levantamento geral. Em termos psicanalíticos, iniciar-se-á o processo de tornar consciente o

inconsciente. dizer que fazer isso por escrito - na ausência do psicanalista, que ocupa um lugar de testemunha pública (superego) é uma experiência sem valor, não convence. Quem escreve, escreve sempre para alguém. Pelo menos para alguém dentro da sua própria mente. E, como esse Passo é sugerido pelos Grupos Anônimos, claro que, quando se escreve, está se escrevendo, consciente ou inconscientemente, para eles, que ocupam o mesmo lugar do psicanalista, "mutatis mutandis".

Quinto Passo: compartilhamento desse inventário com o padrinho, o qual deve ter uma escuta sóbria e um discurso abstinente, sem entrar em controvérsias ou polêmicas. Existirá melhor descrição de um psicanalista? O padrinho aponta aspectos que o próprio inventariante não pôde ver e torna, portanto, conscientes aspectos inconscientes. Sem censuras ou absolvições.

Sexto e Sétimo Passos: nitidamente são um convite a um aprofundamento sobre os pontos críticos da personalidade e do caráter.

E chegamos de volta ao Oitavo Passo.

O Oitavo Passo toca os sentimentos de culpa diretamente. todavia, como o que os gera são quase sempre atos de inspiração egoísta ou agressiva, indiretamente esse Passo toca e, egoísmo e agressividade. É forçoso revisitar esses três grandes temas no fundo inter-relacionados: egoísmo, agressividade e culpa. É interessante assinalar aqui como através do seu empirismo e de sua linguagem também extraída da observação direta das grandes questões afetivas da vida, os grupos anônimos foram tangendo vários pontos também considerados centrais pela psicanálise freudiana.

AS TEORIAS BÍBLICAS, ANTROPOLÓGICAS E FREUDIANAS DA CULPA.

As questões ligadas aos sentimentos de culpa são tão importantes que cabe determo-nos algum tempo nelas, tratá-las em maior extensão.

Freud interessou-se vivamente por essas questões, as quais receberam tratamento final com sua teoria do superego (Mal estar na cultura, 1930).

Façamos uma breve resenha histórica de como a humanidade pensou o sentimento de culpa, uma espécie de história do sentimento de culpa, uma espécie de história do sentimento de culpa.

As primeiras idéias sobre sentimentos de culpa na nossa civilização judaico-cristã vieram da própria religião. Deus teria criado o mundo de acordo com um projeto divino. Se o indivíduo cumprisse esse papel, cairia nas graças de Deus. Caso contrário, cairia em desgraça e sentiria dentro de si toda a agonia de ter transgredido as leis de Deus, expressão máxima de sua vontade. O primeiro sentimento de culpa seria remorso da criatura por não ter cumprido os ideais do criador.

A partir do nascimento da ciência, um interesse menos místico e mais materialista passou a impulsionar o estudo da Natureza; surgiu, assim, entre outras disciplinas científicas, a Biologia, ou seja, a ciência da própria vida, que alcançou seu apogeu com o darwinismo no século XIX. A uma "ordem divina" agora opunha-se uma "ordem natural", às "leis divinas" contrapunham-se dali por diante as "leis naturais". A Natureza, com suas leis, rivalizava com Deus.

Existia não mais um projeto divino, mas um projeto da Natureza. A Natureza teria feito os homens e os bichos para cumprir determinados desígnios seus. A idéia de instintos naturais, outorgados pela Natureza, representava a forma mais acabada e completa desse divinização da Natureza. Os instintos seriam a maneira de os desígnios naturais aparecerem nos seres vivos individuais.

De acordo com a teoria dos instintos, haveria uma "Ordem Natural das Coisas", uma "Lei Natural" da qual ninguém deveria se afastar sob pena de ser considerado uma excrescência da Natureza, uma perversão, uma anomalia, um monstro antinatural, um degenerado, um desnaturado. O sentimento de culpa adviria desse desvio da "Ordem Natural das Coisas".

A partir do nascimento da Antropologia e da Sociologia, também no século XIX, advieram novas idéias sobre o sentimento de culpa. Cada sociedade, cada cultura precisava criar mitos e tabus para poder preservar a ordem social e cultural nela vigente. E divinizá-los como forma de torná-los eficazes. O sentimento de culpa seria decorrente da transgressão dos preceitos sustentados por tais mitos, lendas, tabus e tradições.

O marxismo, que exerceu influência de meados do século XIX em diante, foi além. Os mitos e tabus de uma determinada coletividade não estão a serviço

dessa coletividade, mas a serviço da preservação da riqueza dos ricos e da pobreza dos pobres. Os valores morais e éticos de uma sociedade estão, em última instância, a serviço das classes dominantes. Os sentimentos de culpa seriam o resultado da transgressão das normas e valores burgueses a serviço dos interesses da burguesia. Trata-se, portanto, de sentimentos de alienados, vividos por incautos. Essas culpas burguesas, pela desalienação, deveriam ser superadas pela ética revolucionária. Só deve gerar culpa aquilo que for contra a revolução socialista e os verdadeiros interesses populares. Houve aqui, vê-se, uma decidida politização do sentimento de culpa.

Freud não chegou a tanto. Mas, certamente, como bom homem da ciência do século XIX e, portanto, materialista até a alma, jamais levou em conta as teorias teológicas da culpa. Sempre as desprezou, considerando-as não mais do que simples "ilusão".

O primeiro Freud, o jovem Freud, situava-se preferencialmente na teoria antropológica da culpa. Na oposição Natureza-Cultura. O ser humano assimilaria os ideais culturais da sociedade em que vive, fazendo destes os seus próprios ideais. Contra estes, ergue-se a sua natureza, muito mais zoológica do que cultural. Produz-se desse modo um racha interior, e a luta Natureza-Cultura se transfere para uma questão de foro íntimo. Quando a Natureza massacra a Cultura, quando a animalidade domina inteiramente a psique, não há culpa. Quando a Cultura massacra a Natureza também não. Entretanto, quando há equilíbrio de forças e principalmente quando ocorre uma alternância de forças, aí sim vem a culpa: num determinado momento o lado bicho está mais forte e realiza seus prazeres; depois, porém, o lado moral se reergue e predomina, o que faz aparecer remorso e culpa.

Até aí Freud não tinha ido nada além do saber de sua época. Não havia nenhuma novidade nisso.

Finalmente, aparece a primeira novidade freudiana. O sentimento de culpa é um sentimento de culpa de natureza social sim, só que ele, nos seus níveis mais profundos, não é transmitido diretamente pela sociedade. A cultura com seus ideais, penetra na mente humana através da família. Atinge o ser humano na

sua infância, quando ele ainda é ingênuo e crédulo. Daí seu grau intenso de assimilação. Daí a intensidade posterior da culpa quando houver transgressão. Isso é verdade, mas ainda é pouco. Freud, além de introduzir as idéias de ingenuidade e credulidade, traz mais uma: a da paixão. Os filhos pequenos não apenas gostam dos pais, eles são literalmente apaixonados por eles, rendidos aos seus fascínios. Assim, como todo apaixonado, ainda mais em se tratando de apaixonados mirins, tornam-se os filhos pequenos presas fáceis para os ideais alheios, ou seja, os ideais maternos e paternos. Mais tarde, se desobedecê-los, poderá ser corroído de remorsos.

Isso também é verdade, mas continua sendo pouco. Além das idéias de ingenuidade, credulidade e paixão, Freud introduz ainda uma outra: a de desamparo. As crianças, por sua própria condição de crianças, são seres extremamente vulneráveis, dependentes e frágeis. Dependem completamente dos adultos. Em todos os níveis. Noutras palavras, são seres sujeitos a estados de desamparo. Ora, bem o sabemos, os seres desamparados vendem até a alma ao Diabo. Assim, para não perderem o amor e a proteção dos pais, as crianças fazem qualquer negócio. Para agradar a esses gigantes sem os quais não podem viver, tornam-se aquilo que tiverem de se tornar. Tornam-se o desejo dos pais. Mais tarde, se o transgredirem: culpa! Ou seja, o medo de perder, na sua imaginação inconsciente, a estima dos pais e cair nas angústias do desamparo.

Novamente, isso também é verdade, mas ainda não satisfaz. Embora as idéias de ingenuidade, credulidade, paixão e desamparo fossem boas, não satisfazem a Freud. O infante é um ser sexuado cujo gozo máximo é sentir-se objeto do gozo dos pais. No relacionamento com os pais, quer gozar e fazer gozar. Não genitalmente - é óbvio, pois ainda é criança demais para isso - mas em todos os outros sentidos do termo. Nesse transe de tantos gozos físicos e psíquicos, só importa não deixar de ser objeto de tantos gozos físicos e psíquicos por parte dos pais. Nem que tenha de se identificar com eles, tornar-se cópia deles, só para enfeitiçá-los. Quebrar essa identificação poderá ser sentido como perda catastrófica desse enfeitiçamento tão desejado. Gera remorso e culpa.

Inacreditavelmente, Freud ainda não estava satisfeito. Tudo isso ainda lhe parecia pouco para explicar a violência da "consciência moral", a impressionante selvageria dos ataques da mente desfechados contra ela própria, da fúria sádica dos sentimentos de culpa em algumas pessoas. De onde viria tamanha maldade da pessoa contra si mesma, de onde viria ódio tão implacável?

Freud primeiramente imaginou que viriam da severidade excessiva dos pais, do grau quase desumano de cobranças, críticas e censuras que certos pais exercem sobre os filhos. Os rigores da "consciência moral" seriam diretamente proporcionais à severidade dos pais. Quanto mais repressores fossem os pais, mais reprimidos seriam os filhos.

Essa idéia é boa, explica muitas coisas, é lógica. Só que é lógica demais. Simples demais. Mecânica demais. E a vida jamais se deixa decifrar por cartesianismos tão retilíneos e alvares.

Eis que, finalmente, Freud chegou à sua teoria final, depois de dez intensos anos de reflexão e prática ao longo dos quais foi desenvolvendo cada uma dessas suposições.

Em 1930, no seu *Mal estar na Cultura*, foi além, introduzindo a noção de agressividade e desenvolvendo-a até as suas derradeiras consequências.

Há muito tempo que Freud não acreditava mais que culpa tivesse necessariamente algo a ver com algum dano efetivamente praticado.

Claro que também tinha, porque as novas idéias de uma sociedade sobre determinado assunto não revogam as idéias anteriores. Elas continuam existindo lado a lado, coexistindo. Assim, a idéia de uma ordem divina não estava abolida pela idéia de uma ordem natural, nem essa pela de uma ordem cultural ou burguesa. Assim, existiam um Bem e um Mal revelados pelas Escrituras e continuava a haver o natural e o antinatural. Desse modo, cometer certos atos porque infringem a "ordem divina" ou a "ordem natural" deveria gerar culpa. Afinal, uma parte da mente estava identificada com esses valores, mesmo quando outros e novos valores já circulavam numa sociedade.

Quando Freud revelou na origem dos sentimentos de culpa a idéia do infantil, subverteu-os profundamente. O sentimento de culpa, nos seus níveis profundos,

nada tem a ver com o fato de se estar genuinamente arrependido de um ato qualquer. Esse ato gera culpa não porque seja efetivamente considerado merecedor de arrependimento, mas porque, nos níveis profundos, desperta pressentimentos de perda de amor dos pais, pais esses que ficaram marcados, na realidade psíquica, como figuras quase onipotentes, e cuja perda não se pode tolerar. Para agradá-los, e não por sentimentos genuínos, há arrependimento. Como no inconsciente nada passa, esses pais, com sua importância originária, também não passaram, Estão vivos como se fosse hoje. Tão vivos que a mente culpada nem percebe que está vivendo uma lembrança, uma recordação. Para ela, o que está vivendo é atualidade.

Aos 75 anos de idade, com um câncer roendo-lhe o céu da boca de forma extremamente dolorosa, Freud não tinha nada mais a perder. ele, que a sua vida toda havia arriscado tudo, não iria agora poupar.

Por que, perguntava ele, justamente o chamado homem virtuoso, quase santo, aquele que não pratica nenhum ato que pudesse ser considerado delituoso, por que justamente este é o mais acossado pelos sentimentos de culpa? Por inacreditável que pareça, a culpa não é proporcional ao delito, é proporcional à virtude. Quanto mais virtude, mais culpa. Quanto mais delito, menos culpa.

Freud tem aqui uma explicação na ponta da língua. É que, quanto mais virtuoso, mais frustrado. Quanto mais frustrado mais agressivo. E quanto mais agressivo, tendo de ser virtuoso, mais agressivo... consigo mesmo. Ou seja, mais culpado.

Por outro lado, quanto menos virtuoso, menos frustrado. Quanto menos frustrado, menos agressivo. E, sendo menos agressivo, sem maiores compromissos com a virtude, mais descarrega nos outros. Resultado: menos agressividade consigo próprio; menos culpa.

Essa idéia não explica tudo, mas é uma boa idéia. Não pode ser abandonada porque explica algumas coisas.

Freud lançou essa idéia para o nível infantil. Uma criança agressiva enxerga os pais à sua imagem e semelhança, tão intolerantes e furiosos quanto ela própria. Assim se constituiria o superego, cuja fúria não depende da fúria objetiva dos pais, mas da fúria subjetiva dos filhos. Quanto mais selvagens os impulsos, mais

selvagens serão as punições morais. A moralidade seria o avesso da impulsividade.

O que tem isso a ver com os Grupos Anônimos? Tudo

A cólera, a agressividade, o rancor são traços de caráter considerados perigosos para recaídas. É imprescindível tomar plena consciência deles e realizar todo trabalho psíquico para tentar superá-los.

Os grupos anônimos, no seu empirismo, intuíram a conexão entre agressividade e culpa. Que quanto maior for a agressividade circulante pela mente, maior será a possibilidade da agressividade da "consciência moral", ou seja, da culpa.

Por isso, é necessário tornar consciente toda essa potencialidade agressiva nem sempre consciente, para poder, quem sabe um dia, superá-la. Fazer inventários e meditar sobre a culpa é situar os níveis superiores da mente nesses lugares de reflexão - única possibilidade de deflagrar o trabalho psíquico.

Os grupos anônimos foram além. Intuitivamente pressentiram que, se agressividade gera culpa, o que gera agressividade é orgulho excessivo, vaidade desmedida. Como vimos no Sexto e no Sétimo Passos, quem é vaidoso ou orgulhoso demais encontra-se a meio passo da cólera. Nada gera mais ódio do que a vaidade ferida. Nada gera mais rancor e ressentimento do que o orgulho desmedido.

Esses traços de caráter, além dos sentimentos de culpa, produzem estados mentais inter-relacionados, extremamente perigosos; cortam o prazer, a alegria de viver e provocam tentações de reconquistar esse prazer e essa alegria pela via química.

O NONO PASSO EM DIREÇÃO À SOBRIEDADE.

Se a pessoa - depois de feito seu inventário de condutas geradoras de remorso e culpa - achar que deve, os grupos anônimos estimulam a ir em frente: que ela tome as providências concretas para aliviar as tensões provocadas por sua consciência moral.

Afinal, por que não?

Flagelar-se com arrependimentos secretos pode não estar adiantando nada. Então por que não tentar algo prático? Por que não procurar as pessoas que ela acha que prejudicou e colocar as coisas em pratos limpos?

A primeira vez que li o texto em que se propõe esse passo, achei-o constrangedoramente conservador. Hoje, considero-o dos mais audaciosos, modernos e criativos.

Não se trata de chegar de cabeça baixa ou de joelhos. Nem de se humilhar. Trata-se, isso sim, de recolocar de maneira digna as coisas nos seus devidos lugares. Se for esse o caso.

Afinal, por que esse compromisso, no fundo conservador, de não poder dar o braço a torcer? Por que não enfrentar o próprio narcisismo infantil e primitivo que exige estar sempre certo? Por que não aprender que errar não é vergonha, é humano, e por isso, não há nenhuma razão para se ter preconceitos contra pedir desculpas? Por que não se orgulhar de realizar esse ato, no mínimo de cortesia e civilidade e, no fundo, tão simpático?

Os grupos anônimos não estão sugerindo a ninguém que se entregue à polícia nem que faça confissões ao "companheiro conjugal" sobre aventuras sexuais fora do casamento. Não se trata de expiação, suicídio ou penitência. Até porque isso contrariaria o princípio supremo da sobriedade. O que se pretende é aliviar tensões e libertar preconceitos. Pelos caminhos mais diretos e rápidos possíveis. Quantos anos de psicanálise não se poupam com determinados atos concretos? Por exemplo, descobrir que pedir desculpas por alguma aprontação não gera, no outro, desdém, mas respeito e admiração. Para que tanta ruminação se existe o caminho da ação?

Aliás, um certo psicanalismo, que secretamente condenava a ação e incitava à pura verbalização sem ato físico, representava, no limite, uma atitude fóbica diante do viver. Não se trata de estimular uma ação desenfreada, que oblitere a meditação. Pelo contrário. Mas temos que reconhecer que, em muitos casos, o ato substitui mil palavras e que nada mais do que ele tem a capacidade de incitar verdadeiras reflexões. Não aquelas reflexões tão a gosto do fóbico, que vive distanciado da vida, nas reflexões de quem venceu o medo de arriscar-se e

atirou-se de corpo e alma na vida. Nada produz mais idéias sobre o viver do que o próprio viver.

Além disso, a vida não pára aí, ela continua. E, mais adiante, haverá todo tempo do mundo para meditar e refletir sobre a culpa e sobre o ato de pedir desculpas. Uma vez de posse de toda essa experiência, poder-se-á discuti-la extensamente com o padrinho ou com quem se desejar.

Aliás, todos nós vivemos na civilização judaico-cristã e, quer admitamos ou não, quer sejamos religiosos ou não, estamos profundamente influenciados por ela. Assimilamos por todos os poros, desde que nascemos, seus valores e ideais bíblicos, sua noção de Lei Divina, de pecado e virtude, de crime e castigo. Estamos, em todos os nossos níveis - conscientes ou inconscientes, primitivos ou superevoluídos - entranhados na moral bíblica. Ela atravessa há milhares de anos todas as áreas da nossa cultura e não poderíamos escapar dela. Assim, não tenho dúvida de que existem, além de todos os tipos de culpa que descrevi, algumas que se destacam e que eu poderia chamar de "culpas bíblicas". Sobre essas, não adianta freudismo, nem marxismo, nem darwinismo, nem nada. Só adiantam soluções bíblicas mesmo. Como, por exemplo, arrepender-se, pedir desculpas ou reparar o dano efetivamente feito. Pelo menos, em alguma extensão. Pressinto, por isso, sabedoria intuitiva nesse Nono Passo.

Uma das defesas perniciosas de que a mente lança não é a fuga da ação, dos atos concretos, dos relacionamentos diretos naquelas regiões com que a mente deveria adquirir mais familiaridade e intimidade para poder digerir, elaborar e dissolver ansiedades. Nada empobrece mais uma pessoa nem eterniza mais sua timidez e seu medo do que evitar as situações de ansiedade, preferindo as comodidades das situações já conhecidas e controladas. Ou então preferindo refugiar-se no seu próprio mundo interior, onde fica ruminando as razões dos seus temores face àquelas situações concretas, transportadas para o interior da mente pela imaginação. Imagina-se então a vida e, nesse espaço imaginado, faz-se de tudo. O resultado, porém, é precário, pois vida imaginada, vida fantasiada, não substitui vida concretamente vivida.

O Nono Passo para mim é isso: um convite à ação, ao atirar-se desassombradamente à vida, desafiando prudências e pudores, vencendo preconceitos no fundo fóbicos e elitistas. Não se trata de circunscrevê-lo à culpa. Trata-se de não render às mil astúcias das fobias.

Será isso psicodrama? Será ato psicanalítico ou clínico do real?

O nome não importa. Importa que se confira dignidade ao concreto e à ação. Dentro, é óbvio, de certos limites. Dentro dos princípios da sobriedade. Mas que não se confunda sobriedade com fobia, pusilanimidade, covardia. Afinal é só errando que se acerta, é só caindo que se aprende a andar, é só vivendo que se aprende a viver.

Uma verdadeira psicanálise jamais deixa de mostrar isso a seu paciente: como ele faz tantas coisas só para não fazer aquelas poucas coisas que são as que deveria fazer; como inclusive ele pode utilizar a psicanálise para se defender de viver e ficar conversando e discutindo interminavelmente sobre a vida, num eterno preparativo para um jogo que não começa nunca.

Uma ação, um ato concreto bem escolhido e realizado na hora certa, pode operar milagres, dissolvendo impasses e cristalizações. Libera, então, as verdadeiras idéias e associações que estavam impedidas de aparecer pelo bloqueio do sistema fóbico. O ato serve assim, indiretamente, como recurso ímpar para tornar consciente o inconsciente.

Assim é para a psicanálise. E para os grupos anônimos.

O DÉCIMO PASSO É APROFUNDAMENTO PROGRESSIVO.

O quarto Passo - já vimos - recomendava um "inventário" geral da vida, uma meditação sobre o que a pessoa considerava suas qualidades e defeitos como maneira de mapear-se e poder montar, a partir daí, uma estratégia de auto-aperfeiçoamento.

O Décimo Passo é um desdobramento desse mapeamento. Não é um balanço da vida como um todo, e sim uma análise do dia-a-dia. Meio como escrever um diário. Como dar aquele telefonema de fim de tarde para aquele amigo. Como ir a uma sessão de análise.

Essa auto-análise sistemática pode ser útil para surpreender tentações de recaídas no nascedouro e tomar providências imediatas. Por exemplo, voltar a frequentar as reuniões dos grupos anônimos, trocar idéias com membros do seu grupo (Quinto Passo) ou prestar serviço para a recuperação de outros dependentes (Décimo Segundo Passo)

Esse método da auto-análise sistemática serve para registrar aquelas situações ou emoções críticas para a pessoa em questão, antes que se tornem críticas demais. Evidentemente o que será crítico para um poderá não o ser para outro. Ou o que pode ser crítico hoje pode não o ser amanhã. Não existem regras fixas. Tudo é radicalmente singular. Só uma coisa é crítica para todos os que possuem uma grande compulsão: tomar a primeira dose.

Esse exercício cotidiano amplia a visão interior, torna a pessoa mais conhecedora de si mesma, das suas manhas, manias e artimanhas, do seu jeitinho de se administrar.

Isso mesmo, do seu jeitinho de se administrar. Esse é um ponto decisivo na vida de qualquer um. Quem já superou aquela onipotência primária de achar que manda em si próprio já aprendeu que não se resolvem as coisas no grito e adquiriu a humildade de tornar-se hábil, não só para os outros, como até principalmente para consigo mesmo. Alguém já me disse que fazer análise é aprender a tornar-se um bom gerente de si mesmo, um bom administrador das próprias manias. Não posso deixar de estar de acordo.

A meditação diária equivale ainda a um estudo vivo sobre o funcionamento psíquico, um aumento progressivo sobre o conhecimento da chamada alma humana. Equivale em certa medida, ao efeito que sofre o psicanalista ao ler textos ou analisar os outros, efeito, sem dúvida, bumerangue: tudo o que se vê fora acaba voltando para dentro. Quando o membro do grupo anônimo está diariamente escrevendo ou conversando sobre si mesmo, ele está se colocando para fora, enxergando-se fora, colocando-se como um paciente, no papel, para poder observá-lo, o que tornará mais fácil para ele, depois, enxergar-se por dentro.

Tudo isso é muito importante, pois o portador de uma grande compulsão não pode concentrar-se em ser uma pessoa comum. Seria perigoso demais. Há uma voracidade específica nele, a qual, como uma espécie de trinitroglicerina, pode explodir a qualquer desequilíbrio brusco. Sua mente tem de estar na ponta dos cascos para lidar com essa compulsão.

é preciso evoluir, evoluir até alcançar a excelência.

O DÉCIMO PRIMEIRO PASSO É UM CONVITE AO SUBLIME.

O ser humano não é um ser animalesco, só voltado para os instintos do corpo. Não. Ele possui uma sede de transcendência. Precisa do belo, do profundo, do sublime como de ar para respirar. Precisa contemplar a Natureza, meditar sobre a grandeza do Universo. Precisa olhar os lírios do campo. Para, então, descobrir poesia na banal. Precisa poder enxergar o divino no olhar da amada, viver emoções cívicas, lutar por ideais. Faz mal viver uma vida de puras materialidades. "Overdose" de cotidiano enlouquece qualquer um.

Sem esses prazeres de "alto nível" corremos o risco de embrutecermos, tragados pela gula dos prazeres destituídos de qualquer espiritualidade.

Não há aqui nenhuma oposição moralista entre corpo e alma, entre espiritualidade e prazeres da carne.

Apenas constata-se o óbvio: a necessidade humana de um jogo mais rico e abrangente de transes, deleites e prazeres. Queremos todos ser capazes de, com a mesma potência, subir aos céus e descer à terra. Queremos todos transcender a animalesco e alcançar o patamar dos finas gestos e belas emoções.

Nem só de feijoadas vive o homem.

Esse é, para mim, o sentido do Décimo Primeiro Passo. Não é gratuito ser este um dos últimos Passos em direção à sobriedade. Esse Décimo Primeiro Passo, devidamente interpretado, representa o nível de encontro máximo consigo próprio e com as forças infinitas e misteriosas do Universo. Talvez seja o passo de maior solidão e ao mesmo tempo de maior conagração com o todo, tal como cada um o concebe.

Ele representa um reconhecimento, sem mágoa, de nossa condição humana. Aceitamos nossa precariedade radical e nossa impotência também radical diante da grandeza mística do mistério. Aceitamos, sem medo, nossa inevitável fragilidade e nossa inesgotável vulnerabilidade. Nesse momento de superação de toda onipotência, se reconhecemos nossa precariedade e solidão, não significa que tenhamos de sofrer. pelo contrário, nesse momento nos reconciliamos com a vida como ela é, e não como gostaríamos que ela fosse.

Reconciliados com a vida, estamos abertos para estados de bem-aventurança: estamos abertos para um conagraçamento cósmico que se chama Deus. Como cada um o concebe, é claro.

O Décimo Primeiro Passo, por tudo isso, pode ser chamado de passo do Amor. Não o amor minúsculo das divinizações cotidianas, mas o Amor maiúsculo de religião com o imperscrutável.

ORAR, NO FUNDO, É RECITAR POEMA.

Apesar de não se dizerem religiosos ou sequer teístas, os Grupos anônimos iniciam suas reuniões como uma oração em que invocam inclusive o nome de Deus.

À primeira vista, isso pareceria uma liturgia de inspiração protestante, no mesmo estilo de agradecer ao Senhor, antes das refeições, o pão de cada dia.

Bill e Bob, os fundadores dos primeiros grupos de Alcoólicos Anônimos, provavelmente eram protestantes, ou pelo menos porque viviam numa cultura protestante como a norte-americana foram por ela influenciados. O estilo com que são redigidos os Doze Passos e as Doze Tradições não deixa margem de dúvidas. Contudo, apesar dessas fortes aparências - nunca é demais repetir - os Grupos Anônimos não são protestantes nem exigem uma interpretação protestante de suas sugestões. Cada qual as interprete como bem lhe aprouver, como uma parábola.

A oração que inaugura as reuniões, chamada Oração da Serenidade, está portanto, aberta a interpretações. Seu texto é o seguinte: "Concedei-nos, Senhor, a serenidade necessária para aceitar as coisas que não podemos

modificar, a coragem para modificar aquelas que podemos e sabedoria para distinguir uma das outras".

Vocês não de convir, é uma bela oração.

Qualquer oração, contudo, desperta resistência em muita gente. É que ela desperta lembranças desagradáveis da infância, quando era obrigado a repetir frases então completamente sem sentido. Ou, se tinham sentido, era para algum tipo de prazer.

Entretanto, não podemos ser regidos pela criança que um dia fomos. Uma oração como a da Serenidade pode muito bem ser uma forma de relembrar as dificuldades que nos acoissam todos os dias e os riscos de reagirmos de modo rasteiro e primitivo. Orar pode ser ainda uma forma de convocar nossos níveis psíquicos mais altos, nossas funções mentais mais elevadas. Noutras palavras, nossas virtudes.

O processo psicanalítico é uma forma de trazer para a consciência nossos níveis primitivos e pueris ou até nossos níveis mais criativos e originais, que ficaram esparsos nas nossas poeiras mentais. A escuta e a fala do psicanalista operam, assim, de modo análogo a uma oração. Só que a fala não será vazada em termos místicos nem universais. Mas será vazada em algum estilo ou retórica, o que já represente um certo grau de quebra de neutralidade e um certo grau de sugestão, no mau sentido do termo. Como a fala do analista não é vazada em termos universais, mas singulares, termos que emergem daquele momento singular, naquele encontro singular ela também marca uma diferença. Mas essa suposta "singularidade" não é tão singular assim, pois está poderosamente influenciada pelas teorias do psicanalista e estas não são singulares nem emergiram daquele encontro singular. São universais. De certo modo, pertencem ao sistema de crenças do psicanalista, seu credo teórico, sua religião científica. Não sei se o que o psicanalista diz para seu paciente, no fundo, no fundo, não passa de uma enorme e ultradisfarçada oração, que nem ele mesmo, psicanalista, sabe qual é. O que sei é que, na segunda frase do psicanalista, quem é do meio já sabe qual é o seu credo teórico e o que ele, em última instância, estará dizendo para o seu psicanalisando.

Assim sendo, creio ser superficial rejeitar uma oração só porque tradicionalmente ela vem ligada a um sistema fechado, autoritário e doutrinário. O problema não está na oração. Está no sistema em que ela se encontra inscrita. Até porque todo discurso, vazado em termos místicos ou não, não passa de uma forma de oração. Tudo é oração. Tudo evoca e relembra um aspecto parcial desse universo infinito chamado vida. Evoca e relembra certos aspectos e esquece outros. Ilumina e lança sombras nesse mesmo ato de iluminar. O que importa não é o fato de a fala ser uma oração. E sim o fato de ela estar a serviço de sistemas libertários ou autoritários; se ela relembra e evoca para expandir e libertar ou para restringir e aprisionar. A mesma Oração da Serenidade - como qualquer outra oração, fala, ato ou discurso - pode provocar efeitos libertários e carcerários. Tudo depende de quem emite e de quem escuta. Não há discurso, em si, livre desses perigos. O conceito de neutralidade, de não interferência, de não intrusão é bem mais complexo do que parece à primeira escuta.

Em que difere, então, a oração das outras falas? No estilo de sua redação, em seu tom solene e transcendental, com sua evocação de forças misteriosas, poderosas, cósmicas.

Mas, se na nossa cultura, solenidade, transcendência, mistério e forças cósmicas são ligadas às tradições judaico-cristãs, isso não passa de uma circunstância histórica. Na realidade essas categorias, em si, não pertencem a nenhum sistema cultural. Podem pertencer a todos. Místicos, materialistas e pagãos. Mais ainda: as tradições judaico-cristãs não são homogêneas nem estáticas. Não só se movimentam e se transformam como estão sujeitas - como qualquer tradição - às interpretações de cada um. Tanto assim que existem até padres, pastores e rabinos das mais variadas tendências: desde tendências ultraconservadoras a tendências ultraliberais. Não existem o judaísmo, o cristianismo. Nada na vida é singular e absoluto. Tudo é plural e incompleto. Uma oração pode ser considerada uma espécie de poema místico ou transcendental. Seus ritos e cadências produzem efeito de solenidade e evocação. Paira algo sagrado no ar.

E sagrado não tem necessariamente nada a ver com religião. Sagrado pode ser um determinado momento entre uma mãe e seu filho, momentos entre casais enamorados, momentos dos cidadãos em alguns acontecimentos cívicos. Quando cantamos o Hino Nacional, podemos estar fazendo uma espécie de oração; só que uma oração cívica e não religiosa.

Quando cantamos uma canção romântica, podemos estar fazendo uma espécie de oração; só que voltada para alguém e não ao céu. Até quando cantamos o hino do nosso clube ou o samba-enredo de nossa escola estamos fazendo uma espécie de oração. Só que esportiva ou carnavalesca.

O que caracteriza a oração é que ela visa a atingir a inteligência e a razão muito mais pela emoção. E pela repetição de evocação. Nisso, por exemplo, ela se diferencia de uma palestra ou discussão.

A serviço de que ela estará? É isso que importa. A serviço da ampliação da consciência? A serviço da superação desses cárceres chamados compulsões? A serviço de tornar conscientes ou inconsciente?

O resto é falta de conhecimento sobre a teoria dos discursos. É divinização das aparências imediatas. É esquecer que tudo o que se faz sistematicamente é uma liturgia, não mais que uma liturgia e que poderia perfeitamente ser feito de mil outras maneiras, através de mil outras liturgias.

RELIGIÃO É RE-LIGAR, REENCONTRAR O FIO DA MEADA.

Também a religião pode ser vista por vários ângulos. Pode ser vista pelo ângulo místico, quando se propõe a explicar o mistério por meio da revelação feita por Deus ao homem, registrada nas Sagradas Escrituras. E estas devem ser lidas ao pé da letra. Mas outros caminhos podem ser explorados.

A palavra religião, do verbo latino "religare", significa "re-ligar".

Ou seja, encontrar o fio da meada, o pé das coisas; restabelecer os vínculos entre o céu e a terra, entre o fora do comum e o cotidiano, entre o mistério e o banal.

Se religião foi, para muitos, uma emboscada anti-sexual, isso nada tem a ver com o sentido mais profundo do termo. quem foi que disse que Deus tem de ser necessariamente moralista, de direita, fazendo promessas de uma vida futura

para que a gente se esqueça da vida presente? Quem foi que disse que Ele é existencialmente um conservado e politicamente um reacionário:

PECAR É APENAS "ERRAR O ALVO".

a palavra pecado, por sua vez, vem do latim "pecare" que significa tão comente "errar o alvo". Logo, o pecador seria alguém com tendência a dar tiros e esmo e não acertar nos seus objetivos mais profundos - aqueles que lhe trariam maior grau de felicidade e realização. Instigado por "tentações", o pecador sairia de sua rota, se extraviaria de seus caminhos, se perdendo em prazeres laterais. Daí as expressões "perdido", "perdição".

Entenda-se por "tentações" força de atração daqueles prazeres laterais que obrigam o "pecador" a desviar-se de seu fluxo mais central de desejos. "Tentação" é um desejo fissurado, que só pensa na sua gratificação instantânea e não se conforma em ter de se harmonizar com o todo - o conjunto dos desejos vistos de uma maneira mais global.

Ora, o que é uma compulsão senão um desejo fissurado e um prazer lateral que perturba, com sua boca voraz, a satisfação mais ampla dos desejos e prazeres? É, nesse sentido, algo que faz a pessoa perder o rumo, extraviar-se, errar o alvo. Logo, "tentação" é a maneira de dizer, uma linguagem mística o que, numa linguagem mais psicológica, se chamaria de compulsão. E "pecado", "perdição" são as suas consequências. Não é sem motivo que alguém disse que o pecado nada mais era do que um "abuso do bom". A busca fissurada do prazer.

Qual seria o remédio para esses males?

A convocação da serenidade e da autoridade do "Senhor" - símbolo da superação do desgoverno. Só a serenidade pode fazer frente à compulsão.

Essa convocação pode ser feita de muitas maneiras. Uma delas é através da prece.

Esse é para mim o sentido da Oração da Serenidade, proferida pelos grupos anônimos. Por conta de seu convite à transcendência das animalidades e da convocação dos níveis mais altos da mente e do sublime, faz parte, segundo esse ponto de vista, do Décimo Primeiro Passo.

Antes de passar ao próximo passo, cumpre aqui um esclarecimento, à guisa de tornar o texto mais rigoroso e cheio de precisão.

A Oração da Serenidade pelo contrário do que muitos pensam, não é uma oração universal com a qual se iniciam todas as reuniões dos grupos anônimos de mútua ajuda. No Brasil ela se tornou uma tradição - é verdade, porém, que nos Estados Unidos, por exemplo, muitas reuniões se iniciam sem oração alguma e outras se iniciam com orações diversas, entre as quais o Padre Nosso. Fizemos essa meditação sobre a Oração da Serenidade, portanto, como uma homenagem aos grupos brasileiros.

A rigor, pelo conteúdo do seu texto, se tivéssemos que escolher uma oração para representar o Décimo Primeiro Passo, ela seria a Oração de São Francisco, cujos versos evocam mais o sentido desse passo de entrega ao transcendente.

DÉCIMO SEGUNDO PASSO AJUDE PARA SE AJUDAR.

Esse Passo, para a minha leitura, rompe com a seqüência de aprofundamento progressivo dos onze passos anteriores. Na realidade ele não pode ser visto como o último, nessa seqüência cronológica de aprofundamentos. Creio que a localização possui o simbolismo de dar um arremate, do laço final a tudo que os Grupos Anônimos vêm pregando. É que, sem ele, toda a estrutura do que foi dito desmorona e todos os passos e tradições cairiam em pedaços. O Décimo Segundo Passo é assim o fecho de ouro, a costura que mantém calva toda forma de idéias, preceitos e conceitos. Sem ele, os Grupos Anônimos perderiam completamente sua eficácia no controle do alcoolismo, das toxicomanias. Considero-o, por tudo isso, a coluna dorsal, a viga-mestra de toda a estrutura dos Grupos Anônimos.

O que sugere ele? Que o alcoólatra ou o toxicômano auxilie outros alcoólatras e toxicômanos a controlar sua compulsão. Não por caridade ou bom-mocismo, mas principalmente por ser esta a melhor maneira de evitá-la em... si mesmo!

Por que?

Em primeiro lugar auxiliar outros dependentes é uma maneira de jamais esquecer-se de sua própria dependência. Aquele que auxilia está em contato permanente com sua própria realidade de alcoólico ou de toxicômano.

Acompanhar dificuldades e tropeços dos outros é vacinar-se contra a sagacidade infinita do seu próprio tubarão.

A experiência prova que, cedo ou tarde, quem se afasta dessa militância voltará ao tóxico ou ao álcool. Manter a chama é indispensável. Cumpre não deixá-la ser apagada pelos vendavais alcoólicos, cocaínicos e outros mais.

Em segundo lugar, a cessação do uso do álcool e das drogas abre um rombo no peito do dependente. ele perde não só sua amada bebida, sua adorada cocaína, seus curtidos charos, seus comprimidos queridos, como ainda seu grupo de "amigos", seus ambientes, seus papos em torno da aquisição desses prazeres quimicamente produzidos. É preciso preencher esse rombo, formar, formar novos amigos, novos ambientes, adquirir novos papos. os grupos anônimos oferecem tudo isso. Eles quase viram um clube. Geram amizades, até namoros. Tornam-se um local gostoso de ir no fim da tarde, para encontrar amigos. Ao invés de consumirem álcool e drogas, conversa-se sobre eles. E, nos corredores, bota-se a conversa em dia. Enfim, ocupa-se com uma atividade anticompução o tempo que era preenchido pela compusão. O Décimo Segundo Passo implica o comparecimento às reuniões dos grupos anônimos, aos companheiros mais novatos ou em estado de crise.

Em terceiro lugar, essa sugestão de auxílio mútuo gera um benvindo sentimento de responsabilidade. Imagine-se um membro dos Alcoólicos Anônimos, ou dos Toxicômanos Anônimos à beira de ter uma recaída. Na hora da tentação, ele se lembrará de quantos ele ajudou e de como cada qual precisa do exemplo e do esforço do outro para não recair. Sua recaída, assim, não só afetará sua vida, como todo o trabalho de anos e tanto sacrifício para recuperar outros dependentes. Esse sentimento ajuda nas horas críticas.

Em quarto lugar, esse Décimo Segundo Passo garante que os grupos anônimos não sejam instituições de caridade. As pessoas ali se ajudam por um legítimo interesse mútuo. Isso tira o ranço de bondade piegas que, caso contrário, se infiltraria pelos grupos. E não constrange ninguém a incomodar ninguém, posto que quando se pede também se está oferecendo e, quando se recebe, está se dando. Não há dívidas ou favores.

Esses "serviços" devem ser realizados, portanto, sem nenhuma remuneração. Essa gratuidade é uma consequência lógica da idéia fundadora do Décimo Segundo Passo. Além disso, a gratuidade é importante para não perverter o ato do alcoólatra ou toxicômano que auxilia outro dependente.

A ausência do dinheiro torna essa experiência muito mais clara na sua significação e muito mais eloqüente no seu impacto.

Graças a esse Décimo Segundo Passo os grupos anônimos oferecem serviços impossíveis de serem oferecidos por qualquer tipo de profissional. Se os serviços dos grupos anônimos fossem pagos, não existiria dinheiro no mundo para pagá-los. Onde se encontrariam sumidades no assunto, em todos os cantos do mundo, disponíveis 24 horas por dia, com uma permanente boa vontade, pelo resto da vida? Nos Grupos Anônimos encontram-se essas condições. E tudo de graça!

RELEMBRAR, RELEMBRAR PARA JAMAIS ESQUECER.

O Décimo Segundo Passo é uma espécie de liturgia de rememoração. ao cuidar de outros dependentes, cada um rememora a sua dependência.

Mas não é só esse passo que proporciona esse permanente lembrar-se.

Todas as reuniões dos grupos anônimos são liturgias de rememoração. Tal como os católicos se encontram semanalmente na missa para comemorar, ou seja, memorar junto a fragilidade e os mistérios da carne (vida terrena), os grupos anônimos se reúnem para comemorar a existência dos mistérios e tentações das grandes compulsões. O fato de essa memoração ser feita em conjunto - comemoração - é importante, pois provoca um sentimento que não pode ser negado ou apagado pelas astúcias da tentação (compulsão).

Além disso, nas reuniões dos grupos anônimos, seus membros fazem depoimentos que, invariavelmente, se iniciam com: "Eu sou um alcoólatra (ou toxicômano) em recuperação". O tempo do verbo é claro: eu sou. Não é eu fui, eu estou sendo, nada que amenize a cortante afirmação.

Isso não é feito como uma execração pública. Nada tem a ver com aqueles condenados medievais que carregavam no peito uma placa com seus crimes

infamantes, para serem expostos ao público. Pelo contrário. É até uma maneira de se afirmar nem criminoso nem, como pessoa, inferior a ninguém.

Serve, contudo, para marcar a ferro e fogo a recordação. Para que o "alcoólatra ou toxicômano em recuperação" lembre sua condição de dependente, pois a mais perigosa das astúcias das compulsões se manifesta pelo apagamento dessa lembrança. Sob o fogo cruzado do desejo fissurado, a mente esquece tudo. Sai de si e vira porta-voz da fissura que a possui e dominou.

para lembrar a força da compulsão, aquele que está dando seu depoimento encerra-o dizendo ter permanecido sóbrio pelas últimas 24 horas e rogando permanecer sóbrio pelas 24 horas seguintes. Depois é depois. Não dá para prever.

E, nem precisa. Afinal os séculos e milênios são feitos nada mais nada menos do que por uma sucessão de 24 horas.

CAPÍTULO VIII

O FUNCIONAMENTO DOS GRUPOS DE FAMILIARES DOS DEPENDENTES.

Não há família capaz de conviver com um dependente na ativa sem enlouquecer.

Impotente, desesperada, ela não sabe mais o que fazer. Ora perde as estribeiras e reage com grande impaciência e agressão. Ora se sente culpada e, complacente, corre atrás para desfazer as loucuras financeiras, profissionais e pessoais do bêbado ou drogado.

O dependente, por sua vez, ora se sentirá vítima da família e desamparado, ora se sentirá de costas quentes, vivendo uma perigosa impunidade, que só estimula a irresponsabilidade.

A família, sem o saber, torna-se fator de agravamento da compulsão.

Se o bêbado e o drogado enlouquecem a família, a família enlouquece-os também.

Tendo percebido isso, os Grupos Anônimos estimularam a criação de Grupos Anônimos constituídos pelos familiares dos dependentes do álcool ou das drogas.

Para suplementar a recuperação dos membros nos Alcoólicos Anônimos (A.A.) criaram-se os Al-Anon (outra maneira de abreviar Alcoólicos Anônimos); e para suplementar a recuperação dos Narcóticos Anônimos, foram instituídos os Naranon (de novo, outra maneira de abreviar Narcóticos Anônimos).

Os Al-Anon foram a segunda modalidade de grupos anônimos a entrar em funcionamento. sua fundação data de 1947, seis anos, portanto, antes da fundação dos Narcóticos Anônimos (1953). De lá para cá, têm trazido o mais relevante auxílio ao alcoólatra e à sua família.

A história do NARANON no Brasil é também uma história peculiar quanto a dos Narcóticos Anônimos. os NARANON surgiram como desdobramento do Toxicômanos Anônimos e se chamavam TOX-ANON. Em 1990, depois de tão importantes serviços prestados à causa da recuperação dos toxicômanos no Brasil, em um ato de comovente humildade, renunciaram à sua designação e, tal como os Toxicômanos Anônimos, integraram-se aos movimentos internacionais.

Os Toxicômanos Anônimos, como já disse, passaram a se chamar Narcóticos Anônimos e os TOXANON adotaram a designação de NARANON.

Nos AL-ANON e NARANON os amigos e familiares dos dependentes se reúnem para entender mais sobre a compulsão e saber enfrentar os problemas que ela acarreta.

A família que até então atrapalhava a recuperação, doravante não só não atrapalha mais, como ainda ajuda. E muito.

O dependente está agora protegido por todos os lados. Leu a literatura dos grupos anônimos e agora conhece o fundamental sobre a compulsão e seu enfrentamento. Encontra-se protegido intelectualmente. Não é mais um ingênuo e um incauto diante das astúcias de sua compulsão. Além disso está protegido emocionalmente pelos vínculos que estabeleceu com outros membros dos Grupos Anônimos. Fosse isso pouco, e, esteja onde estiver, esteja na ilha de Java ou no Japão, terá logo ali na esquina algum Grupo Anônimo ao qual recorrer. Gente de outra língua, é verdade, mas que fala a "sua" língua.

Para não esquecer um único dia os perigos de recaída, freqüenta reuniões do seu grupo, ouve depoimentos de outros dependentes, está disponível para auxiliá-los. E agora, até nos filhos, nos empregados, encontra aliados, terapeutas leigos para auxiliá-lo a aprofundar sua sobriedade.

Os grupos familiares (AL-ANON e NARANON) funcionam à imagem e semelhança dos grupos anônimos, seguindo as mesmas regras de funcionamento e os mesmos princípios. Ao invés de "evitar a primeira dose", seu lema é "evite a primeira briga". Sábia advertência. Afinal, alguém já viu briga, bate-boca, insulto e discussão resolver alguma coisa? Agressividade apenas puxa agressividade. É essencial quebrar esse circuito vicioso que gera tanto desentendimento, que cava abismos entre as pessoas, num progressivo afastamento. Nas reuniões desses grupos, os familiares aprendem tudo sobre dependência do álcool ou de drogas e discutem com membros mais experientes como conviver com o dependente e como auxiliá-lo com respeito e competência, e não com desrespeito ou paternalismo. A família também deve evoluir psiquicamente através da prática dos Doze Passos. Apenas - é óbvio - O

Primeiro Passo é transformado. Não se trata de admitir que se perdeu o controle sobre o álcool ou a droga. Trata-se de admitir que se perdeu o controle sobre o alcoólatra ou o drogado. E sobre si mesmo, no que respeita às reações.

Os grupos familiares de alcoólatras existem no Brasil há cerca de 20 anos e os toxicômanos apareceram nos anos 80. Sem eles, os grupos anônimos não teriam a eficácia que alcançaram.

Principalmente nos seus primeiros tempos de recuperação, os dependentes estão frágeis e necessitam de maior amparo familiar. E amparo não significa apenas boa vontade e paciência. Envolve também entendimento dos processos psicológicos da cabeça do dependente e dos complexos jogos afetivos que ocorrem no interior de um casal e de sua família.

Numa família ou num casal, acaba havendo uma distribuição de papéis, como numa peça de teatro: cada qual encarna um personagem e cumpre um papel, saiba ou não saiba, queira ou não queira. E, quando um dos personagens mais marcantes dessa peça - o alcoólatra ou o drogado - vai mudando, há um desequilíbrio geral na família. Hábitos, costumes, hierarquias e rotinas são abalados, e isso gera resistência, crise, confusão. Cada qual já estava acostumado até com o tipo de sofrimento que o atingia no dia-a-dia. Dispunha-se até de um bode expiatório, responsável por todos os males da família: o dependente.

Quando este começa a recuperar-se, os outros membros da família podem reagir - sem o saber - de forma negativa.

Suponhamos um alcoólatra, pai de família, de uns 50 anos, com filhos adolescentes e enfurnado no copo há vários anos. Sua irresponsabilidade, sua incapacidade de dar-se ao respeito ou de honrar compromissos há muito o destituíram da liderança da família. A esposa e os filhos assumiram o comando. E já se acostumaram a isso. Quando esse alcoólatra pára de beber e reassume seu papel, é necessário um remanejamento na distribuição dos poderes. E - a gente sabe - poder "vicia" mais do que qualquer substância química. Embriaga a todos, sobe à cabeça e inebria. Resultado: crise.

Além disso, vem a gana da forra pelos anos de sofrimento e privação impostos pelo alcoolismo do pai e marido, cuja dívida familiar é enorme, impagável, podendo seus credores tornarem-se furiosos.

E o pior é que o alcoólatra nesses primeiros tempos de recuperação ainda está frágil, vulnerável. É quase como um adolescente ainda desesperado para enfrentar o mundo.

Muitas vezes a mulher do alcoólatra interpreta a compulsão do marido como uma rejeição, sinal de seu fracasso como mulher. E evidentemente, enxergando as coisas por esse ângulo, jamais terá serenidade para auxiliar o alcoólatra.

A FAMÍLIA SAI MELHOR DO QUE ENTROU.

A vida nos apresenta permanentes paradoxos. A família de que um dos membros é vítima de compulsão ao álcool ou a drogas fica profundamente abalada, em clara desvantagem com relação às demais. Entretanto, com a criação dos AL-ANON e dos NARANON, tudo mudou. As famílias rapidamente compreendem que amar não é sofrer junto, descabelar-se junto, enlouquecer junto. Isso não é solidariedade, é bondade inútil. Ou masoquismo. Manter o pulso firme sem se irritar é a postura que ela logo aprende. com isso debela a hemorragia que a exauria.

Ao frequentar aos AL-ANON e os NARANON, as famílias dos dependentes vão adiante. Não só se conscientizam sobre a compulsão ao álcool ou às drogas, sobre as dinâmicas que elas geram, como ganham uma compreensão muito mais ampla de todos os relacionamentos familiares que independem da presença do dependente na ativa.

Assim, os membros das famílias "desenvolvem" suas personalidades. Quer dizer, a família será mais refinada e "integrada" do que era antes. O que parecia uma desgraça torna-se uma benção. A compulsão, ao invés de destruir a família, pode fazê-la mais forte, e seus membros passam a se "melhores pessoas" do que eram e do que seriam se tudo tivesse acontecido.

E os filhos menores, os adolescentes, os chamados "teen-agers, aqueles que vão dos 13 aos 19 anos? Esses são ainda jovens demais para discutir nos

grupos adultos. Sua presença atrapalharia a discussão, e não se poderiam discutir ao seu nível.

Tal como a psicanálise inventou os grupos de adolescentes, os Grupos Anônimos inventaram os seus: são grupos que reúnem os filhos dos alcoólatras e drogados, que ali aprendem a perder o preconceito, a vergonha e o sentimento de inferioridade, pois aprendem a entender as compulsões. aprendem, de uma só vez, a compreender seus pais, seus irmãos, e a se compreenderem melhor.

Muitos adolescentes foram salvos das drogas só porque tinham um pai ou mãe bêbados ou drogados!

SER ALCOÓLATRA OU TOXICÔMANO PODE SER VANTAGEM.

Um drogado ou bêbado, ao ingressar num Grupo Anônimo, pára de drogar-se e de embebedar-se. Ao cumprir os Doze Passos, vê desabrocharem suas potencialidades e, de lambuja, livra-se de vários sintomas neuróticos. Não bastasse isso, ocupa o tempo ocioso com coisa útil. Faz novos amigos, aliados, companheiros. E aprende tudo sobre sua compulsão, tornando-se um expert no assunto. Sua cabeça fica mais aberta e sua família mais "evoluída". Filhos adolescentes, que poderiam ir para as drogas ou para a delinquência, retornam a um caminho mais sadio. Inacreditavelmente, sua compulsão resultou em benefícios. Para todos.

Não só se sai melhor do que entrou, como também se sai melhor do que se nunca tivesse entrado.

CAPÍTULO IX

O DESENTENDIMENTO HISTÓRICO ENTRE GRUPOS ANÔNIMOS E PSICANÁLISE.

Já realizei várias dezenas de palestras em grupos anônimos. A atitude geral frente à psicanálise é de interesse e respeito.

Contudo, em alguns membros desses grupos notei, nas entrelinhas, uma ponta de suspeita. Hoje entendo muito bem suas razões.

É que muitos psicanalistas - por desinformação, inexperiência ou prevenção - consideram o alcoolismo, as toxicomanias e outras grandes compulsões (comilança, jogatina) um sintoma como outro qualquer. Logo, perfeitamente removível por uma "boa psicanálise". A voracidade frente ao álcool ou às drogas seria sintoma tão grave (ou tão pouco grave) como uma fobia de sair sozinho na rua, uma mania de doença ou um complexo de inferioridade.

Claro, imaginam esses psicanalistas, que essas compulsões, como aliás qualquer sintoma, podem ser menos ou mais rebeldes. Algumas desaparecerão em meses, enquanto outras requererão anos de análise. Só uma minoria seria de tal gravidade que, por mais análise que se faça, não se alteraria. Como qualquer outro sintoma. Tudo na mente está sujeito à temida "reação terapêutica negativa".

Apesar dos pesares, para esses psicanalistas a maioria das compulsões seria revertida em moderação.

O alcoolismo, por exemplo, seria o resultado de uma crise existencial ou de alguma carência primitiva, ambas a serem elaboradas em processo analítico. O alcoólatra bem analisado deixaria de beber compulsivamente e passaria a beber como todo mundo. Sem exageros.

O toxicômano, por outro lado, uma vez bem analisado, superaria as razões que o levaram às drogas. Descobriria seu perigo e sua capacidade química de viciar e, por isso, as abandonaria de vez. Até porque as substituiria pelo seu saboroso scotch, vodca, conhaque ou cachacinha. Ou, pelo menos, por umas cervejinhas geladas ou um vinho de vez em quando. Sem exagero, é óbvio.]Por causa dessas "teorias", muitos alcoólatras e toxicômanos já morreram ou destruíram

suas vidas depois de anos e anos de divã. Fizeram análise e mais análise à espera da tão aguardada moderação, e a voracidade aumentava cada vez mais. É justo, portanto, que muitos alcoólatras e drogados tenham ficado, no mínimo, com suspeitas e restrições em relação à psicanálise. principalmente porque conseguiram controlar sua compulsão nos grupos anônimos, onde explicitamente é recusada a hipótese da compulsão alcoólica se transformar em moderação e dos toxicômanos poderem substituir os tóxicos pelo álcool. Nem que seja a mais inocente cervejinha...

os grupos anônimos só nisso são taxativos: quem é alcoólatra jamais beberá moderadamente; e quem é toxicômano voltará às drogas se beber qualquer bebida alcoólica. Além de correr o risco de ainda desenvolver um alcoolismo. Para alcoólatras e drogados, só há um remédio: abstinência total de qualquer substância que afete a mente. A presença de uma compulsão química sugere a potencialidade para outras compulsões químicas. As dependências químicas - entre as quais se inclui o alcoolismo - se cruzam e se conectam. Quem é vulnerável à dependência a um gozo químico (gozo aqui no sentido amplo do termo, é claro) é vulnerável à dependência a qualquer gozo químico.

Portanto, para alcoólatras e drogados só existe um recurso: evitar a primeira dose. De qualquer bebida ou droga.

Essa afirmação, até onde eu saiba, é de uma novidade radical. Nunca foi formulada pela psicanálise e foi formulada pelos grupos anônimos. Eles são os criadores desse conceito fundamental: que compulsão alcoólica ou compulsão a drogas não têm cura., não podem ser controladas e, para controlá-las, impõe-se abstinência total.

As consequências catastróficas que resultaram da psicanálise não ter afirmado isso são a razão da suspeita com relação a ela. A única razão.

Vejamos agora as suspeitas de muitos psicanalistas com relação aos grupos anônimos. Começemos pelos Alcoólicos Anônimos, Sobre eles pairam, logo de saída, aqueles típicos preconceitos elitistas: seriam grupos de mendigos de pés-inchados, que receberiam uma sopa caridosa em troca de uma boa lavagem cerebral e um bom sermão.

Dado o desespero das circunstâncias, antes isso do que nada. Nesses extremos, esse método "primitivo" poderia até funcionar. Esses deserdados do destino, em função do próprio desamparo, seriam presas fáceis para esse tipo de doutrinação. Principalmente porque, mal ou bem, receberiam alguma ajuda. algum carinho piedoso.]Também, se não funcionar, tudo bem. Esses miseráveis, pelo menos, passaram uma noite sem beber, foram alimentados e tratados.

Contudo, quando se ouve falar que os Alcoólicos Anônimos estariam cuidando de pessoas economicamente credenciadas para terapia mais "refinadas" e "científicas", aí até essa benevolência paternalista deixa de existir.

Para esses psicanalistas, que confundem psicanálise com jargões e liturgias psicanalíticas, é difícil pensar, sem preconceitos, outras linguagens e outras liturgias. A tendência, então, é descartar-se delas, mediante desqualificação. Tudo é visto superficialmente, e vale a aparência imediata.

para esse tipo de psicanalista, não há lugar para dúvidas: os A.A. seriam grupos de índole protestante - quem sabe de espírito calvinista, misturada com aquele pragmatismo tão típico dos Estados Unidos.

A TÉCNICA DOS A.A. SERIA ESTIMULAR DEPENDÊNCIA.

A técnica dos A.A. consistiria em estimular a dependência afetiva do alcoólatra em relação ao grupo. O alcoólatra seria seduzido de mil maneiras por outros alcoólatras convertidos aos A.a. para se converter também. O estado de desespero e desamparo que lhe traz o alcoolismo torna-o sensível a essa dependência e sedução. Amolecido seu coração, torna-se fácil fazer sua cabeça, inculcando nela idéias anti-alcoólicas, assimiladas em função da dependência ao grupo.

Do ponto de vista desses psicanalistas, esse procedimento pode até eventualmente funcionar, principalmente com personalidades mais austeras e rígidas ou então com aquelas bem desamparadas e carentes de afeto. Contudo, seria o avesso da psicanálise. Não se chegaria ao nervo da dependência alcoólica e, por isso, ao invés de uma autêntica libertação psíquica, apenas se trocaria de presídio: se trocaria um cárcere alcoólico por um cárcere anti-alcoólico. Na melhor das hipóteses, um mal menor.

A REPRESSÃO SEXUAL NO TRATAMENTO DO ALCOOLISMO.

Esse sistema repressivo, por sua vez, se utilizaria, para suas construções, das técnicas litúrgicas do protestantismo quem sabe calvinista: orações e arrependimentos grupais, juras públicas de perseguir a virtude - no caso, parar de beber. Com o objetivo de reprimir custe o que custar o alcoolismo, ir-se-ia pouco a pouco apertando o cerco e estabelecendo uma estratégia de repressão não só do álcool mas a tudo que o que fosse de alguma maneira "inebriante". Como o alcoolismo é um prazer dos sentidos, todos os prazeres dos sentidos ficariam sob severa vigilância, a fim de se evitar o efeito cascata. Noutras palavras, deve-se estabelecer uma política de repressão à sexualidade mais solta e a todas as suas derivações. A invocação do nome de Deus e a retórica religiosa serviriam para produzir um clima mais solene e arrebatador: uma verdadeira hipnose mística, dentro da qual se travaria a luta do espírito contra os baixos instintos.

Cumprir desenvolver a "espiritualidade" para conter a animalidade e suas baixas bocas vorazes. Os bons sentimentos devem valer mais que os belos sentimentos. Uma vida bela importa menos que uma vida bondosa. Servir importa mais do que viver.

Assim sendo, é pouco falar de espiritualidade, de moderação. Há que saber que tipo de espiritualidade será desenvolvida, que tipo de moderação será cultivada. Existem muitos tipos diferentes de espiritualidade e moderação, desde as mais vibrantes até as mais descoloridas, desde as mais canônicas às mais dionisíacas.

A psicanálise também pode ser descrita como promotora do desenvolvimento de espiritualidade e do cultivo de moderações. Só que sem cartas marcadas desde o início do jogo. Sem tipos prévios de escolha de espiritualidades ou moderações. Quem as escolherá será o desejo do paciente e não o desejo do psicanalista nem de ninguém.

Vejamos agora o método que esses psicanalistas utilizariam para tratar o alcoolismo: sem dúvida, o trabalho sobre a chamada "transferência".

O MÉTODO DA TRANSFERÊNCIA CURANDO O ALCOOLISMO.

O que faria o psicanalista com a dependência de seu paciente, tecnicamente chamada de "transferência"?

O paciente quando entra em análise - queira ele ou não - vai sendo possuído por vários níveis de sua mente, muitos deles primitivos, completamente estranhos ao "adulto" que ele é. Noutras palavras, o inconsciente aproxima-se do consciente, produz nele infiltrações e faz sentir a sua presença. Por que o inconsciente se aproxima? por que o paciente sente-se mais amparado estando em análise, mais confiante para lidar com "o estranho" dentro deles; ou seja, porque, pelo trabalho da própria análise, relaxam-se as primeiras resistências, as chamadas resistências de primeira linha. Além disso, o paciente fica, naturalmente, mais atento à sua mente, e aquilo que em função de sua desatenção não enxergava, passa a enxergar. Como cada nova visão puxa outra, ele vai como que puxando fios enrolados e ocultos de sua meada inconsciente.

Quando esses níveis - ou primitivos ou estranhos - do paciente aproximam-se ou infiltraram-se na consciência, ocorre um fenômeno: o paciente permanece nesse mundo e nessa realidade, mas começa, ao mesmo tempo, a ser possuído por outro mundo e outra realidade. Não se assusta com isso e nem sente que está enlouquecendo pois acompanha com clareza o sentido geral do processo. Muitas vezes esse outro mundo e essa outra realidade nem se infiltraram na consciência: já estavam há muito tempo lá produzindo sensações estranhas, mas que sua visão interior nem registrava direto. Esse novo mundo, essa nova realidade não são, necessariamente, mais, loucos ou primitivos; muitas vezes são lados seus extremamente interessantes, bonitos e criativos e que só o enriquecerão. Apenas são vividos como estranhos pela pouca familiaridade, pela ausência de convívio.

Em suma, o paciente percebe que, na realidade, jamais viveu na "realidade", até porque essa é impossível. Viveu sempre na sua realidade psíquica, na sua maneira de enxergar e sentir o mundo. e que essa realidade psíquica não é uma, é bem mais do que uma.

Ao ter consciência de viver várias realidades psíquicas ao mesmo tempo, ele enxergará a si próprio e ao analista influenciado por essas "realidades psíquicas". Contudo, como a convivência com o psicanalista é frequente e intensa, como estabeleceu com ele um vínculo pessoal profundo, como faz ele grandes expectativas de salvação, no eixo analisando-analista ficam intensamente marcadas essas "realidades psíquicas".

Num certo sentido, o paciente passa a ter uma espécie de dupla visão: enxerga a realidade com seus olhos habituais, mas passa e enxergá-la também com "outros olhos", produzindo fantasmas no vídeo. No eixo analista-analisando, esse fenômeno torna-se mais exacerbado: o paciente enxerga a si mesmo e ao psicanalista, do modo como sempre o fez e de modo "transfigurado". Se os níveis do seu inconsciente que se aproximam da consciência forem níveis primitivos, o analisando passará a enxergar-se e ao analista com olhos progressivamente mais primitivos, quer dizer, pueris. O analista poderá ser visto como um gigante, um messias, um salvador, enquanto o paciente se enxerga como infante necessitado de salvação. Se o analista corresponde a seus anseios primitivos de menino, agora tornados vivos e atuais, ele é um Deus amantíssimo. Se não o fizer, não passa de um absoluto canalha.

Esses níveis antigos tornam-se vivos porque nos níveis profundos da mente - no inconsciente - nada muda, nada esmorece ou perde a força; nada se esquece e nada passa. Tudo o que foi é e será para sempre. O passado não passou nem passará jamais. A criança não morre nunca. A infância é imortal.

Num primeiro tempo, o psicanalista daria rédeas soltas às "transfigurações" do analisando, explicando inclusive ao paciente sua significação e como é natural e até com que eles apareçam. Elas iriam, assim, se aprofundando, até atingirem camadas profundas do paciente, onde se encontrariam as emoções, causas e motivos de todas as dependências, inclusive a alcoólica. Essas emoções, causas e motivos iriam sendo revividos, um por um, na relação com o analista, o qual os iria explicando a cada momento para o paciente. Este, pouco a pouco, lentamente, iria digerindo e elaborando essas dependências primitivas, as quais iriam a pouco e pouco também lentamente desaparecendo. Assim, o alcoolismo

desapareceria sem qualquer manobra repressiva. Até pelo contrário, desreprimindo cada vez mais as emoções que o geraram. E sem recorrer a qualquer exortação anti-alcoólica.

A dependência do analisando seria utilizada para superar todas as dependências, inclusive a alcoólica, inclusive a própria dependência em relação ao psicanalista. Assim, sem mais depender do seu psicanalista, ele terminaria sua análise. Para sempre.

Bonito não? E as coisas funcionam exatamente assim. No papel. Porque no consultório elas são bem diferentes. As coisas colocadas nesses termos não dão conta da realidade. Não são, então, teorias científicas, são lendas e mitologia supostamente científicas. Visões idealizadas da "realidade".

Já os Narcóticos Anônimos inspiram, sob certos aspectos, menos virulência crítica.

primeiro porque a idéia de drogas liga-se menos à idéia de mendigos e pés-inchados e liga-se muito mais à idéia de "jovem de classe média". Segundo porque, exatamente por essa razão, o problema das drogas afeta os ... filhos dos psicanalistas, que, muitas vezes, não sabem o que fazer. Aí não tem elitismo, elegância de discursos, retórica científica ou charme intelectual. Tem é um problema prático e, às vezes dramático, dentro da própria casa. Aí, a realidade arromba as teorias. Em primeiro lugar, curar os filhos do vício das drogas, seja pelo método que for. Até porque depois, uma "boa análise" trará de volta aos filhos a sofisticação intelectual que eles merecem...

OS GRUPOS ANÔNIMOS SERIAM REPRESSIVOS.

Voltemos então às críticas de muitos psicanalistas aos grupos anônimos.

Não se pode negar que a linguagem clássica dos Grupos Anônimos - seus textos, seus Passos e Tradições - sejam uma linguagem mais protestante do que taoísta, marxista ou psicanalítica; mais norte-americana do que francesa ou italiana; mais anos 30 do que anos 60. Ou anos 80.

Nem poderia deixar de ser assim. Afinal essa linguagem foi formulada nos Estados Unidos, em plena recessão econômica, num clima claramente

protestante e nos anos 30. Não por literatos, petas, cientistas ou filósofos. E sim por norte-americanos típicos, que representavam o espírito da época.

Por tudo isso, a linguagem dos grupos anônimos não possui a densidade filosófica chinesa nem a elegância teórica francesa. Será isso tão grave assim?

Os textos freudianos, não estão eles também marcados pelo estilo e pelas idéias que circulavam por Viena no início do século? isso, por acaso, diminuiu o brilho de sua originalidade?

Quanto à acusação de que os grupos anônimos lidam com o alcoolismo e as toxicomanias mediante uma técnica repressiva e uma estimulação à dependência em relação ao grupo, isso é uma verdade que eles nunca esconderam. pelo contrário, proclamam-na para todo mundo ouvir. Com orgulho, só que com outras palavras. Menos desqualificadoras, é claro.

Realmente, colocando-se as coisas nesses termos, como alguns psicanalistas colocam - técnica repressiva, estimulação à dependência sem fim - quase nada resiste.

Não tenhamos, porém, medo das palavras. Vamos enfrentá-las no seu próprio campo.

REPRESSÃO E DEPENDÊNCIA NÃO SÃO SEMPRE RESTRITIVOS.

Logo de saída, repressão (ou, caso se prefira, recalque) não é palavrão, apesar de ter adquirido essa conotação. Existem repressões que causam danos e prejuízos; mas existem repressões que evitam danos e prejuízos. Afinal, como o próprio Freud nos lembrou ao final de sua vida (Análise terminável e interminável, 1937), a mente humana jamais é capaz de dar conta de si completamente. Ela possui não só pontos que nenhuma psicanálise é capaz de remover, como percorrê-la em toda a sua extensão, desreprimi-la e elaborá-la é tarefa simplesmente impossível. Logo, para esses pontos não digeridos, só resta a repressão. Se ela falhar, eles aparecerão sob a forma de sintomas, infernizando a vida. A repressão, portanto, pode também ser a guardiã da vida. Repressão entende-se aqui como um mecanismo interior da mente - é óbvio -, e não como atos policiais externos.

O mesmo se pode dizer da palavra dependência, mesmo quando esta não deva ter fim. O ser humano, por natureza, é um ser dependente. A independência para ele é impossível, não passa de um sonho, de uma quimera. Trata-se, portanto, não de livrar-se das dependências e sim de administrá-las dentro do possível. Dependências em relação a que e de quem? Essa é a verdadeira pergunta.

Para os grupos anônimos, trata-se de estabelecer algum grau de dependência em relação a eles ou de recair na dependência ao álcool e à droga. As coisas não são assim por prazer ou por capricho dos grupos anônimos, mas por imposição dos fatos., Quem achar que não é assim, siga seu rumo. Não será caçado a laço.

Mas na prática essa "dependência do grupo" é meio mítica. O que existe na realidade são pessoas se relacionando com pessoas, num jogo de trocas mútuas muitas vezes agradável e prazeroso. Certamente não se "depende" mais das pessoas que dos companheiros de bar ou de noitadas cocaínicas. Para não se evitar a palavra dependência e enfrentá-la de frente, assumindo-a, se dirá então, sendo mais preciso, que há dependência não em relação ao grupo ou às pessoas, mas antes em relação a essas trocas recíprocas. O membro do grupo anônimo não é passivo. Ao se tratar, está tratando. Ao depender, está sendo objeto de dependência. Ao ser filho, está sendo pai.

Quanto ao fato dos grupos anônimos recorrerem a técnicas repressivas com relação ao alcoolismo ou às toxicomanias, essa afirmação requer esclarecimentos.

Certamente. se técnica repressiva significar algum tipo de ameaça, crítica, intimidação, algum tipo de violência, algum tipo de atitude geradora de medo, os grupos anônimos não recorrem a nenhum tipo de técnica repressiva.

Se, contudo, por repressão se quiser entender um método de conscientização sobre a limitação, da impossibilidade de sua reversão, e uma ajuda mútua para evitar a tentação, aí, tudo bem, os grupos anônimos utilizam a repressão. Tal como o cardiologista, ao estimular seu cliente hipertenso a abandonar o sal, tal como o endocrinologista ao incitar seu paciente diabético a abandonar o açúcar,

tal como o neurologista ao sugerir ao seu paciente acometido de "ausências" que abandone o automobilismo. Ou tal como o psicanalista ajuda seu paciente a abandonar suas fobias, manias ou repressões. Ou será que o psicanalista não faz isso?

Se as dependências químicas e alcoólicas fossem superadas pela psicanálise, ou por qualquer outro método, eu não tenho dúvida de que os grupos anônimos a recomendariam e reformulariam - felizes - os seus princípios. Afinal, todos os seus membros poderiam voltar a beber, numa boa... Logo quem!

Não é por implicância, moralismo ou calvinismo que eles recomendam a abstinência. Nem por masoquismo, logo eles que amaram tanto as noitadas boêmias, bêbadas ou drogadas. Não nos esqueçamos jamais desse fato: os membros dos grupos anônimos foram, na maioria, notívagos, almas boêmias, gente que amava "vinho, mulheres e música". E não ascetas, misantropos ou almas clericais. Eram pessoas superligadas aos prazeres e não, desde sempre, ligadas às bem-aventuranças da vida eterna. Essa origem marca uma imensa diferença entre os grupos anônimos e quase todos os outros grupos, seja lá do que for. Seja mesmo um grupo de psicanalistas ou artistas. Nenhum grupo humano reúne tamanha concentração de boemia, noitada e festa.

LIVRAI-NOS, SENHOR, DO... PRIMEIRO GOLE.

Quanto à idéia de "evitar a primeira dose", na sua simplicidade prática é simplesmente genial.

Ora, se dirá, a Bíblia já disse isso muito antes, com suas parábolas para evitar as tentações. Os fumantes já descobriram que só se afastando de vez do cigarro é possível livrar-se do cigarro. Os amantes infelizes, com tanto dor, já descobriram há tantos séculos, que só se afastando daquele amor não correspondido conseguem livrar-se dessa dependência tão poderosa quanto as piores dependências, chamada paixão.

Só que, ao colocarem esse preceito, os grupos anônimos abrem um imenso filão de associações e simbolismos, que nem os fumantes, nem os amantes infelizes abriram. Resolveram de uma só tacada, não só o problema do alcoolismo, como possibilitaram o emprego dessa idéia aos mais variados campos.

Por que?

Porque ao invés de só falar de força de desejos, de conflitos de desejos, de conteúdo de desejos, abordaram o aspecto do grau particular de excitação de cada desejo, seja ele qual for. Mostraram que um mesmo desejo, nos seus estados menos excitados, não é o mesmo do que nos seus estados mais excitados. Não se trata, portanto, de mudar o conteúdo dos desejos não desejáveis. Trata-se de não incitá-lo, de não atiçá-lo.

isso vale para qualquer desejo. Até porque, além de uma certa temperatura, ninguém mais consegue controlá-lo, e ele é que controlará. No problema do desejo importa sim, primeiro, o seu grau espontâneo de explosividade: se é explosivo, fissurado, voraz; ou se é dócil, naturalmente moderado e pacato. Segundo, o grau de excitação em que ele se encontra. De acordo com esse critério, importa menos o objetivo que o desejo deseje e, muito mais, sua natureza explosiva e seu grau de excitação. Desejos vorazes demais - ou seja, compulsões - são perigosos e perniciosos seja qual for seu objeto. Face a eles só resta uma atitude: não incitá-los, mantê-los aquietados.

Ora, essa idéia aplica-se a um sem-número de circunstâncias. Aplica-se ao docinho, "só-uma-mordidinha" para quem está fazendo dieta. Aplica-se ao "só-mais-essa-apostinha", a quem está querendo administrar a jogatina. Aplica-se ao primeiro tom áspero, no casal dominado pela compulsão da briga. Aplica-se à primeira manifestação dessa perigosa compulsão chamada preguiça àquele que se propôs fazer ginástica. Aplica-se ao aparecimento daquela primeira idéia pessimista no deprimido. Aplica-se ao aparecimento daquele primeiro sentimento de autocomiseração naquele que tem a compulsão de se sentir vítima. Aplica-se ao primeiro olhar vigilante naquele que está possuído pela compulsão dos ciúmes. E, por aí vai.

Essa recomendação dos grupos anônimos mudou minha maneira de lidar comigo mesmo e com meus pacientes. Não com relação ao álcool. Mas com relação à vida.

Essa técnica de quebrar uma compulsão, aquietando-a e evitando sua incitação, eu não conhecia. Ou melhor, até a conhecia, mas com um saber lateral, sem

maiores importâncias para todas as áreas da vida. Seria para parar de fumar, acordar pela manhã e para não muito mais do que isso.

OS GRUPOS ANÔNIMOS SERIAM TÉCNICAS SUGESTIVAS.

Vamos enfrentar agora mais duas acusações: a de que os grupos anônimos "seduziriam" aqueles que os procuram para se converterem ao seu credo; e que ofereceriam "sugestões" anti-alcoólicas, no sentido negativo da palavra.

Tudo, como sempre, depende do sentido que se estiver dando às palavras. No meio psicanalítico, sabe-se muito bem o que significa seduzir e suggestionar.

Seduzir seria a atitude de substituir a verdade sobre a mente pelo discurso do elogio, do agrado, da massagem do ego, ou da promessa. Não vejo, nesse sentido, os grupos anônimos seduzindo ninguém. Pelo contrário, vejo-os oferecendo a todos os seus membros a verdade mais direta e sem retoques, não só sobre o alcoolismo e as drogas, como sobre o funcionamento geral da "personalidade", ali chamada de "caráter". O que são os Doze Passos senão um convite a uma verdade psíquica cada vez mais aprofundada? A técnica usada não é, do ponto de vista de sua liturgia, realizando algo semelhante ao fazer psicanalítico?

Ora, se dirá: não se interpreta o infantil, na transferência. Com esses nomes, certamente não. Mas será que, de uma forma mais empírica do que conceitual, mais apoiada na sensibilidade e na experiência do que na teoria, não estarão fazendo algo equivalente a interpretar o infantil na transferência? Não fazem análise do caráter observado não só o relato mas o comportamento do membro com relação ao grupo e aos outros membros? Tudo isso dentro de um clima emocionado que poderia perfeitamente ser chamado de transferência? Nessa "análise do caráter" não estão mostrando a seus membros como seu comportamento possui muito de infantil, o que perturba a sua vida? É verdade que os grupos anônimos não possuem o conceito psicanalítico do "infantil", com todas as complexidades que ele implica, mas não estarão empiricamente, com outras palavras, operando com ele? É verdade que os grupos anônimos não possuem o conceito psicanalítico da transferência, mas não estarão, também empiricamente, trabalhando com ele, verbalizando-o e interpretando-o?

Além disso, nos grupos anônimos não há "sopa", de tipo nenhum. Nem a propriamente dita, nem qualquer outra. Não há tapinha nas costas, não há empréstimo de dinheiro, não há facilidades de emprego, não há remuneração por serviços prestados, não há auxílio médico, mesmo que ele seja necessário. O único auxílio que se oferece é o auxílio mútuo, nos assuntos diretamente ligados à compulsão. Não há promessas de cura miraculosa, nem garantias de nada. Só há promessa de trabalho. Não do grupo com relação ao dependente, mas de todos com relação a todos, sem nenhuma remuneração financeira. Pelo contrário: todos têm de tirar dinheiro do próprio bolso para custear as despesas de aluguel, luz, telefone e burocracia do grupo.

Sedução como, se há tamanha austeridade?

Agora, que o dependente é acolhido com respeito, atenção, fraternidade, isso é. Que ele recebe amparo nos seus momentos de desamparo e incentivo nos seus momentos de hesitação, isto também é fato. Se vem que na exata medida que é implicitamente sugerido a ele acolher com respeito, atenção e fraternidade outros dependentes, ampara-os nos momentos de desamparo e incentivá-los nos momentos de hesitação.

É óbvio que um membro recém-chegado, com a insegurança e desconfiança que caracterizam esse estado, recebe cuidados especiais. Não que ele seja "seduzido". Simplesmente é tratado de acordo com o grau de fragilidade que apresenta.

Ele não estabeleceu ainda uma relação de confiança com o grupo e com os outros membros, ainda está ressabiado, desconfiado, cheio de dúvidas e ultrafragilizado por estar interrompendo o uso do álcool ou das drogas sem nenhuma certeza de ser este o melhor caminho. Não percorreu ainda, nem precariamente, os Doze Passos, não perdeu ainda o medo de si mesmo e dos outros, da verdade psíquica, das palavras. Não aprendeu ainda que mostrar-se não é tão catastrófico quanto a sua cabeça supõe.

Nesse estado, é óbvio que o único método de abordá-lo é o método de se abordar um bambi. Nada de verdades chocantes, nada de gestos bruscos. Só pode haver gestos suaves e delicados. O grupo opera como uma espécie de

anfitrião para uns é frágil, que pela primeira vez frequenta terras e pessoas ainda tão estranhas.

Será isto sedução? Eu preferiria chamar de delicadeza, adequação. A delicadeza adequada para a fragilidade objetiva daquele momento.

Um psicanalista opera de uma maneira diferente com um paciente recém-chegado na análise e todo cheio de recatos, pudores e temores? Sai, logo de cara, dando interpretações a torto e a direito, "dizendo verdades", doam o quanto doerem? Ou será esse grave erro técnico, grave erro de timing típico de uma "análise selvagem" levada a cabo por pessoas sem um preparo adequado? Será que só existe "psicanálise", no sentido mais profundo do termo, dentro da liturgia psicanalítica? Aliás, que liturgia é essa em que palavras são as "verdadeiramente psicanalíticas", se tudo varia tão radicalmente de analista para analista?

Quanto à acusação de que os grupos anônimos usariam de sugestões anti-alcoólicas ou antidrogas num clima de hipnose mística, é preciso esclarecer alguns pontos.

OS GRUPOS ANÔNIMOS E OS IDEAIS FREUDIANOS DE NEUTRALIDADE.

Os grupos anônimos não são freudianos, no sentido de terem se constituído com apoio em um trabalho teórico inspirado pelos princípios gerais da obra de Freud. Também não são antifreudianos, no sentido de se inspirarem em outros parâmetros.

São apenas grupos que se constituíram por uma necessidade prática e que funcionam de maneira marcadamente empírica. Quer dizer, muito mais apoiados na experiência e na observação de fatos do que na elaboração de complexos sistemas teóricos. Para eles, o que interessa é que "funcionam". E funcionam mesmo.

O que me encanta neles, contudo, não é somente essa eficácia em assuntos tão difíceis quanto as grandes compulsões (alcoolismo, drogas, tabagismo, comilança e jogatina), mas também sua inacreditável liberdade de organização. A ausência completa de hierarquias cria uma clima ímpar de liberdade de pensamento. Além do que, a busca permanente da sobriedade (em todos os

sentidos) cria uma maneira extremamente abstinentemente, não ostensiva, não interferente, de pensar. Nesse sentido, cultivam uma escuta e uma fala que se aproximam exemplarmente dos ideais freudianos de neutralidade, não-intrusão e não interferência.

Não bastasse isso, há ainda total ausência de punição. Ninguém pode ser punido por nada. Seja sua vida qual for! Nem sequer criticado.

Exceto o princípio da sobriedade e do autoconhecimento, não há qualquer doutrina, filosofia de vida, conselhos de bem viver, caminhos para a salvação. Nada que for polêmico ou passível de controvérsia faz parte do espírito dos grupos anônimos.

isso para mim é o moderno, o livre, o libertário. Isso sim é a garantia do pluralismo, da liberdade de ser e de pensar.

De nada adiantam mil palavras, pronunciadas por organizações hierarquizadas, com autoridades e chefias, credenciadas para vigiar e punir, para qualificar ortodoxias e desqualificar tudo o mais como heresias. Nessas circunstâncias, cada um terá a liberdade de pensamento do chefe ou do imaginário do grupo, o qual se manifesta sob a forma de consenso, de verdades óbvias por si mesmas. Grupos constituídos com tamanho grau de liberdade, jamais vi. As instituições psicanalíticas certamente têm muito a aprender com esse tipo de organização... Tenho certeza de que, a partir daí, produzir-se-á melhor psicanálise.

Por tudo isso, a linguagem de aparência religiosa desses grupos não me impressiona. É interessante notar que, em sua literatura, não há uma técnica referente à repressão da sexualidade. Seja qual for. Não que os grupos anônimos sejam orgiásticos, perversos ou bacanalescos. Enquanto grupos não são. São sóbrios. Contudo, seus membros não lhes devem satisfações. Cada qual que siga seu rumo. Seja ele qual for. Desde o mais austero até o mais transgressor dos chamados "bons costumes".

Uma coisa é certa: seja qual for o grau de austeridade ou licenciosidade que cada qual resolva exercer, de uma coisa os grupos anônimos não podem ser acusados: de serem compostos por pessoas sem "experiências de vida". Na sua grande maioria são compostos por pessoas que viveram, até dramaticamente,

quase todos os aspectos da vida, desde os chamados mais "torpes" aos chamados mais "sublimes". Ou será que alcoólatras e drogadas são pessoas de vida austera e regrada, avessas aos prazeres da vida, da farra, das madrugadas, das folias e dos excessos Existem seres mais dionisíacos do que esses? Tão dionisíacos que se perderam no seu próprio dionisismo?

Os grupos anônimos usam a palavra "Deus", é a verdade. Mas será Deus como cada membro "o concebe". Os grupos anônimos falam de "desenvolvimento espiritual" e de moderação - como cada um "os concebe". Portanto, esses conceitos dependerão da liberdade de cada um.

OS GRUPOS ANÔNIMOS ESTÃO ABERTOS A TODO SABER.

Essa descrição dos grupos anônimos não significa uma visão idealizada dos mesmos. Nos grupos de que participei pude perceber que lhes faltavam determinadas ferramentas teóricas.

Porém, a que grupo humano não faltam?

Mais: não existe nada nos grupos anônimos que impeça a aquisição de qualquer saber. O que a "consciência" do grupo não aceita são teorias que agridam os fatos, mesmo que vazadas nos termos mais elegantes e pomposos.

Por exemplo: que o alcoolismo possa ser revertido em moderação alcoólica; que o toxicômano que abandonou as drogas possa beber; que o comedor compulsivo se torne frugal por obra e graça do processo psicanalítico; que o jogador possa jogar um biribinha inocente de vez em quando.

Não que os grupos anônimos não quisessem que isso fosse possível. Logo eles, que tanto amaram essas atividades. Se fosse possível, que bom! Eles até se dissolveriam, por não terem mais razão de existir. Só que os fatos apontam em outra direção.

É só isso que eles defendem.

Pensemos, pois, em uma teoria psicanalítica que leve em conta essas evidências. Pensemos em uma teoria psicanalítica que teorize os atos e não uma ilusão que não corresponde aos fatos. Ou seja, pensemos em uma psicanálise que teorize a extrema fixação das grandes compulsões e como elas frequentemente se associam uma às outras.

Se nós, psicanalistas, fizermos isso, certamente ruirão as resistências dos grupos anônimos ao saber psicanalítico. Que cada qual respeite a área de eficácia que lhe é própria.

Além disso, se nós, psicanalistas, abandonarmos o culto religioso às nossas palavras e pudermos ter ouvidos abertos a outras palavras, muito poderemos aprender com os grupos anônimos.

Dizer a coisa em várias "línguas" não é perda de integridade conceitual. Quem sabe diz a mesma coisa de mil maneiras... e sabe ouvir as mil maneiras de se dizer a mesma coisa.