

" O PROBLEMA DAS DROGAS "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 NOVO CONCEITO DE DEPENDENTES QUÍMICOS "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 cacaínômano 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.

" MINHA VISITA AOS ALCOÓLICOS ANÔNIMOS "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 frequento as reuniões dos Alcoólicos Anônimos porque estava entornando demais, é verdade, e tinha de colocar um parapeito nisso. Mas não é só por isso, não. Eu gosto de frequentá-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 éticas 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 "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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.

" SER ABSTÊMIO É POUCO "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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; noutro 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 SOBRIEDADE "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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.

" OS DOZE PASSOS "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 mesquinha. 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 aprover. Cada cabeça, uma sentença.

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

Dr. Eduardo Mascarenhas

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, estirpado, 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 "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 gentinha!" 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 "

Dr. Eduardo Mascarenhas

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 crendice 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?