

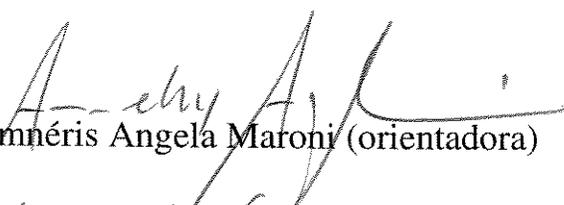
Ana Maria Monteiro

**NEURÓTICOS ANÔNIMOS: REAVALIANDO A
VIDA SOB NOVAS PERSPECTIVAS**

Dissertação de Mestrado
apresentada ao Departamento de
Política do Instituto de Filosofia e
Ciências Humanas da Universidade
Estadual de Campinas, sob a
orientação da Prof. Dra. Annéris
Maroni.

Este exemplar corresponde à
redação final da dissertação
defendida e aprovada pela comissão
julgadora em 28/8/2002.

Banca


Profa. Dra. Annéris Angela Maroni (orientadora)


Prof. Dra. Angela Maria Carneiro Araújo


Prof. Dra. Emília Pietraffesa de Godoy

Agosto de 2002

**UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE**

UNIDADE	af
Nº CHAMADA	TI/UNICAMP
	M764N
V	EX
TOMBO IBC/	599.62
PROC.	16-117-04
C	<input type="checkbox"/>
D	<input checked="" type="checkbox"/>
PREÇO	11,100
DATA	5.10.04
Nº CPD	

Bib ID 322246

**FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA
BIBLIOTECA DO IFCH - UNICAMP**

M764n

Monteiro, Ana Maria

Neuróticos Anônimos : reavaliando a vida sob novas perspectivas / Ana Maria Monteiro - Campinas, SP : [s.n.], 2002.

Orientador: Amnéris Angela Maroni.

Dissertação (mestrado) – Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas.

**1. Grupos de ajuda mútua. I. Mironi, Amnéris Angela.
II. Universidade Estadual de Campinas. Instituto de Filosofia e Ciências Humanas. III. Título.**

200915163

Resumo

Esta dissertação teve por objetivo analisar a crescente proliferação dos grupos de auto-ajuda, bem como os fatores que desencadearam a expansão desses grupos nas últimas décadas do século XX. Assim, o presente estudo parte da compreensão da origem desse fenômeno e dos aspectos que contribuíram para acelerar as transformações e as rupturas que atingem o mundo moderno.

Perante as conseqüências e as mudanças bruscas inerentes à modernidade, este trabalho discute as seguintes questões: Como caracterizar o homem das grandes cidades, que hoje atua nos grupos de auto-ajuda, mas não só neles? Como é possível fazer uma leitura das pessoas que participam dos grupos de auto-ajuda?

Para fundamentar o estudo, foi abordada a irmandade dos Neuróticos Anônimos, presente no Brasil há 32 anos, mediante a realização de uma pesquisa participante, que se concentra na análise da filosofia e das práticas de recuperação dos grupos de auto-ajuda.

Abstract

This dissertation had for objective to analyze the growing proliferation of the groups of self-help, as well as the factors that unchained the expansion of those groups in the last decades of the 20th century. Therefore, the present study comes from the understanding of the origin of that phenomenon and of the aspects that contributed to accelerate the transformations and the ruptures that reach the modern world.

Facing the consequences and the inherent abrupt changes to the modernity, this work discusses the following subjects: how to characterize the man of the great cities, that today acts in the groups of self-help, but not only in them? How is it possible to do a reading of the people that participate in the groups of self-help?

The study was supported by the Anonymous Neurotic fraternity, founded in Brazil 32 years ago, through accomplishment of a participant research that concentrates on the analysis of the philosophy and of the practices of the self-help groups recovery.

Dedicatória

À

Memória de meu irmão Ricardo, que partiu recentemente.

Agradecimentos

À orientadora deste trabalho, Professora Doutora Anméris Maroni, que possibilitou a concretização desse trabalho.

Ao CNPQ – Centro Nacional de Pesquisas Tecnológicas pela bolsa de pesquisa.

À IRMANDADE NEURÓTICOS ANONIMOS DO BRASIL, em especial o grupo verdade.

Às minhas filhas, Carla, Mariane e Sérgio pela solidariedade, imprescindíveis à conclusão dessa empreitada.

Ao George Rocha e Emília Pietra Fesa, pelo incentivo de ingressar no universo acadêmico.

A Neide Kimie Fujita, pelos serviços prestados com tanta competência.

Sumário

1 – INTRODUÇÃO	11
1.1. Objetivos	11
1.2. Método da pesquisa	18
1.3. Pesquisa de campo	20
2 – IDENTIDADE E OS GRUPOS DE AUTO-AJUDA	
2.1. Os fatores sociais e a proliferação dos grupos de auto-ajuda	23
2.2. O resgate da solidariedade	23
2.3. As relações entre identidade cultural e globalização	32
2.4. Diferentes concepções do sujeito moderno	39
2.5. Duas discussões acerca da identidade	41
3 – GRUPOS DE AUTO-AJUDA	
3.1. O que são grupos de auto-ajuda	43
3.2. A origem dos grupos de auto-ajuda	45
3.3. A política dos grupos de auto-ajuda.....	47
4 – OS NEUROTICOS ANONIMOS (NA) DO BRASIL	
4.1. Neuróticos Anônimos no Brasil	53
4.2. O ideário dos programas do NA	58
4.2.1 Os Doze Passos	58
4.2.2 As Doze Tradições	61
4.3. A literatura dos grupos de auto-ajuda	63
5 – TERAPIA DOS NEUROTICOS ANONIMOS (NA)	
5.1. Dinâmica das reuniões do NA	70
5.2. A dinâmica da terapia	76
5.3. A doença emocional e a democracia das emoções	79
6 – CONSIDERAÇÕES FINAIS	81
ANEXO – ENTREVISTA E DEPOIMENTOS	83
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	125

1. INTRODUÇÃO

1.1. Objetivos

O objetivo deste trabalho é analisar a crescente proliferação dos grupos de auto-ajuda, bem como os fatores que desencadearam a expansão desses grupos nas últimas décadas do século XX, a partir do trabalho do sociólogo inglês Anthony Giddens, que fundamenta sua análise na globalização, no comportamento do homem em relação à natureza e na transformação da intimidade. Dentre a variedade de grupos de auto-ajuda existentes no Brasil, foi escolhido a irmandade dos Neuróticos Anônimos (NA) para o aprofundamento desse estudo, presente no Brasil há 33 anos.

Para tanto, foram selecionados de sua vasta obra sete livros: *Para Além da Direita e da Esquerda*(1996), *Transformação da Intimidade* (1993), *Modernização Reflexiva*(1994), *Modernity and Self-Identity*(1991), *Política e Teoria Social*(1998), *Terceira Via*(1999), *As Conseqüências da Modernidade*(1991). Em seguida confrontam-se as proposições de Giddens com as de Stuart Hall, autor de *A Questão da Identidade cultural*(1995).

A escolha dos grupos de auto-ajuda se justifica pela crescente importância política e social que esses grupos vêm assumindo. Nas reflexões de Anthony Giddens: “nas sociedades contemporâneas, um número muito maior de pessoas pertence a grupos de auto-ajuda do que partidos políticos” (Giddens, 1996). Assim, para o autor, os grupos correspondem à forma de organização social mais alternativa que surgiu nos últimos tempos, em relação aos movimentos sociais e as ONGS, e pela sua contribuição no tratamento terapêutico de diversas compulsões, como alcoolismo, drogas, tabagismo e neuroses em geral. Sobretudo essa linha terapêutica está interessada no desenvolvimento da autonomia.

Para justificar o papel dos grupos de auto-ajuda, Giddens os analisa a partir das estruturas da modernidade. Logo, a proliferação dos grupos de auto-ajuda está diretamente vinculada à modernidade, contribuindo para maior “reflexividade” dos cidadãos. Na análise sociológica de Giddens(1996), os grupos de auto-ajuda contribuem para tornar os indivíduos mais responsáveis para as tarefas mais amplas da cidadania.

Assim, o presente estudo destina-se a analisar as razões da proliferação de grupos de auto-ajuda, partindo da compreensão da origem desse fenômeno e dos aspectos que contribuíram para acelerar as transformações e rupturas que atingem o mundo moderno contemporâneo.

Para conduzir nossa análise nos valeremos das análises de Anthony Giddens (1996) e de Stuart Hall (1995), que representam uma tentativa de diagnosticar as transformações das sociedades contemporâneas.

O diagnóstico de Giddens (1996) é que, neste final de século, a sociedade está altamente desorganizada, imprevisível, diante de um mundo descontrolado, irregular e desigual. Para chegar a essas conclusões, o autor analisou o impacto do desenvolvimento econômico, científico e tecnológico sobre a vida humana e também inventariou as incertezas que cercam a virada do século XX. A partir dessa análise, o autor propôs políticas realistas, compatíveis com as transições pelas quais o mundo está passando. Políticas essas que não deixassem de ser radicais, ou seja, que não abrissem mão da solidariedade e da inclusão. Esses ideais, segundo Giddens, estão ameaçados pela visão de mercado que estimula um comportamento mais individualista do homem diante do mundo que o cerca.

Giddens afirma que a comunicação é a força motriz da globalização, que, aproximando os indivíduos de um conceito de cidadania global, propicia a fusão entre diversas culturas e, sobretudo, dissolve as barreiras que separam os homens. Nesse sentido, a globalização foi fundamental para a pluralidade da alta modernidade ou modernidade tardia ou alta modernidade¹, pois abrange amplos princípios de democratização.

A comunicação propiciada pelas novas tecnologias produz fluxos de informação por meio de redes interconectadas em torno do globo terrestre. Essas informações são recebidas do outro lado do mundo no mesmo instante do fato ocorrido. A globalização popularizou, portanto, a informação e o intercâmbio de culturas. Essa integração

¹ Trata-se da presente fase de desenvolvimento das instituições modernas, marcada pela radicalização e globalização.

contribuiu para a desagregação das tradições que norteavam a ordem vigente, de acordo com Giddens.

Giddens, no livro *A transformação da intimidade*, discute as relações pessoais da sociedade ocidental. Para o autor, a globalização impulsionou a transformação da vida, das emoções, valorizando a igualdade de direitos, o que aponta para uma transformação da intimidade. Por exemplo, a família era baseada em duas leis: na repressão aos direitos das mulheres (a mulher era propriedade do marido e não poderia processá-lo em caso de violência) e na repressão aos homossexuais. Até pouco tempo atrás, a violência contra as mulheres era um assunto da esfera privada, o marido poderia fazer uso da força e ninguém contestava; hoje esse comportamento não é mais tolerado pela sociedade e se transformou em assunto da esfera pública. Isso nos mostra que a sociedade ocidental moderna incorporou a igualdade de direitos, entre os gêneros, raças e em relação aos homossexuais. No Brasil, podemos citar um exemplo dessa questão que é a abertura de delegacias da mulher que atuam contra a violência das mulheres e as associações que defendem os homossexuais contra o preconceito e a violência. Hoje, a mulher luta por mais autonomia e não aceita com naturalidade a dominação masculina. Contudo, a igualdade de direitos foi uma conquista da luta e dos movimentos feministas ao longo dos anos. A globalização contribuiu na disseminação dessa discussão na esfera global, mas não foi a responsável pelas conquistas. As mulheres ainda têm muitas lutas pela frente em prol dos seus direitos.

Para Giddens todos os tipos de relacionamentos estão mais abertos e democráticos. Qualquer relacionamento para se desenvolver deve estar baseado em um consenso, ou seja, na compreensão da outra pessoa e na formação do próprio relacionamento, e não em regras institucionais. As pessoas estão construindo uma nova ética para guiar as suas relações.

É importante destacar que o conceito de “reflexividade” foi criado por Giddens para situar a relação entre os indivíduos dentro da sociedade moderna de massas, em que a idéia de nacionalidade torna-se relativa e deixa de ser um diferencial tão forte na criação de novos hábitos ou valores. O indivíduo submetido a um volume fantástico de informações advindas diariamente do mundo inteiro, é obrigado a filtrar esses

conhecimentos relevantes para as condições de suas vidas de forma a atuar nas atividades do cotidiano fundamentado nesse processo de filtragem. Desse modo, não só o conhecimento produzido por especialistas (incluindo o conhecimento científico), mas também o conhecimento em si não está mais confinado a um grupo de pessoas, e passa a ser interpretado no cotidiano e a ser influenciado por indivíduos leigos no decorrer de suas atividades do dia-a-dia. Ou seja, a reflexividade é uma fonte organizadora da ação e da experiência. Para Giddens, a expansão da reflexividade social foi a principal influência sobre a diversidade de mudanças ocorridas no mundo atual.

O autor destaca que as instituições tradicionais – que deveriam auxiliar esse indivíduo no processo de reconstrução de sua identidade, como a igreja, a família, a escola, o Estado e a própria ciência – não estão dando conta dessa tarefa. É nesse sentido que organizações alternativas, como os grupos de auto-ajuda e movimentos sociais, ganham importância, pois preenchem uma lacuna ao cuidar de problemas mais imediatos do cidadão.

Segundo Giddens, esses novos atores – grupos de auto-ajuda e movimentos como Greenpeace, Sem-Teto, Sem-Terra, por exemplo –, constituídos à margem das instituições tradicionais, ajudam a manter as influências democratizadoras através da sua forma de exercitar-se no social. Em especial, os grupos de auto-ajuda, detêm modelos terapêuticos que estão fora do âmbito do poder dos profissionais da área de saúde, isto é, retiram, de certa maneira, o poder dos peritos, encontrando formas eficazes na recuperação pelo conhecimento laico e por intermédio de práticas alternativas.

Para o autor, os grupos de auto-ajuda abrem espaço para as questões de cunho íntimo, deslocando-as para o espaço público. Questões existenciais como “O que fazer?”, “Como agir?” e “Quem sou eu?” refletem-se no comportamento e no discurso adotado pelas pessoas em seu cotidiano. Trata-se de inusitado aprofundamento do conceito de privado, na medida em que assuntos outrora discutidos entre quatro paredes, como a sexualidade, problemas familiares, perversões e dependências, passam a ter visibilidade ou discutidos em lugares públicos.

De acordo com Giddens, na área da política formal, as pessoas hoje detêm um alto grau de “reflexividade”, que lhes permite não aceitar as formas tradicionais de

legitimidade na política. Por isso, os cidadãos estão cada vez mais descrentes do sistema político – verifica-se essa rejeição principalmente entre os jovens. Giddens afirma que há mais gente engajada nos grupos de auto-ajuda do que nos partidos políticos. Essas mudanças, segundo o autor, teriam reflexo em escala global e essas transformações institucionais deveriam ainda abranger todas as áreas do tecido social.

Giddens crê que o conjunto de revoluções citadas acelerou as transformações que o mundo vem sofrendo nessas últimas décadas. Essas mudanças que são inerentes à modernidade tiveram suas origens no início do seu desenvolvimento, mas tornaram-se singularmente intensas na virada deste século.(1996)

Com isso, os pilares que davam suporte às nossas identidades e que nos davam o sentido de nós mesmos enquanto sujeitos integrados, fixos e estáveis, ruíram, afetando a esfera política e social, abrindo espaço às novas identidades. Para Giddens, a reflexividade social foi o fio condutor dessas transformações, em razão da produção de fluxos de informações advindas da comunicação instantânea. Para o autor uma das características mais marcante da modernidade, é a reflexividade.

Para o autor, vivemos mergulhados num momento misto: de um lado a emancipação, de outro a ansiedade. Essas revoluções interferem em todas as áreas do nosso cotidiano, levando-nos para longe de nós mesmos. É essa perda do *self*² que produz comportamentos compulsivos, que acabam interferindo nas relações pessoais, bem como nas relações mais amplas do tecido social. Sobretudo, essa perda do *self* abre possibilidades a novas identidades. Para o autor, é exatamente nesse impasse que a sociedade contemporânea deve buscar a saída para uma vida mais condizente com as demandas que se apresentam, isto é, de um mundo descontínuista.

“Os modos de vida produzidos pela modernidade nos arrastam para longe de todos os tipos tradicionais de ordem social, de uma maneira sem precedentes. Tanto em sua extensionalidade [“aspectos externos”] quanto em sua intencionalidade [“aspectos internos”], as transformações envolvidas na modernidade são mais profundas que a maioria dos tipos de mudança característicos de períodos anteriores. Sobre o plano extensional, elas serviram para estabelecer as formas de conexão social que recobrem o

globo; em termos intencionais, elas vieram alterar algumas das características mais íntimas e pessoais de nossa existência cotidiana.”(Giddens, 1991b,)

Além disso para o autor, a modernidade produz uma forma de vida altamente reflexiva, na qual as práticas sociais são analisadas e questionadas, à luz de informações sucessivas sobre essas mesmas práticas que vão alterando, assim constitutivamente, o seu caráter e não somente a forma de convivência com mudanças rápidas, contínuas e extensas. Experienciando esse mundo “descontrolado”, influenciemos processos de mudança, mas o controle foge de nossas mãos. Essa imprevisibilidade gera novas discussões e ansiedades, que se refletem através do comportamento dos grupos de auto-ajuda na busca da auto-identidade³.

Stuart Hall (1995), sobre a questão da identidade que gravita em torno do seu eixo, denominada de identidade coerente e estável, expõe outra perspectiva acerca do sujeito moderno e faz a seguinte leitura:

“A sensação de possuímos uma identidade unificada desde o nascimento até a morte é possível apenas porque construímos uma confortante estória sobre nós mesmos. Dentro de nós coexistem identidades contraditórias, pressionando em direções diversas, de modo que nossas identificações estão sendo continuamente mudadas” (Hall, 1995).

Essa identidade unificada e segura é uma fantasia. Ao contrário, “à medida que os sistemas de significado e de representação cultural multiplicam-se, confrontando-nos com uma multiplicidade difusa de identidades possíveis, podendo nos identificar com cada uma delas, ao menos temporariamente”(Hall, 1995).

Nesse ponto, Stuart Hall, baseado na teoria freudiana, discorda de Giddens argumentando que a invenção do inconsciente elaborada por Freud derruba a concepção do sujeito conhecedor e racional, com uma identidade fixa e unificada em torno do *self*, caracterizado como sujeito cartesiano: “Penso, logo existo”, pois a nossa sexualidade e a

² *Self* é o conceito utilizado pelo psicanalista Carl Gustav Jung para designar o eu integrado.

estrutura dos nossos desejos são constituídas na base dos processos psíquicos e simbólicos do inconsciente. O seu funcionamento faz parte de uma “lógica” totalmente diferente da razão. Segundo Hall (1995), embora o sujeito seja fragmentado ou dividido, ele experiencia sua identidade de forma unificada e “resolvida”, como resultado de sua fantasia de si, que ocorre na primeira infância da criança, denominada por Lacan como “fase especular”. Hall (1995) menciona que o que está ocorrendo com as sociedades modernas é conseqüência de um tipo de mudança estrutural, que está fragmentando as identidades – individual e cultural – denominada de “crise de identidade”. Para avaliação mais apurada dessa crise pela qual passamos, é preciso discutir a questão do sujeito. Hall parte dos fundamentos da emergência da concepção de sujeito moderno, no qual se encontra todo sustentáculo da modernidade.

Nesse sentido, Giddens e Hall possuem formas diferentes de conceituar o sujeito moderno no mundo contemporâneo, mas a questão do reconhecimento da descontinuidade, dentro do processo de ruptura e deslocamento, é comum aos dois autores.

Na visão de Hall (1995), são as construções e desconstruções desses sujeitos, ao longo de sua história, que dão origem ao sujeito pós-moderno, diferentemente da proposição de Giddens, que acredita na capacidade do sujeito moderno de atuar como agente de transformação a partir de uma identidade estável e equilibrada, apesar da turbulência em que encontra as sociedades modernas.

Para Hall (1995), o sujeito pós-moderno é constituído, na verdade, a partir de uma multiplicidade de identidades, algumas vezes contraditórias ou mal resolvidas. Hall prefere falar de identificação, ao invés de falar de identidade que, segundo ele, é um processo inacabado. A identidade surge da insuficiência de totalidade, jamais “preenchida” a partir do que nos é exterior, pelas formas como imaginamos sermos vistos pelos outros.

Assim, nessa pesquisa, pretende-se responder: Como caracterizar o homem das grandes cidades, que hoje procura os grupos de auto-ajuda? Trata-se de um sujeito

³ A auto-identidade é denominada por Giddens como o eu entendido reflexivamente pelo indivíduo em termos de sua biografia.

ancorado na reflexividade e perturbado pela alta modernidade como quer Giddens? Ou de que forma, no seu fazer, situa-se o sujeito pós-moderno, dotado de identidades fragmentadas inacabadas, como quer Stuart Hall (1995)? Deve-se pensar que se trata de um sujeito que está perturbado, mas é capaz de se reorganizar na reflexividade através desses grupos ou deve-se pensar que se trata de identidades múltiplas e inacabadas?

Para finalizar, cabe destacar que o modelo terapêutico adotado pelos grupos de auto-ajuda segue a linha do grupo Alcoólicos Anônimos (AA), baseada em alguns princípios conhecidos como “Os Doze Passos” e “As Doze Tradições”. O que os demais grupos fizeram foi adaptar esses princípios a seus objetivos específicos.

Cada grupo apresenta uma especificidade mas todos têm uma característica comum: não propõem a cura da doença, mas sim o controle dela e a recuperação do indivíduo. Segundo os Neuróticos Anônimos, no que se refere ao controle emocional, o indivíduo aceita a neurose como doença, assumindo com consciência que é impotente perante o seu comportamento compulsivo. Essa constatação implica a consciência da necessidade de ajuda para poder recuperar-se. A partir desse primeiro passo, o esforço do indivíduo consiste tentar dominar o seu comportamento compulsivo. O controle da doença ocorre por meio da reescrita do “eu”, trazendo à tona toda a sua experiência. As transformações que ocorrem na vida do indivíduo à medida que ele consegue colocar-se e desvincular-se das atitudes doentias e de hábitos compulsivos são os pilares da recuperação. Dessa maneira, a participação e a vivência no grupo é de suma importância, pois só assim o indivíduo passa a enxergar o mundo com uma dimensão mais ampla. As bases de toda a recuperação são a redescoberta e a percepção da possibilidade de vivenciar uma experiência dentro de uma comunidade em que valores como ajuda mútua e responsabilidade com o outro são a norma. Embora para os grupos de auto-ajuda a cura não exista, é necessário que o indivíduo pratique o programa de recuperação constantemente, pois sempre existe o risco das recaídas.

1.2 Método da pesquisa

A opção pelo grupo Neuróticos Anônimos (NA) como ponto de partida para aprofundar as questões propostas nesta pesquisa foi feita após a visita a vários outros

grupos de auto-ajuda e de participar de, pelo menos, quatro reuniões de cada um, a saber: Coda (Codependente), Mada (Mulheres Que Amam Demais), FA (Fumantes Anônimos), AA (Alcoólatras Anônimos), Dasa (Dependentes de Amor e Sexo), JÁ (Jogadores Anônimos), CCA (Comedores Compulsivos Anônimos) e N/A (Narcóticos Anônimos). A exceção foi o grupo VIA (Vítimas de Incesto Anônimos), pois o acesso a esse grupo foi realizado somente por meio de especialistas da área, que indicam as pessoas que se encontram dentro desse perfil.

Ressalta-se que a pesquisa participante é o único método possível de abordagem para quem se propõe a realizar um trabalho sobre esses segmentos. De acordo com as regras que norteiam os grupos de auto-ajuda, a participação contínua na irmandade exige que os indivíduos identifiquem-se com o propósito do grupo. Além disso, esses grupos são pautados por uma ética específica dada, sobretudo, pelo anonimato exigido. Essa especificidade implica uma relação entre pesquisador e pesquisado, envolvendo uma confiança que deve ser conquistada.

Os membros que atuam na irmandade por muito tempo conseguem perceber aquilo que cada participante desse processo de inclusão está realmente buscando nos grupos sendo, portanto, capazes de detectar a natureza da doença e os propósitos de cada participante. Por esse motivo, naturalmente, houve necessidade da autora desta dissertação identificar-se como pesquisadora. Só assim foi possível fazer o levantamento de dados aqui apresentados. Nesse sentido, é importante assinalar que se tornar um membro do grupo, qualquer que seja a sua condição, requer saber ouvir a fala do outro, sem fazer juízo de valor, respeitando-se opções sexuais, nível sócio-econômico, raça, religião, atividades que estão à margem da sociedade e outros. Isto é, busca-se nesses grupos superar qualquer tipo de preconceito em relação ao outro.

Durante o processo de visitas aos grupos citados, observou-se que as reuniões são freqüentadas por diversos perfis: pessoas públicas, executivos, delegados de polícia, milionários, prostitutas, artistas, profissionais liberais. Embora haja essa pluralidade, ali todos são iguais, independentemente do nível cultural, econômico, religioso, político, de nacionalidade ou raça. Todos estão unidos por um único fator determinante: a anomalia.

Esse processo de união em torno de uma anomalia ficou mais bem caracterizado quando da visita ao grupo Neuróticos Anônimos (NA), pois os temas abordados – depressão, medos, ansiedade, síndrome do pânico, perda de entes queridos, divórcio, perda do emprego, dificuldades financeiras, timidez, dentre outras situações mais corriqueiras, mas que sempre deixam marcas psicológicas profundas – estão em geral relacionados à vida moderna e a problemas humanos imediatos. Decorre daí a razão de optar pelo NA como objeto central de estudo.

Para facilitar o trabalho, foram obedecidos alguns critérios. Um deles é que a autora deste trabalho se identificasse como tal, não só porque o método escolhido foi a pesquisa participante, mas também para facilitar o acesso a diversos extratos dos grupos de auto-ajuda, sobretudo ao Neuróticos Anônimos, participando de congressos, comemorações de aniversário, de reuniões fechadas e da observação de trocas de experiências após o término das reuniões.

No que diz respeito à escolha do objeto da dissertação, os grupos de auto-ajuda e sua importância social, é importante destacar na área de Ciência Política esse tema é visto como marginal. Os assuntos tradicionalmente abordados nessa esfera específica do conhecimento são os partidos políticos, sindicatos, Estado, política internacional, dentre outros. Entretanto, apesar de a Ciência Política não considerar o tema relevante, os assuntos tratados nesta pesquisa contêm implicações políticas e estão voltados à reconstrução de interesse político.

1.3 Pesquisa de campo

Nessa parte, detenho-me em relatar parte da minha experiência com o objeto desta dissertação durante a pesquisa de campo.

Quando cheguei ao grupo NA, fui recebida pelo coordenador e pelos membros com muita atenção e carinho e com a saudação de que era bem-vinda – tratamento dado a qualquer pessoa que chega ao grupo. Quando fui solicitada a falar, eu disse que não desejava fazer uso da palavra e que precisava apenas ouvir.

Após três meses participando do grupo, mantive o mesmo comportamento. Em determinada reunião, percebi que as pessoas estavam se sentindo incomodadas com o

meu silêncio. Por essa razão, na reunião seguinte, participei fazendo um comentário referente ao tema proposto pelo grupo naquele dia. Mas não me retratei como pesquisadora, pois temia que a reunião tomasse outro rumo. Eu já havia passado por semelhante experiência quando da visita a outros grupos. No AA, por exemplo, quando me identifiquei como pesquisadora, a reunião foi mudada rapidamente para reunião aberta: o coordenador colocou em cima da mesa uma placa “reunião aberta”. [Ressalto que, nos grupos de auto-ajuda, há reuniões abertas e fechadas, as abertas são para todas as pessoas (não-alcoólatras, alcoólatras, curiosos, pesquisadores) que queiram conhecer o funcionamento dos grupos. As reuniões fechadas são destinadas apenas a alcoólatras.] A partir desse dia, sentia-me muito desconfortável, pois ninguém sabia o que eu estava fazendo no grupo. Até porque existe um tempo esperado para as pessoas se manifestarem. Esse tempo é importante para aqueles que têm dificuldades de falar de seus problemas íntimos para pessoas desconhecidas. O meu tempo já havia vencido, o coordenador sempre me perguntava se não queria falar, cada vez mais o desconforto tomava conta de mim.

Por essa razão, passei a freqüentar outros grupos (situados na zona leste, norte e centro de São Paulo). Mantinha o mesmo comportamento de ouvir e observar. Em uma das reuniões do NA, uma das pessoas me incluiu no chamado “grupo da “verdade. Diante desse fato, findaram todas as possibilidades de permanecer sem me identificar. Sentei na “cadeira da verdade” (cadeira que fica ao lado da mesa do coordenador, utilizada para os membros do grupo fazerem seus depoimentos) e assumi que era uma neurótica em recuperação, que minhas doenças alérgicas eram um tipo de neurose. Passados dois meses daquele dia, fui novamente para cadeira da verdade e disse que estava escrevendo um trabalho sobre os neuróticos anônimos. Todos ouviram, mas foi inusitado o comportamento do grupo, porque foi como se eu não tivesse falado sobre o trabalho. O comportamento em relação a mim não mudou em nada, continuei participando das reuniões fechadas, fui convidada a participar das reuniões de trabalho, estudo e congressos. Esse processo durou uns oito meses e trouxe uma aproximação maior das pessoas em relação a minha pessoa. O meu objetivo como pesquisadora era exatamente mergulhar em todas as esferas da irmandade, daí o cuidado de saber a hora certa de me

retratar. Foi esse envolvimento com as pessoas que garantiu a observação e análise deste trabalho e a realização das entrevistas.

Na relação com o grupo, houve vários episódios engraçados e constrangedores, mas vou descrever apenas uma história para ilustrar a trajetória desta pesquisa.

No congresso do NA, no Rio Grande do Sul, fiquei em um quarto com Maria Creusa. Como a maioria das mulheres não queria ficar com ela no mesmo quarto, eu fui a escolhida. Quando fomos dormir, ela começou a contar a sua vida. E, como a divisão de um quarto para outro era de um material muito frágil, dando para escutar os ruídos de vozes, no quarto ao lado, algumas mulheres começaram a bater na parede para que Maria Creusa se calasse. Na manhã seguinte a esse episódio, todo mundo queria saber quem estava dividindo o quarto com Maria Creusa. Permaneci quieta e desconversava. Mas, Maria Creusa, além de acordar cedo, falava o tempo todo e tomava banho sempre que tinha um o tempo disponível. Até que no último dia descobriram que era eu a companheira de quarto de Maria Creusa. Algumas mulheres chegaram para mim e disseram: “Não é possível que você seja uma pessoa neurótica, porque se fosse não suportaria dormir no mesmo quarto que a Maria Creusa”. Nesse momento, eu fiquei de “saia justa” e pensei: os mais experientes pesquisadores já devem ter passado por uma experiência como essa. Imediatamente, eu disse para esse grupo de mulheres: “Vocês não me conhecem e, portanto, não sabem das minhas neuroses. A minha pode ser tolerância demais, o que também pode configurar uma doença”. Todas se calaram e saíram sem se convencer, porque o mais comum é a intolerância.

2. IDENTIDADE E OS GRUPOS DE AUTO-AJUDA

2.1 Fatores sociais e proliferação dos grupos de auto-ajuda

A proliferação dos grupos de auto-ajuda começou a ocorrer a partir das últimas décadas, com o colapso do bloco de nações comunistas do Centro e do Leste Europeu, a crise mundial econômica do capitalismo e o fim da Guerra Fria. Abriu-se, então, espaço para o aprofundamento da noção de individualismo e, simultaneamente, ocorreu um desmantelamento das propostas sociais para toda a sociedade contemporânea. Ou seja, o Estado Neoliberal cada vez mais se afasta das políticas de proteção social. À medida que a sociedade explode em individualismo, em competição acirrada, em quebra de solidariedade, em afastamento do Estado das propostas sociais, os grupos de auto-ajuda e os movimentos sociais podem estar produzindo algo novo.

Esse fenômeno dos grupos de auto-ajuda constitui-se num fato novo por ser uma organização diferente de outros tipos de subpolíticas, como as surgidas nos anos 60: o movimento feminista e dos homossexuais, as aspirações antiguerra, as revoluções estudantis, os grupos pacifistas os que lutam pelos direitos civis e dos negros etc.

Esses movimentos faziam oposição tanto à política liberal corporativa do Ocidente como também à política do Leste Europeu (estalinista). Consolidavam extensões tanto “subjetivas” quanto às “objetivas” da política. E eram denominados de políticas identitárias, de acordo com Stuart Hall (1995).

Os grupos de auto-ajuda detêm uma especificidade que contraria essas subpolíticas da década de 60. Seu objetivo é estruturar os indivíduos das mazelas da vida, reconstruindo uma biografia individual através dos programas de recuperação. Estes têm como meta controlar todos os tipos de compulsão e vícios considerados transgressores da ordem pública e das relações pessoais.

Vale dizer que esses grupos não ultrapassam o *self*, uma vez que discutem exaustivamente questões de cunho íntimo, não atuam diretamente nas políticas que contestam nem reivindicam direitos.

De acordo com Anthony Giddens, instituições como o Estado, os partidos políticos e os sindicatos estão sofrendo um esgotamento das suas funções. Ulrich Beck,

sociólogo alemão que se identifica em alguns pontos de vista com Giddens, dá importante contribuição no sentido de fortalecer a afirmação de Giddens. Para Beck, essas instituições foram se transformando e se constituíram em meros instrumentos de poder para os jogos do poder e, nesse sentido, vivenciaram duas épocas diferentes. Em um primeiro momento, vivificaram o “não ambíguo”; no segundo momento, a ambivalência da modernidade.(Beck, 1997)

A primeira etapa é marcada pela sociedade industrial clássica, que é determinada pelos modelos tradicionais, avaliados com base nos conceitos de classe, papéis dos gêneros etc. A ambivalência da modernidade produz uma realidade no mundo de hoje que apresenta aspectos multifacetados: de um lado, o desenvolvimento vazio da esfera política e de outro um renascimento não institucional do político. “O sujeito individual retorna às instituições da sociedade”. (Beck,1997)

Esses indivíduos não são os atores da sociedade clássica industrial, como afirmava o funcionalismo. Os indivíduos são constituídos a partir de uma interação discursiva complexa mais aberta e não de um modelo funcionalista de papéis sociais. O surgimento das subpolíticas, como um movimento de baixo para cima, subverte o papel das instituições tradicionais. Apesar da ênfase na individualização, esses movimentos extrapolam da esfera privada para a esfera do político.

Dentro dessa nova configuração, os grupos de auto-ajuda podem estar desempenhando um papel importante na medida em que apontam para uma nova forma de organização, encontrando-se à margem das instituições políticas tradicionais. Pela própria natureza de associação, há uma relação direta entre as influências democráticas e os objetivos propostos.

Na visão de Beck (1997), as sociedades, ao longo dos tempos, vêm se tornando cada vez mais problemáticas. Mas também apresentam indícios positivos. De um lado, temos que nos confrontar com um universo de dúvidas e incertezas. Por outro lado, as sociedades estão desenvolvendo novas formas de organizações que estão sendo mobilizadas através dos movimentos sociais e dos grupos de auto-ajuda.

Essas mudanças dizem respeito a dois aspectos que se complementam, que se configuram em novos registros da Ciência Social. A característica mais marcante da

nossa política atual é a capacidade de auto-organização. O Estado perde seu status de líder supremo e se transforma em Estado de negociação. Ele é confrontado por todos os tipos de grupos e minorias, antigas organizações, sindicatos, igrejas e meios de comunicações. Essa capacidade de organização é notória e visível quando nos deparamos com grupos, por exemplo, de divorciados, auto-ajuda, traficantes, terroristas, deficientes, homossexuais; enfim inúmeros grupos que se diferenciam pela capacidade de organização. Isso aponta que as decisões e inovações não tiveram sua origem na classe política.

Na propagação das instituições modernas, universalizadas por meio dos processos de globalização, despontam processos de mudança intencional que podem estar ligados à radicalização da modernidade. Giddens (1997) afirma também que esses são processos de abandono, desincorporação e problematização da tradição.

Giddens (1997) aponta para três conjuntos que se opõem e são considerados fundamentais para a compreensão do mundo atual: a globalização, a tradição e a incerteza artificial. A globalização, para o autor, não se refere apenas à internacionalização da economia, mas a algo mais amplo como a redefinição do espaço e do tempo. A globalização se perpetua na ação à distância, na comunicação instantânea, como a Internet, o aparelho de fax, a TV a cabo. Nessa ação à distância, a ausência prevalece sobre a presença, que atua diretamente na reestruturação do espaço.

O mundo está conectado com todos os eventos que ocorrem em qualquer parte do planeta, os cidadãos recebem informações no mesmo instante do fato ocorrido. Assim, cada vez mais, as nossas atividades cotidianas são influenciadas e, ao mesmo tempo, podemos interferir em fatos que ocorrem do outro lado do mundo. A globalização foi capaz de dissolver as fronteiras que separam os indivíduos contribuindo, de certo modo, para a emergência da idéia da universalização da humanidade. Nesse sentido, a universalização atua em esferas como a da defesa dos direitos humanos e a da proteção ambiental. Além disso, há um contingente significativo de pessoas circulando pelo mundo, como reflexo das inovações tecnológicas. Dessa maneira as decisões individuais do dia-a-dia apresentam conseqüências globais, na medida em que a decisão de comprar determinado produto pode afetar a sobrevivência de alguém que está do outro lado do

mundo e também pode contribuir para a deterioração do planeta. Essas ações individuais e as conseqüências da globalização produzem impacto sobre a vida de cada cidadão. Giddens (1997) transfere seu foco das questões do amor, intimidade e auto-identidade, para o político. Ou seja, o autor diante das transformações da modernidade desarticula as mudanças institucionais para o político. Para tanto é pertinente abrir o debate de visões opostas para abordar a complexidade de tal fenômeno. Esse debate foi elaborado por Angela Carneiro Araújo, através de uma resenha da literatura intitulada de Globalização e Trabalho.

O debate em torno da globalização é apontado por autores que dialogam acerca de diferentes visões, sobre as conseqüências da globalização para os Estados, nações, classes e grupos. Enfim, os autores dividem-se entre os radicais Hay e Marsh, Helt *et al.* (2000) e Ohmae (1990); os transformacionistas Giddens (1999), Castells e Schole (2000); os céticos Hust e Thompson (2000); e os críticos da globalização.

As mudanças que o mundo tem experienciado a partir da década de 70 e os processos desencadeadores da intensificação da globalização são consenso entre a maioria dos autores, tanto os céticos como os defensores da globalização, quais sejam: intensificação do comércio internacional, a desregulamentação e internacionalização dos mercados financeiros (década de 80), a revolução tecnológica nos transportes, nas comunicações e no processamento e transmissão de informações, o crescimento de investimento externo realizado pelas grandes empresas multinacionais, este último segundo os analistas da globalização é o carro-chefe que impulsionam a globalização da atividade econômica.

Os radicais da globalização ou hiperglobalistas, argumentam que a globalização é um fenômeno fundamentalmente econômico que promove a desnacionalização das economias, no decurso de redes transnacionais de produção, comércio e finanças. Os hiperglobalistas defendem a globalização como um processo imutável e inexorável, inerente à nova era que se impõe na história da humanidade. Ohame (1990) vê que a propagação de inovações através de fronteiras é mais adaptada pelas forças do mercado global e da mudança tecnológica do que pelas especificidades de cada país. Nessa conjuntura, as economias “sem fronteiras”, que são as empresas transacionais, definem as

regras do jogo em benefício de seus próprios interesses. Conseqüentemente, os governos nacionais, não só sofrem prejuízos da autoridade legítima dos Estados – a nação com sua soberania é maximizada na medida em que instituições de governança local, regional e global ocupam papéis cada vez mais importantes. Sobretudo, perdem a capacidade de controle sobre a política econômica de corresponder com os seus próprios recursos às demandas de seus cidadãos. Além disso, as propostas sociais dos Estados de bem-estar sofrem conseqüências avassaladoras na medida em que a pressão imposta pelos fluxos financeiros e pela competitividade no mercado global impossibilita políticas de proteção social, forçando todos os governos a adoção de políticas de corte neoliberal.

Esta visão da globalização vê a vitória de maneira opressiva do capitalismo global. O capitalismo global cria áreas de exclusão aumentando as desigualdades tanto na escala global como no interior dos países. Colocando de lado as políticas de proteção social.

Nessa linha de pensamento, estão explícitas duas posições: uma weberiana e outra marxista, que está engajada em denunciar quem realmente se beneficia com a intensificação da globalização. A informação não é democrática, pois existem grandes corporações que dominam grandes redes de comunicação. A tecnologia da comunicação não se estende para a maioria da população, pois essa população não possui poder de compra, para adquirir um computador, ter acesso a Internet ou mesmo de conectar a sua TV com redes de cabo. Por outro lado, a vertente neoliberal vê de uma maneira otimista o fenômeno, na medida em que aponta o processo como imutável e inexorável da nova era.

Os céticos da globalização não compartilham com as idéias dos globalistas e afirmam que as multinacionais através das corporações estão enraizadas com suas economias nacionais ou regionais de origem. Ou seja, não acreditam na distribuição do capital internacional como possibilidade de benefícios das economias da periferia.

Para contribuir com esse debate é fundamental salientar Castells (1996) que sustenta uma posição globalista neomarxista. Assim como os globalistas, Manuel Castells observa que o processo de globalização nesse final de século reflete mudanças profundas na dinâmica do capitalismo e crê que a economia global é vista como uma “economia capaz de operar como uma unidade em tempo real numa escala planetária” (Castells, in Held and McGrew, 2000: *Resenha – Globalização e Trabalho*).

Os críticos da globalização não concebem a idéia dos globalizadores de transformar a globalização em um mito. E em suas críticas tentam desmistificar o conceito de globalização através dos efeitos da intensificação do próprio processo da globalização.

Os transformacionistas, como Giddens, definem a globalização não apenas como um processo econômico, mas como a redefinição do tempo e do espaço e a expansão das relações entre o local e fatos sociais distantes.

Pode-se observar no cenário político global o movimento antiglobalização voltado para denunciar as contradições da globalização econômica de mercados e os efeitos avassaladores no plano cultural, no nível local. A luta dos antiglobalistas é a forma de contestar a globalização, na medida em que, aumenta as distâncias entre ricos e pobres, excluídos e incluídos. Segundo Maria Gloria Cohn, esse movimento representa uma das principais novidades na esfera política no palco da sociedade civil, pela sua forma de articulação/atuação com redes de extensão global.(*Folha de S. Paulo*, Caderno Mais, 27/01 2002).

Retornando as considerações quanto ao tocante à esfera global, Giddens (1991a) concebe que as ações devem ser consideradas no contexto do deslocamento e da reapropriação de especialidades, sob o impacto da invasão dos sistemas abstratos. Esses sistemas são revestidos de especialistas de competência profissional que ordenam grandes áreas do universo social e material em que vivemos hoje.

Essas questões ligadas às experiências do cotidiano dizem respeito a temas muito importantes, como por exemplo, as relações entre o eu e a identidade, que passam a incorporar um amplo espectro de transformações e adaptações da vida cotidiana. Elas expressam as manifestações da tradição em constante alteração.

O conceito de identidade é compreendido por Manuel Castells (1999) como fonte de significado e experiência de um povo. Castells, em relação a atores sociais, entende por identidade o processo de construção de significado com base em um atributo cultural, ou ainda um conjunto de atributos culturais inter-relacionados, o(s) qual(ais) prevalece(m) sobre outras fontes de significados. Pode haver múltiplas identidades tanto no indivíduo como no ator social. Essa pluralidade pode exercer uma fonte de tensão e

contradição tanto na auto – representação como na ação. Estabelecer uma distinção entre identidade e um conjunto de papéis é fundamental para que esses papéis sejam definidos por normas estruturadas pelas instituições e organizações da sociedade.

Na medida em que esses conjuntos de atributos culturais e instituições sofrem uma quebra de seus significados em conseqüências das mudanças e transformações bruscas e perversas como a perda do direito ao trabalho, previdência social, a saúde e a educação, esses indivíduos são também excluídos socialmente e culturalmente. Dessa maneira descortina um mundo de incertezas e dúvidas em relação à sobrevivência e a existência humana.

Richard Sennett (2001), em seu livro *A corrosão do caráter*, utiliza a expressão “capitalismo flexível” para demonstrar o quanto a nova forma atribuída ao capitalismo é opressora, causando ansiedades nas pessoas, que não sabem para onde os riscos vão levá-las. Dessa maneira, a reflexividade causa impacto sobre o caráter pessoal.

“O caráter é o valor que atribuímos aos nossos próprios desejos e às nossas relações com os outros”, ou seja, está impregnado ao longo de nossa experiência emocional. “É expresso pela lealdade e compromisso mútuo, pela incessante busca de metas a longo prazo, ou pela prática de adiar satisfação em troca de um fim futuro” (Sennett, 2001).

Perante essas constatações Sennett, lança algumas questões sobre o caráter impostas pelo novo capitalismo flexível. Como decidimos o que tem valor duradouro em nós numa sociedade impaciente que se concentra no momento imediato? Como se podem buscar metas de longo prazo numa economia dedicada ao curto prazo? Como se podem manter lealdade e compromissos mútuos em instituições que vivem se desfazendo ou sendo continuamente reprojctadas?

O capitalismo flexível confisca direitos adquiridos dos trabalhadores de longos anos de luta, modificando a concepção de trabalho que anteriormente dava estabilidade através da carreira, que culminava em prêmio como a aposentadoria que permitia no final da sua vida viver com certa dignidade; enfim retira do trabalhador a esperança de projeção de um futuro mais próspero. O trabalho foi transformado em “meros blocos”, ou partes de trabalho, ou seja, em trabalhos temporários. Nos países como o Brasil isto é

mais trágico, além dos contratos temporários que expropriam os direitos do trabalhador, o emprego temporário inexistente legalmente.

O dinamismo imposto pelo capital “impaciente”, assim chamado por Sennett, instiga a fome de mudança, não permite a existência de fazer as coisas do mesmo jeito que se fazia anos após anos, denotando o caráter a curto prazo das sociedades contemporâneas. Contudo, os pilares que davam continuidade e estabilidade ruíram impondo formas imperceptíveis ao longo de um período, abrindo espaço para um mundo de incertezas gerando ansiedades e medos diante da falta de perspectiva de um destino promissor. Essas questões acabam determinando as emoções do homem contemporâneo.

Segundo Giddens, o dinamismo é inerente à modernidade, dessa maneira as tradições estão constantemente sendo convidadas a serem repensadas e redefinidas em todas as esferas do tecido social. Por outro lado, o desenvolvimento tecnológico apresenta soluções para antigos problemas, mas também cria discussões em torno de padrões estratificados de comportamento social. As tecnologias reprodutivas, como a fertilização *in vitro* e os transplantes de embriões, são um exemplo. O crescimento dessas especialidades deu-se mais em função da dissolução dos sistemas familiares tradicionais do que como consequência direta de avanços nas tecnologias de contracepção. Vale dizer que os resultados da destradicionalização e do desenvolvimento das tecnologias estão intimamente relacionados. A destradicionalização é um segundo tema utilizado por Giddens para a compreensão da sociedade moderna. Isso não significa o fim da tradição, mas a reconstrução de padrões condizentes com as demandas que o mundo moderno apresenta.

A mutação está ocorrendo também em outras esferas, principalmente naquelas que afetam diretamente a família, as comunidades locais e outras áreas da vida social cotidiana. A família é uma das instituições que mais sofreu com as rupturas do mundo moderno. Essas esferas encontram-se expostas e submetidas à discussão pública. Isso implica em consequências profundas, na medida em que as decisões do dia-a-dia e a ação social individual têm repercussão global.

Como já foi dito, Giddens desloca fenômenos característicos da modernidade para as questões do amor, intimidade e natureza para o político. A análise passa pela

interpretação da ação dos indivíduos, através dos grupos de anônimos e dos movimentos sociais, em função da comunicação que estimula os indivíduos ao exercício da reflexividade. A globalização segundo o autor é a interconexão entre os dois extremos: o da “extensionalidade” e da “intencionalidade”, ou seja influências globalizantes e, de outro lado, o estado de espírito pessoal. Quanto mais as tradições perdem espaço, e quanto mais reconstitui a vida cotidiana em relação à interação dialética entre o local e o global, mais os indivíduos vêm obrigados a negociar opções de estilos de vida. Dessa forma, a programação da vida organizada reflexivamente, constitui numa característica fundamental da auto-identidade. Visto que os grupos de auto-ajuda, denominados de alternativos pela prática de seu programa e organização, são instrumentalizados pela reflexão.

Essa reflexividade constrói a autobiografia do sujeito em relação a uma identidade. Na realidade, esses grupos não apresentam uma ação revolucionária, não ultrapassam a questão do eu. Eles estão buscando a centralidade dos indivíduos para lidar com as conseqüências inóspitas da modernidade. O que o autor chama a atenção é que eles criam um espaço discursivo, no qual se exercitam a reflexividade e, em última instância, a cidadania.

2.2 O resgate da solidariedade

Giddens, através da análise sobre as transformações da sociedade moderna, aponta a “política radical” ou “democratização da democracia” para o restabelecimento da solidariedade danificada para reordenar a vida coletiva e individual evitando, assim, a desintegração social. Essa política deve ser capaz de adaptar-se aos limites da modernidade, sob a forma de uma incerteza artificial, que promova uma democracia que possa atender às demandas de uma cidadania reflexiva num mundo globalizado fornecendo meios para gerar solidariedade social.

Observa (Giddens, 1996) que a questão da reconstrução de solidariedades sociais não deve ser vista como proteção da coesão social às margens de um mercado egoísta, mas deve ser entendida como reconciliação de autonomia e interdependência nas diversas esferas da vida social, inclusive no domínio econômico. Isto significa que, a reconstrução das solidariedades só pode ocorrer se considerar o novo contexto de sociedade reflexiva, isto é, levando em consideração que os indivíduos são nutridos de informações que devem ser confrontados e constantemente reavaliados num processo assinalado pelo diálogo, porém sem ferir a autonomia individual.

A solidariedade ampliada em uma sociedade destradicionalizadora depende do que poderia ser chamado *confiança ativa*, acompanhada de uma renovação de responsabilidade social e pessoal em relação aos outros. A confiança ativa é a confiança que tem que ser conquistada, em vez de vir da efetivação de posições sociais ou de papéis de gênero. Continuando, (Giddens, 1996), é preciso considerar a “política gerativa” como uma política de defesa diante dos riscos gerados pelas conseqüências da modernidade. É uma política que liga o Estado à mobilização social, ou seja, contribui para que os indivíduos e os grupos atuem na ordem social e política na solução de problemas fazendo com que as coisas aconteçam, em vez de esperar atitudes paternalistas do Estado.

Para Giddens, a política gerativa é um dos meios de abordar os problemas da pobreza e de exclusão social nos dias de hoje. Essa proposta faz nos lembrar do nosso querido Betinho que mobilizou todo Brasil com a Campanha Contra Fome, em 1993, tendo como mote a solidariedade. Para a geração de novas solidariedades, é fundamental

a criação da confiança ativa, no âmbito das relações pessoais que para estabelecer uma relação com alguém é necessário ter confiança nessa pessoa, o mesmo ocorre, segundo o autor no aspecto social e político. Dessa forma institui-se a democracia dialógica que atua tanto na esfera pessoal quanto nas relações sociais.

No contexto da vida privada, a democratização implica respeito mútuo, autonomia, tomada de decisão através do diálogo e proteção da violência. Vale dizer que a “democracia das emoções” depende da integração entre autonomia e solidariedade. Giddens afirma que a confiança ativa é um forte ingrediente de solidariedade, porque os seus pilares são sustentados pela responsabilidade social e pessoal em relação aos outros. Os grupos de auto-ajuda, por intermédio da reflexão e do diálogo, exercitam a “democracia das emoções”. Os indivíduos estabelecem relações simétricas, que são notoriamente observadas na terapia de espelho, em que os membros relatam sofrimentos, recaídas, sem interferência de qualquer pessoa, sem juízo de valores, respeitando a pessoa como cidadão. Nesse momento, ocorre o processo de identificação, que contribui para a reflexão daquele que sofre pela mesma dor. Ele reconquista a responsabilidade pelos seus atos e recupera a relação com os outros. adquirindo a responsabilidade pelos seus atos e também para com os outros. Olhar para o mundo adquire uma dimensão maior, não passa mais por uma fresta da porta, mas atinge as múltiplas opções que a vida oferece, sem se deixar molestar pelo sofrimento de determinadas situações do mundo moderno.

Os grupos de auto-ajuda são um exemplo vivo disso, porque trabalham na reconstrução da identidade cujo programa é voltado para a reciprocidade, oferecendo possibilidades de escolhas para lidar com seu destino à luz da consciência. Além disso, esses grupos têm a preocupação com as novas gerações, na medida em que estão sempre enfatizando que um dos propósitos da irmandade é a transmissão da mensagem. Giddens crê que essas relações podem estar sendo norteadas por meio de diálogo e não por um poder estigmatizado

Essa nova perspectiva envolve uma reflexão crítica com a finalidade de encontrar um consenso de novos contratos para a sociedade como um todo. Essa oposição entre os novos sujeitos pode abrir espaço para uma nova e próspera etapa da modernidade. “Dentro de uma organização mais ampla ou em relacionamentos, o indivíduo precisa ter

autonomia material e psicológica necessária para entrar em efetiva comunicação com os outros. O diálogo, livre do uso da coerção e ocupando um “espaço público”, em ambos os casos, é o meio não só de resolver as disputas, mas também de criar uma atmosfera de tolerância mútua”(Giddens,1996).

Na visão de Giddens, essa reflexividade é uma fonte organizadora da ação e da experiência da vida social moderna, referente às práticas sociais que são constantemente examinadas à luz de informação transformada sobre essas mesmas práticas, alterando, dessa forma, o seu caráter. A política de estilo de vida implica uma política de emancipação de como deveríamos viver e posicionar-nos diante de uma realidade, na qual aquilo que era determinado pela natureza ou pela tradição está atualmente sujeito a decisões humanas. Vale dizer uma política de identidade, de escolha e de reciprocidade.

De acordo com Giddens (1996), o agente de transformação é o sujeito dotado de capacidade reflexiva e organizador de suas ações, reestruturador do sentido do “*self*” e do “nós” diante das condições inóspitas da modernidade. Esse sujeito deve ser capaz de conduzir os resultados de suas ações de forma reflexiva. Enfim, para Giddens a reflexividade, contribuiu de forma intensiva e extensiva, no processo do resgate da solidariedade na vida cotidiana.

2.3 As relações entre identidade cultural e globalização

Com o intuito de incrementar a discussão sobre as identidades fragmentadas, reporto-me ao pensamento de Stuart Hall (1995), que discute a questão da identidade cultural, em suas conexões com a globalização e a sucessão de mudanças modeladas pela alta modernidade. Para Hall, os teóricos que acreditam que as identidades modernas estão ruindo analisam a problemática da seguinte forma:

“Um tipo de mudança estrutural está transformando as sociedades no final desse século (XX), fragmentando as paisagens culturais de classe, gênero, sexualidade, etnicidade, raça e nacionalidade, que nos deram localizações sólidas como indivíduos sociais” (Hall, 1995).

Essas transformações estão também modificando nossas identidades pessoais, enfraquecendo o próprio sentido de nós enquanto sujeitos integrados. Essa perda do “sentido de *self*” é algumas vezes chamada de deslocamento ou descentramento do sujeito. Esse conjunto de deslocamentos duplos – descentrando indivíduos tanto do seu lugar no mundo cultural e social, quanto de si mesmos – consiste em “crise de identidade” para o indivíduo.

Essa crise é provocada pelo deslocamento das estruturas e dos processos centrais das sociedades modernas, que estão enfraquecendo os suportes que dão aos indivíduos um lugar estável no mundo. Esse tipo de mudança estrutural distinta abre espaço a novas identidades, fragmentando o indivíduo moderno como um sujeito unificado. Essa crise desencadeia “a perda de um sentido do *self*”, deslocando o sujeito tanto do mundo cultural e social como de si mesmo.

Hall (1995) assinala que a natureza das mudanças estruturais da alta modernidade se deve ao impacto da globalização, “a globalização refere-se àqueles processos que, operando em uma escala global, atravessam fronteiras nacionais, integram e conectam comunidades e organizações em novas combinações de espaço-tempo, tornando o mundo, em realidade e em experiência, mais interconectado”. (Hall, 1995, p. 51)

As características mais marcantes, dentre outras da globalização, que atingem duramente as identidades culturais são as características temporais e espaciais.

“As pessoas em cidades pequenas e aparentemente remotas, de países pobres do “terceiro mundo” podem receber na privacidade de suas casas as mensagens e imagens das ricas culturas de consumo do Ocidente, abastecidas através de seus aparelhos de TV ou rádios, que ligam à “aldeia global” das novas redes de comunicação. Jeans e moletoms – o “uniforme” dos jovens na cultura jovem Ocidental – são tão onipresentes no Sudeste Asiático quanto na Europa ou nos Estados Unidos, não somente em função do crescimento do marketing mundial da imagem do consumidor jovem, mas porque eles são na verdade, produzidos em Taiwan, Hong Kong, ou Coréia do Sul para lojas de Nova York, Los Angeles, Londres ou Roma”. (Hall, 1995)

Na visão de Hall, a mídia eletrônica exerce um papel essencial e central, permeado pelo marketing global que atua diretamente no universo da atividade social. Quanto mais esse fato se intensifica mais as identidades tornam-se separáveis. Dessa forma, reproduz uma desconexão de tempos, lugares, histórias e tradições específicas fragmentando as identidades. O contato com diferentes identidades, cada uma nos atraindo, ou antes, atraindo diferentes partes de nós, a partir das quais parece possível fazer escolhas.

Visto que a disseminação do consumismo e os fluxos entre nações geraram o efeito de “supermercado cultural” criando “identidades compartilhadas”, na medida em que são consumidoras das mesmas mercadorias, “clientes” dos mesmos serviços, audiências das mesmas mensagens e ou imagens, pessoas que estão distanciadas uma das outras em tempo e espaço. Isso não quer dizer que a globalização aniquila as identidades nacionais. É possível que ela produza, paralelamente, identificações “ globais” e “locais” novas. Hall atribui a esse fenômeno de homogeneização cultural. Isso gera ainda maior desigualdade entre as nações.

Para o autor as identidades permanecem intactas, no que diz respeito a direitos legais e de cidadania, todavia as identidades locais, regionais e comunitárias têm se tornado mais significativas.

Nesse contexto, o consumo mercantilizado demonstra que os pobres estão completamente excluídos da possibilidade de escolher estilos de vida. O problema de classe e desigualdade dentro de estados ou em nível global afasta qualquer possibilidade de emancipação, as instituições modernas ao mesmo tempo criam mecanismos de supressão e não de realização do eu. Ou seja, a globalização produz diferença, exclusão e marginalização.

Em síntese, a globalização herda uma estrutura de divisão. No debate entre os autores que se debruçaram sobre o tema (fatores sociais e proliferação dos grupos de auto-ajuda), é unânime que as relações entre os países são desiguais, trazendo conseqüências como a exclusão e o aumento da distância entre países ricos e pobres.

Stuart Hall (1995) vê o fenômeno da globalização como paradoxal e contraditório. De um lado, dissolve as fronteiras que separavam os homens, aproximando a transação de mercadorias e encurtando as distâncias entre os países e sociedades; de outro, provoca a fragmentação das paisagens culturais e sociais, de gênero, sexualidade, etnicidade, raça e nacionalidade que nos deram localizações sólidas como indivíduos sociais.

A modernidade mexe com a noção usual de espaço e de tempo, ao formar relações entre ausentes, distantes de qualquer condição de integração face a face. O mundo está envolvido por uma gama de transformações que afetam nossa compreensão de identidade e de subjetividade, enfraquecendo o sentido de nós mesmos enquanto indivíduos integrados. Essa identidade que perde o “sentido do *self*” é algumas vezes chamada de deslocamento ou “descentramento” do sujeito.(Hall,1995)

Hall dá ênfase à questão do sujeito para esclarecer a consistência da crise de identidade pela qual passam as sociedades modernas. O autor discute o conceito do sujeito moderno por meio de três mutações: sujeito cartesiano, sujeito sociológico e, por último, sujeito pós-moderno.

A história do sujeito moderno resulta de uma acumulação de experiências históricas sucessivas. Isso denota que o indivíduo percorre um processo evolucionista, segundo Louis Dumont (1985). Nesse sentido, o autor se aproxima do pensamento de

Hall, que afirma que as identidades são construídas através de processos cumulativos ao longo de experiências históricas sucessivas.

Por outro lado, segundo Milton Santos (2002), “é preciso encontrar um caminho que nos liberte da maldição da globalização perversa que estamos vivendo e que nos aproxime da possibilidade de construir uma outra globalização capaz de restaurar o homem na sua dignidade”.

2.4 Diferentes concepções do sujeito moderno

Segundo Hall (1995), “a emergência de noções de individualidade” pode estar relacionada à ruptura das ordens social, econômica e religiosa medievais. Somente após essas rupturas é que novas formas de análise postularam o indivíduo como entidade substantiva, na qual surgiram outras categorias, em particular categorias coletivas.

Hall reúne dois significados distintos para o sujeito cartesiano ou iluminista. De um lado, o sujeito é “indivisível” – uma entidade unificada no interior de si mesma, que não pode ser posteriormente dividida. De outro lado, ele é também uma entidade “singular, distintiva, única”. Esse sujeito data o seu nascimento dos primórdios da modernidade e foi caracterizado como sujeito com capacidades humanas fixas e um sentido de identidade. Essa concepção integrou a humanização do indivíduo, dos direitos e a participação na política. Surgia então o que é essencial na figura do indivíduo.

O sujeito visto do ponto de vista sociológico revela a complexidade do mundo moderno e a evolução da consciência. O centro interior do sujeito não era tão autônomo e auto-suficiente, mas constituído a partir de “outros significados”, que o norteavam: valores, sentidos, símbolos; enfim, o meio em que habitava. Hall menciona os interacionistas simbólicos (a exemplo de G.H Mead e C. H Cooley), adeptos dessa concepção interativa de identidade e de *self* na sociologia.

O sujeito dentro dessa concepção faz a ligação entre o “interior” e o exterior – o privado e o público. À medida que nos projetamos nas identidades culturais, simultaneamente incorporamos significados e valores, compondo parte de nós mesmos e isso nos ajuda a formar nossos sentimentos subjetivos com lugares objetivos no mundo social e cultural.

Essas são as duas formas de pensar o sujeito moderno, como núcleo articulador do sentido de ação social, detentor de uma identidade fixa e possuidor de uma identidade tendo referência segura.

Com base nesse processo, Hall (1995) infere a concepção de sujeito pós-moderno, concebido como sendo isento de identidade fixa, permanente ou essencial. A identidade tornou-se uma “festa móvel”, formada e fragmentada, um processo de transformação

contínuo em relação às maneiras pelas quais somos representados e tratados nos sistemas culturais que nos circundam. As identidades tornaram-se fragmentadas.

O sujeito pós-moderno é detentor de uma multiplicidade de identidades, algumas vezes contraditórias e mal resolvidas. As nossas paisagens externas, que sustentavam a nossa resignação subjetiva com as “necessidades” objetivas da cultura estão ruindo, como resultado de uma mudança estrutural e institucional:

“O sujeito assume identidades diferentes, em momentos diversos, identificações que não estão unificadas em torno de um *self* coerente. Dentro de nós, coexistem identidades contraditórias, pressionando em direções diversas, de modo que nossas identificações estão sendo continuamente mudadas.” (Hall, 1995)

2.5 Duas discussões acerca da identidade

A aproximação entre os autores Giddens (1991) e Hall (1995) nos permite enfrentar melhor duas discussões. Ao refletir sobre o comportamento do homem na alta modernidade, Giddens apóia-se nos complexos processos de mudanças rápidas contínuas que caracterizam a modernidade. Esses processos, que se intensificaram ao longo do tempo, produzem efeitos diretos nas identidades culturais interferindo na forma de pensar, sentir, nos hábitos, sendo denominados como fenômenos da globalização. Removem, enfim, todo o sentido de estar no mundo, todo estilo de vida e de conhecimento se alteram em função dessas mudanças estruturais que a própria modernidade produz.

Como já foi mencionado, segundo Giddens, a comunicação instantânea atinge todos os cantos do mundo, tornando os indivíduos cada vez mais informados sobre esse mundo que os cerca. Essa reflexividade, torna-se uma fonte organizadora das experiências sociais do cotidiano.

Nesse turbilhão de referências novas, o pensamento de Giddens(1996) aponta para um sujeito dotado de capacidade de apreender a realidade de modo consciente, sensível, organizado e direcionado para lidar com as conseqüências da modernidade. Enfim, um sujeito que possui condições de gerar alternativas baseadas em ações conscientes, objetivando a transformação da sociedade em sociedades mais democráticas, que atendam às demandas desse mundo conturbado. Essas ações não podem perder de vista a solidariedade.

Stuart Hall (1995), assim como Giddens (1996), também crê nos efeitos da globalização sobre as identidades. Hall (1995) parte do pressuposto de que a identidade é formada muito em função de como o sujeito é tratado ao longo de sua existência. A identificação não é algo que ocorre automaticamente. Ela pode ser perdida ou ganha; ou seja, na medida em que os sistemas de significado e representação cultural multiplicam-se, deparamos com uma multiplicidade de identidades prolixas, híbridas e fluidas, podemos nos identificar com cada uma delas. Dentro dessa trajetória, Hall afirma que podemos falar de identificação e não de identidade. Segundo esse autor, o sujeito pós-moderno está em contínua desconstrução.

Como caracterizar o homem das grandes cidades, que hoje atua nos grupos de auto-ajuda, mas não só neles? Trata-se de um sujeito ancorado na reflexividade e perturbado pela alta modernidade como quer Giddens? Ou de que forma, no seu fazer situa-se o sujeito pós-moderno, dotado de identidades fragmentadas inacabadas como quer Stuart Hall?

Como é possível fazer uma caracterização das pessoas que participam dos grupos de auto-ajuda? Deve-se pensar que se trata de um sujeito que está perturbado, mas é capaz de se reorganizar na reflexividade através desses grupos, ou deve-se pensar que se trata de identidades múltiplas e inacabadas? Ambas são possibilidades plausíveis, já que nos grupos encontrei um operário, negro, alcoólatra, gay, drogado, compulsivo sexual e neurótico e uma mulher negra, lésbica, compulsiva sexual e alcoólatra, que ainda atua em associações que promovem a participação política.. Ao mesmo tempo que possuem múltiplas identidades, participam de vários grupos de auto-ajuda, os sujeitos também estão exercendo uma reflexividade como Giddens propõe.

Apesar de Giddens e Hall discordarem entre si, é possível trabalhar com as duas hipóteses, tanto a do sujeito pós-moderno detentor de múltiplas identidades inacabadas como propõe Hall, como a idéia do sujeito ancorado na reflexividade, como propõe Giddens.

3. GRUPOS DE AUTO-AJUDA NO BRASIL

3.1 O que são grupos de auto-ajuda

“Se você quer se curar, o problema é nosso. Se você não quer se curar, o problema é seu”.

Os grupos de auto-ajuda são formados por pessoas que se reúnem na tentativa de buscar apoio para superar vícios e comportamentos compulsivos, que de alguma forma as conduziram ao “fundo do poço” – essa expressão é costumeiramente usada por membros de grupos –, causando não somente a destruição de suas vidas como as de seus familiares e das pessoas de seu convívio diário.

As condições para participar como membros desses grupos são principalmente: o desejo de se recuperar da doença e o dever de manter o anonimato no grupo. Esses e outros requisitos constam, geralmente, em material impresso, produzido pelos próprios grupos.

Os grupos de auto-ajuda mantêm-se exclusivamente por meio de contribuições espontâneas de seus membros, em geral arrecadadas em uma sacola durante as reuniões.

Há reuniões abertas, fechadas, de estudo e de serviços.

Nas reuniões abertas, são aceitas as participações dos que se consideram doentes e desejam ajuda e dos que, mesmo não se reconhecendo como tal, mostrem-se interessados em conhecer o tratamento.

Já as reuniões fechadas são destinadas às pessoas que já se consideram portadoras de doença e assumem sua impotência diante dela. São realizadas, ainda, reuniões de estudo, em que os membros dedicam-se a compreender melhor o programa do grupo em que estão inseridos. Nesse tipo de encontro, são trocadas idéias e experiências em torno de um tema escolhido. Das reuniões de serviço participam os que ajudam o grupo no desempenho de várias tarefas, como a de tesoureiro, por exemplo. Se, porventura, as despesas estiverem quitadas naquele mês e se sobrou dinheiro, este é enviado para ajudar outras irmandades mais carentes. Consideram-se reuniões públicas aquelas em que são realizadas comemorações de aniversário do grupo ou de alguma outra data de relevância na sua história particular. Esses eventos têm por finalidade, sobretudo, transmitir a

mensagem dos grupos de auto-ajuda. Frequentemente, ocorrem depoimentos de pessoas que se consideram recuperadas ou estão em processo de recuperação. É mediante seus relatos que se observa a eficácia do programa. Nesse tipo de encontro, são convidadas pessoas que de alguma maneira mostram-se interessadas nesse tipo de trabalho, tais como médicos, psicólogos, assistentes sociais, religiosos, autoridades públicas. Periodicamente, também são realizadas reuniões intermunicipais, nas quais cada irmandade se propõe a ajudar outras com apoio financeiro, para garantir o desenvolvimento dessa ou outra entidade de mesma natureza. Além de reuniões, são promovidos congressos de âmbito estadual, nacional e até internacional, estabelecendo-se assim um intercâmbio de experiências, principalmente com os países latino-americanos e Estados Unidos.

Dessa forma, o objetivo principal desses grupos é transmitir uma mensagem de conforto aos participantes. Os companheiros que se consideram recuperados ou em recuperação ajudam aqueles que ainda se encontram em sofrimento. Um dos lemas dos grupos de auto-ajuda sintetiza esse processo de ajuda mútua:

“Se você não quer se curar, o problema é seu. Se você quer se curar, o problema é nosso”.

No que se refere ao conteúdo dos programas de auto-ajuda, os grupos são orientados pelas sugestões das publicações *Doze Passos* e *Doze Tradições*, que visam manter o grupo unido e fiel ao seu propósito primordial e agindo sempre em harmonia com os princípios e a filosofia propostos.

Em *Doze Passos* estão contidos os principais pontos a serem observados para a aplicação do programa de recuperação, explicitando a consciência da doença, bem como as formas existentes de controle. Esses doze passos oferecem a força espiritual, a crença na existência de um poder superior que ajuda no controle da compulsão, atuando diretamente na recuperação da doença. As *Doze Tradições* trazem o ideário, os princípios fundamentais das irmandades.

3.2 A origem dos grupos de auto-ajuda

Na origem dos grupos de auto-ajuda está a irmandade Alcoólatras Anônimos (AA), fundada em 1935, em Akron, nos Estados Unidos. Seus fundadores foram dois alcoólatras, Bill, corretor da bolsa de valores de Nova Iorque, e Dr. Bob.

Segundo a publicação *Alcoólicos Anônimos atinge a maioria – uma breve história do AA, 1957*, Bill havia encontrado um amigo também alcoólatra que lhe mostrou o caminho da recuperação do alcoolismo através da religião. Nesse encontro, Bill aceitou o “caminho religioso” e entregou-se a um tratamento já na perspectiva de que existia um Deus na sua vida. Passando por uma experiência espiritual e reconhecendo também os erros cometidos, passou a experimentar fortes sentimentos de triunfo, paz e serenidade. Começou a trabalhar para que outros alcoólatras se beneficiassem da descoberta; percebeu que ao falar para outros alcoólicos “sentia-se vitalizado”, conseguindo manter-se sóbrio.

Certa ocasião, estando em Akron, Bill estava ansioso por ajudar um alcoólatra, já havia sido tratado pelo Dr. Bob. Encontrando-se, Bill e Bob resolveram fundar uma organização baseada na teoria de que somente um alcoólatra poderia ajudar outro alcoólatra.

Desde o seu nascimento, o AA é reconhecido como um dos mais eficientes programas de recuperação. Estima-se que 2,8 milhões de alcoólicos beneficiaram-se dessa entidade. São aproximadamente 93 mil grupos, espalhados por 136 países. No Brasil, o movimento, surgiu em 1947 e hoje existem aproximadamente 5.700 grupos de AA, com 120.000 freqüentadores⁴.

Com o desenvolvimento do AA e a constatação de que o alcoolismo é um mal que atinge não só o alcoólatra, mas também sua família, criou-se o Alanon, que envolve os familiares de Alcoólatras Anônimos; e o Alateen, destinado a filhos de alcoólatras. Ambas são definidas como irmandades paralelas.

Para se ter uma idéia da importância desse grupo, destaca-se um levantamento feito no início dos anos de 1990, em São Paulo (SP), Porto Alegre (RS) e Brasília (DF),

⁴ Dados coletados pelo AA em 2000.

que estimou que 15% de habitantes são alcoólatras no Brasil, o que equivale a cerca de 30 milhões de pessoas. Segundo dados dessa pesquisa, 42% a 50% das internações hospitalares são decorrentes do alcoolismo. Além disso, os trabalhadores envolvidos com o álcool faltam em média quatro vezes mais do que aqueles que não costumam beber. Constatou-se, também, que ocorrem oito vezes mais atrasos e quatro vezes mais acidentes de trabalho e que produtividade do dependente de álcool cai em média 20%. Em Curitiba (PR), 40% das separações de casais tem como causa o alcoolismo – na Delegacia da Mulher de Curitiba, 87% das queixas por espancamentos são por maridos bêbados. As mulheres também aparecem de forma relevante nas estatísticas. Dentre as pessoas que procuram ajuda no país, 30% são mulheres.

Segundo o Ministério Mundial de Saúde, problemas ligados ao alcoolismo são a terceira causa das mortes no mundo, atrás de doenças no coração e do câncer (*Folha de S. Paulo*, Caderno Mais, 1998).

Diante dessa realidade, o presidente nacional do AA, o psiquiatra Luiz Renato Carazzani, afirma que o alcoolismo é uma doença progressiva, crônica e fatal, mas que pode ser interrompida, se a pessoa parar de beber.

Com o sucesso do programa no controle do alcoolismo, a irmandade-mãe desencadeou, nos últimos 60 anos, outros grupos de diversas naturezas, que atuam em conformidade com os princípios do AA. Podem ser citadas as seguintes irmandades: NA (Neuróticos Anônimos), NA (Narcóticos Anônimos), Nar-Anon (para familiares e amigos de dependentes de drogas), Devedores Anônimos, Adictos de Açúcar Anônimos, JÁ (Jogadores Compulsivos Anônimos), CA (Comedores Compulsivos Anônimos), Mada (Mulheres que Amam Demais) Dasa (Dependentes de Amor e Sexo), FA (Fumantes Anônimos), Coda (Codependentes Anônimos), IA (Introvertidos Anônimos), Aidéticos Anônimos, VI (Vítimas de Incesto), PA (Psicóticos Anônimos) e DCA (Devedores Compulsivos Anônimos).

O Psicóticos Anônimos (PAs) recebe coordenação do Projeto Fênix (Associação Nacional Pró-Saúde Mental) para concretização do funcionamento e expansão dos grupos. É fundamental a participação do envolvimento de profissionais da saúde mental, de familiares e portadores de doenças mentais. Além disso, o Projeto Fênix funciona

também como uma Central de Serviços. Amparado pelo Projeto Fênix, o PAs é o único grupo que trava uma luta diretamente na esfera política pelos seus direitos. Atualmente, está denunciando o desrespeito aos princípios da ONU quanto à obrigatoriedade das internações involuntárias das pessoas portadoras de doença mental e reivindicando a revisão da lei através de uma discussão ampla entre portadores, familiares e profissionais das áreas de psiquiatria, psicologia, direito, assistência social, administração, saúde pública, educação, ética profissional.

3.3 A política dos grupos de auto-ajuda

Os grupos de auto-ajuda são mais proeminentes como forma de exercitar-se no social. Em primeiro lugar eles operam no resgate da individualidade, através da aplicação contínua de seu programa de recuperação, que consiste nos *Doze Passos* e nas *Doze Tradições* e induz o indivíduo a refletir sobre as razões e ações que o levaram à situação em que se encontra. Através do auto-exame, o indivíduo constrói sua reescrita do eu. Diferentemente de outros movimentos sociais que tratam de questões objetivas da política, os grupos de auto-ajuda trabalham com as questões da intimidade, tendo como único objetivo reestruturar o cidadão comum das mazelas da vida, dando-lhe sentido de pertença, reconstituindo a identidade de cada um. Vale dizer que os temas que abordam atingem de forma indireta as políticas objetivas, na medida em que conseguem capacitar os indivíduos para enfrentar o dinamismo que a modernidade lhes impõe. Controlando vícios e comportamentos compulsivos que afetam o convívio das relações pessoais e sociais.

Giddens crê que indivíduos conscientes, que detêm uma reflexão sobre si e o mundo que os cerca, são cidadãos mais preparados para participar da democratização da democracia; ou seja, para lutar a favor dos assuntos que os interessam, fazendo escolhas através de ações conscientes. O autor enfatiza que apesar da contaminação da ansiedade e da incerteza, há uma crescente ação dos indivíduos que impulsionam e contestam as ações de cima para baixo, que essa ação deve ser considerada pois há um convite para reflexividade “na modernidade tardia” ou “alta modernidade”

Na presente pesquisa, verificou-se que os grupos de auto-ajuda induzem as pessoas a tomar consciência de suas limitações e buscar no interior, opção que encontram para proporcionar um meio de enfrentar as suas compulsões criadas pelo turbilhão do mundo moderno. Para elucidar essa argumentação, relata-se a seguir a história de um membro do NA, entrevistado durante a realização desta pesquisa.

É uma senhora de sessenta anos, solteira, nordestina. Chegou a São Paulo após a morte de seus pais e pretendia ser irmã de caridade. Entrou para um convento, depois de algum tempo, foi notificada pelas irmãs que ela não tinha vocação. A saída do convento foi uma frustração. As irmãs para consertar a situação ou se eximir de qualquer responsabilidade arrumaram um trabalho doméstico. Segundo essa senhora, o trabalho foi ótimo, as pessoas foram muito boas para com ela, mas não demorou muito veio a depressão. Com a depressão ela ficou impossibilitada de trabalhar e foi para casa de uma irmã na periferia da cidade, tornando-se um peso para seus familiares. Seus familiares a levaram um psiquiatra, que receitou inúmeros remédios (psicotrópicos), que provocavam muitas perturbações psíquicas e sofrimento, pois havia perdido o comando da vida. Um dia passando por uma igreja, viu um cartaz escrito “Você sofre de depressão, nervosismo ansiedade, síndrome do pânico. Venha conhecer o NA”. Começou a participar do NA e a partir daí, parou de tomar remédios. Como ela é sozinha e sua irmã também luta com dificuldade, essa senhora teve de começar a lutar pela sua sobrevivência. Deixou de ser doméstica, porque ela era muito nervosa e passou a vender panos de cozinha nas ruas. Ela sai cedo de casa vai até o Brás, compra os panos e sai pelas ruas vendendo chegando em casa no final da tarde. Com o dinheiro, paga um quarto e sobrevive com muita dificuldade. Ela reserva um dia por semana para prestar serviço ao NA, sendo uma participante assídua das reuniões.

Com sessenta anos, nenhum direito assegurado, seguro saúde ou aposentadoria. Essa história nos leva a pensar que ela faz parte da maioria das pessoas destituídas pela desigualdade sócio-econômica e da exclusão, que é um fenômeno cultural e social. Além da luta pela sobrevivência, essa mulher tem que estar vigilante 24 horas no combate do seu descontrole emocional, denominado de neurose. Os grupos de NA é o único espaço em que encontra o sentido de pertença, ou seja, de estar no mundo. No NA, tenta

recompor-se o que foi deteriorado pelas marcas que a vida lhe causou ao longo da vida e pelas condições sociais externas. Essas lacunas são preenchidas com a sociabilidade, laços afetivos, solidariedade e cumplicidade, ou seja, o indivíduo encontra uma oportunidade de interação consigo mesmo e com o outro.

Apesar do tratamento ser em grupo, a conquista é individual, ou seja, opera-se a partir da ajuda mútua. Outro aspecto que os diferencia dos outros movimentos é que a sua prática é baseada em modelos terapêuticos laicos, embora não desprezem o conhecimento científico. A construção desses modelos fundamenta-se nas observações calcadas nas experiências vividas pelos seus precursores. Para o NA, o amor é um forte ingrediente para a recuperação da pessoa, segundo eles a pessoa que chega ao grupo precisa primeiro receber amor, pois quando a pessoa chega ao grupo está destituída de amor. Dessa forma, é preciso ensiná-la a amar, o que é demonstrado através da solidariedade e acolhida incondicionalmente, sem preconceito de classe, credo, nacionalidade, cor, religião. O único processo de identificação ou fator de aglutinação é a patologia, ou seja, trata-se de uma condição de igualdade pelo sofrimento em comum. Esse processo possibilita a percepção do outro como reflexo da sua própria identidade, abrandando a sensação de isolamento e solidão, características da patologia. Além disso, contribui para construção do grupo como espaço de referência e experimentação. Nesse sentido, a sociabilidade é estimulada e é fator preponderante na manutenção do grupo e da irmandade. Os membros dos grupos de auto-ajuda são muito diferentes entre si, mas existe algo em comum entre eles que é a patologia. Enfim, o conceito de igualdade realmente é vivenciado. Os membros dos grupos afirmam:

“Nós estamos numa escola onde todos são professores”.

Uma possibilidade de interpretação dessa frase é que esses grupos são possuidores de maior reflexividade, pois discutem exaustivamente temas que os afligem..

Na era do Iluminismo, século XIX, verificou-se, no que diz respeito à emancipação dos indivíduos, a consolidação dos direitos humanos, caracterizada pela humanização do mundo. Hoje, esta perde a capacidade de comunhão com o mundo de

origem, abrindo espaço ao mundo de alta reflexividade social, através dos processos intensificadores da globalização, tornando as sociedades mais críticas na defesa de suas demandas em todas as esferas da vida social.

Os princípios norteadores do Iluminismo perderam sua eficácia, na medida em que a crença no conhecimento e no controle, que eram sinônimos de poder e segurança, desembocaram num mundo totalmente descontrolado, devido às conseqüências do processo de industrialização da modernidade. Hoje, as tradições encontram-se à deriva, confrontando-se com uma sociedade de riscos e dúvidas e como reflexo levando os indivíduos para longe de si mesmos, interferindo no seu comportamento e em suas relações pessoais.

As tradições atualmente se deparam com uma sociedade de riscos, dúvidas e a intensificação da globalização. Esses eventos aceleraram a desintegração das instituições modernas. Hoje, as tradições estão sendo convidadas a extirpar as raízes de conceitos que se tornaram pela prática arcaicos. Os valores mudaram e conseqüentemente também os papéis.

A tradição, para Giddens (1997), pressupõe autenticidade e integridade e, para tanto, precisa de uma continuidade que resista aos obstáculos das mudanças. Além disso, depende do trabalho contínuo de interpretação que é realizado para identificar os laços que ligam o presente ao passado. Dessa forma, a predominância do passado sobre o presente é, antes de mais nada, uma influência emocional que envolve sentimentos. Isso significa que não é o tempo de existência, a tradição constitui um caráter orgânico, ou seja, desenvolve-se, amadurece e pode morrer. A tradição está ligada à memória e como tal é o meio organizador da memória coletiva, e essa memória é fundamentada nas práticas sociais.

Giddens (1997) dá ênfase ao caráter repetitivo da tradição para contextualizar o papel das tradições no mundo da alta modernidade, bem como na sociedade destradicionalizada, denominação por ele criada para caracterizar a sociedade moderna, que sepulta comportamentos e rituais sociais a cada momento. Giddens afirma que “tradição é repetição, e pressupõe uma espécie de verdade que é a antítese da indagação racional e, nesse aspecto, compartilha com a psicologia da compulsão”.

As instituições tradicionais não dão conta dessas transformações extensas e expressivas do mundo moderno. Mas há uma ação constelando o aparecimento de novas tradições, com intuito de extirpar o arcaico e recriando outras tradições condizentes com as demandas da sociedade da alta modernidade. As experiências do cotidiano nos levam a questionar o nosso comportamento em relação ao que fazíamos ontem, e que parece não ter sentido fazer hoje. As revoluções que perpassam pelo mundo atual interferem no comportamento do homem levando-o a desenvolver comportamentos compulsivos ou viciados.

De acordo com Giddens (1993), o vício é alguma coisa que temos de mentir, então se é algo que temos de mentir, existe uma não aceitação por parte do indivíduo acerca do seu comportamento. A ausência do sentido de pertença nos leva para longe de nós mesmos. O indivíduo encontra, no vício, um momento de descontração daquela realidade, ou seja, de produção da liberação da tensão.

Para Giddens (1993), o vício é mais uma questão psicológica e social, do que meramente um problema fisiológico. Nos grupos de auto-ajuda, os membros falam sobre a síndrome do “bêbado seco”, que, mesmo não fazendo uso de substância química, exhibe o comportamento de um alcoólatra. Vale destacar que algumas pessoas tornam-se mais compulsivas em relação a padrões comportamentais depois de abandonar o álcool do que eram antes. Esse comportamento compulsivo interfere nas atividades do cotidiano como também nas relações pessoais.

Segundo Giddens (1997), a tradição sem tradicionalismo torna-se compulsiva. Um indicador da dissolução da tradição nas sociedades modernas é que hoje podemos ser viciados em qualquer coisa trabalho, café drogas, fumo, enfim, uma infinidade de vícios que estão inseridos na nossa sociedade.

Giddens conceitua a compulsividade como um comportamento difícil de refrear apenas pelo poder da vontade. Essa compulsividade leva à liberação de uma tensão e, por outro lado, a não liberação provoca uma crise de ansiedade. Os grupos de auto-ajuda vêem os comportamentos compulsivos como vícios; esses comportamentos são denominados de vício porque interferem nas atividades e relações pessoais. O vício traz

ao indivíduo momentos de conforto apaziguando a ansiedade. Essa experiência é mais ou menos transitória.

Para aprofundar a discussão, Giddens analisa as características do vício. O êxtase é um momento de descontração e de relaxamento. Esse êxtase está vinculado a uma dependência e, para atingi-lo o indivíduo necessita dessa dependência. A dependência diminui a ansiedade porque introduz o indivíduo na fase narcotizante do vício. A dependência é psicológica e mais tarde o indivíduo aparece com sintomas de depressão e sensações de vazio e o ciclo recomeça. Vale dizer que a dependência e o êxtase são formas de “sair do ar”. Esse desprendimento permite ao indivíduo lidar com as suas atividades como uma espécie de divertimento e desprezo. Essas emoções estão freqüentemente sujeitas a uma aversão ao padrão do vício, o que provoca no indivíduo o desespero de ver que o vício não pode ser controlado e isso independe das “melhores intenções” que o indivíduo possa ter da experiência.

A experiência do vício é um afastamento do eu, na medida em que afasta o indivíduo da reflexão tão fundamental para a proteção da auto-identidade. A sensação de deslocamento do eu é vinculada à sensação de libertar a ansiedade.

O propósito da perda do eu em um momento posterior é seguido por sentimentos de vergonha e de culpa. Justamente por isso os vícios tendem a alcançar dimensões maiores em sua importância. Geralmente o indivíduo tende a realimentar o vício e, nesse processo negativo, está fadado a entrar em contato com sentimentos de pânico e de autodestruição, não mais encontrando os sentimentos de bem-estar como no início do processo. Nos grupos de auto-ajuda, a equivalência do vício está sempre presente, sempre que a pessoa encerra um padrão de comportamento compulsivo, começa um novo vício.

Esse novo vício está sendo utilizado para compensar os estragos causados pelo primeiro, de forma que alguns traços de outro vício mascarem os do vício principal. Essa permuta favorece um forte apoio à conclusão de que apontam para uma incapacidade subjacente para enfrentar certos tipos de ansiedade.

4. NEURÓTICOS ANÔNIMOS (NA) DO BRASIL

4.1 Neuróticos Anônimos no Brasil

O grupo Neuróticos Anônimos (NA) foi fundado no Brasil em 1969, por Sônia e Donald.

A trajetória do NA no Brasil confunde-se com a história de vida desse casal, sobretudo a de Sônia, uma mulher incansável, que há trinta e quatro anos foi apresentada ao grupo Alcoólatras Anônimos, onde conheceu Donald, um alcoólatra recuperado, que mais tarde tornou-se seu marido. Assim como Sônia, outras mulheres também esperavam o término das reuniões fechadas, freqüentadas apenas por alcoólatras. Em um desses momentos, teve a feliz idéia de formar um grupo para familiares de alcoólatras, o Alanon, ao lado da sala do AA, na rua Caio Prado, no Colégio Sapiens. Segundo Sônia, foi necessária muita perseverança, pois esse grupo demorou quatro anos para se consolidar. Ela dedicou 12 anos da sua vida indo a hospitais psiquiátricos, levando a mensagem àqueles que sofrem de alcoolismo, fazendo palestras e divulgando o AA e o Alanon. O programa angariou a simpatia dos médicos, que convidavam seus pacientes a participar dos grupos.

Além disso, Sônia trazia os alcoólatras para casa, dava-lhes comida, pouso, levava-os até o Alcoólatras Anônimos, ajudava a arrumar trabalho; enfim, eles ficavam em sua casa até conseguirem andar com suas próprias pernas. Esses alcoólatras eram pessoas que já haviam perdido tudo na vida. Logo após o primeiro salário, podiam alugar um quarto em uma pensão, tocar novamente a vida. Sônia ressalta que alguns se recuperavam, outros não, porque isso independe de toda ajuda que se possa dar, vai depender apenas do coração da pessoa, do que cada um tem no íntimo. Em determinada ocasião, conta Sônia, apareceu em sua casa uma mulher chamada Edita, que era russa. Edita estava com sério comprometimento com álcool. Sônia a acalentou, levando-a a conviver com sua família. A mulher ficava sempre na companhia de Sônia e sua família: duas filhas e Donald. Sônia, então, queria arrumar uma atividade para ela e pensou no Presídio do Carandiru. Sônia não se lembra se leu no jornal alguma matéria sobre o

Carandiru ou se conversou com alguém, mas sabia que no presídio havia muitas pessoas com problema de alcoolismo.

Com o intuito de ajudar Edita, que precisava dedicar o seu tempo a alguma atividade com a qual pudesse se ocupar, Sônia convidou-a a visitar com ela o Presídio do Carandiru feminino, que era coordenado por religiosas. Foram as duas falar com a Madre Assunção, religiosa que abriu as portas para que o trabalho de recuperação dos alcoólatras pudesse começar a ajudar as presas interessadas. No início, a reunião era aberta a todas as presas, independentemente do fato de serem alcoólatras ou não. O espaço onde ocorriam as reuniões era uma sala grande. Algumas ficavam bordando, outras costurando, enquanto Sônia e Edita sentavam-se em torno da mesa. Edita dava seu testemunho e Sônia, como não é alcoólatra, colaborava com outros conhecimentos. A reunião durava uma hora e meia e acontecia todas às sextas-feiras. Depois de três meses, entretanto, resolveram dedicar as reuniões apenas às presas que tinham problemas com a bebida ou que chegaram ao presídio por causa dela. Mas não foi possível fazer a separação, porque as outras presas ficaram ressentidas com o término das reuniões, elas queriam continuar com o programa.

Nesse meio tempo, Sônia, leu em uma revista americana chamada *Médico Moderno* um artigo um tanto irreverente sobre o Neuróticos Anônimos, intitulado “Cure-se por catálogo”, e resolveu escrever para o fundador do Neuróticos Anônimos nos Estados Unidos, Grover, um alcoólatra recuperado, cujo lema era: “Todo alcoólatra é um neurótico, mas nem todo neurótico é um alcoólatra”.

Desde então, Sônia passou a trilhar o caminho rumo a um novo desafio, em sua luta para ajudar as pessoas com problemas emocionais. Surge então o NA no presídio do Carandiru, coordenado por Sônia e Donald. As reuniões aconteciam sábado à noite. Um dia Sônia, pensou: “E quando essas presas saírem daqui, o que é que acontecerá, elas não terão para onde ir...”. Falou então com Madre Maria Cristina, que a ajudou a começar o programa fora do presídio, na rua Caio Prado.

Na primeira reunião, não apareceu ninguém, mas Sônia não desistiu. Na segunda, vieram apenas duas pessoas, ainda muito temerosas. Mas, a partir dali, o grupo cresceu e novos grupos foram sendo formados.

Sônia foi até o jornal *Shopping News* e ganhou um anúncio de cortesia sobre o Neuróticos Anônimos, cuja chamada era: “Você sofre de solidão?” Esse anúncio ajudou muito a divulgação do NA, consolidando-o em um ano, atingindo um número de doze pessoas assíduas.

O segundo grande impulso para o crescimento do NA no Brasil veio do Rio de Janeiro, quando a revista *Manchete* publicou um artigo que teve muita repercussão, abrindo espaço para a criação de novos grupos nos estados do Sul do Brasil. As pessoas vinham a São Paulo para conhecer o programa e com o objetivo de abrir outros grupos em seus estados. Todas elas, inicialmente, hospedavam-se na casa de Sônia. Ela prestava esclarecimentos sobre o grupo e depois as encaminhava às reuniões do NA, levando-as a participar de congressos, para então retornarem a seus estados de origem. Esse tipo de atitude foi fundamental para o crescimento do NA e a prova é que hoje esses grupos estão espalhados pelo Brasil inteiro.

Para Sônia, as primeiras reuniões foram muito boas; valeu a pena todo esforço empreendido, apesar da lentidão do processo. Ela se recorda de pelo menos uma das presidiárias, assídua freqüentadora da sala de reuniões, que, ao sair do presídio, onde cumpriu cinco anos de pena, ingressou nos Neuróticos Anônimos. Apaixonou-se por um alcoólatra da sala ao lado, que era do AA e casou-se com ele. Com a ajuda do NA, ela conseguiu reconstruir a sua vida depois de cinco anos de prisão.

Foram 20 anos intensos durante os quais Sônia conviveu com pessoas com problemas familiares de toda sorte, alguns de extrema gravidade. Toda essa experiência, afirma ela, contribuiu para que errasse menos na criação dos seus filhos. Hoje, suas duas filhas vivem nos Estados Unidos.

Após 20 anos de trabalho de solidariedade e dedicação aos que sofrem, Sônia abriu um centro de reabilitação numa chácara na Estrada do Barro Blanco, zona sul de São Paulo, onde trabalha com um programa de orientação de família, afetividade e sexo.

Esse programa tem como objetivo fazer com que as pessoas façam uma revisão de suas vidas, independentemente de terem ou não um problema, seja ele causado por álcool, cocaína ou qualquer tipo de droga. Sônia afirma que no NA é muito comum

encontrar dependentes de tranqüilizantes, soníferos, antidepressivos, mas que neste novo projeto, as pessoas não se reúnem em função do grau de dependência química.

Segundo Sônia, esse é um programa de reavaliação de vida e, felizmente, as pessoas gostam de vir e reavaliar a sua vida em todos os aspectos: físico, emocional ou espiritual. O aspecto médico é o que menos conta. A desintoxicação é feita à parte, porque o que conta é a vida que cada um está levando, quais os seus valores, como se conduz diante das diversas circunstâncias da vida etc. O programa de afetividade e sexo, por sua vez, tenta responder às seguintes perguntas: “Como você está orientando sua vida dentro da sexualidade?”, “Como conviver com nossa sexualidade?”. O programa também visa abordar o aspecto espiritual, mas não o religioso.

Enfim, o programa é uma reciclagem de vida: “É parar para cheirar as flores, dar uma parada na vida para reavaliar todos os aspectos da nossa existência”. Ou seja, refletir sobre se realmente estamos seguindo o caminho, se a pessoa com quem se está convivendo é a pessoa ideal, se o trabalho está trazendo realização ou abrindo outras perspectivas de vida, se os filhos estão sendo bem orientados.

Sônia, hoje com 64 anos, está divorciada de Donald há oito e nem por isso deixou o seu trabalho; gosta do que faz, acha ótimo e continua buscando novas perspectivas. Atualmente ela está empenhada em novos projetos. Pretende começar um programa de ajuda voluntária, também só para divorciados, para pessoas que sofreram e que ainda sofrem a dor amarga de uma separação. Para ela, a separação deixa marcas no coração, muito ressentimento, mágoas, decepção. Trabalhar com isso, em grupos terapêuticos, é muito interessante, porque, conforme suas constatações, muitas pessoas ficam dizendo por aí que a separação mudou a vida delas para melhor, que tudo vai bem, mas o que se vê mesmo é que sempre resta algo, uma dor, uma tristeza e a “solidão do coração”, que é diferente da solidão física.

Sônia não pretende chamar o novo grupo de Divorciados Anônimos, vai ser o Grupo da Cedona, o nome da chácara onde mora e realiza suas atividades terapêuticas. Pretende realizar as reuniões às 16 horas, aos sábados, justamente para incentivar o pessoal a sair, comer uma pizza, proporcionar oportunidades de estarem todos juntos, programar no domingo alguma atividade da qual todos possam participar. Acredita que,

dessa forma, vai surgir a possibilidade de, com certeza, mais tarde poder orientá-los a ingressar também no grupo Neuróticos Anônimos. Sônia afirma que, após esses encontros, as pessoas nunca mais têm a mesma vida social que tinham antes.

Além disso, vai poder ajudar muitos divorciados e até contribuir para o trabalho dos Alcoólatras Anônimos, porque muitas desavenças ocorrem em função do problema de droga, de álcool. Sônia considera todo esse trabalho fabuloso: “O poder de realizar coisas é tão extenso, que a gente nunca imagina as perninhas que tem, não é?”. Segundo ela, o trabalho com o grupo é como um leque que se abre, pois se trabalha uma coisa e a partir dali, surgem outras possibilidades de ajuda.

Sônia relembra que quando o NA contava com oito anos de existência no Brasil, ela recebeu a visita de Grover esteve no país e hospedou-se na chácara Cedona. Relembra que foram momentos prazerosos e que aprendeu muito com Grover, sobretudo quanto a continuar o trabalho sempre, expandir suas atividades, durante o tempo ocioso entre uma e outra atividade cotidiana. Por essa razão, ela costuma fazer um inventário do que já realizou e pergunta-se sempre o que foi que deixou de fazer, o que “deixou para trás”.

O relato de Sônia apresenta características típicas de personalidade de líderes altruístas que trabalham para salvar a humanidade do sofrimento causado pelas injustiças sociais. Ela ainda acalenta os abandonados, ajudando-os a encontrar um caminho mais digno, com persistência e crença em um trabalho todo voltado para a solidariedade e a dedicação aos que sofrem. Segundo ela, essa dedicação tem o objetivo de propagar o amor através da ajuda mútua.

4.2 O ideário dos programas de recuperação do NA

4.2.1 Os Doze Passos

O **Primeiro Passo** ou estágio é admitir a doença, aceitando a própria impotência perante o descontrole emocional e a conseqüente perda do domínio sobre a sua vida. O **Segundo** consiste em evocar um Poder Superior ao ser humano que possa devolver-lhe a sanidade. O **Terceiro** é decorrente do segundo: o novo membro decide entregar sua vida e sua vontade aos cuidados de Deus, na forma em que cada um o concebe. No **Quarto**, o doente deve proceder a um minucioso e destemido inventário moral dele próprio, elencando seus problemas maiores e, naturalmente, nomeando os traços de seu caráter e da conduta que gostaria de reformular. O **Quinto** é admitir perante Deus, para si mesmo e outro ser humano a natureza exata de suas falhas, a fim de tentar identificar a origem do problema que o aflige. O **Sexto** consiste em delegar a Deus a remoção de todos esses defeitos de caráter e o **Sétimo** implica também em rogar ao Poder Superior para que o liberte de suas imperfeições. No **Oitavo**, o novo membro se dispõe a fazer uma relação de todas as pessoas a quem possa ter prejudicado e compromete-se a reparar os danos causados. No **Nono**, que se confunde com o anterior, a questão é reparar diretamente os danos causados a tais pessoas, sempre que possível, salvo quando fazê-lo signifique prejudicá-las ainda mais, ou a outrem. O **Décimo** implica continuar a fazer o inventário pessoal e em admitir prontamente os erros sempre que for necessário. O **Décimo Primeiro** é procurar, por meio da prece e da meditação, melhorar o contato consciente com Deus – não existe a exigência de uma religião determinada, mas sim a da crença em um Ser Superior, sendo necessário apenas o conhecimento dessa vontade em relação a ele mesmo e a força precisa para realizar essa vontade. O **Décimo Segundo Passo** é, na verdade, a assunção de um compromisso com o grupo, pois ao experimentar um despertar espiritual, graças a esses passos, o novo membro do grupo deve procurar transmitir essa mensagem aos neuróticos e praticar esses princípios em todas as suas atividades.

Apesar de o NA afirmar que a irmandade não possui caráter religioso e sim espiritual, Deus sempre é lembrado. Segundo seus membros esse Poder é denominado de “Deus” segundo cada um o concebe. A relação que eles estabelecem com Deus é a de um ser companheiro, um amigo confiável que está ao lado dando-lhes a confiança de

expressar os seus verdadeiros sentimentos sem constrangimentos, aliviando-os de seus sofrimento. Eles não descartam o sofrimento, mas mudam a maneira de encarar os problemas que o causam.

No depoimento abaixo, uma senhora retrata a relação que os membros do NA estabelecem com o Poder Superior:

“O Deus que encontrei no NA não é o Deus que tem uma conotação de punir e julgar, é um amigo que me dá consciência e força para agir para atingir um novo estilo de vida mais feliz”.(reunião do NA).

Segundo o NA, para ingressar nesse programa e obter sucesso em todas as metas é fundamental que a pessoa comece a atuar no primeiro e no segundo passos, pois os demais são decorrências desses dois primeiros. O fundamental é admitir a impotência perante a doença e a perda do domínio da própria vida e acreditar em um Poder Superior, o único que pode devolver a sanidade. Admitir esses dois passos para o NA é a condição *sine qua non* para desfrutar do programa, ou seja, esses passos são a porta de entrada para a recuperação. Além disso, não é necessário que o indivíduo se submeta aos doze passos na ordem em que eles são propostos. De acordo com o NA, o neurótico tem muita dificuldade de entrar em contato com os sentimentos inferiores da alma humana, ele tende a mascarar e a manipular esses sentimentos, sempre os projetando nos outros. Os dois primeiros passos induzem ao reconhecimento desses sentimentos e detectam que estão dentro do indivíduo, como se fossem abrasivos.

Esse processo, segundo depoimentos dos membros do NA, é muito difícil porque libera o ódio, a mágoa, o ressentimento, medo, trazendo todos os complexos à tona e causando, assim, um desconforto. Concluindo a catarse, o indivíduo compreende que a constituição do homem passa por essas paixões. O sentimento de ódio mostra ao sujeito em questão o quanto ele está ligado ao objeto odiado e o medo, a dimensão de sua paralisia perante a vida. Somente a partir daí ele consegue realmente perdoar-se e perdoar as demais pessoas e é essa dimensão que é denominada por eles de “dimensão do amor”. Os participantes do programa afirmam que o reconhecimento de si ilumina a

compreensão do outro com suas limitações e dificuldades, porque foi vivido o processo de limpeza. Essa é a grande transformação. Além disso, para eles, compartilhar e trocar suas descobertas com os outros os ajuda a perceber as diferenças existentes entre si. Nesse sentido, vale destacar o pensamento do filósofo Martin Buber (do livro *Eu e Tu*): “O homem se torna um Eu através de Você”; ou seja, o sentido do seu próprio poder, propósito e individualidade é encontrado através de uma associação ou de um relacionamento.

O que se observa é que a ação conjunta desses grupos aumenta as saídas que os capacita a se definirem mais claramente. As coisas existem com mais clareza quando vista em relação a outras personalidades. Isto é, o “Eu” precisa de um “Tu”.

Os membros do NA afirmam que ninguém modifica ninguém, a própria pessoa é que se modifica.

A experiência vivida nos grupos, através do compartilhar e das trocas ocorridas nas reuniões, aumenta a capacidade de seus membros de se definirem com mais clareza nas relações pessoais e interpessoais.

Todavia, o programa não é para todos. Existem pessoas que não conseguem a recuperação, porque não se identifica, conforme elucida um dos lemas do NA:

“O NA é para todos; mas nem todos são para o NA”.

4.2.2 Doze Tradições, o ideário de sustentação do NA

Primeira Tradição. O bem-estar comum deve estar em primeiro lugar e a reabilitação individual depende da unidade do NA.

Segunda Tradição. Somente uma autoridade preside, em última análise, o nosso propósito comum – um Deus amantíssimo, que se manifesta em nossa consciência coletiva. Nossos líderes são apenas servidores de confiança; não tem poderes para governar.

Terceira Tradição. Para ser membro de NA, o único requisito é o desejo de recuperar-se da doença emocional.

Quarta Tradição. Cada grupo deve ser autônomo, salvo em assuntos que digam respeito a outros grupos ou ao NA em seu conjunto.

Quinta Tradição. Cada grupo é animado de um único propósito primordial: o de transmitir sua mensagem ao neurótico que ainda sofre.

Sexta Tradição. Nenhum grupo de NA deverá jamais sancionar, financiar ou emprestar o nome de NA a qualquer sociedade parecida ou a empreendimento alheio à irmandade, para que os problemas de dinheiro, propriedade e prestígio não nos afastem de nosso objetivo primordial.

Sétima Tradição. Todos os grupos de NA deverão ser absolutamente auto-suficientes, rejeitando quaisquer doações de fora.

Oitava Tradição. O NA deverá manter-se sempre não-profissional, embora os centros de serviço possam contratar funcionários especializados.

Nona Tradição. No NA, o caráter punitivo não pode existir, o que torna esse grupo, que faz da tolerância para com seus membros, uma regra; uma exceção. Se um dos membros, entretanto, perturbar uma reunião ou a própria irmandade como um todo, é emitida uma única diretriz, pelo comitê de reunião com o intuito de fazer com que ele respeite as normas, que são baseadas no amor e no sofrimento.

Décima Tradição. O NA opina sobre questões alheias à irmandade; portanto o nome de AA jamais deverá aparecer em controvérsias públicas.

Décima Primeira Tradição. As relações com o público baseiam-se na atração em vez da promoção na imprensa, no rádio e em filmes, cabendo a nós, sempre preservar o anonimato pessoal.

Décima Segunda Tradição. O anonimato é o alicerce espiritual das nossas Tradições, lembrando-nos sempre da necessidade de colocar os princípios acima das personalidades.

O NA segue na íntegra as doze tradições porque parte do pressuposto que os indivíduos possuem uma natureza defeituosa, assim como a sociedade. As falhas inerentes à natureza humana podem por em risco todo trabalho de continuidade e a harmonia do grupo. Essas tradições na realidade norteiam regras de convívio com o outro, que atuam diretamente nas dificuldades individuais, como também a relação com o mundo externo. Para o entendimento dessas tradições segundo o NA ressalta-se uma entrevista de um membro da irmandade. (Entrevista – Valdete, Anexo)

“Essas tradições têm a finalidade de promover a unidade do grupo de anônimos. É como se estivéssemos dentro de um barco em alto mar; este barco tem um comandante, o comandante é o Poder Superior, ou seja, Deus como cada um de nós é capaz de conceber. Todos os que estamos no barco somos tripulantes, estamos ali para servir e não podemos nos dar ao luxo de querermos alguma coisa só para nós, o que nós conseguirmos deve ser repartido, deve ser partilhado entre toda a população daquele barco, então eu não posso querer descer do barco e agora eu não quero mais brincar com este barco, agora eu vou embora – não posso fazer isto. Se eu estiver consciente de que sou uma pessoa doente emocional eu vou ter também consciência de que eu preciso das doze tradições para gerenciar a nossa convivência neste barco, a convivência deve ser boa para todos os que estão no barco, todos e todos sob o comando do poder superior e das doze tradições”.

Essa entrevista nos mostra o quanto é presente o sentimento de comunidade e pertença que são cultivados dentro dos grupos. A importância dada à observância nas tradições é a única forma de preservar os benefícios alcançados pelas pessoas e oferecidos pela irmandade dos Neuróticos Anônimos. Os benefícios só são atingidos se a sobrevivência e a harmonia do grupo estiverem garantidas. Assim como os doze passos atuam no controle emocional e na paz de espírito de seus membros, as doze tradições instituem normas disciplinares que garantem a qualidade dos relacionamentos e a continuidade da irmandade.

4.3 A literatura dos grupos de auto-ajuda

A literatura dos grupos de auto-ajuda consiste principalmente de material elaborado pelos próprios grupos, baseados sobretudo nos *Doze Passos* e nas *Doze Tradições*, contidos no *Programa de Recuperação*, no livro *As leis da doença mental e emocional*, além folhetos com os lemas voltados para atividades cotidianas e revistas contendo os passos e as tradições complementados com depoimentos.

O livro *As leis da doença mental e emocional*(1996) apresenta a definição, origem, manifestação, prognóstico e cura (recuperação) da doença emocional. Essa publicação é coletânea de artigos publicados no *Journal Of Mental Health* ao longo das experiências vivenciadas nos grupos(1965-1970).

Na maior parte dos artigos, adverte-se que toda doença mental e emocional (incluindo os esquizofrênicos e psicóticos) é uma doença espiritual, cuja causa é o egoísmo, que impede a capacidade de amar, e cujas conseqüências são perceptíveis no comportamento individual como: depressão, insônia, raiva, ressentimento, ódio, sentimento de culpa e tantos outros sentimentos indesejáveis. No âmbito coletivo, os conflitos, tanto local quanto global, têm como causa também o egoísmo. A solução para esse egoísmo e conseqüentes doenças é o amor.

Além desse aspecto, a referida publicação aponta a existência de leis que norteiam a doença mental e emocional. Entendem como lei da doença emocional: uma única doença, doença espiritual; sempre a mesma em todas as pessoas, variando apenas nos detalhes superficiais, caracterizados por sintomas penosos, não sendo sempre os mesmos, porém, os que se manifestam, e progressiva se não for tratada, de tratamento imediatamente aplicável, causada pelo egoísmo inato, que impede a aquisição da capacidade de amar. Essas leis sugerem novas áreas para coleta de dados, prediz com exatidão o curso da doença, baseando-se na experiência de muitas pessoas; enfim traz práticas aplicáveis e eficazes, com aplicação universal. Esses quesitos contidos nos princípios, denominados como leis, chamam atenção para quão mecanicista é a prática que os conduzem, na medida que suprem qualquer indagação ou contestação a cerca da doença. Dessa forma, essas leis nada mais são do que uma investigação dos requisitos, pois são extremamente direcionadas na proposta da recuperação. Diferentemente da

teoria que é sustentada por hipóteses fundamentadas numa abrangente rede complexa de variáveis, que pode ser contestada.

A literatura de auto-ajuda encontra eco nas sociedades devido a incertezas e ansiedades características do mundo moderno. Aliviando as exigências psicológicas da falta de adaptação dos mundos interno e externo, dando um sentido de estar no mundo embasado na esperança, considerando não só as questões de turbulência externas como também as questões existenciais da origem do mundo da vida e da sobrevivência após a morte.

A literatura dos grupos de auto-ajuda está praticamente ancorada na fé. Vejamos o primeiro e o segundo passo: “Admitimos que éramos impotentes perante nossas emoções, que tínhamos perdido o domínio sobre nossas vidas.” e “Viemos acreditar que um poder superior a nós mesmos poderia devolver-nos à sanidade”. O primeiro passo consiste na rendição do indivíduo. A rendição conduz a pessoa entrar em contato com as suas limitações quando confrontado com os problemas existenciais. Após o enfrentamento do problema ou confirmação da impotência, é necessário que o indivíduo acredite em algo maior que interceda na defesa da compulsão. Essa força maior é Deus Onipotente, ou seja, um Poder Superior. Esses dois passos combinam rendição e humildade, que incidem na escolha de viver bem assumindo a responsabilidade pelas escolhas. Segundo o NA, esse processo é a chave para a recuperação. Uma vez aprendidos os principais passos, os outros são conseqüência. Somente o primeiro passo faz alusão da doença, os próximos seis passos anunciam a maneira de comportar-se frente à vida, na resolução dos problemas. Como a compulsão é um problema de mau funcionamento do ego, esses dois passos operam exatamente para a sua quietude, ou seja, o sujeito pode relaxar, aceitar a ajuda do outro humildemente, retomando o seu lugar de simples mortal.

A literatura e a prática do programa de recuperação vivenciadas nos grupos dispõem de mecanismos que atuam na elaboração de processos inconscientes, reveladores ao nível do consciente. O sujeito constata o quanto o ser humano é limitado e impotente em relação a sua compulsão, mas só isso não basta, é necessária a companhia de uma força superior. Vale dizer que o sustentáculo para a obtenção de tanto sucesso, nada mais é do que a fé inerente ao ser humano. Pela própria condição do homem em lidar com seu

destino, surge a reflexão sobre a religiosidade. Segundo estudo (Pinkus,1991) sobre a experiência da religiosidade e sua relação com o coletivo, encontraram-se três atitudes que caracterizam a vivência religiosa e que simultaneamente são comuns às exigências psicológicas da personalidade humana. Em primeiro lugar, a reflexão religiosa surge em função de questões fundamentais: como origem do mundo e da vida, objetivo da existência e da morte, vida após a morte; segundo a percepção de sermos “seres limitados”, quando confrontados com os problemas existências. Diante dessas constatações, surge a terceira atitude em relação à religiosidade, um sentimento de dependência em relação a um ser superior, princípio de tudo, sentimento básico para que nasça a fé num Deus onipotente. Mesmo os membros agnósticos admitem a crença em algum tipo de poder. A experiência religiosa sempre é compartilhada pela comunidade por ser constituída de uma dimensão coletiva.

Isso parece explicar, porque o nome de Deus é sempre solicitado na contenção da compulsão, apesar de o NA afirmar que não é uma irmandade religiosa. A literatura aponta que somente através de Deus é possível obter o “despertar espiritual”. Com o despertar espiritual, abre-se a possibilidade de remover os sistemas de valores, até então viciados e diagnosticados como doença mental e emocional, e atesta-se que é a doença espiritual. O que vale dizer que a recuperação acontece mediante a ajuda espiritual, ou seja, de Deus como cada um o concebe. Dessa maneira, trabalha-se com duas forças opostas a do bem e do mal. O mal é a compulsão e, para vencê-la, é preciso a força do bem, a ajuda de um poder superior para arrebatá-la. Para complementar, é importante ressaltar um depoimento de um membro do NA:

“Ao perceber o despertar espiritual, surge uma nova concepção de vida, eu vou enxergar a vida de uma nova forma, porque os problemas que me cercam, na realidade foram criados por mim. Problemas com pai, mãe, trabalho, amigos, casamento, todos esses tipos de problema foi eu quem criou a partir da minha maneira de enxergar o mundo. Um despertar espiritual me mostra um outro mundo, um outro universo, onde o amor é a lei e ai eu vou levar esta mensagem a quem quiser ouvir, no dia a dia, nos depoimentos, palestras. A gente sofre uma mudança de comportamento. As pessoas que me conheciam e diziam que eu era

uma pessoa nervosa, uma pessoa triste, uma pessoa muito agitada, desagradável. Depois de um tempo, aquelas mesmas pessoas costumavam dizer: “Puxa, houve uma mudança tão grande que não dá para acreditar”. (Entrevista – Valdete, Anexo)

Pelo depoimento acima, o despertar espiritual é fundamental na remoção dos defeitos de caráter, para que a recuperação se instaure, na mudança do comportamento. Além disso, surge uma necessidade de passar adiante os benefícios obtidos para as pessoas que ainda sofrem, e estão buscando uma saída. Isso dá o sentido de unidade implicando a continuidade e a manutenção da irmandade.

Remover os sistemas de valores significa a troca dos defeitos de caráter, pelas qualidades. Essas qualidades são denominadas de sentimentos nobres trabalhados no programa de recuperação. Ou seja, quanto mais enfatizar as qualidades do caráter, mais os defeitos serão afastados de acordo com o NA.

Os defeitos (doença) são: autopiedade, ressentimento, raiva, rebeldia, intolerância, falso orgulho, soberba, comodismo, ganância, atribuição de culpa aos outros, indiferença insatisfação, impaciência, medo, ódio de si mesmo, inveja, desdém, depressão, ansiedade, sentimento de culpa, remorso, doenças psicossomáticas, insônia irritabilidade, tensão, tendências suicidas ou homicidas, abuso dos entes queridos, solidão e retraimento. O programa visa a troca desses sentimentos corrosivos pelas qualidades de caráter que, segundo a literatura e a prática do programa, são denominados de: desprendimento, benevolência, compreensão, aceitação da realidade, tolerância, humildade, disposição de servir, generosidade, honestidade, compaixão, satisfação paciência, fé, abandono da autocondenação, admiração, reconhecimento, felicidade, vida plena de satisfações, alegria de viver, energia, ausência de sofrimento emocional, riso, amizade, cordialidade, afeição, mente em paz, otimismo, préstimo, ajustamento e propósito de vida. Para ilustrar esses aspectos, destaca-se um depoimento de um membro do NA:

“Eu fui percebendo o que diz o primeiro passo, isto é, a partir do momento em que eu sou incapaz de dirigir, coordenar, administrar uma emoção, eu me torno incapaz de administrar a vida também e, por conseqüência, fico sem condição de

administrar a minha vida. Então eu precisava aprender a lidar com as emoções negativas aliadas ao medo, especialmente porque a raiz da minha neurose é o medo, medo de viver, medo de morrer, medo de perder, medo de ganhar, medo do abandono, medo da rejeição; enfim medo das mais variadas formas. Ao longo do tempo, percebi que este medo ele vai se manifestando de varias maneiras, como uma ansiedade crônica, uma angústia, uma raiva, de tal forma que, para me defender, eu acabei me tornando uma pessoa bastante agressiva, eu diria mesmo que eu era uma pessoa hostil. Eu não gostava de lidar com as pessoas, de falar com elas, de cumprimentá-las, da afetividade natural, do contato com o ser humano. Eu vivia solitária; não por estar só mas porque eu tinha uma alma solitária; podia estar no meio de muitas pessoas mas eu não me sentia bem, é como se tivesse uma parede de vidro me separando das pessoas, havia um bloqueio dentro de mim; eu não gostava de interagir. Os anos se passaram e eu fui aplicando os métodos que o NA oferece: os doze passos, as doze tradições os lemas, o livro: *As leis da doença mental e emocional*. Eu fui aprendendo a viver baseada nestes princípios espirituais e hoje eu posso dizer que sou uma pessoa tranqüila, eu vivo bem.”

Para encontrar a recuperação, é necessário incorporar o novo sistema de valores que significa renunciar os impulsos e aceitar as normas de convívio social. Dessa forma, o sujeito é premiado pelo respeito dos outros e pela sociedade. Encontra satisfação na conquista denominada de felicidade e paz. Esses conceitos são atribuídos à aquisição da capacidade de amar. A literatura explicita que se a pessoa obedecer à filosofia dos grupos ela conseguirá se recuperar, o que implica, estudar a literatura e participar assiduamente das reuniões. Obedecer à filosofia para o NA é estar atento à forma de encarar a vida e a maneira de comportar-se diante dela. As reuniões têm por objetivo a apreensão da literatura e o exorcismo dos impulsos indesejáveis e o reforço das qualidades do caráter. Esses elementos contribuem de forma sistematizada na organização de processos cognitivos, que induz o sujeito à reflexão do seu comportamento inadequado diante da vida estimulando, assim a força na fé para conquista da mudança.

Do ponto de vista sociológico, a apropriação de novos sistemas de valores faz parte da construção social que guia as normas de conduta e o convívio social. A ideologia de que vivemos numa “sociedade igualitária” é reafirmada repetidas vezes pela literatura de auto-ajuda, na medida em que enfatiza que todos os percalços e os sucessos são de responsabilidade individual.

A literatura que norteia as reuniões contém elementos relevantes e fundamentais, na medida em que proporciona aos membros um espaço adequado e protetor, um ato ritualístico de inserção do indivíduo no grupo, marcado por silêncio, o início e o término das reuniões, os objetos, como os cartazes expostos na parede e na mesa, o tempo para fazer depoimento, a confraternização no término de cada reunião.

Todos esses atributos têm a finalidade de autodisciplinar as pessoas e proporciona as condições de mudanças no estilo de vida e um reexame da auto-identidade. Verifica-se que o grupo proporciona o espaço de acolhimento para a emergência da experiência de vida de cada um de seus membros. A eficácia do grupo através do esforço coletivo é embasada na crença de que a recuperação é possível. E essa fé no programa é dada pelos participantes. A identificação que ocorre nos grupos não só aumentam como também estimulam a construção da confiança necessária para que cada participante possa expressar livremente, os aspectos que se apresentam em comum mas incluindo aspectos que o diferenciam e asseguram sua excentricidade.

Para tanto, as tradições norteiam todas as regras de convívio pessoal dos envolvidos. Existe uma relação contratual, o grupo é um vínculo que se estabelece entre as partes assumindo responsabilidade e direitos e deveres. A troca é um ritual, segue prescrições estabelecidas que estão diretamente relacionadas a outras formas de intercâmbio ritual na sociedade. Nesse sentido, ajuda a manter a integridade da irmandade e as concepções funcionais da solidariedade. A responsabilidade e o vínculo que são estabelecidos é bem explícita no lema: “Se você quer se curar o problema é nosso, Mas se você não quiser o problema é seu.”

Os lemas são utilizados para ajudar nas tarefas mais simples do dia-a-dia. O “fazer primeiro as coisas primeiras” ajuda a organização do dia, que implica em autodisciplina, evita o desânimo e a frustração; “devagar se vai ao longe” clama pela paciência e calma; “viver e deixar viver” sugere o respeito ao outro; “viver na graça de Deus” alerta para não

esquecer que existe um poder acima que pode ajudar nas horas difíceis; “esquecer os prejuízos” pressupõe que a pessoa siga em frente, o que importa é o aqui e agora; “recomendar-se a Deus incondicionalmente” quer dizer estar sempre acompanhado por um companheiro que sempre protege (segurança); “só por hoje” consiste na transferência da “atemporalidade onipotente” para o tempo real. Controlar as emoções por 24 horas é renunciar por um dia, o descontrolo emocional, obrigando a pessoa a viver a realidade imediata do cotidiano da qual ela fugia.

5. TERAPIA DOS NEURÓTICOS ANÔNIMOS

5.1 A dinâmica das reuniões do NA

O Neuróticos Anônimos é um grupo formado por homens e mulheres que compartilham experiências com o objetivo de resolver problemas emocionais comuns. São pessoas que sofrem de depressão, angústia, medo, insônia, ressentimentos, solidão, nervosismo, ansiedade, remorso, tendências suicidas ou homicidas, síndrome do pânico, doenças psicossomáticas. Enfim, pessoas que padecem de descontrole emocional.

Diante dessa gama de transtornos emocionais, essas pessoas reúnem-se uma vez por semana buscando, por meio da ajuda mútua, a reabilitação da doença mental e emocional.

As reuniões, em geral, ocorrem em salas cedidas por igrejas católicas, escolas, centros comunitários. As salas das reuniões contêm uma mesa e cadeiras, formando ambientes completamente impessoais. A mesa é o lugar do coordenador que preside a reunião. Ao lado esquerdo da mesa do coordenador, encontra-se uma cadeira nomeada como a “cadeira da verdade”, que é utilizada no momento dos depoimentos pelos participantes da reunião. A mesa é coberta por uma toalha verde com o símbolo do NA e há cartazes pendurados na frente da mesa com as seguintes frases:

“Quem você viu aqui, o que você ouviu aqui, quando sair, deixe que fique aqui.”

“Só por hoje evitarei o descontrole emocional”.

Há também cartazes que trazem figuras que representam a doença emocional: ressentimento, inveja, ódio, remorso, medo, ansiedade e raiva. Nas paredes, estão dispostos ainda as *Doze Tradições* e os *Doze Passos*.

Além disso, encontram-se exemplares da literatura do grupo, bem como folhetos, livros, jornais, disponíveis para venda, uma minuteria para marcar o tempo e um caderno no qual o coordenador vai anotando o nome das pessoas por ordem de depoimento. As cadeiras ficam dispostas em um círculo formado ao redor da mesa do coordenador e são ocupadas pelos membros que vão participar da reunião.

O lugar do coordenador tem de estar ao alcance de todos e por esse motivo ele fica sempre no centro, em geral sentado sobre a mesa. O coordenador das reuniões é convidado pelo coordenador do grupo. Esse coordenador é um companheiro do grupo que já tenha cumprido determinado tempo de participação e que tenha mostrado certo conhecimento do programa. No caso da falta do coordenador da reunião, o coordenador do grupo assume a tarefa.

As reuniões acontecem após a “oração da serenidade”, o coordenador dá as boas-vindas a todos que se encontram para mais uma reunião do NA. Em seguida, é feita uma leitura que contém rápida explanação da origem do grupo NA.

O objetivo do Neuróticos Anônimos é oferecer à pessoa com problemas mentais e emocionais, neurótica, o mesmo que o Alcoólatras Anônimos (AA) oferece ao alcoólatra: um programa de recuperação. O que norteia o grupo, portanto, é o empenho em formar uma irmandade de homens e mulheres com a finalidade de se ajudarem mutuamente a recuperar-se da neurose por intermédio da prática do programa do NA.

O único requisito para se tornar membro dessa irmandade é o desejo de se recuperar da doença emocional. Para o NA, a palavra “neurótico” nunca é empregada em seu sentido científico. Para esse grupo, neurótica é qualquer pessoa cujas emoções interferem em seu comportamento, de qualquer forma e em qualquer grau, segundo ela mesma o reconheça. O NA não é filiado a nenhuma seita ou organização religiosa, movimento político ou qualquer outra instituição. Um dos preceitos do grupo é não tomar parte em controvérsias públicas e não defender nem combater nenhuma causa. O maior propósito é recuperar e manter recuperados seus membros, além de ajudar as pessoas a encontrar também uma vida serena, equilibrada e feliz.

Embora a irmandade não tenha caráter religioso, a questão da crença no Poder Superior é muito importante, porque a compulsão é vista como o mau funcionamento do “eu”. Quando se desloca a questão do “eu” para o Poder Superior, tem-se alguma chance de controlar a compulsão. É costume iniciar e encerrar todas as reuniões com uma pequena oração, dirigida pelo coordenador, que convida os companheiros presentes para rezarem juntos. Trata-se da oração da serenidade:

Concedei- nos, Senhor, a serenidade necessária para aceitar as coisas que não podemos modificar, coragem para modificar aquelas que podemos e sabedoria para distinguir umas das outras.

Só após esse início o coordenador se apresenta, dizendo seu nome e afirmando que se encontra ali prestando serviços à irmandade. A seguir, ele informa a todas as pessoas presentes que queiram fazer uso da palavra que terão dez minutos para expor seus problemas e experiências pessoais de recuperação. O direito a palavra será dada pela ordem de inscrição.

Em seguida, o coordenador esclarece os presentes para que evitem o diálogo direto, ou mesmo apartes, durante a reunião. A norma é adotada para que a pessoa possa fazer seu depoimento sem interrupções e ser ouvida com a máxima atenção. Os depoimentos são chamados pelo NA de “diálogo indireto” e consistem em relato de experiências ou de problemas pessoais.

A reunião prossegue com a leitura do tema do dia, que pode ser um dos doze passos, uma tradição, um lema, a leitura de um capítulo do livro *As Leis da Doença Emocional* ou ainda assuntos referentes ao próprio programa de recuperação. Na literatura do NA, podem ser encontrados sete lemas:

“Fazer primeiro as coisas primeiras.”

“Devagar se vai ao longe.”

“Viver e deixar viver.”

“Viver na graça de Deus.”

“Esquecer os prejuízos.”

“Recomendar-se a Deus incondicionalmente.”

“É só por hoje.”

O tema escolhido normalmente é interpretado por um dos companheiros antes dos depoimentos. O coordenador então pergunta se há alguém que visita o grupo pela primeira vez, solicitando à pessoa que diga seu nome, ou pseudônimo, conte como tomou

conhecimento do NA e exponha os motivos que a levaram a procurar a reunião. Se a pessoa não quiser falar naquele momento, poderá fazê-lo a qualquer outro instante, ou seja, no momento que mais lhe convier. Como o coordenador é a pessoa mais importante do grupo, sempre tem preferência sobre os demais. Caso a pessoa responda às perguntas feitas, conseguindo ou não expor em depoimento todos os seus problemas íntimos, tem direito a receber do coordenador, em nome de todos os demais participantes, um agradecimento pela confiança atribuída.

Ao novo membro é solicitado também que preste atenção aos relatos seguintes, pois certamente irá se deparar com depoimentos semelhantes a suas próprias experiências.

Após essa preleção, o coordenador abre a palavra aos companheiros presentes, para falarem de suas experiências pessoais de recuperação, procurando sempre ter em vista que a existência do grupo tem como finalidade básica transmitir a mensagem do NA aos neuróticos que padecem, evitando a menção de assuntos que não digam respeito diretamente ao programa de recuperação ou à irmandade. Também é solicitado aos membros, se possível, fazer sempre uma rápida explanação do tema em questão. No intervalo entre um e outro depoimento, o coordenador faz intervenções referindo-se sempre ao programa, ou ao conteúdo dos depoimentos. Destaca-se que, no programa de recuperação de NA, os *Doze Passos* destinam-se a assegurar a recuperação individual dos participantes e as *Doze Tradições* cumprem a tarefa de garantir o funcionamento eficiente dos grupos, consistindo ambos nos princípios fundamentais do NA.

Embora o programa de recuperação do NA tenha caráter espiritual, a irmandade esquiva-se de assumir um compromisso formal religioso. No NA, há lugar para pessoas de todas as crenças religiosas, bem como para quem se considere ateu ou agnóstico: “Apenas sugerimos que se creia num Poder Superior a nós mesmos, ou Deus, como cada um queira concebê-lo”, confirma um dos membros entrevistado.

Outra regra fundamental do NA diz respeito à inviolabilidade dos depoimentos. A cada reunião, é solicitado a todos os presentes que respeitem o caráter confidencial dos relatos que ali são ouvidos. Para um membro do NA, os depoimentos devem ficar “guardados”, dentro das quatro paredes da sala de reunião. Os problemas que são

confiados ao grupo devem ser resguardados por ele e a identidade dos depoentes deve permanecer no anonimato, um fator de proteção a quem comparece.

A irmandade também não faz nenhuma discriminação no que se refere a nível intelectual, grau de instrução ou condição social e política. A linguagem empregada pelo NA é muito simples e procura ser afetiva e pessoal; entende-se que esta é a melhor forma de se comunicar com todos. É bom lembrar, também, que esses depoimentos representam opiniões pessoais e não a opinião do NA e que, para manter-se dentro do espírito do programa, é preciso sempre evitar a doutrinação, a prescrição de soluções, a psicanálise dos companheiros ou generalizações.

Assim, no NA, não há pessoas investidas de autoridade. Seu funcionamento é assegurado através da colaboração de companheiros que se dispõem a prestar serviços diversos. Os líderes são apenas servidores de confiança, não tendo poderes para governar, conforme atesta um de seus membros: “O líder de uma irmandade anônima, difere do líder de uma empresa ou de qualquer outro trabalho, mesmo sendo assistencial. O líder para nós é um servidor e, como tal, é aquele que nos põe em contato com as 12 tradições”. (Entrevista – Valdete, Anexo)

Não sendo um órgão de assistência financeira ou material, o NA também não se responsabiliza por nenhuma ajuda dessa natureza, deixando bem claro que a responsabilidade por essa ajuda deve ser assumida, única e exclusivamente, pelos companheiros que, por conta própria, vierem a prestá-la. Além disso, o NA não interfere na vida particular e afetiva de seus membros, cujo comportamento, atitudes, decisões e opiniões são de inteira e exclusiva responsabilidade de cada um. O respeito mútuo, portanto, entre os membros de NA, deve ser uma constante. Sugerem-se também prudência e cautela quanto a um possível relacionamento pessoal de natureza íntima entre companheiros de sala.

Segundo a sétima tradição, os grupos de NA devem ser auto-suficientes quanto à sua subsistência, não aceitando, portanto, contribuições de fora. As despesas – taxas de ocupação das salas de reunião, cafezinhos, impressão de folhetos de divulgação, ajuda para a manutenção dos escritórios de serviço e outras – são pagas com o dinheiro recebido espontaneamente dos membros de NA. Por isso, é pedido aos companheiros que

desejarem oferecer suas contribuições, para colocá-las na sacola que é passada nas reuniões.

O ingresso no NA depende, exclusivamente, de decisão espontânea da própria pessoa. O único requisito é a vontade de se recuperar da doença emocional. Quem toma a decisão de ingressar no NA através de determinado grupo pode receber uma pequena ficha verde, oferecida gratuitamente, simbolizando sua participação na irmandade e o propósito de colocar em prática o programa de recuperação. Para os novatos, é sempre feito o convite para que voltem e oferecida a possibilidade de se adquirir o material de apoio do NA após cada reunião. Quando as reuniões terminam, o coordenador do grupo menciona o nome do participante, fazendo a saudação: “Aguardamos sua presença e pedimos ao Poder Superior que conceda a todos muitas vinte quatro horas de paz e serenidade”. Essa é a dinâmica que se repete em todas as reuniões de NA.

As regras disciplinares explicitadas nas *Doze Tradições* são insistentemente enfatizadas, pois elas asseguram e determinam a qualidade do convívio com o grupo, com a irmandade e nas relações pessoais do dia-a-dia. A insistência e a obediência funcionam como um freio para que as pessoas atinjam certo grau satisfatório de tolerância em relação ao outro. Observa-se que, na prática, ocorrem preconceitos, disputas entre lideranças, conflitos entre as pessoas do próprio grupo. Esses conflitos, geralmente, terminam na abertura de outros grupos.

Em relação a preconceitos, em um dos congressos do grupo, um membro da cúpula da irmandade declarou: “Aqui no NA nós toleramos até malufistas”. Em outra ocasião, um participante do programa deixou escapar que havia discutido com um motorista de ônibus e que esse motorista só poderia ser nordestino. No final da reunião um membro do grupo dirigiu-se a ele e o advertiu. “Você precisa conhecer melhor o programa do NA. Nós não fazemos distinção de classe social, raça e nem religião”. A partir dessa advertência, pode-se perceber que, apesar da presença do preconceito, este sempre é trabalhado. Observa-se também que a consciência de tais preconceitos é um fator que aumenta o nível de qualidade entre as pessoas.

5.2 Dinâmica da terapia do NA

A troca de experiências através dos depoimentos ocorre em atmosfera de confiança mútua. Nesse momento, ocorre o processo de identificação dos indivíduos e solidariedade com quem sofre. Esses depoimentos são da maior relevância, pois permitem perceber a dificuldade do “outro” enquanto “outro”. Esse reconhecimento, denominado de “Terapia do Espelho”, implica integração e avaliação de si mesmo. Ou seja, no reconhecimento do “outro”, o indivíduo se integra, podendo, assim, fazer a sua avaliação de vida através dos relatos alheios.

A seguir, destaca-se a importância da Terapia do Espelho relatada por um dos membros:

“Nesta terapia, eu falo de mim, dos meus sentimentos, daquilo que estou vivenciando, se eu estou com dor, seja dor causada pela perda de um ente querido, seja pela perda de um valor financeiro; enfim, seja pela depressão com motivo aparente ou não. Eu estou falando da minha dor emocional e quem está me ouvindo vai se refletir em mim (ou não). A minha história no fundo vai ser bem parecida com a dele e ele vai estar prestando atenção; ele, não vai me interromper. Nós temos 10 minutos, cerca de 10 minutos, para falar ou fazer a nossa terapia. Neste tempo, a gente se coloca e no tempo restante a gente ouve e então acontece de bater no espelho. Agora eu entendo (a pessoa começa assim) porque eu tenho depressão, agora percebo que o que eu sinto é ansiedade. Até eu chegar à irmandade, eu não sabia o que eu estava sentindo, mas na medida em que as pessoas foram falando, eu fui identificando o que eu estava sentindo: muita tristeza, uma profunda solidão do espírito uma profunda desmotivação; não tinha motivo para amanhecer, mas isso eu não sabia; eu sabia que tinha alguma coisa errada, não sabia o que era; eu somente soube no depoimento do outro”.
(Entrevista – Valdete, Anexo)

Nessa terapia, o indivíduo entra em contato com os problemas do “outro” e percebe que não é só ele quem sofre com problemas, que não está sozinho nessa empreitada e sente-se mais fortalecido.

O AA acredita que só um alcoólatra pode recuperar outro alcoólatra e, como o NA segue os princípios do AA, essa crença faz parte da prática das reuniões. A ausência de profissionais da área possibilita para aquele que chega a imprescindível confiança é necessária para o estabelecimento da relação com o grupo.

Como mencionado, a dinâmica dessas reuniões é orientada pelas *Doze Tradições*, bem como pela ética interna do grupo. Além disso, há o direito de expor-se sem ser interrompido e sem juízo de valores com relação aos problemas expostos. O participante que chega pela primeira vez à reunião é recebido como a pessoa mais importante desse grupo, pois em geral esse indivíduo está no “fundo do poço”.

Ressalta-se que o silêncio é fundamental para obter sucesso no tratamento. Esse aspecto é sempre muito valorizado nas reuniões. Os seus membros costumam lembrar um lema:

“O tratamento se dá pelo ouvir e pelo falar. Quando falo, a doença sai pela minha boca. Quando ouço, o remédio entra pelos meus ouvidos.”

Os membros têm consciência da importância do silêncio, pois este faz parte do processo terapêutico. A introdução da fala do companheiro novo ocorre em geral na metade da reunião. Após o depoimento, o coordenador que se encontra presidindo a reunião pergunta à pessoa em questão se ela se identificou com o grupo e com o programa do NA e a convida a participar do grupo. Se a resposta for positiva, o novato recebe uma ficha de cor verde e um folheto com perguntas. Esse teste é um recurso para detectar a neurose, bem como o primeiro contato com a doença. Após um ano de participação no grupo, é solicitado ao membro que escolha um padrinho ou madrinha; a data da escolha sempre ocorre em dezembro. Em geral, os homens escolhem um homem e as mulheres outra mulher. Novamente, o membro recebe uma ficha simbólica de cor verde, que representa a cor do NA. Esse padrinho ou madrinha desempenha o papel de escutar o seu afilhado na hora do desespero. Os critérios de escolha são os de identificação do novo membro com algum dos presentes devido aos seus depoimentos.

Em geral, esses padrinhos são pessoas que já se encontram recuperadas mas que não descartam a possibilidade de recaídas e pertencem à irmandade há algum tempo.

O direito ao depoimento é um direito de todos. A duração das reuniões é de duas horas, período obedecido com rigor e respeitado por todos. O tempo cedido ao depoente é rateado entre companheiros do grupo, isto é, decidido em relação ao número de pessoas presentes.

As reuniões são encerradas com todos de pé, formando um círculo, de mãos dadas e falando a oração da serenidade. Após a oração o coordenador agradece a todos por terem vindo: “24 horas de serenidade para todos. Contamos com vocês na próxima reunião.”

Após o término das reuniões há um espaço de confraternização, onde é oferecido um lanche rápido, durante o qual ocorrem as trocas de experiências entre as pessoas que se identificaram. Os membros trocam palavras de esperança, de fé e se dispõem a se ajudar mutuamente, fornecendo os números dos respectivos telefones para que se fale nas horas de desespero e dor.

O NA crê que se ensina o amor através da solidariedade. Quando o indivíduo apreende a amar, ele consegue em primeiro lugar amar a si e, portanto, amar o seu semelhante. Aqui é importante ressaltar que o NA entende por amor o respeito e o resgate da solidariedade, a aceitação incondicional de todo ser humano que se encontra em situação de desespero.

Dessa forma, o indivíduo passa por um processo de inclusão, calcado em normas disciplinares como respeito mútuo, solidariedade, ausência de preconceitos, ética, reafirmando os princípios democráticos e reforçando mecanismos estruturadores da sociedade como a valorização e a capacidade de autodisciplina. Nesse sentido, a democracia é vivenciada através da prática contínua dos preceitos do grupo. Quando estes são violados nas reuniões, imediatamente o ocorrido é discutido e corrigido pelos próprios membros, de forma a garantir uma atmosfera harmoniosa e preservar os princípios filosóficos da irmandade.

5.3 A doença emocional e a democracia das emoções

O NA afirma que os transtornos emocionais têm como causa o egoísmo. Inato a todo ser humano, o egoísmo impede a capacidade de amar. Para receber amor, é preciso dá-lo primeiro. Dessa maneira, o amor oferece o caminho para eliminar o egoísmo e reforça a capacidade de amar. O amor oferece soluções para os seguintes problemas: doenças mentais e distúrbios emocionais em geral, ações criminosas, tumultos, juventude rebelde, dependência de drogas, inquietações decorrentes do “abismo de gerações”, síndrome da “criança espancada”, síndrome das crianças abandonadas pelos pais, negligência dos pais, acidentes de trânsito em sua maioria, divórcios e tantas outras. Na esfera institucional, o amor é solução para as guerras, desentendimentos entre facções, serviços ineficientes, oportunidades desiguais, conflitos e tensões de toda ordem. Enfim, em todos os casos em que a imposição da própria vontade interfere nos direitos dos demais. Para o NA, a intolerância que perpassa pelo tecido social consiste na falta da capacidade de amar. Por isso, o amor é visto como forte ingrediente na solução de todos os desajustes arraigados na humanidade.

Em razão dessa crença no amor, os membros do NA assumem o “outro” como sendo de sua responsabilidade. Para elucidar o conceito responsabilidade é pertinente lembrar o lema:

“Se você quer se curar o problema é nosso, mas se você não quer o problema é seu”.

O que está implícito nessa frase é que a vitória da pessoa que chega ao “fundo do poço” e se recupera, na realidade, é uma vitória do grupo, que reafirma o sucesso do programa.

O programa visa à tomada de consciência da ação individual. Dessa maneira, o indivíduo incorpora os pré-requisitos que o programa oferece e, nesse processo, adquire autonomia e responsabilidade para com o outro. Adquirir autonomia implica fazer escolhas, mas as condições externas nem sempre permitem tais escolhas. Às vezes, observa-se que a única opção que restou não é uma escolha e sim a única saída.

Para a compreensão do conceito de autonomia é importante o depoimento de um membro da irmandade:

“Com relação aos companheiros que chegam aqui e que a neurose já tirou dele a capacidade de ganhar a própria vida e está na miséria, o NA tem um princípio: se nós nos consertarmos emocional e espiritualmente, as outras coisas se consertam por si mesmo. São acréscimos. Então o que o N/A oferece é a capacidade, a possibilidade da pessoa aprender a pensar, pensar certo, sentir certo, ver a vida de uma maneira certa. Com isso, ela vai ser capaz de achar um emprego, achar uma ocupação, por mais simples que seja. Ela está impedida até então, porque sua mente está bloqueada por emoções doentes. Na medida em que este desbloqueio acontece, ela vai livrar e perceber as oportunidades que até então estava perdendo. O NA não ajuda financeiramente. Ajuda emocionalmente. A nossa tarefa é só esta. Nós dedicamos a ela com muito empenho, mas só esta.” (Entrevista – Valdete, Anexo)

Essa fala demonstra que os grupos trabalham o desenvolvimento da autonomia com a finalidade de buscar na centralidade o equilíbrio emocional de seus membros. Essa prática NA reflete-se em todos os momentos, mas o fator preponderante que une os seus membros é o sofrimento do indivíduo que padece da mesma doença. O NA abraça a todos que sofrem de uma patologia com o intuito de buscar apoio mútuo para superar comportamentos compulsivos, que os levam para o “fundo do poço” – essa expressão traduz o momento que o indivíduo percebe a destruição não apenas da sua própria vida, como também da de seus familiares e pessoas de seu convívio diário. É chegado o momento de procurar ajuda. É chegado o momento de solidariedade acima de tudo.

A forma de organização dos grupos de auto-ajuda, para Giddens, subverte as instituições tradicionais, até mesmo na forma como eles abordam os problemas sociais. Esses temas não são discutidos por meio de conceitos e categorias como classe social e nem luta de classes. São sempre questões de cunho íntimo, sendo debatidos por indivíduos que estão unidos por um único objetivo: a anormalidade, independentemente de sexo, religião, nacionalidade, posição social ou partidária. Os grupos de auto-ajuda

exercitam a igualdade entre os seus membros; ou seja, são um espaço democrático. O respeito para com aquele que sofre é a condição *sine qua non* para participar das reuniões. Esses princípios são os pilares que sustentam a solidariedade, que ocorre na acolhida de quem sofre, respeitando o indivíduo como ele é, propiciando novas possibilidades de uma vida através da reflexão a luz da consciência. Vale dizer que é um espaço em que reina a exposição crua e nua do indivíduo; ou seja, não há olhos repressores e nem discursos do que é certo ou errado; o que importa é o sofrimento em relação às limitações do outro, que advém da falta de reflexão da pessoa. Nesse espaço, que para muitos é um espaço mágico, como um útero materno, estabelece-se a confiança mútua. Esse espaço, propiciado pelos grupos de anônimos baseado em princípios acima citados, Giddens denomina de “democracia das emoções”. Vale a pena ressaltar nesse ponto, um depoimento de uma senhora:

“As coisas que falo aqui jamais pensei que pudesse contar em um grupo. Eu nunca as contei nem para a minha melhor amiga e não sei como isso ocorre, pois aqui dentro desse grupo não tenho medo e nem vergonha de me expor, a minha fala flui naturalmente. Sinto-me muito feliz por isso. Sempre digo que esse programa é milagroso”.

Esse relato indica a confiança que é estabelecida através do grupo. A confiança é a porta de entrada, de integração e de avaliação da percepção do “eu” e do “outro”. Além disso, o indivíduo sente que não está só.

Para Giddens (1993), o que está ocorrendo na alta- modernidade é uma transformação da intimidade. Trata-se de uma mudança na ética da vida pessoal como um todo. As pessoas têm de lutar com as suas relações pessoais e, com isso, constróem uma nova ética da vida cotidiana. Isso implica qualidade do relacionamento e diz respeito à intimidade, que substitui relações anteriormente outorgadas.

6. Considerações finais

O homem das grandes cidades que participa dos grupos de auto-ajuda, e não só deles, é um homem perturbado, sua constituição traduz um comportamento compulsivo permeadas pelas neuroses causadas pelo mundo moderno. Ou seja, de acordo com Giddens de um mundo “descontinuista” e “descontrolado”. Os aspectos do desenvolvimento dessa descontinuidade: o ritmo de mudanças que coloca a modernidade em movimento, o escopo da mudança com o desenvolvimento da comunicação instantânea que abrange diferentes áreas do globo terrestre e o outro a natureza intrínseca das instituições humanas, abalam as estruturas da nossa auto-identidade e acabam influenciando e definindo a nossas relações do cotidiano.

Dentro dessa configuração Giddens chama a atenção para a reflexividade organizadora da ação e da experiência que um dos pontos mais proeminente da modernidade. Assim, podemos ressaltar, que a reflexividade nos grupos de auto-ajuda detêm modelos terapêuticos que estão fora do âmbito do poder dos profissionais da área de saúde. Neste sentido, retiram, de certa forma, o poder dos peritos, encontrando formas eficazes na recuperação através do conhecimento laico e por intermédio de práticas alternativas.

Um outro fato a destacar é que os grupos de auto-ajuda trabalham com temas de cunho íntimo como perversões, sexualidade, dependências que passam a ser discutidas em espaços queiramos ou não públicos. Estas questões existenciais – “Quem sou eu?”, “Como devo viver?”, “O que fazer?” – exigem uma reflexão que abre a possibilidade de uma narrativa do eu, e uma mudança no estilo de vida. É com essa reflexividade que se constrói a autobiografia do sujeito encontrando a sua identidade.

Na realidade, pode se afirmar que esses grupos não apresentam uma ação revolucionária, não ultrapassam a questão do eu. Eles buscam a centralidade dos indivíduos para lidar com as conseqüências inóspitas da modernidade. Criam também, um espaço discursivo, no qual exercitam a reflexividade e, em última instância, a cidadania.

De acordo com a pesquisa empírica, observa-se que o modelo terapêutico adotado pelos grupos, especialmente os dos Neuróticos Anônimos, é eficaz na medida que os freqüentadores mudam o seu estilo de vida, estruturando-se, na busca da auto-identidade.

Para esses grupos não existe a cura e sim o controle da doença. O participante do grupo que aceita a neurose como doença, assume conscientemente a necessidade de ajuda para poder se recuperar. O controle da doença se faz por meio da reescrita do eu, trazendo a tona toda sua experiência. A vitória ocorre quando a pessoas consegue desvencilhar do comportamento doentio e dos hábitos compulsivos.

Na análise de Giddens, esses sujeitos estão mais preparados para participar na vida política, dado o grau de consciência que eles detém. Já para Hall, esses sujeitos têm uma multiplicidade de identidades, algumas vezes contraditórias e mal resolvidas. É um sujeito que esta em continua desconstrução. É o sujeito pós-moderno.

Em síntese, apesar dos autores discordarem entre si, ambas posições são pertinentes. O que se vê nos grupos de auto-ajuda é que o sujeito conturbado é capaz de se organizar através da reflexividade, e ao mesmo tempo, trabalha com as suas múltiplas identidades participando de diferentes de grupos de auto-ajuda. É o caso do operário que trabalha suas identidades, enquanto operário, negro, alcoólatra, gay, drogado, jogador, ou o caso da mulher que trabalha as suas identidades, enquanto negra, lésbica, compulsiva sexual, alcoólatra, e militante política, ambos encontrados nos grupos de auto-ajuda que pesquisamos.

É fundamental ressaltar que o programa inserido nos grupos de auto-ajuda está ancorado na fé, ou seja, admitir a existência de um poder superior que pode devolver a sua sanidade de volta é a porta de entrada para o controle da anomalia. As entrevistas mostram a ocorrência de vencer preconceitos sobre o comportamento compulsivo, bem como a disponibilidade de relatar questões da vida privada, em espaço público, discutidos exaustivamente. O que me parece o motivo de tanto sucesso desses grupos é a questão da espiritualidade dos mesmos. Podemos assim, afirmar que a espiritualidade é o elo que une toda a prática dos grupos de anônimos.

Anexo – Entrevistas e Depoimentos

1. Entrevista – Maria Creuza (NA)

– Qual foi a trajetória da sua vida, até chegar ao Neuróticos Anônimos (NA)?

Eu me chamo Maria Creuza. Estou aqui em São Paulo há 41 anos. Eu vim do Nordeste com 19 anos, já havia perdido pai e mãe. Já tinha passado por um colégio de freiras dos 14 aos 15 anos e elas me devolveram dizendo que eu não tinha condições para ser uma religiosa. Aos 15 anos, eu entrei em depressão, porque eu sonhava com aquele colégio, que seria um amparo se eu fosse aceita. Como eu já disse, as freiras disseram que eu não tinha condições para ser religiosa. Eu voltei para o sítio do meu pai no ano de 1954 e só tinha um irmão meu em casa. Era um pouco triste, eu tinha depressão profunda porque os outros meus irmãos tinham ido para o Paraná. Dois anos depois, ele me ligou do Paraná, eu sofria muito assim, de uma carência afetiva muito grande. Tudo para mim doía. Doía a alma pelo fato de não saber conviver com as pessoas, por eu ser muito carente. Eu transpirava na minha pele a necessidade de afeto.

Chegando ao Paraná, eu morei um ano com meus irmãos. Eles voltaram para o Ceará e eu fiz de tudo para ficar aqui em São Paulo na casa de uma irmã, em Santo André. A minha irmã me acolheu, não permitiu que eu voltasse para o Ceará, porque eu era de menor. Permaneci na companhia dela, mas tinha que trabalhar. E ela disse, você pode ficar aqui, mas tem que trabalhar, eu não posso te manter.

Eu fui trabalhar como empregada doméstica no ano de 1962. Comecei aqui na Av. Dom Pedro I, no Ipiranga, depois fui para Vila Mariana. Eu trabalhei só nos Jardins, depois que eu sai do Ipiranga. Em 13 anos de empregada doméstica eu tive onze empregos. A batalha que eu entrava, eu queria ser amada mesmo trabalhando nas condições de funcionária. Era um conflito. Estava sempre de cara amarrada, aprendi a trabalhar, trabalhando.

Uma vez, eu mudei de residência e alguém disse para mim: Você sabe fazer feijoada? Eu disse, eu sei, porque eu aprendi com a patroa anterior, eu a vi fazendo e deu certo:

34 pessoas comeram e ainda sobrou feijoada e ela guardou no freezer para 15 dias após. Lembro disso como se fosse hoje.

Foi uma vitória para mim, porque eu sempre gostei de aprender a trabalhar, para dar um trabalho bem feito, já que como pessoa eu deixava muito a desejar, eu era muito carente, muito carente. Tem uma qualidade que eu hoje eu me valorizo, eu não me prostituí com toda essa minha carência porque aprendi no colégio de freiras aos 14 anos que sexo só pelo casamento e eu não me casei. Também não fiz sexo. Eu sou muito fácil a ouvir palavras que são boas, captar e guardar.

Em 1977, trabalhei num colégio de padres aqui no bairro das Perdizes, mas era na cozinha, eu era auxiliar da cozinheira. Havia outras duas auxiliares que também tinham uma terrível necessidade de afeto, a ponto do superior do convento pedir para o nosso chefe encaminhar a gente para uma clínica psiquiátrica. Fomos para uma clínica na Alameda Santos. O nome da psicóloga, eu não lembro, eu fiz 7 meses de terapia com ela, eu não sabia o valor disso. Mas era terrível, às vezes eu ficava uma hora lá e voltava muda, entrava e saía muda, não sabia o que falar. Aí eu voltei a trabalhar em residência porque um dos freis falou para mim: “Se você continuar assim muito dependente de afeto, se você continuar assim, todos nós te apoiamos, mas para você crescer é melhor ir para uma residência, uma casa de família onde você vai encontrar gente diferente, lá você vai crescer”. Mas eu não cresci, eu só piorei, porque a carência afetiva ela é uma doença da alma, parece, eu não tenho certeza, que é hereditária.

Desde que eu me entendo por gente eu sentia uma necessidade de afeto muito grande. Até hoje eu sinto saudades do convento, o pessoal era legal. Eu moro na Zona Leste hoje e elas moram aqui na Zona Sul. Há muito tempo que eu não as visito, mas uma hora eu vou lá, eu gostava muito delas, eu estava sempre de bem com a minha alma porque eu queria ser amada e eu tinha que prestar um serviço bom, excelente. Pontualidade, pontualidade, tudo bem, o serviço também era bom, mas como pessoa eu me atralhei muito, muito agressiva com as outras empregadas com quem eu trabalhava, eu queria dominar a situação e eu tinha que respeitar a minha condição, o meu trabalho, respeitar o trabalho delas. Hoje eu tenho essa visão e antes eu tinha até a visão, mas não tinha o domínio.

Foi uma luta, tudo o que eu ganhava eu gastava, eu nunca dei crédito ao dinheiro, tudo o que eu ganhava eu cobria as necessidades dos meus parentes, porque eu queria sarar, eu tinha dinheiro na mão, mas eu não sabia o que eu fazia com aquilo, porque eu queria sarar da dor. Eu ouvia as pessoas dizerem: Ama a teu próximo como a ti mesmo; é dando que se recebe, mas eu não conseguia, eu não conseguia fazer isso e fui caminhando pela vida nos meus 13 anos de emprego doméstico. Acho que eu estou fazendo confusão, 13 anos de tranquilizantes, de emprego doméstico, das residências foram 22. Em 1967, quando eu fui ao psiquiatra, eu comecei a tomar calmante Comital – L e fui para uma série deles, Somalium, uma infinidade. O ultimo foi Livitrol, no ano de 1979, quando eu perdi meu último emprego, também no bairro das Perdizes. Uma família também excelente que tinha muita paciência comigo. O meu patrão, uma vez, chamou o psicólogo amigo dele, que ficou uma hora e meia comigo no meu quarto, eu falando e ele me ouvindo, depois ele me deu uma sugestão do que eu tinha que fazer, mas eu não tinha condições de assumir a sugestão que ele me deu, porque indicava o amor e era o que eu precisava, de amor. Tinha que amar meu cunhado, meus sobrinhos, minha irmã, amar o próximo e doeu mais ainda. Aumentou as doses dos calmantes. Essa família foi muito boa comigo, porque eu sabia trabalhar, era de confiança, todos os telefonemas dessa casa eram passados por mim, mas eu era muito doente. No Natal, em dezembro de 1978 ela pediu para eu fazer almoço para 6 casais, véspera de Natal e eu comecei a chorar e eu disse para ela: Posso passar o Natal com a minha família? Ela disse sim: Pode ir mas não precisa mais voltar aqui porque eu preciso de você hoje e você está muito doente e eu não tenho condições de mudar o seu comportamento. Você precisa mudar, a gente já fez de tudo por você. Você pode passar no Natal na sua casa mas não precisa voltar mais aqui. Eu entrei em depressão, fui para casa, passei a véspera de Natal com o meu povo, mas eu chorei muito porque eu pensava em perder o emprego, que era o que eu queria, porque dali começava uma vida nova, mas de que jeito. O irmão de um cunhado, marido da minha irmã, me acolheu na casa dele, me deu um cômodo para morar lá até eu tomar um rumo diferente. Foram 3 meses, passei por psiquiatra, médico, não recebi aposentadoria. Os meus documentos dizendo que estava faltando o canhoto do INPS, não pude ir para aposentadoria. Eu queria sarar, eu queria sarar e a pessoa que me levou ao INSS falou:

olha você está tão ruim, finge que você está pior que eles te dão caixa na hora. Mas lá tem um processo de audiência, eu tinha que ter os documentos tudo em dia, e eu não fingi, eu fui do jeito que estava, eu não sei fingir, eu não tive a aposentadoria; por fim quem me levava nos médicos me abandonou porque eu não mentia, eu falava sempre a verdade, não é isso o que eu quero, eu quero é sarar, eu não quero ficar na Caixa o resto da vida jogada em casa de parentes, eu quero encontrar uma saída, Houve abandono, cada vez que alguém dizia “se vira” a minha alma ficava mais escura, meu espírito ficava abatido. Foi quando, já era princípio de 1979, acho que em março de 1979, que veio da Ilha Solteira, um convite para eu trabalhar lá como empregada doméstica na casa da minha madrinha de crisma, ela era escritã, ela é dona lá de um Cartório de Registro Civil.

Eu fui à casa de umas primas para elas me orientarem se eu deveria ir na casa dessa senhora trabalhar como empregada doméstica, porque eu morava com meu cunhado e ele todo dia dizia “Todo pessoal que mora nesta casa tem que trabalhar”. O doente emocional não vê problema, mas só quem tem o problema é que sente e eu chorava muito porque aparentemente não via nada, era tudo interno e os calmantes que eu tomei todos esses anos deformaram o meu eu, eu via as pessoas pequenas e longe de mim. O medo, era um pânico. E conclusão: eu fui à casa das minhas primas.

No caminho, eu entrei numa igreja e vi uma placa: “Você sofre de depressão angústia, ansiedade, medo, insônia, solidão e nervosismo? Procure a ajuda gratuita do Neuróticos Anônimos”. Eu olhei para a sacristia e vi o padre, fui até ele em prantos. Chorava como uma criança. Eu perguntei quem coordenava o trabalho e ele disse que eram os próprios membros, na medida em que eles vão se recuperando, eles vão prestando serviço. Eu falei que estava com depressão e o padre disse: “Venha aí na segunda-feira”, era uma quinta-feira, “que eles te orientam”.

Já na casa das minhas primas eu levei essa informação: do emprego e do NA e elas me acolheram dizendo: “Você não vá para a casa da sua madrinha, não, que ela é uma pessoa muito enérgica, ela não dá murro em ponta de faca, ela tem 3 filhos fazendo faculdade. Quando eles saem da casa, deixam a cama arrumada, quando eles saem da mesa, levam o prato para a pia. Empregada é só para o serviço braçal, o mais pesado. Você está muito fraca, doente e você não tem condições de ir. Fica com a gente um mês que Deus vai te

ajudar”. Eu voltei, fui buscar minhas coisas na casa da senhora que eu estava hospedada e elas me acolheram por um mês.

A primeira reunião foi no dia 12/2/1979, o dia que eu encontrei o caminho da paz. Desde esse dia até hoje eu sou mais que vencedora, eu passei por muitos obstáculos, eu tive, para meu ouvido destampar, eu tive que pedir perdão para algumas pessoas que eu havia brigado, lá mesmo no bairro das Perdizes, tem uma senhora naquela rua Ministro da Gama que ela disse para mim: Realmente, você era uma pessoa de cara amarrada, poucos nós dessa rua tínhamos condições de olhar para você e sentir amor, mas você vai pedir perdão. Eu não fiz nada para você, mas você está pedindo perdão? Da minha parte está perdoada. E quando eu pedi esse perdão, isso depois de eu conhecer os Neuróticos Anônimos, o meu ouvido abria, dava um estalo, assim, e abria.

Era tão gostoso, porque no NA eu encontrei os 12 passos e 12 tradições, mas o que eu encontrei mais vivo e verdadeiro é esse Poder Superior, o que nós chamamos de poder superior por causa dos ateus, dos agnósticos, aquelas pessoas que não crêem em Deus, mas no Poder Superior, Deus, é como cada um o concebe. E eu concebo esse Deus o que criou o firmamento, o sol, a lua, as estrelas e que me criou para poder viver um dia de cada vez.

Neuróticos Anônimos é um programa de recuperação excelente, ele vem do AA. O AA cedeu a sua ferramenta. AA foi o primeiro; é o pai de todos os anônimos, só que cada pessoa a interpreta de uma forma. Eu não posso responder por quem está segurando o gravador para eu falar. Ela responde por ela e eu respondo por mim. Eu não posso responder por você que um dia vai me ouvir falando, mas uma coisa eu garanto, se levar a sério a vida, através de NA ou através de qualquer outro programa que tenha Deus na direção, a gente vive. Mas para mim, Maria Creuza, o que mais deu certo e o que está dando certo foi o NA e os 12 passos, pelo fato de a gente conhecer os defeitos de caráter, tais como: a autopiedade, o ressentimento, orgulho, a vaidade, o egoísmo em si. O egoísmo ele agrega todos os sintomas que faz com que se deforme o ser humano mais as qualidades que a gente troca os defeitos pelas qualidades, esse poder superior no roteiro de Deus lhe dá condições de a gente viver um dia de cada vez feliz.

– **Você acredita em recaída?**

Eu tive recaída, mas eu venci. Hoje eu só acredito em recaída se eu der vazão aos meus defeitos, mas eu quero dar vazão, ser perseverante naquilo que eu aprendi no NA.

Concluindo, eu quero dizer o seguinte: eu cheguei no NA com 39 anos, morando aqui em São Paulo, continuo morando aqui em São Paulo, porém depois de 22 anos de empregada doméstica mensal, conheci o NA e passei 10 anos trabalhando como diarista. Depois que minha mente foi se abrindo houve um despertar para trabalhar livre e livre teria que ser uma coisa que oferecesse ao público. Então, eu comecei a ser vendedora. Eu trabalho com a Natura (olha o comercial, hein!) há 10 anos. Aprendi muito, descobri outros valores. Nesses 10 anos de vendas, junto com a Natura, eu aprendi a vender outras coisas, chaveirinho, material de cozinha, tudo relacionado com pano, toalha de mesa, já vendi uma infinidade de coisas. Eu já tenho 60 anos, pago aluguel, eu não tenho casa própria. Não gosto de morar, ser dependente de um parente, não que eu não queira conviver com ele, é porque eu vou ser submissa a tudo e morando num lugar onde eu pago, eu não tenho que depender de ninguém, eu sou submissa a mim mesma e a Deus em primeiro lugar. Tenho que obedecer a Ele, porque eu o amo muito, tem gente que não gosta, mas eu o amo, sem Deus nada existiria na minha vida, a direção é Ele. Eu já tenho 60 anos, faz 17 anos que eu moro de aluguel. Um dia eu pretendo vencer. A minha dificuldade com dinheiro era muito grande, até a mente abrir e enxergar o mundo diferente, aprender a conversar. Eu não sabia que as mãos falavam, mais um segredo que eu descobri através da primeira benção que eu recebi, que as mãos falam. Eu era uma pessoa alheia à realidade.

Hoje, a minha maior glória, que eu dou a Deus é para eu saber que as mãos falam, mas eu não sou uma craque no assunto, mas também não sou uma analfabeta. Eu tenho 60 anos, vou repetir isso mais de 2 vezes, mas eu não sou uma infeliz, eu trabalho, eu subo ladeira, eu desço ladeira, eu vejo tanta gente tomando calmante para pressão alta, enxaqueca, labirintite. Tem uma senhora de 70 anos que tudo o que ela ganha na aposentadoria gasta na compra de remédios, eu morro de dó, se eu pudesse ajudar, mas essas pessoas estão tão doentes que elas não querem, preferem o médico. Para a sociedade, eu sou uma pessoa comum e elas só aceitam as sugestões de pessoas formadas tais como médico,

psicólogos, padre. O médico dá um calmante, o psicólogo dá uma sugestão, mas as doenças continuam lá, pressão alta, enxaqueca e labirintite, nem sei se eu tenho direito de estar falando nisso, mas é que eu tenho muita pena delas, mas eu sou uma pessoa feliz, eu presto serviço para o NA, eu levo a mensagem, assim, divulgando, com panfleto, eu gostaria de ser mais útil, eu estou sendo útil aqui. Mas a minha felicidade maior é ver muitas pessoas sãs, livres, essa é a minha felicidade e eu sou feliz.

– **E onde a senhora aprendeu a ler?**

Eu tenho o primário incompleto, só o segundo ano primário incompleto, feito lá no Nordeste. Essa minha madrinha de crisma foi minha professora, mas eu saí da escola porque, com menos de 10 anos, eu tinha que chegar em casa às 11h50 para levar a comida na roça para o meu pai ou fazer o lanche dele. Eu tinha que levar o almoço e já era meio dia e a madrinha me dando a conta de somar. Eu tinha que ir embora e eu tinha que resolver a conta. Eu saía da escola correndo e ia para o sítio, eu morava no sítio da mãe dela, essa senhora que me chamou para ser empregada doméstica na Ilha Solteira. Eu fugi da escola, não voltei mais lá, meu pai não me obrigou e eu aprendi a ler nas comunidades da igreja. O pouco que eu aprendi nesse segundo ano primário incompleto eu pus em prática, eu gosto muito de escrever, a minha caligrafia é boa. Quando o NA me tirou do fundo do poço eu fiquei com a mente vazia e aí eu fui a um grupo e eu falei isso, que a mente estava vazia, não tinha nenhuma informação, aí um deles falou para consultar o dicionário. Então, tudo o que o pessoal falava que eu não entendia, eu escrevia no papel. Eu ganhei uma coleção de dicionário de 9 volumes, eu tenho até hoje. Faz uns 20 anos. Eu não tinha nada. Essa casa em que moro é a quinta, hoje eu pago R\$120 de aluguel numa kitchenette pequena, mas eu sinto paz lá dentro.

Eu aprendi a ler, praticando. Esse negócio de conversar é que me dá paz, me dá uma paz tranqüila! Porque às vezes eu vejo que existem pessoas que não têm a paz que eu tenho. Eu sinto isso. Têm informação, têm dinheiro, mas estão em depressão.

2. Entrevista – Valdete (NA)

(NA da Rua Brigadeiro Tobias. A entrevistada é coordenadora [e não, membro da Irmandade] e está prestando serviço no escritório de São Paulo.)

– Você poderia falar sobre seu trabalho no NA?

Meu nome é Valdete e faço parte da Irmandade dos Neuróticos Anônimos. Sou uma pessoa beneficiada por este programa de recuperação. Eu cheguei ao NA muito deprimida, tinha muito medo, tinha muita raiva, muito ódio e principalmente eu tinha perdido a esperança de viver, como é bastante normal nos depressivos. Eu havia perdido a motivação da vida.

Antes de conhecer o NA, eu já tinha procurado outros tipos de ajuda e não me identifiquei, não que eles não sejam eficientes, mas particularmente não houve identificação.

Ao chegar ao NA, eu percebi que as pessoas falavam da sua dor, da sua ansiedade, do seu medo; enfim elas falavam dos sentimentos. Na época as pessoas não costumavam falar dos seus sentimentos, não era normal. A gente ia para a escola, aprendia sobre todas as matérias, menos como sentir a vida. Naquela época começava-se a falar também na força do pensamento.

O fato é que eu fiquei na Irmandade do NA e fui percebendo o que diz o primeiro passo, isto é, a partir do momento em que eu sou incapaz de dirigir, coordenar, administrar uma emoção, eu me torno incapaz de administrar a vida também e, por conseqüência, fico sem condição de administrar a minha vida. Então eu precisava aprender a sentir, eu precisava aprender a lidar com as emoções negativas aliadas ao medo, especialmente porque a raiz da minha neurose é o medo, medo de viver, medo de morrer, medo de perder, medo de ganhar, medo do abandono, medo da rejeição; enfim medo nas suas mais variadas formas. Ao longo do tempo, eu percebi que este medo ele vai se manifestando de varias maneiras, como uma ansiedade crônica, uma angústia, uma raiva, de tal forma que para me defender eu acabei me tornando uma pessoa bastante agressiva, eu diria mesmo que eu era uma pessoa hostil. Eu não gostava de lidar com as pessoas, de falar com elas, de cumprimentá-las, da afetividade natural, do contato com o ser humano. Eu vivia solitária,

não por estar só mas porque eu tinha uma alma solitária; podia estar no meio de muitas pessoas mas eu não me sentia bem, é como se tivesse uma parede de vidro me separando das pessoas, havia um bloqueio dentro de mim; eu não gostava de interagir.

Os anos se passaram e eu fui aplicando os métodos que o NA oferece: Os 12 passos, As 12 tradições, os lemas. Eu fui aprendendo a viver baseada nestes princípios espirituais e hoje eu posso dizer que sou uma pessoa tranqüila, eu vivo bem. Eu cumpri a minha tarefa de trabalho, eu era funcionária do Estado, hoje eu estou aposentada e, ao contrário do que eu vi, muitos colegas se aposentarem, entrarem em depressão, perderem a motivação e ficarem desesperados. Para mim a aposentadoria foi uma benção, porque eu aprendi a viver, aprendi a servir, especialmente acho que a proposta maior dos grupos anônimos é aprender a servir, não podemos viver só para nós mesmos, este tipo de vida é altamente danoso para uma pessoa que tem dificuldades emocionais.

Traduzindo em outras palavras, é preciso aprender a amar, amar a vida, amar o próximo, amar a todas as criaturas inferiores ou superiores, ou seja, os animais, as plantas, enfim tudo é uma unidade consciente com a natureza, com a vida que eu hoje chamo de Deus. Para mim, Deus é vida. O NA não tem uma proposta religiosa, é uma proposta espiritual e fica por conta de cada um dos seus membros descobrir a maneira como ele vai se relacionar com Deus, da maneira que cada um é capaz de conceber. Eu acho essa uma proposta gigantesca. Creio mesmo ser essa a proposta do terceiro milênio: uma nova forma de espiritualidade, onde não há dogmas, nem doutrinas. O que existe é uma experiência de fé e a experiência ela fala muito mais alto do que qualquer teoria, a experiência ela diz, se traduz através do comportamento, através daquele momento em que a vida pode apresentar um bocado muito maior do que a gente tem condição sozinha de mastigar, de digerir. Então para mim hoje a vida é gostosa, é bela. Eu trabalho para o NA fazendo o que chamamos de palestra ou temáticas e isto significa levar essa mensagem a outras pessoas, sejam eles companheiros ou sejam pessoas novas; não importa, desde que estejam dispostas a ouvir a mensagem, sempre haverá um membro da irmandade que passe a mensagem, que diga como praticou o programa e como a pessoa pode fazer para também se beneficiar do programa.

Aí abrimos para debates, respondemos as perguntas, enfim são seminários, pequenos seminários onde se passa a mensagem para um número maior de pessoas.

Com relação aos 12 passos e às 12 tradições, é interessante conhecermos como isso nasceu. Na verdade, os programas anônimos nasceram a partir do AA. A partir de uma experiência de um cidadão, corretor da bolsa de valores de NY chamado Bill W. que tinha problemas sérios com a bebida e que não conseguia parar de beber por nada, apesar dos tratamentos médicos, apesar de toda a assistência familiar e até religiosa; Um dia ele encontrou com uma pessoa que lhe passou uma mensagem de grupos evangélicos dos EUA, que trabalhavam com alcoólicos, mas apenas com 6 passos. Isso aconteceu nos idos de 1933, 1934 por aí.

O Bill ao receber a mensagem conseguiu parar de beber, conseguiu passar essa mensagem para o médico na cidade de Ohio, o Dr. Bob, e ambos pararam de beber e foram procurar outros alcoólicos. Aqui reside um segredo, um segredo entre aspas, do sucesso dos anônimos, que é o trabalho para com o outro. Quando o Bob e Bill intensificaram este trabalho, nasceu o AA, em 1936.

O Bill pegou aqueles 6 passos e, num momento de inspiração, acabou reescrevendo-os; daí saíram os 12 passos. Ele achou o número muito bonito, muito significativo e viu que era uma proposta perfeita; do primeiro ao décimo segundo era uma perfeita proposta de vida. Ele iniciou o trabalho com aquele material e continuou formando os grupos de AA. Onze anos mais tarde, nasceram as 12 tradições, princípios espirituais que norteiam a irmandade. Por sinal, não há regras de comportamento: “é proibido isto, é proibido aquilo, não faça assim, não vá por aqui”. Não há pessoas para comandar, há pessoas para servir. O líder de uma irmandade anônima, difere do líder de uma empresa ou de qualquer outro trabalho, mesmo sendo assistencial. O líder, para nós, é um servidor e, como tal, é aquele que nos põe em contato com as 12 tradições. Essas tradições têm a finalidade de promover a unidade do grupo de anônimos. É como se estivéssemos dentro de um barco em alto mar; este barco tem um comandante, o comandante deste barco é o Poder Superior, ou seja, Deus como cada um de nós é capaz de conceber. Todos os que estamos no barco somos tripulantes, estamos ali para servir e não podemos nos dar ao luxo de querermos alguma coisa só para nós, o que nós conseguirmos deve ser repartido, deve ser

partilhado entre toda a população daquele barco, então eu não posso querer descer do barco e agora eu não quero mais brincar com este barco, agora eu vou embora - não posso fazer isto. Se eu estiver consciente de que sou uma pessoa doente emocional eu vou ter também consciência de que eu preciso das 12 tradições para gerenciar a nossa convivência neste barco, a convivência deve ser boa para todos os que estão no barco, todos e todos sob o comando do poder superior e das 12 tradições.

Com relação a minha identidade com os grupos do NA, eu sou uma pessoa de temperamento bastante rebelde e eu sou muito questionadora, eu não aceito alguma coisa que eu não consiga sentir, compreender em profundidade, e quando as pessoas me dizem é certo ir para direita, ou é certo ir para a esquerda; mas não souberem me explicar porque, eu não aceito. Eu não tenho um temperamento muito dócil, daí ser esta uma das características da neurose. Quando eu cheguei ao grupo do NA havia o que nós chamamos de terapia do espelho. Nesta terapia, eu falo de mim, dos meus sentimentos, daquilo que estou vivenciando, se eu estou com dor, seja dor causada pela perda de um ente querido, seja pela perda de um valor financeiro; enfim seja depressão com motivo aparente ou não. Eu estou falando da minha dor emocional e quem está me ouvindo vai se refletir ou não em mim, a minha história no fundo vai ser bem parecida com a dele e ele vai estar prestando atenção, ele não vai me interromper. Nós temos 10 minutos, cerca de 10 minutos, para falar ou fazer nossa terapia. Neste tempo a gente se coloca e no tempo restante a gente ouve e então acontece de bater o espelho. “Agora eu entendo (a pessoa começa assim) porque eu tenho depressão, agora eu percebo que o que eu sinto é ansiedade”. Até eu chegar à Irmandade, eu não sabia o que eu estava sentindo mas na medida em que as pessoas foram falando eu fui identificando o que eu estava sentindo: muita tristeza, uma profunda solidão do espírito uma profunda desmotivação não tinha motivo para amanhecer, mas isto eu não sabia, eu sabia que tinha alguma coisa errada, não sabia o que era, eu somente soube no depoimento do outro.

Ao longo do tempo eu entrei em contato com a literatura que o programa oferece, uma literatura simples, não é muita coisa e nem precisa, nós não precisamos de muita coisa, nós precisamos de coisas simples, pequenas. Os livros apresentam experiências de companheiros que já vivenciaram a Irmandade, alguns estão aqui conosco ainda, outros já

falecidos, por exemplo o nosso iniciador, o Groover, uma pessoa que antes dos 21 anos de idade já havia tentado o suicídio cinco vezes. Ele era um depressivo crônico e para fugir da depressão e sentir um pouco de alívio ele começou a beber: ele descobriu no álcool uma forma de aliviar a tensão interna. Depois de um tempo aquilo que era um alívio passou a ser um problema. Ele foi para o núcleo de alcoólicos anônimos e lá ele parou de beber evitando o primeiro gole. Groover era psicólogo, ele descobriu que aquela proposta espiritual endereçada aos alcoólicos, ela não servia só para alcoólicos, ela servia para qualquer outro tipo de problema, no caso a depressão, a neurose, os problemas emocionais.

Então Groover foi tentar trabalhar esta proposta com pessoas que não tinham problema com alcoolismo, mas apenas sofriam de depressão, raiva, medo, solidão, ansiedade, angústia, pânico, males emocionais. Groover descobriu que o tratamento dava certo e passou a escrever artigos para um jornal de saúde mental nos EUA. Parte destes artigos foram compilados em livros, como por exemplo o livro *Leis da doença mental e emocional*, que fala sobre as causas, a manifestação, e a cura da doença emocional. Nós temos ainda outro livro, a *Etiologia da Doença e da Saúde Emocional*, também uma compilação de artigos, em que Groover coloca a importância de aprender a amar, a importância de se encontrar um poder superior, como entrar em contato com poder superior.

Se a pessoa tem problemas de relacionamento com a religião, não aceita as teorias religiosas, como fazer para entrar em contato com o poder superior. Aqui no Brasil nós temos outros livros além destes, nós temos livretos estudando os 12 passos e as 12 tradições, escritos por companheiros de Santa Catarina, colocando experiência e fazendo um estudo minucioso dos 12 passos e das 12 tradições. Serve como livro de estudo para quem está interessado em praticar o programa.

Quanto aos demais grupos anônimos, a experiência do Groover ficou bastante caracterizada. Hoje nos EUA existe uma quantidade enorme de grupos anônimos. Para todos os distúrbios da personalidade humana existem grupos anônimos. No Brasil já temos Narcóticos Anônimos, que trabalha com pessoas que têm dependência com drogas; Fumantes Anônimos, para pessoas que não conseguem deixar de fumar; o DASA,

Dependentes de Amor e Sexo, um grupo que trabalha com pessoas que têm compulsão sexual; o Naranom, que trabalha com familiares e pessoas que tem problemas com drogas; Co-dependentes anônimos, pessoas que não sabem viver por si mesmos, não conseguem se desenvolver.; Introversão Anônimos, pessoas com um grau de introversão assim doentia

– **Por que há proliferação destes grupos anônimos?**

Porque é uma forma de espiritualidade, de ajuda, que mostra ser eficiente e não custa financeiramente para a pessoa; custa o esforço de quem quer sair do problema emocional, do alcoolismo, da droga, isto, é, custa o esforço do indivíduo. O ser humano já conseguiu chegar à Lua, mais um bocadinho chega a Marte, mas o ser humano não consegue saber quem ele é. Para muitos, dá a impressão de ser um acidente neste Universo. Mas nós sabemos que não existe acidente por aqui e precisamos de algo mais, mas não é o outro que vai me dizer quem sou, esta resposta tem de vir do âmago do meu ser. Quem sou? Os grupos anônimos têm esta proposta, de responder “quem sou eu” através da prática do autoconhecimento. O ser humano se atrai: quem tem problema com droga se une a outros que tem problemas com droga, quem tem problema com a neurose vem para o NA, quem tem problemas com alcoolismo se junta a outros que tem o problema com alcoolismo. E assim a identificação, este espelho fica mais evidente, por isto a proliferação dos grupos anônimos. No fundo somos todos uma grande família, apoiados nos princípios espirituais, nos legados que nos foram transmitidos por Bill e Bob, os co-fundadores de Alcoólicos Anônimos – recuperação baseada nos resultados, unidade baseada na partilha dos problemas e serviço baseado nos 12 conceitos mundiais para serviços na Irmandade anônima. Por que serviço? Porque uma coisa que o Bill descobriu de imediato foi que ele havia parado de beber e estava evitando o primeiro gole mas não estava sozinho ele não tinha ninguém para partilhar esta experiência. Então ele começou a trabalhar com outros bêbados, começou a buscar pessoas bêbadas para dizer como o primeiro gole podia ser evitado, era o começo de uma mensagem. Mas ele precisava do outro, mesmo que o outro só tivesse a disposição de ouvi-lo ali por 10 a 15 minutos e não tivesse interessado em dar prosseguimento, não tinha importância ele falava do mesmo jeito e assim ele descobriu

que falando ele se mantinha sóbrio ele levou mais 6 meses para encontrar alguém disposto a caminhar junto com ele e foi exatamente o Bob, o médico. Daí nasceu este princípio de servir. Tendo experimentado um despertar espiritual, graças aos 12 passos, procuramos transmitir esta mensagem àqueles que sofrem e praticar estes princípios em nossas atividades. Ao perceber o despertar espiritual, surge uma nova concepção de vida, eu vou enxergar a vida de uma outra forma, porque os problemas que me cercam, na realidade, foram criados por mim. Problemas com pai, mãe, trabalho, família, amigos, casamento, todos esses tipos de problema foi eu que criei a partir da minha maneira de enxergar o mundo. Um despertar espiritual me mostra um outro mundo, um outro universo, onde o amor é a lei e aí eu vou levar esta mensagem a quem quiser ouvir, no dia a dia, nos depoimentos, em palestras. A gente sofre uma mudança de comportamento. As pessoas que me conheciam e diziam que eu era uma pessoa nervosa, uma pessoa triste, uma pessoa muito agitada, desagradável. Depois de um tempo, aquelas mesmas pessoas costumavam dizer: “Puxa, houve uma mudança tão grande que não dá para acreditar”. É uma das partes dos nossos princípios, é a 5ª tradição. O grupo existe com uma única finalidade: de passar a mensagem àquele que sofre. Em paralelo a isso, tem alguém que está coordenando, tem alguém que está limpando a sala, que está colocando os folhetos, os papéis. Essa movimentação tem só um motivo: o elemento novo, aquele que está chegando, e está sofrendo, que está com dor, está triste perdeu a razão de viver. Então toda esta movimentação só visa esta pessoa.

Na sala dos NA as pessoas são a grande diferença, a grande diferença entre a sala de anônimos e qualquer outro ambiente que exista por aí. Aqui a nossa identidade é preservada. Eu digo apenas o meu primeiro nome. As pessoas não estão sabendo que profissão eu tenho, que tipo de vida eu levo, se sou rica, se sou pobre, não há diferença racial, se é preto, se é branco, se é brasileiro, ou de outra nacionalidade, não é importante se eu tenho muito dinheiro ou pouco, não é importante se eu tenho muita escolaridade ou pouca, aqui é importante que você seja um ser humano e queira caminhar conosco. Apenas isto e mais nada, e se você estiver disposto a fazer parte desta família, desta fraternidade, então você ouvirá. Só isto, este é o único requisito. Que você esteja disposto a caminhar conosco, a ter uma vida saudável, ser uma pessoa que faz a diferença, não a

diferença para o mundo, mas diferença para você e é obvio que se você faz diferença para você, você faz diferença para o mundo, você é uma pessoa saudável numa sociedade que infelizmente está doente. Esta é a proposta maior da Irmandade dos NA.

– **Você acredita numa cura efetiva, ou a cura só através das reuniões, das prestações de serviço?**

A cura, aqui, é só por hoje, o programa é só por hoje, A minha proposta de equilíbrio emocional é só por hoje. A proposta do NA é uma proposta espiritual. É um despertar espiritual, nós despertamos todos os dias. Todos os dias a vida traz desafios novos e com eles eu vou aprendendo. Os problemas não são mais problemas, são oportunidades de aprendizado. Se eu estou numa sala fazendo meu trabalho emocional e ajudando outros a fazer a mesma coisa, a minha possibilidade de atravessar estes pequenos obstáculos que a vida oferece e transformá-los em ensinamento, é muito grande. Mas se eu parar eu vou estagnar. Quem para, fica estagnado, e eu não posso estagnar. Quem estuda, deve estudar sempre, quem é atleta, deve exercitar sempre, quem é um músico, deve exercitar sempre o seu instrumento. Então o autoconhecimento passa pelo mesmo sentido. É um exercício diário, não existe esta coisa – pelo menos, eu particularmente não acredito – “eu já me achei, eu já me vi, já sei quem sou, ponto final”. Isto não existe, o autoconhecimento é uma proposta de vida e eu não sei se vou viver mais 10, 15, 30 anos. Seja como for, eu quero continuar caminhando até o fim, até os últimos dias e quero sair daqui de uma forma tranqüila, eu quero sair daqui com a consciência da tarefa cumprida. Para isto, eu preciso continuar crescendo e, para continuar crescendo, eu descobri que aqui é o melhor caminho.

Ainda com relação ao serviço na Irmandade, nós temos um princípio que existem dois disciplinadores para uma doente emocional: a dor e o amor. Ou nós obedecemos pela dor ou nós obedecemos pelo amor. Pela dor, a gente sabe que podemos chegar a tão intensa dor capaz de dar cabo na vida, nós podemos chegar ao suicídio, nós podemos chegar à dependência medicamentosa completa, nós podemos chegar a ficar alienados dentro da nossa casa, nós podemos deixar de funcionar. Isto é um disciplinador.

O outro é o amor, eu posso cooperar com a vida, ao invés de lutar contra a vida. Então, um dos disciplinadores que eu respeito, eu respeito os dois, mas o que eu quero para mim é o amor.

Então, na Irmandade de anônimos, todo o trabalho é desempenhado debaixo desta atmosfera de amor e quando um dos nossos companheiros eventualmente se excede, nós nos reunimos e conversamos e colocamos na frente dele o que está acontecendo, sem crítica, apenas fazendo tomar conhecimento de que nós estamos num barco e no barco não dá para cada um fazer o que bem entende, no barco todos estaremos cooperando com todos ou então todos vamos afundar. Este barco está no meio do mar, em alto mar e se um cair, vai morrer, só isto que vai acontecer, mas eu não quero, não é isto que queremos,. Então o trabalho aqui é efetuado com base nisto. Nós temos um coordenador, em nível nacional, temos uma diretoria em nível nacional, mas esta diretoria está baseada nestes princípios, eles são servidores, eles não mandam, eles cumprem o que a consciência coletiva estabelece. Então o nosso coordenador geral que é o poder superior

– **O que você diria sobre a consciência coletiva?**

O nosso coordenador geral, que é o poder superior, ele se manifesta através do que nós chamamos de consciência coletiva. O que é isto? É um voto das pessoas que fazem parte da Irmandade, é a opinião do grupo, então o assunto é abordado, é colocado, é explanado e as pessoas espalham o que elas querem, dentro dos princípios espirituais, elas espalham o que acham melhor. Ah! Eu acho melhor fazer um seminário só o ano que vem. Então a consciência coletiva achou que o seminário será efetuado o ano que vem. Ah! Eu acho melhor fazer uma divulgação ampla na Grande São Paulo. Então nós vamos fazer uma divulgação ampla na Grande São Paulo.

Enfim, é a consciência coletiva que determina o caminho a ser seguido pela Irmandade, em todos os níveis: regional, municipal, estadual, nacional e também internacional, porque a Irmandade do NA são é só brasileira, ela existe em outros países, como em El Salvador, México, EUA, Argentina, Uruguai, Guatemala, etc. A consciência coletiva internacional é feita com representante de cada um destes países. Em nível nacional ela é feita por um representante de cada grupo do território brasileiro. Para isto, nos reunimos

numa assembléia e são colocadas as propostas e a assembléia vota. Os servidores recebem poderes para colocar isto em prática: o coordenador nacional, o secretário, o tesoureiro, o corpo representativo do grupo. Essa maneira de proceder evita duas grandes dificuldades, que são básicas, na alma de uma pessoa com problemas emocionais: a necessidade do poder e a necessidade do prestígio. Dois inimigos mortais de uma vida equilibrada. Então, aqui não temos este poder. O nosso único poder é servir. Nós podemos opinar e vamos ser ouvidos mas não necessariamente atendidos, não necessariamente aceitos, vai ser ponderada a nossa opinião, será analisada, será vista com bons olhos, mas nunca será uma determinação. O prestígio, não há lugar para o prestígio, porque onde existe o prestígio existe o personalismo e aí de novo nós vamos estar com aquele problema do barco. De novo nós vamos estar botando em risco toda a população do barco. Então não há lugar para que a minha personalidade sobressaia a ponto de suplantar a personalidade dos que estão a redor. Quanto maior é alguém nesta Irmandade, ou seja, maior em crescimento espiritual, maior em vivência, maior em aplicação de princípios, mais servidor ele é, porque ele é capaz de ouvir a opinião dos demais, a opinião daqueles que estão chegando. Ele é capaz de ver os erros e não ficar armado, apavorado, ele é capaz de ver, ouvir, conversar, esperar o momento próprio. Nós resolvemos os nossos problemas, eu diria que com bastante elegância, porque para uma irmandade de neuróticos – neurótico vem de uma palavra, eu diria tão pesada – nós somos um grupo pacífico, um grupo tranquilo. Aonde nós chegamos, somos bem vistos, queridos. Já fizemos muitos seminários, encontros em vários Estados brasileiros e ocupamos hotéis, espaços, e fomos bem aceitos e recebidos. As pessoas que, no início ficam meio assustadas com o nome, no final da convenção elas ficam admiradas – “como é que pode um grupo de neuróticos viver desta forma tão bonita, serem tão alegres, tão respeitadores”. Enfim, esta coisa é produto do poder superior, nós vivemos assim porque aprendemos a sermos assim. Nós não somos pessoas tristes, não. Servir para nós é uma alegria. Servir para nós é fundamental. Viver para servir.

- **Eu queria que você falasse um pouco sobre como é que vocês encaram os psicólogos, por exemplo, neste tratamento. Há psicólogos trabalhando nesta linha terapêutica do programa do NA?**

Nós temos várias clínicas que já trabalham com os princípios dos grupos de auto-ajuda, nos EUA e no Brasil. A classe médica, psicólogos, psiquiatras, pessoal da saúde já estão nos vendo como uma alternativa valiosa de ajuda para estas pessoas que são reincidentes na depressão, no desamor por si mesmo, nesta incapacidade de encontrar um apoio válido para a vida. Nós vemos os profissionais como necessários e importantes. Muitos de nós já utilizamos os seus serviços, e eventualmente se precisarmos de novo, vamos passar outra vez por médicos, psicólogos. Mas é preciso que a pessoa descubra no seu interior uma forma de viver saudável. Então, a relação entre o trabalho do NA e do trabalho do psicólogo, do psiquiatra, do terapeuta não se chocam. Não há choque. Podemos conviver muito bem, porque o que diz respeito ao aspecto profissional, nós não damos palpite, porque nós somos leigos. O que nós podemos passar é a nossa experiência, esta é incontestável.

- **E por que não a ajuda de um psicólogo na terapia?**

O modelo dos anônimos não é profissional, isto faz parte das nossas tradições, é um princípio básico. Para ser anônimo, para poder ser considerado um grupo anônimo, ele deverá estar baseado nas 12 tradições, entre as quais existe aquela de que não seremos jamais profissionais, não teremos a direção de um profissional. É diferente de termos a ajuda, por exemplo, em um encaminhamento de profissionais, uma relação de harmonia, de conversa, de diálogo com os profissionais, claro que sim, mas não a interferência do profissional. Nós respeitamos o profissional e o profissional nos respeita, a convivência é perfeita, tem sido tranqüila até aqui. Também é válido isto o que estou dizendo para os religiosos. Nós respeitamos toda e qualquer religião. Todos os seus seguidores, os seus sacerdotes, pastores, expositores, seja o que for, nós respeitamos a todos, mas não podemos receber a interferência direta destes profissionais, seja na área da saúde, seja na área religiosa. Nós não podemos, o modelo de ajuda dos anônimos é que seja sempre uma terapia feita por leigos e para leigos.

– **Queria que você falasse um pouco da inserção dos psicólogos dentro dos grupos de auto-ajuda. Vocês solicitam essa presença nos grupos?**

Nós não chamamos os psicólogos para estar nos assessorando. A relação nossa com o pessoal da área da saúde é que nós levamos a mensagem e contamos a eles que existe uma proposta, que está sendo válida, apresentamos nossos livros, princípios, folhetos e estes profissionais costumam encaminhar pessoas para sala de reuniões dos anônimos. Neste sentido, há assim uma relação respeitosa. Por exemplo, estamos indo para fazer um trabalho, num centro cultural em Mairiporã, neste mês de maio. O médico coordenador geral daquele local chamou o grupo de anônimos para passar uma mensagem. Nós fomos lá fazer este trabalho. Então, é este tipo de relação que nós temos com os profissionais. Nunca uma relação de solicitar orientação como agir, isto não. Nós temos os nossos princípios, sempre nos baseamos em nos nossos princípios, nunca no apoio profissional.

– **Nem em palestras estes profissionais não são solicitados?**

Às vezes, sim. Quando, por exemplo, estes profissionais se dedicam ao estudo dos princípios espirituais da Irmandade e percebem a validade destes princípios, de alguma forma eles começam a se valer destes princípios para o seu desempenho profissional. Aí, estas pessoas às vezes são convidadas para vir aqui explicar sobre a neurose dentro do prisma dos 12 passos, das 12 tradições, nunca sobre a neurose dentro do prisma profissional, médico. Vamos fazer uma análise, se nós estivermos numa sala para estudar inglês, nós vamos estudar inglês. Imagine alguém chegando falando francês; vai confundir a cabeça do aluno. Nós falamos numa linguagem simples e é só isto que vamos fazer. Nós nos mantemos simples, é importante, porque aí quem está aqui vai compreender devagarzinho, ele vai compreendendo a mensagem. Ninguém vai empurrar a mensagem a ele, ninguém vai obrigá-lo, ninguém vai provocar, ele vai aprender isto bem devagar, dentro do seu passo, sem nenhum perigo para a sua cabeça, para a sua vida, não há perigo, nunca houve caso de uma pessoa de entrar nos anônimos e sair por aí fazendo asneiras porque recebeu um conselho. Não é por aí. Nós não damos conselho, nós não somos terapeutas e não podemos dar conselho e é por isto que nós evitamos que a

linguagem profissional penetre na sala de reuniões do NA, exatamente para não confundir. Se as pessoas são livres e se elas quiserem conhecer, elas vão conhecer, elas podem. Elas podem estar numa sala de reunião e ao mesmo tempo estar fazendo análise com analista. Nada impede que ela faça isto. Assim, como elas podem estar numa sala de reunião e estar agregadas, vinculadas a uma religião organizada. Também nada impede, ela é livre para isto, ela pode fazer as duas coisas, desde que ela saiba perceber as duas mensagens, se contatar com as duas mensagens. Tudo bem, não há problema nenhum.

Quanto a remédios, medicamentos, o NA não impede que seus membros tomem remédios, quando eles necessitam. Mas o que em geral acontece é que as pessoas chegam nas salas de reuniões tomando muita medicação, antidepressivo, outras drogas para atravessar o dia, para poder funcionar, para poder pensar, para e elas entram nas salas de reuniões e vão começando a tomar parte da terapia e vão começando a se conhecer, começando conhecer os seus sentimentos e perceber a maneira melhor de lidar com estes sentimentos e daí a pouco ela começa a perceber a necessidade de não mais tomar o remédio, ela não mais necessita da medicação e sente uma certa vontade de se libertar da medicação. Quando elas perguntam alguma coisa para os mais antigos, em geral nós dizemos o seguinte que ela deve procurar o seu médico e explicar a ele o que está acontecendo e pedir para que ele faça um plano de ir deixando a medicação. Vai se libertando, vai se libertando até deixar de tomar. Temos alguns membros que tomam medicamentos, pois estão em estágio avançado da neurose, não têm condição de viver sem a medicação. Mas a maioria, se liberta, vive sem a medicação, porque como diz o nome, remédio, ele está aí para remediar, é danoso quando se passa o resto da existência dependendo dele. A proposta que a Irmandade tem é que a dependência passe a ser de um poder superior, desde que uma pessoa aprenda a se conhecer, que ela aprenda a se relacionar com as pessoas ao seu redor, com a família, com a sua vida, consigo mesmo, o que é muito importante. Se ela faz isto, não precisa mais da medicação, neste nível de dependência. Mas no momento que ela precisar, ela pode procurar o médico, visitar o médico, conversar e se valer da medicação porque os NA não tem uma posição antagonica em relação a isto. Aliás, em relação a nada. Não impomos a seus membros qualquer tipo de regra. Nenhuma.

- **Como é a relação dos NA com os demais grupos de auto-ajuda ou de apoio? Vocês divulgam o trabalho do NA em outros grupos? Se vocês detectam, por exemplo, um dependente sexual, vocês encaminham essa pessoa para um grupo específico?**

Nossa convivência com os demais grupos de anônimos é de apoio, como, por exemplo, o CVV, o Amor Exigente, não são anônimos, mas são grupos de apoio.

A nossa relação com todos os demais grupos é muito boa. No escritório, temos uma relação, a medida em que eles deixam com a gente, com telefone para contato. Se a pessoa está procurando os Psicóticos Anônimos, os Alcoólicos Anônimos, a gente dá os meios para chegar até eles.

De modo que numa sala de NA, por exemplo, se tiver uma pessoa com problema de alcoolismo, nós vamos encaminhar esta pessoa para o AA. Se tiver uma pessoa com problema de compulsão sexual, nós vamos estar indicando o DASA. Ela pode freqüentar o NA? Até pode, mas nós indicamos para que ela receba ajuda específica. O NA não tem intenção de fazer prosélitos. Nós não precisamos arrebanhar seguidores e ficar ansiosos porque a pessoa tem que permanecer. A nossa tarefa é mostrar que existem caminhos. A decisão de seguir ou não o caminho é altamente pessoal. Nós não interferimos naquela decisão. E quando a pessoa precisa de qualquer outro tipo de ajuda, nós podemos dizer. Olha, de repente a pessoa está precisando de um médico, ainda está necessitando, agora de tomar medicação, porque não está conseguindo dar conta da depressão que está sentindo. Tem que ir ao médico. E a gente diz, porque você não procura um médico? Não impede que você venha à sala do NA, mas procura um médico. Vá a um profissional competente buscar ajuda. Não fique só. Não tome medicação por conta própria. Então, a relação do NA com a sociedade, em geral e com os anônimos, em particular, a grande família de anônimos é muito boa, é uma relação aberta, uma relação cordial, respeitosa e também recebemos deles o mesmo nível de respeito, de consideração, de encaminhamento, uma convivência altamente pacífica e gostosa.

– **Como é o fluxo destas pessoas na Irmandade?**

O fluxo é grande. Ao longo do caminho, a gente vai observando porque tantas pessoas conhecem a Irmandade e vão embora. E a experiência mostrou que o ser humano não gosta de ser um desbravador. O ser humano não gosta de ser um bandeirante, abrir caminho. E o grupo anônimo, o grupo do NA, por exemplo, oferece uma sala de reunião, um grupo de pessoas para apoiar, uma literatura com princípios espirituais, enfim, nós oferecemos o material e a pessoa vai fazer o trabalho. E isto não é muito comum no ser humano, ele gosta de encontrar o trabalho pronto, que lhe diga para onde ele deve ir. Se para a esquerda, se para a direita, se eu fico, se eu caso, se não caso, se eu divorcio, se eu aceito o trabalho, se eu não aceito. Ele gosta de ter alguém que o oriente e diga o que fazer. Por que veja, a passagem da infância e a adolescência para a idade madura, dá trabalho. A esmagadora maioria das pessoas gosta de ficar na adolescência. Na dúvida, no questionamento, na rebeldia, outros tantos gostam de alimentar a fase infantil. Alguém que diga, o marido, o pai, o filho, algum familiar que lhe diga o que fazer, quando fazer, o que é certo, o que não é certo. Quando não, ele vai procurar uma figura expressiva na sua religião para dizer se é para ir para a esquerda ou para a direita, se é certo, se é errado. Dificilmente se encontra. Elas querem caminhar com as próprias pernas. Aprender a amadurecer como indivíduo, a fazer escolhas, a fazer opções de vida, a ser um indivíduo, ou seja, ter a sua individualidade, é muito mais fácil ser massa, ser coletivo, ser anônimo dentro da multidão. É difícil querer sair desta. Mas, a vida é muito interessante e algumas pessoas vão embora, conhecem a Irmandade, e vão embora, mas elas voltam, depois de andar, andar, muito. Como eu disse, um dos nossos disciplinadores é a dor. A dor é uma grande mestra e ela vai obrigar o indivíduo a conhecer-se a si mesmo. Não é o NA, não são as religiões, não é o governo, não é a medicina, ninguém vai fazer este trabalho. Mas a vida vai fazer este trabalho e ela faz com uma perícia incrível e então a pessoa chega aqui de volta desesperada, procurou, procurou, procurou e não encontrou e volta para buscar alimento nesta casa simples, neste mundo simples, mas seguro, onde outros irmãos, outros companheiros já fizeram o trabalho, ou estão fazendo, estão felizes, estão tranquilos, estão casados, tem filhos, tem profissão, voltaram para a sociedade, são alegres, participam, brincam, viajam. Enfim, eles estão vivendo e aí, aquela pessoa diz:

“puxa, mas eu estou apenas sobrevivendo e muito mal”. Essa pessoa quer apoio e a gente dá. Infelizmente, não é a grande maioria. Mas a Irmandade sabe que alcança apenas uma fatia da sociedade, mas tudo bem. Se nós conseguirmos fazer o nosso trabalho bem feito com esta fatia, nós estaremos satisfeitos, porque o mundo está cheio de opções. Que bom que tem muitas opções. E a gente é uma opção, valiosa para nós.

- **Eu gostaria de saber como vocês agem quando um membro está dentro da sala chorando por uma questão de desemprego, por exemplo. Outra questão: vocês conversam sobre eleições, futebol etc.?**

Não discutimos religião, política, futebol ou assuntos controvertidos como estes, porque cada um torce para o seu time, vota no seu candidato e religião, cada um tem a sua e isto é um problema muito particular, gera conflitos e nossa tradição - a 10ª - diz que no NA não entra em controvérsias públicas, nem nas salas, nem em lugar nenhum, o NA não discute este assunto, não opinamos, se formos chamados a opinar, nós vamos nos retirar, porque nós obedecemos aos nossos princípios e vivemos bem assim.

Com relação aos companheiros que chegam aqui e que a neurose já tirou dele a capacidade de ganhar a sua própria vida e está na miséria, o NA tem um princípio: se nós nos consertarmos emocional e espiritualmente, as outras coisas se consertam por si mesmo. São acréscimos. Então o que o NA oferece é a capacidade, a possibilidade da pessoa aprender a pensar, pensar certo, sentir certo, ver a vida de uma maneira certa. Com isso, ela vai ser capaz de achar um emprego, achar uma ocupação, por mais simples que seja. Ela estava impedida até então, porque a sua mente estava bloqueada por emoções doentes. Na medida em que este desbloqueio acontece, ela vai livrar e perceber as oportunidades que até então ela estava perdendo. O NA não ajuda financeiramente. Ajuda emocionalmente. A nossa tarefa é só esta. Nós nos dedicamos a ela com muito empenho, mas é só esta.

3. Entrevista – Sonia

– Você poderia contar a história dos Neuróticos Anônimos no Brasil?

Há 34 anos atrás eu fui apresentada ao grupo Alcoólicos Anônimos e, como gostei do programa, fui convidada a voltar. Então, comecei a frequentar o Alcoólicos Anônimos e ajudar pessoas que tinham problemas com a bebida, os alcoólatras.

Mais ou menos um ano depois, encontrava-me na Rua Caio Prado, no Colégio Sede Sapiens, coordenado pela Madre Cristina, uma mulher maravilhosa. Eu estava debaixo de uma escada conversando com a esposa de um alcoólatra quando Madre Cristina nos perguntou o que estávamos fazendo lá. E nós dissemos que estávamos esperando por nossos maridos. Naquela oportunidade, eu havia me unido ao Donald que era um alcoólatra recuperado e estava esperando terminar a chamada reunião fechada. A partir daí, eu e a companheira Ligia começamos a estruturar um programa de Alanom, de ajuda os familiares de alcoólatras. Foram aproximadamente 4 anos para desenvolver esse grupo, também na Caio Prado. Depois, surgiu outro grupo no Rio de Janeiro, iniciado por uma senhora que veio a São Paulo, interessou-se pelo programa e aí começou um programa no Rio. Mas esta Irmandade demorou muito tempo para tomar pulso. Depois deste segundo grupo de Alanom no Rio, os de São Paulo começaram a se desenvolver melhor, veio o grupo de Vila Prudente e outros. Daí, foi muito mais fácil. Comecei a ir aos hospitais, levar a mensagem ou fazer palestras aos doentes alcoólatras. Eu frequentava mais ou menos uma média de 3 hospitais por semana; dedicava uma hora e meia em cada hospital. E assim eu fui conhecendo vários hospitais e os médicos iam conhecendo este trabalho de orientação de alcoolismo e me convidavam a conhecer outros hospitais. Eu passei 13 anos indo de hospital em hospital, dedicando 3 anos em um, 4 ou 5 anos em outro. Eu também comecei a convidar pessoas para irem comigo. Eram esposas, familiares de alcoólatras e até os próprios alcoólatras. Dessa forma, eu passei a deixar aqueles primeiros hospitais a cargo de alcoólicos ou de membros de Alcoólicos Anônimos e fui tomando novas outras responsabilidades. O Instituto Psiquiátrico de Guarulhos foi um dos últimos hospitais que eu colaborei voluntariamente. Eu sempre me incentivei a fazer este trabalho, nunca atrapalhou em nada minha vida familiar. Eu deixava minhas filhas, eram pequeninas, na escola e ia para o hospital, fazia

palestra, voltava e pegava as crianças. Quer dizer que enquanto elas estavam na escola eu estava em algum lugar, nunca achei que isto perturbou minha vida familiar. Sempre cuidei da casa, eu amo minha casa, gosto do meu canto, gosto de ser esposa, mãe, sempre gostei. Enfim, cuidava de tudo simultaneamente. À noite eu gostava de ficar lendo tudo que era literatura que vinha dos Estados Unidos. Como o meu companheiro era americano sempre vinha muito material de lá, eu lia tudo, gostava de ler e me intrometia em tudo.

Eu levava muitos alcoólatras para casa também. Eu ia à Central de Alcoólicos Anônimos e chegando lá encontrava algum alcoólatra que não tinha casa, não tinha família, que vinha pedir 5 reais para dormir ou para comer e aí eu convidava se não queria ficar em casa, comigo, com meu companheiro, passar aqui um mês até arrumar trabalho. Eles dormiam aqui do lado. Às vezes eu tirava minhas filhas do quarto delas para abrigá-los. Sempre tinha 2 ou 3 alcoólatras aqui em casa. Nós ficávamos muito felizes com esse trabalho, o levávamos para o AA, ficávamos com eles até que eles conseguissem seu primeiro salário e pudessem alugar um quarto de pensão e tocar a vida para frente. Alguns se recuperaram, outros não, porque isto independe de toda a ajuda que se possa dar, depende do coração da pessoa, do que tem dentro do íntimo de cada um.

Assim o Alanom foi caminhando por si, outros grupos foram se desenvolvendo. E nessa de trazer alcoólatras para casa, uma ocasião veio a Edita, uma jovem russa muito bonita e alcoólatra. A gente dizia para ela: “Venha ficar conosco, fique com a gente durante o dia, não fique sozinha aí andando à toa, venha para cá até arrumar trabalho. E ela veio, mas a vida dela era café e cigarro, cigarro e café. Um dia eu falei: “Você precisa procurar uma atividade”. E tentando ajudá-la a procurar um emprego, eu lia jornais e revistas de diversos lugares. Em uma revista chamada “Médico Moderno” havia um artigo sobre Neuróticos Anônimos, com o título: “Cure-se por catálogo”. Eu li e achei interessante, mas deixei assim meio de lado este artigo. E para ajudar Edita, no intuito que ela se dedicasse a alguma coisa, eu sugeri a gente fosse para o Presídio do Carandiru. Naquela época, o presídio feminino era coordenado por religiosas, falei com a madre superior, a Madre Assunção, que eu fazia este trabalho de alcoolismo e que queríamos ajudar. Começamos a ir no presídio às sextas-feiras à tarde. Reuníamos as presas que estavam

interessadas no programa em uma sala grande. Algumas pessoas ficavam bordando, outras costurando e nós sentávamos em volta de uma mesa e Edita e eu. Edita dava o testemunho dela e eu colaborava com outros conhecimentos. A reunião durava uma hora, uma hora e meia. Depois de algum tempo, uns 3 meses, por aí, nós falamos para a madre superiora que, a partir dali, seria bom fazer reunião só com as presas que tem problema com a bebida. Na semana seguinte, a Madre Assunção alertou: “Olha, não vai ser uma boa não, porque quando eu disse que nós íamos separar as presas, as outras ficaram chateadas. Elas disseram que estão gostando da reunião, mesmo sem ter problema com a bebida. Elas querem continuar assistindo. Foi aí que eu pensei em associar esse programa ao Neuróticos Anônimos, pois é um programa para pessoas com problemas emocionais decorrentes ou não da bebida. Voltei para casa e escrevi para o Grover, o fundador dos Neuróticos Anônimos nos Estados Unidos nos Estados Unidos.

E eu mesma escrevi a carta em algumas linhas no meu inglês, não muito bom, disse que estava interessada no programa e pedi para me mandar os folhetos. Eu mostrei a carta para o Donald e ele também quis participar. A reunião passou a ser à tarde durante a semana e aos sábados à noite, sempre no presídio. Mas, um dia nos questionamos: e quando estas presas saírem do presídio, o que é que vai acontecer, elas não vão ter para onde ir. Aí, fui falar com Madre Cristina e nós resolvemos começar o programa fora do presídio. O Donald não acreditava que iria dar muito certo. Aí, eu fui no jornal Shopping News e falei com um rapaz que trabalhava na redação. Expliquei o que queria fazer e ele pôs de graça o anúncio no jornal: “Neuróticos Anônimos – você sofre de solidão?” Falei com a Madre Cristina, ela cedeu a sala da Rua Caio Prado para domingo de manhã, a fim de receber as ex-presidiárias. No primeiro dia, o Donald me levou e eu arrumei a sala com umas 20 cadeiras. O Donald pegou o *Time* e o *Newsweek* e disse: “Você não acha que está sendo muito otimista”?

Eu sentei e esperei, mas neste primeiro dia não veio ninguém. No outro domingo, lá fomos nós outra vez. Vieram umas 2 pessoas, muito temerosas que viram o anúncio do jornal. Eu havia convidado também algumas pessoas dos Alcoólicos Anônimos. Aí começou outro problema, pois eles foram totalmente contra e disseram como é que era possível nós estarmos usando o programa deles, os 12 passos, que era um absurdo. E aí

começou uma guerra, pois muitos daqueles alcoólatras, que até haviam estado nesta casa, estavam contra a gente. Mas eu fiquei firme, continuei e alguns outros alcoólatras mais conhecidos começaram a participar também desse novo programa. Esses não acharam tão má a idéia e nós explicamos que tínhamos autorização da central do serviço em Nova York de AA. Mas muita gente ainda era contra. As pessoas começaram devagarzinho a vir ao programa; primeiro foram dois, mais dois, às vezes não voltavam, mas vinham outros dois. De repente a coisa começou a tomar pulso. Em um ano tinha pelo menos 10, 12 pessoas assíduas. Depois começamos o programa na Igreja do Perpétuo Socorro, em Pinheiros. Veio gente do Rio, e o programa saiu na revista Manchete. Aí as pessoas do Rio vinham e pousavam aqui em casa. A gente explicava, levava na reunião e o programa passou a ser implantado no Rio de Janeiro também. Daí para frente continuou sem o mínimo problema. Anos mais tarde, uma das presidiárias saiu do presídio, depois de cumprir 5 anos de pena, e veio para a reunião do Neuróticos Anônimos. Ela começou assistindo as reuniões e apaixonou-se por um alcoólatra na sala do lado, que onde acontecia a reunião do Alcoólicos Anônimos. Um tempo depois, casou-se com ele e foi um casamento muito bonito, arrumado por todos os companheiros na Igreja do Perpétuo Socorro. Naquele dia, valeu todo o esforço, pois ela voltou a ser uma pessoa de bem, feliz, depois de 5 anos de prisão. Eu acho que isto foi algo muito prazeroso, não é? Algo que começou ajudando um deu continuidade para outros. Foi assim que o Neuróticos Anônimos se espalhou por todo o País, Minas, Brasília, Porto Alegre. Começaram também os primeiros congressos do programa e felizmente o Alanom também tomou o seu pulso, no país inteiro.

Esta sala aqui hospedou muita gente, centenas de pessoas em 20 anos. Pessoas vindas de diversos lugares, que vinham, ficavam, se orientavam, participavam do congresso, participavam dos programas e voltavam para as suas cidades. Praticamente todos os grupos do sul do Brasil foram formados aqui. Os do norte nasceram no Rio de Janeiro. Muitas pessoas tiveram oportunidade de estar aqui e comerem nesta mesa, dormirem aqui nos quartos e conversar e tomar café aqui. Isto durou muitos anos e eu me sinto uma pessoa realizada. Acho que de tudo eu fiz um pouco, minhas filhas cresceram e também foram orientadas em tudo que poderiam ser orientadas. Hoje elas são grandes e cada uma

tomou o seu rumo. Ainda ontem uma delas me telefonou e está indo para outra cidade. O NA também me ajudou muito, pois convivi com pessoas, com problemas de família, em todos os aspectos, de mãe, de pai, o que fez com que eu errasse menos na criação das minhas filhas.

Mais tarde, eu comecei com o Centro de Reabilitação, mas quando eu comecei a me dedicar a isso, eu já não podia fazer tantas coisas como eu fazia antigamente. Antigamente, eu chegava a ir à reunião do Neuróticos Anônimos ou de Alanom no Rio, eu viajava sexta-feira à noite no ônibus da meia noite, chegava lá de manhã, às 6 horas, fazia 3 reuniões num dia, em Campos, em Niterói, no Rio e tomava o ônibus da zero hora e chegava aqui de manhã outra vez.

– **Como você conheceu o Donald?**

Foi dentro do AA que eu o conheci.

– **E você não é ou foi alcoólatra?**

Não, eu não sou e nem fui alcoólatra.

– **Você se identificava com o NA?**

Não. Eu comecei com o Alanom, que trabalha com família, filhos, pais, irmãos de alcoólatras. Depois de 4 anos trabalhando nesse programa é que fui ter contato com o NA. De lá pra cá, passaram-se quase 30 anos.

– **Explique um pouco o seu trabalho atual.**

Este é um programa de orientação de família. As pessoas vêm aqui para fazer uma revisão de suas vidas independente de terem ou não um problema de adição, seja ele, álcool, droga, qualquer tipo de droga, cocaína, comprimidos, muitas mulheres têm problema de comprimidos, tranqüilizantes, que é o forte no Neuróticos Anônimos. No NA, são muito comuns problemas com tranqüilizantes, soníferos, antidepressivos. Aqui, independente da adição química, as pessoas têm um programa de reavaliação de vida. Este seria o termo certo para o nosso canto: um programa de reavaliação de vida.

Felizmente, as pessoas gostam de vir e reavaliar a sua vida em todos os aspectos, físico, emocional ou espiritual, o aspecto médico é o que menos conta. A desintoxicação é à parte, porque o que conta é a vida que cada um está levando, quais os seus valores, como é que se porta perante as circunstâncias da vida.

Este programa também me ajuda muito. Perdi meu esposo há 7, 8 anos atrás, e nem por isto deixei meu trabalho. Eu gosto muito do que faço, acho ótimo, e continuo buscando novas perspectivas. Estou pensando, inclusive, em iniciar um programa só para pessoas divorciadas, porque nesse processo há muito ressentimento, mágoas, desilusão. Eu tenho tido alguns grupos terapêuticos só para divorciados e é muito interessante ver as pessoas todas dizendo que “está tudo bem, a gente separa está tudo ótimo”, mas o que fica é algo que permanece doído, triste, a solidão do coração é diferente da solidão física.

Tenho 64 anos e estou pensando em começar mais alguma coisa. Eu pretendo colocar um anúncio no jornal e começar um programa de ajuda voluntária aqui mesmo, só para divorciados, só para pessoas que sofreram esta dificuldade. Eu já havia formado um grupo destes há dois meses atrás. Aliás, um dos senhores telefonou esta semana e perguntou como estava o grupo. Eu tive de dizer que por enquanto está suspenso, mas que daqui a pouco nós vamos recomeçar.

– **Qual seria a dinâmica desse programa para divorciados?**

Penso primeiramente em fazer uma reunião informal e depois tomar café, conversar. É um programa sério, que pretende que as pessoas nunca mais levem a mesma vida social que tinham antes.

Mas não quero chamá-lo de Divorciados Anônimos, não quero que entre nesta estrutura que está tendo aí, agora, não. Vai ser o Grupo da Cidana. Esse lugar chama-se Chácara Cidana. Pretendo realizar às 4 da tarde, justamente para que depois se o pessoal quiser sair, comer uma pizza, ou programar para domingo alguma atividade que possam fazer juntos. Com certeza, depois poderei também orientá-los para o grupo dos Neuróticos Anônimos, não é verdade? Além disso, muitos divorciados também poderão orientar os grupos de Alcoólicos Anônimos, porque muitos dos divórcios acontecem por causa do problema de álcool. Eu acho tão fabuloso esse poder de extensão desses programas de

auto-ajuda, a gente nunca imagina as perninhas que tem não é? É como um leque que se abre.

– **E do grupo de reavaliação da vida?**

Nesse programa de reavaliação da vida, a pessoa é convidada a parar para cheirar as flores, dar uma parada na vida para ver como é que está, refletir sobre coisas cotidianas: “se eu realmente estou no caminho bom, se a pessoa com quem estou convivendo é a pessoa ideal, se o trabalho que estou fazendo é o trabalho ideal, que outras perspectivas existem de vida, se os filhos estão sendo bem orientados etc.”, porque aqui falamos sobre tudo, família, filhos, vida conjugal, afetividade, sexo, vida espiritual, mas não religiosa; eu diria uma vida cristã, voltada para a humanidade, cuidando de si, cuidando do outro, dedicando-se a si e aos outros também de alguma maneira, não importa qual.

– **E pensar que tudo isso começou com o Grover. Ele chegou a vir para o Brasil?**

O Grover esteve sentado aí, onde você está sentada, dormiu nesta casa, esteve aqui conosco.

Aprendi muito com ele, mas a literatura a literatura do Neuróticos Anônimos brasileiro foi desenvolvida aqui, basicamente. Não havia os 12 passos no NA dos Estados Unidos. Esse trabalho foi feito a partir da nossa experiência de vida. O Donald bateu à máquina, traduziu e o Grover aprovou, e foi incorporado ao programa.

E hoje estamos aqui, continuamos pensando o que podemos fazer mais, pensando o que é que deixamos de fazer. Eu sempre uso uma frase que diz assim: o que é que eu deixei atrás?

4. Depoimento – Sigmundo (NA)

Meu nome é Sigmundo e sou um neurótico em recuperação.

Vou contar um pouquinho da minha experiência de vida de 35 anos de depressão.

Eu morava em São Paulo e com 16 anos de idade comecei a sofrer de uma depressão cíclica. Aos 17 anos, eu já pensava em suicídio e, como todo depressivo e toda a pessoa que tem um problema, uma doença, eu procurei ajuda em tudo, em tudo que me indicavam, na psicologia, na psiquiatria, na neurologia, mudei de religião, de serviço.

Então, estava sempre procurando uma fuga para que eu me libertasse, me libertasse da depressão. Estive com profissionais excelentes, fui sempre muito bem tratado por psicólogos, psiquiatras, neurologistas, mas nunca consegui me libertar dessa depressão.

E, para encurtar um pouco a história, dos 16 aos 37 anos, foi um sofrimento terrível.

Eu me casei aos 23 anos; o que ajudou em certo ponto. Me ajudou a sair um pouquinho da depressão, mas por muito pouco tempo, pois logo depois do meu casamento, eu já estava novamente em depressão.

Quando estava com 37 anos, morando em São Paulo ainda, eu cheguei num fundo de poço tão grande, tão grande que eu passei a criticar São Paulo, a pôr a culpa da minha doença na cidade. Primeiro, eu comecei culpando a minha mulher, os meus filhos. Era a minha mulher que me deixava doente, eram meus filhos que me davam muito trabalho. Depois, comecei a criticar o meu irmão, que era meu sócio numa firma em São Paulo. Além disso, eu queria mudar este meu irmão. Ele tinha um comportamento completamente diferente do meu. Eu era agitado, fazia tudo correndo, tudo da minha maneira, tinha que ser tudo como eu queria. Em 15 anos de sociedade, nunca consegui mudá-lo, mas eu não entendia o porquê e isso me irritou demais, me deixou muito desorientado e me fez mergulhar ainda mais na depressão.

Então, eu resolvi que São Paulo estava me deixando doente. Já não tinha mais a quem criticar, era a mulher, os filhos, meu sócio. Enfim, o mundo inteiro eu criticava. E aí comecei a criticar São Paulo, que era correria, poluição, falta de tempo. E eu resolvi mudar para o interior. Em 1977, me mudei para São José do Rio Pardo, como fuga, só que eu não sabia que era fuga, para mim eu estava procurando a cura para a minha depressão.

São José do Rio Pardo era uma cidade pequena, com menos de 50.000 habitantes. E, ali, eu achava que ia encontrar a solução para a minha depressão, que eu ia ter tranqüilidade, pois não tinha correria, não tinha trânsito. Eu teria todo o tempo do mundo, tinha horário para almoçar, horário para jantar. Então, tudo estava resolvido, todos os meus problemas estavam resolvidos. Mentira. Em 3, 4 meses, eu estava mergulhado novamente numa depressão profunda, procurando todos os médicos da cidade. Recorri a todos os médicos, psiquiatras, psicólogos, neurologistas de São José. Fui sempre muito bem tratado por todos os profissionais que me tratavam. Tive um carinho extraordinário. Só que a minha depressão não passava.

Então, como todo o neurótico, como todo o doente, a gente vai atrás da cura. E eu saí de São José, fui à cidade de Mococa e a outras cidades vizinhas, procurando ajuda. E, por ironia do destino, eu tive que voltar a São Paulo para procurar outros profissionais mais categorizados que me tirassem da depressão.

Fui a São Paulo, comecei a fazer um tratamento psiquiátrico em que eu tomava 19 comprimidos por dia. Era um terror. Eu estava completamente topado. Eu levantava de manhã, mas não conseguia mais vestir as minhas calças, eu caía. Eu quando ia almoçar eu derramava tudo, eu tremia tanto que eu derramava a comida. À noite quando eu ia tirar as calças para dormir, eu caía. Eu estava numa situação terrível. Em 1978, a minha esposa foi num velório e ouviu uma mulher conversando com outra e a outra mulher perguntando para ela como estava a filha “Nossa – a minha filha está ótima. Está uma maravilha. Não tem mais depressão. Não toma mais remédio”. Quando minha esposa ouviu isto, ela logicamente perguntou qual era o médico que estava tratando da sua filha. A senhora respondeu “Não está indo ao médico. Ela está indo ao NA, Neuróticos Anônimos, onde se reúnem pessoas com os mesmos problemas. É uma reunião de auto-ajuda”.

A senhora deu o endereço onde que eram feitas as reuniões e minha esposa veio toda contente em casa para me contar do Neuróticos Anônimos. Mas, quando ela chegou e me falou de NA, eu falei imagina, isto não é para mim, imagina se eu sou um neurótico, eu tenho depressão, não sou um neurótico, eu não aceitei a ajuda do NA. Perdi mais 10 anos da minha vida. 10 anos eu fiquei ouvindo a minha esposa sempre falar: “Vamos lá, não

custa nada”. Quando ela falava para mim que não custava nada, que era de graça, aí que eu não aceitava mesmo, porque tudo que eu gastei com profissionais, com medicamentos, eu nunca poderia imaginar que uma sala de doentes poderia me recuperar de uma depressão de 35 anos. Com isso, perdi mais 10 anos de minha vida. Até que, em abril de 1989, a minha esposa chegou para mim e falou: “Olha, eu vou te largar, eu vou embora para Itatiba, vou ficar com a nossa filha e você fica aí porque eu não aquento mais, são 26 anos de casado, 26 anos de depressão, de neurose, não tem condição mais, eu não suporto mais”. Eu falei, mas eu estou tratando, estou indo ao psiquiatra, estou indo ao psicólogo, estou fazendo análise, vou à Mococa para fazer análise, estou tomando um mundo de medicamentos. Ela falou: “mas você não vai ao NA”. Então para salvar o meu casamento, eu falei, bom eu vou conhecer este tal de NA, vamos ver o que é. E as reuniões eram de segundas-feiras, às 7:30 da noite. Quando chegou a segunda-feira à tarde, ela falou: “Hoje tem reunião do NA. Você vai?”. Eu respondi que não. É a famosa chantagem emocional do neurótico, ele sempre se acha o coitadinho. Então, faz chantagem emocional para que as pessoas sintam pena dele. E eu fiz isso. Falei não, não vou não. Mas a minha esposa, graças ao Poder Superior ela não ficou do meu lado. Ela falou: “Quer saber de uma coisa, você fica curtindo sua neurose, porque eu vou para ao NA. Talvez faça bem para mim”. E ela foi sozinha. E o idiota aqui ficou em casa sofrendo com sentimento de culpa por ter feito aquela chantagem emocional, mas fiquei apreensivo esperando que ela voltasse. Lá pelas 10:00 horas da noite mais ou menos, ela voltou e aí como é que foi a reunião? Ela falou: “Não sei, vai lá que você vê como que é”. Eu insisti perguntando como é que funciona, quem estava lá? Ela falou: “Não sei, se você quiser ver como funciona, vai lá na segunda-feira”. E não me falou nada.

Mas só que eu tive a felicidade de ela comprar toda a literatura do NA. Trouxe toda a literatura do NA e deixou em cima do móvel da copa. E eu, como um péssimo neurótico, acho que bom neurótico não existe, fiquei esperando que ninguém estivesse em casa a minha filha tinha saído e a minha esposa também, eu estava sozinho em casa. Então, eu corri e peguei o primeiro livro que estava na pilha – não fui ler na sala, não fui na cozinha, não fui no meu quarto – eu corri para o banheiro, me tranquei para que ninguém visse que eu estava lendo uma literatura de Neuróticos Anônimos. Sentei no troninho e

comecei a ler: primeiro passo, segundo passo, terceiro passo, quarto passo, mas eu não entendia nada, aquilo para mim era grego, porque eu nunca tinha entrado numa sala de NA. Então, o que eu ia entender de NA? Mas continuei lendo – quinto passo, sexto passo, sétimo passo. O sétimo passo eu levei um susto, no sétimo passo dizia que eu estava doente, que eu estava com depressão por causa dos meus defeitos de caráter, que eu era egoísta, orgulhoso, que eu tinha inveja, que eu tinha ciúmes, que eu tinha raiva, que eu tinha ódio, imaturidade emocional, que eu não sabia amar, um monte de defeitos de caráter. Bom, agora, eu falei, eu quero ir ao NA, mas eu quero ir para ver quem foi o idiota que escreveu tudo isto, porque eu na minha concepção, eu me achava, o melhor marido, o melhor pai, o melhor homem, eu era honesto, nunca prejudiquei ninguém no meu serviço, no meu trabalho, então eu me achava uma pessoa honesta, o melhor pai, o melhor marido. Eu vou lá para discutir, quero ver quem escreveu isto. Na outra, segunda-feira, a minha esposa não teve que me convidar para ir ao NA, eu a convidei. Ela falou: “O que é que deu em você agora, você quer ir ao NA?”. Eu falei: “Vamos lá, eu quero conhecer o NA”. Eu fui com a intenção de chegar lá e brigar. Lembrei de quando a minha mulher falou pela primeira vez do NA e eu falei: “Imagine se eu vou, é bobagem, é reunião de mulher, reunião de papo furado, reunião de igreja, imagina que vai adiantar alguma coisa?”.

E para minha surpresa, quando eu entrei naquela segunda-feira, pela primeira vez numa sala de NA, tinha umas 10 mulheres e não tinha nenhum homem. Eu falei: “Meu Deus do céu, onde é que eu vim parar. Aqui eu não volto mais, é a primeira vez e a última”. Mas como eu fui muito bem recebido, com educação, com carinho, por educação eu fiquei. Sentei e fiquei ouvindo os depoimentos, não lembro de nenhum depoimento. Até hoje não lembro de absolutamente nenhum depoimento que foi dito aquela noite. Eu só lembro que na parede tinha a oração da serenidade que dizia: “Concedei-nos Senhor a serenidade necessária para aceitar as coisas que eu não posso modificar”.

Neste momento, a minha vida voltou como se fosse um tape, e eu comecei a lembrar de tudo que eu tinha tentado mudar, tinha tentado mudar a minha mulher, tinha tentado mudar os meus filhos, que eu queria que eles fossem que nem eu, ativo – eu estava sempre ansioso, sempre fazendo as coisas correndo. Então eu queria mudar todo mundo,

que todo mundo fosse igual a mim, principalmente meu irmão que eu criticava. Passei 15 anos criticando ele. Inclusive a minha mulher se acostumou tanto a ver as minhas críticas, que acabou criticando ele também. Então, são duas pessoas que passaram estes quinze anos criticando este meu irmão. É esta a minha lembrança. Depois do meio da reunião, mais ou menos, a coordenadora perguntou para mim se eu não queria falar, explicar por que eu tinha vindo para a reunião. E eu comecei contar meus 35 anos de sofrimento, meus 35 anos de depressão. Na sala do NA, nós temos 10 minutinhos de tempo, porque todo mundo tem o mesmo direito, mas como tinha pouca gente ela me deixou falar o tempo que eu quisesse. E eu falei 20 ou 30 minutos, não sei quanto. Mas contei toda a minha história, todo o meu sofrimento. Quando terminei, eu pensei: “agora ela vai me dar a receita, a receita do remédio para me tirar da depressão”. Ela simplesmente virou para mim e falou: “Continue freqüentando o NA, quem sabe você encontre aqui o que você está procurando”. Eu não entendi nada, fiquei indignado mas continuei na reunião. No término da reunião, depois da oração da serenidade, do meu lado tinha uma senhora muito simpática, uma professora aposentada, cabelinho bem branquinho, que virou para mim e falou: “Você vai se recuperar logo”. E eu falei: “mas, por que”? a resposta foi: “Porque você falou na primeira reunião, você já começou a sua terapia”. Para dizer a verdade, eu continuei a não entender nada. Saí daquela sala dizendo que nunca mais eu poria os pés ali, que era a primeira e última vez que eu entraria numa sala de NA. Mas, eu não sei o que aconteceu, pois passei uma semana pensando no NA”.

Eu pegava os livros, lia um pedacinho, não conseguia ler uma literatura inteira do NA, mas eu estava sempre folheando os livros, mas aquela ansiedade de que chegasse a segunda-feira e de que eu pudesse voltar no NA, não sei porque. Não sei se esse sentimento foi causado pela oração da serenidade ou algum depoimento, eu não lembro absolutamente de nada. Mas algum depoimento, alguma palavra que foi dito ali deve ter mexido comigo. Quando chegou na outra segunda-feira eu chamei a minha esposa e disse: “Vamos ao NA”? Ela falou: “Ué, mas você vai voltar lá”? Eu respondi: “Eu quero voltar lá mais uma vez”. E eu voltei, só que nesta noite, eu não fui brigar com ninguém, eu fui pedir ajuda, eu estava morrendo, eu já tinha tentado 5 suicídios, tentado, eu não tinha pensado em suicídio, eu tentei o suicídio.

Quando eu morava em São Paulo, eu viajava muito, eu vendia no atacado, pela Dutra, Vale do Paraíba. Eu saía de manhã, beijava minha esposa, beijava meus filhos, pensando em nunca mais voltar. Na estrada, punha o carro a 130km por hora numa descida na traseira de um caminhão. Só que eu tinha um apagamento, toda vez que eu tentei o suicídio, eu tive apagamento. Quando eu estava a 130km por hora, eu apagava e quando acordava estava a 60,70 por hora e não sabia onde estava, eu estava num trecho de estrada que eu não sabia qual, não tinha caminhão na minha frente, eu não sabia quando tempo tinha passado, porque quando a pessoa tenta o suicídio não marca a hora e eu não sabia o que tinha acontecido. Isso aconteceu 4 vezes nas estradas, Dutra, Anhanguera, Raposo Tavares. Em São José do Rio Pardo, ocorreu a minha última tentativa de suicídio, a quinta. Foi no rio Pardo, um rio muito violento, com uma correnteza muito perigosa; na época da seca, as águas descem muito e ficam umas pedras no meio do rio. Era um domingo de sol, eu lembro que era um domingo lindo, um sol muito bonito e eu estava completamente revoltado, por ciúmes.

Talvez vocês não acreditem mas eu estava com ciúmes dos meus filhos, os meus filhos estudavam fora. Um estudava Engenharia de Materiais na UFSCAR em São Carlos, o outro estudava na Faculdade de Belas Artes em São Paulo e minha filha estudava Psicologia em Itatiba. Nos finais de semana, eles se reuniam, vinham em casa para ver a mãe, para ver o pai e todos eles vinham para casa para passar o final de semana. Então a minha esposa fazia tudo para eles. Cuidar da roupa, a melhor comida, a comida que eles gostavam. Aquilo me matava, que eu me sentia desprezado, toda a atenção ia para os meus filhos e eu ficava jogado num cantinho. Então, eu saí neste domingo pensando em me suicidar. Eu fui para o Rio Pardo, atravessei e fiquei no meio do rio em cima de uma pedra durante cerca de uma hora, fazendo uma revisão de toda minha vida, de toda a minha revolta, o meu ódio, a minha raiva, o meu egoísmo, o meu orgulho, todos os meus defeitos de caráter que eu dizia que eu não tinha e eu fiquei pensando em me atirar. De repente, sem que eu esperasse, sem saber o que aconteceu, estava eu no meio de uma ilha, numa ilha do Rio Pardo, tem uma ponte pênsil eu estava no meio da ilha andando e eu não sei como eu cheguei na ilha, como eu saí daquela pedra do meio do rio, o que aconteceu, quando tempo tinha se passado, então outro apagamento e felizmente eu não

cometi o suicídio este dia, foi o último. A partir daí, fui procurar ajuda do NA. Quando eu voltei e pedi ajuda, dizendo que eu estava morrendo eu fui muito bem recebido. Os companheiros me trataram com o maior carinho e ninguém exigiu que eu fizesse alguma coisa e acho que foi a coisa mais importante que eu recebi do NA. Porque no NA não existe imposição, todo o programa do NA é sugerido, é um programa de 12 tradições que sugere, ele não manda, a gente faz se quiser, e acho que esta foi a minha salvação, porque naquele dia que eu entrei no NA, se alguém tivesse me dado uma tarefa ou me tivesse dito alguma coisinha que eu tivesse que fazer eu nunca mais voltaria naquela sala. Ninguém me disse nada me receberam com carinho e eu comecei a minha reeducação. Ali, eu comecei a ver todos os meus defeitos de caráter. Contei ao grupo que eu queria descobrir quem foi o idiota que escreveu aquilo, a minha doença era causada pelos meus defeitos de caráter, pelo meu ódio, pela minha raiva, pelo meu orgulho, pelo meu egoísmo. Eu achava um absurdo porque nunca, com todo o tratamento que eu fiz, com tudo que eu gastei de terapia, nunca ninguém me disse que a minha depressão era causada por estes defeitos de caráter. Mas quando eu comecei no NA, eu comecei a descobrir todos os defeitos que estavam enumerados no 7º passo, aqueles que eu achava que não tinha nenhum.

Eu descobri que eu tinha todos eles e mais alguns. Assim, comecei a minha reeducação, comecei a trabalhar os meus defeitos, a minha irritabilidade, o meu egoísmo, o meu egocentrismo, porque eu só pensava em mim, tudo tinha que girar em torno de mim, tudo tinha que ser feito como eu queria, eu comecei a modificar este meu comportamento. A minha vida mudou em 4 reuniões de NA. Eu entrei no dia 10 de abril de 1989. No dia 1º de maio de 1989, era um feriado – o NA não para, não tem dia santo, feriado, carnaval, natal, Ano Novo; a sala está sempre aberta para receber aquelas pessoas que sofrem, porque a neurose não marca hora, não escolhe lugar, dia hora, nada – eu estava na reunião em São José quando veio um casal de São João da Boa Vista. Quando o senhor começou a dar um depoimento, eu nunca me senti tão mal na minha vida, eu comecei a suar frio, a tremer, me deu taquicardia, dor de barriga, dor de cabeça, eu senti que eu ia morrer, eu virei para a minha esposa e falei: “Vamos embora, porque eu não vou agüentar, eu vou ter um troço aqui dentro”. Eu pensei que ia ter um enfarte. Ela falou: “Agüenta um

pouquinho mais, tem gente de fora, tem paciência, vai agüentando”. E eu, muito mal, mas muito mal mesmo, consegui ficar até o final da reunião. E quando nós descemos, eu não conhecia o casal, depois do final da reunião, a coordenadora me apresentou este companheiro de São João da Boa Vista. Quando eu estava conversando com ele, eu contei a minha reação, como eu me senti mal e como eu tinha tentado ficar até o final da reunião. Ele simplesmente virou para mim e disse: “Mas que bom”. Como bom?, pensei eu. Eu passei mal, eu pensei que ia morrer. Ele falou: “Era bom porque você teve uma identificação, você deve ter passado tudo aquilo que eu passei, quer dizer, os meus problemas devem ser iguais ao seu”. Aí eu comecei a pensar e era justamente isto, tudo que ele tinha falado era eu, era eu que estava lá na frente contando a minha história. Foi uma identificação e isso me mostrou o caminho a seguir. E deste dia em diante nunca mais eu tive depressão. Foi uma experiência maravilhosa. Logicamente, no primeiro ano, eu tive dificuldade muito grande em conviver com a literatura do NA, principalmente o livro das leis, da doença mental e emocional, que eu levei mais de um ano para ter coragem de ler este livro. Eu abria, começava a ler e fechava por medo, porque ele me apontava todos os meus defeitos e as causas da minha doença. Eu levei mais de um ano para poder, conseguir ler o livro vermelho inteirinho. E a partir do momento que eu comecei a lê-lo e a estudar a literatura, eu nunca mais tive depressão. São 11 anos de NA, 11 anos de saúde, felicidade, serenidade e para mim o NA é um programa para o resto da minha vida. Não é um programa só por hoje. É um programa para o resto da vida. Logicamente que eu vivo só por hoje, só agora, porque eu não sou dono nem do minuto seguinte. Graças aos ensinamentos do NA. Então esta é a minha experiência e espero que possa servir para alguma coisa.

Eu agradeço profundamente ao NA, ao Poder Superior, porque quando eu entrei no NA eu odiava Deus, eu não tinha fé, porque eu passei 35 anos da minha vida pedindo que Deus me ajudasse, pedia, pedia, rezava, rezava, rezava, eu nunca recebi uma ajuda, então eu fiquei descrente, desisti de Deus, desisti de religião, eu estava completamente revoltado e dentro do NA eu fui descobrir que Deus não tinha culpa nenhuma, Ele não me ajudava porque eu não merecia, eu não estava fazendo a minha parte, eu tive que aprender dentro do NA a ter humildade porque estes 35 anos que eu rezei eu só pedia que

Deus fizesse as minhas vontades eu nunca perguntei se eram dele, então eu só pedia, pedia, pedia. Eu pedia que Ele me desse os filhos mais bonitos, eu já tinha, os filhos mais perfeitos, eu já tinha, uma esposa que me agüentava, ela me agüentou estes 26 anos de neurose. Eu pedia que Ele me fizesse ganhar na loteria, mas eu tinha dinheiro, eu tinha uma casa maravilhosa, eu tinha carro, eu tinha dinheiro, eu viajava, eu podia fazer o que eu queria, só que eu não tinha serenidade, eu não tinha saúde, eu só pedia, eu nunca agradeci uma vez sequer de tudo o que eu tinha, eu só pedia, egoisticamente, egoisticamente que fizesse sempre minha vontade.

E dentro do NA eu descobri que não é a quantidade de oração e sim a qualidade de oração que eu tinha que ter. E hoje a minha oração é: Obrigado, obrigado Poder Superior, obrigado meu Deus, por tudo o que Você me deu. Por ter me mostrado o caminho do NA (emocionado, com a voz embargada) e principalmente por ter permanecido no NA, ter descoberto esta maravilha de programa tirado dos 12 passos, 12 tradições do Alcoólicos Anônimos. Obrigado a todos, 24 horas de muita paz e serenidade para todos. Obrigado.

Referências Bibliográficas

Bibliografia citada

ARAÚJO, Carneiro Maria Angela. *Globalização e Trabalho: uma resenha da literatura*.

BUBER, Martim. *Eu e Tu*. Editora Centauro, 1974.

CASTELLS, Manuel. *Poder da Identidade*. Editora Paz e Terra, 1996.

DUMONT, Louis. *O individualismo: uma perspectiva antropológica da ideologia moderna*. Editora Rocco, 1985.

GIDDENS Antony. *Política, sociologia e teoria social*. Editora Unesp 1998.

GIDDENS, Anthony. *A transformação da Intimidade*. Editora Unesp, 1993.

GIDDENS, Anthony. *As conseqüências da Modernidade*. Editora Unesp, 1991a.

GIDDENS, Anthony. *Para Além da Direita e da Esquerda*. Editora Unesp, 1996.

GIDDENS, Antony. *A terceira via*. Editora Record, Rio de Janeiro, 1999.

GIDDENS, Antony. *Modernity and Self-Identity*. Origination publister: Polity 1991b.

GIDDENS, Antony; URICH, Beck; LASHSCOTT. *Modernização Reflexiva*. Editora Unesp, 1997.

HALL, Stuart. *A questão da identidade cultural*. Textos didáticos 1995.

JOURNAL OF MENTAL HEALTH. *As Leis da Doença Mental e Emocional*. Publicado no Brasil por Neuróticos Anônimos, 1970.

PINKUS, L. *O mito de Maria: uma abordagem simbólica*. Paulinas, 1991.

SANTOS, Milton. *Território, Globalização e Fragmentação*. Editora Hucitec, 2002.

SENNETT, RICHARD. *A Corrosão do Caráter*. Editora Record, 1999.

SENNETT, Richard. *O Declínio do Homem Público*. Editora Companhia das Letras, 1994.

Bibliografia Consultada

ARENT, Hannah. *A Condição Humana*. Editora Forense Universitária, 1975.

BURNS, E. John. *O caminho dos doze passos*, Loyola, 1995.

CARDOSO, Ruth. *A aventura antropológica*. Editora Paz e Terra, 1986.

CHAUI, Marilena. Arcaico desejo de ser moderno. *Folha de São Paulo*. Tendências e debates, 15/03/1992.

CHAUI, Marilena. Arcaísmo no Brasil Novo. *Folha de São Paulo*. Tendências e Debates, 29/05/1990.

FIGUEREDO, Luiz Cláudio. *A invenção do psicológico: quatro séculos de subjetivação*. Editora Escuta (PUC), 1992.

FIGUEREDO, Luiz Cláudio. *Modos de subjetivação*. Editora Escuta (PUC), 1994. *Folha de São Paulo*. Tendências e Debates, 11/09/1994.

GLAAB (Centro de distribuição de literatura de alcoólicos anônimos para o Brasil), *Alcoólicos Anônimos e a classe médica*. São Paulo, 1974.

HABERMAS, Jurgen. *Mudança estrutural da Esfera Pública*. Editora, Tempo Brasileiro, 1984.

HARVEY, David. *A condição Pós-moderna*. Edições Loyola, 1987.

HELLER, Agnes; FEHÉR, Ferenc. *A condição Política Pós-Moderna*. Editora civilização Brasileira, 1998.

HELLER, Agnes. *O cotidiano e a História*. Editora Paz e Terra, 1970.

HILMANM, James; VENTURA, Michael. *Cem Anos de Psicoterapia e o mundo continua cada vez pior*. Editora Summus, 1995.

HOBBSAWM, Eric. *A era dos Extremos*. Editora Companhia das Letras, 1997.

KURZ, Robert. *O Colapso da Modernização*. Editora Paz e Terra, 1996.

NORBERT, Elias. *A sociedade dos indivíduos*. Editora Jorge Zahar, 1994.

PENA, Afaro; ALEX, Antonio. *Alcoolismo: seguidores de Baco*. S.d.

ROUANET, Paulo Sérgio. *As razões do Iluminismo*. Editora Companhia das Letras, 1998.

STRAUSS, Levi-Claude. *Antropologia Estrutural*. Editora Tempo Brasileiro, 1975.