

Uma outra Perspectiva

Existem talvez tantas definições de adicção quantos os modos de pensar, baseadas tanto na investigação como nas experiências pessoais. Não surpreende que haja muitas áreas de honesto desacordo nas definições que ouvimos. Algumas parecem adequar-se melhor a certos grupos do que a outros. Se aceitarmos isto como um facto, então talvez se deva examinar uma outra perspectiva, na esperança de se encontrar uma maior comunicação entre nós. Se houver maior acordo naquilo *que a adicção não é*, talvez *o que ela seja* nos surja com maior clareza.

Talvez haja acordo nos seguintes pontos.

1. A Adicção não é Liberdade.

A própria natureza da nossa doença e os seus sintomas apontam para este facto. Nós, adictos, damos grande valor à liberdade individual, talvez porque a queiramos tanto e a sintamos tão pouco ao longo da progressão da nossa doença. Mesmo em períodos de abstinência, a liberdade é limitada. Nunca sabemos ao certo se determinada atitude é baseada num desejo consciente de prosseguir na recuperação, ou numa vontade inconsciente de voltar a usar. Tentamos manipular pessoas e situações e controlar todas as nossas acções, destruindo assim a espontaneidade, um sinal de liberdade. Não conseguimos compreender que a necessidade de controlar advém de um receio de perder o contróle. Esse receio, baseado em parte em falhanços do passado e em frustrações na resolução dos problemas do dia-a-dia, impede-nos de tomar decisões com sentido; decisões que, se levadas avante, poderiam remover esse mesmo receio que nos bloqueia.

2. A Adicção não é Crescimento pessoal.

O dia-a-dia de quando usamos drogas, uma rotina monótona, ritual, compulsiva e obsessiva, torna-nos incapazes de pensar e de agir com direcção e sentido. O crescimento pessoal implica esforço criativo e atitudes com sentido; pressupõe escolha, mudança e a capacidade para enfrentar a vida tal como ela é.

3. A Adicção não é Boa Vontade.

A adicção isola-nos das pessoas, dos lugares e das coisas que estão fora do nosso mundo da procura e do uso de drogas, e do encontrar meios e maneiras de continuar a usá-las. Hostis, ressentidos, egoístas, preocupados unicamente com nós mesmos, afastamo-nos de quaisquer interesses externos, à medida que a nossa doença progride. Vivemos com medos e suspeitas das próprias pessoas de quem dependemos para as nossas necessidades. Isto atinge todas as áreas da nossa vida, e tudo o que não lhe seja familiar é imediatamente estranho e perigoso. O nosso mundo vira mais pequeno e o isolamento torna-se como que uma meta. Esta poderá bem ser a verdadeira natureza da nossa doença.

Tudo o que foi dito acima poderá resumir-se a...

4. A Adicção não é um Modo de Vida.

O mundo doente, egoísta e fechado do adicto não pode, praticamente, ser considerado como um modo de vida. Será, na melhor das hipóteses, uma maneira de sobreviver durante uns tempos. É, na sua existência limitada, um caminho de desespero, de destruição e de morte.

Qualquer modo de vida que procure uma realização espiritual, exige exactamente tudo aquilo que falta na adicção: *liberdade, boa vontade, acção criativa e crescimento pessoal*.

Com liberdade, a vida torna-se num processo que avança e se transforma com sentido. Olha-se para a frente, na procura de uma maior e mais rica realização dos nossos desejos e de nós mesmos. Essas são algumas das manifestações evidentes do progresso espiritual que resulta da prática diária dos Doze Passos de NA.

A boa vontade é uma acção que inclui outras pessoas além de nós mesmos, um caminho que considera os outros tão importantes nas suas vidas como nós próprios nas nossas. É difícil dizer se a boa vontade é a chave para o entendimento, ou vice-versa. Se aceitarmos o entendimento como a capacidade para nos vermos nos outros, sem perdermos a nossa própria identidade, então veremos nele uma semelhança com a boa vontade. Se nos tivermos aceite a nós mesmos, como é que podemos rejeitar os outros? O afecto resulta de vermos semelhanças. A intolerância resulta de diferenças que não queremos aceitar.

No crescimento pessoal usamos tanto a liberdade como a boa vontade na colaboração com os outros. Compreendemos que não conseguimos viver sozinhos, que o crescimento pessoal é também inter-pessoal. A fim de encontrar um maior equilíbrio, examinamos valores pessoais, sociais e espirituais, bem como valores materiais. A maturidade parece exigir este tipo de avaliação.

Na adicção activa, a insanidade, os hospitais e a morte são os únicos fins. Na recuperação, através da ajuda de um Poder Superior e dos Passos de NA, tudo é possível.

A acção criativa não é algo de misterioso, embora seja um esforço interno de recons-

trução ou de reintegração das nossas personalidades fragmentadas e em desordem. Por vezes significa, apenas, ouvir aqueles sentimentos intuitivos que julgamos irão ajudar outros ou nós mesmos, e actuar neles espontaneamente. É aqui que se tornam evidentes muitos princípios básicos de acção. Somos então capazes de tomar decisões baseadas em princípios que têm um valor real para nós.

O objectivo dos Doze Passos de Narcóticos Anónimos torna-se claro à medida que sentimos que a dependência num Poder Superior, tal como O compreendemos, traz-nos confiança e um respeito por nós mesmos. Vemos que não somos melhores nem piores do que ninguém. O nosso verdadeiro valor está em sermos nós próprios. A liberdade, trazendo consigo a responsabilidade por nós e pelas nossas acções, torna-se importantíssima nas nossas vidas. Mantemos e aumentamos essa liberdade através de uma prática diária—é esta a acção criativa que não tem fim. A boa vontade é evidentemente o início de todo o crescimento espiritual. Conduz ao afecto e ao amor em todas as nossas acções. Estes três objectivos, *liberdade, acção criativa e boa vontade*, quando ao serviço de NA, sem procurarem recompensas pessoais, trazem consigo mudanças cujos fins não podemos prever ou controlar. Assim, o serviço é também um Poder superior a nós mesmos, tendo um significado especial para todos.

**A minha gratidão fala...
Quando me interesso
E quando partilho
Com os outros
O caminho de NA**

Copyright © 1994 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Todos os direitos reservados

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
T 818.773.9999
F 818.700.0700
Website: www.na.org

World Service Office—CANADA
Mississauga, Ontario

World Service Office—EUROPE
Brussels, Belgium
T +32/2/646 6012

World Service Office—IRAN
Tehran, Iran
www.na-iran.org



Tradução de literatura aprovada pela
Irmandade de NA.

Narcotics Anonymous, , , , e The NA Way

são marcas registadas de

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 9781557760678 Portuguese 4/22

WSO Catalog Item No. PO3105



Narcotics Anonymous®
Narcóticos Anónimos

IP N° 5-PO

**Uma outra
Perspectiva**