



## Uma outra perspectiva

Tradução de literatura aprovada pela Irmandade de NA.

Copyright © 1993 by  
Narcotics Anonymous World Services, Inc.  
Todos os direitos reservados.

Provavelmente existem tantas definições de adicção quanto maneiras de pensar, fundamentadas em pesquisas e experiências pessoais. Não admira que existam muitas áreas de honesta discordância nas definições que ouvimos. Algumas parecem adequar-se melhor aos fatos conhecidos e observados para certos grupos, do que para outros. Se pudermos aceitar isso como fato, então talvez se deva examinar uma outra perspectiva, na esperança de que se descubra um caminho mais básico para todas as adicções, e mais eficaz no estabelecimento da comunicação entre nós todos. Se pudermos chegar a um maior acordo sobre *o que não é adicção*, então o que *ela é* talvez nos surja com maior clareza.

Talvez possamos concordar em alguns pontos principais.

### 1. Adicção não é liberdade

A própria natureza da nossa doença e de seus sintomas observados acentuam esse fato. Nós, adictos, valorizamos muito a liberdade pessoal, talvez porque a queiramos tanto e a experimentemos tão pouco na progressão da nossa doença. Mesmo em períodos de abstinência, a liberdade é restrita. Nunca temos certeza se determinada atitude é baseada no desejo consciente de recuperação contínua ou numa vontade inconsciente de voltar a usar. Tentamos manipular pessoas e situações e controlar todas as nossas ações e, assim, nós destruimos a espontaneidade, uma característica integrante da liberdade. Não conseguimos compreender que a necessidade de controlar tem origem no medo de perder o controle. Esse medo, baseado em parte nos fracassos do passado e frustrações nas soluções das dificuldades da vida, nos impede de fazer escolhas significativas; escolhas estas que, se levadas avante, eliminariam o próprio medo que nos bloqueia.

### 2. Adicção não é crescimento pessoal

As rotinas monótonas, imitativas, ritualísticas, compulsivas e obsessivas da adicção ativa nos tornam incapazes de pensar e agir de forma adequada e sensata. Crescimento pessoal é esforço criativo e comportamento consciente; pressupõe escolha, mudança e capacidade para encarar a vida como ela é.

### 3. Adicção não é boa vontade

A adicção nos isola de pessoas, lugares e coisas que estejam fora do nosso próprio mundo — obter, usar e descobrir maneiras e meios de continuar o processo. Hostis, ressentidos, egocêntricos, egoístas, nós nos afastamos de todos os interesses externos, à medida que a nossa doença progride. Vivemos com medo e suspeita das próprias pessoas de quem temos que depender para nossas necessidades. Isto atinge todas as áreas de nossas vidas e qualquer coisa que não seja absolutamente familiar torna-se estranha e perigosa. Nosso mundo encolhe até o isolamento. Esta pode muito bem ser a verdadeira natureza do nosso distúrbio.

Tudo que acima foi dito poderia resumir-se em que...

#### **4. Adicção não é uma maneira de viver**

O mundo doente, interesseiro, egocentrado e fechado do adicto dificilmente se qualifica como uma maneira de viver. Na melhor das hipóteses, talvez seja uma maneira de sobreviver temporária. Mesmo nessa existência limitada, é um caminho de desespero, destruição e morte. Qualquer estilo de vida que busque uma realização espiritual parece exigir exatamente aquilo que falta na adicção: *liberdade, boa vontade, ação criativa e crescimento pessoal*.

Com liberdade, a vida é um processo que avança e se modifica com sentido. Olha-se para frente com uma expectativa razoável de melhor e mais rica realização dos nossos desejos e um maior preenchimento do nosso eu individual. Essas são, naturalmente, algumas das manifestações do progresso espiritual que resulta da prática diária dos Doze Passos de NA.

Boa vontade é uma ação que inclui outras pessoas além de nós mesmos — uma maneira de considerar os outros tão importantes nas suas vidas quanto nós na nossa. É difícil dizer se a boa vontade é a chave para a empatia, ou vice-versa. Se aceitarmos a empatia como a capacidade de nos vermos-nos outros de forma compreensiva, sem perdermos nossa identidade, então reconhecemos uma igualdade. Se tivermos nos aceitado, como podemos rejeitar os outros? A afeição vem de enxergarmos as semelhanças. A intolerância resulta das diferenças que não queremos aceitar.

No crescimento pessoal, usamos tanto a liberdade quanto a boa vontade, em cooperação com os outros. Compreendemos que não podemos viver sozinhos; que o crescimento pessoal é também interpessoal. A fim de encontrar um maior equilíbrio, examinamos valores pessoais, sociais e espirituais, bem como valores materiais. A maturidade parece exigir esse tipo de avaliação.

Na adicção ativa, insanidade, instituições e morte são os únicos finais. Na recuperação, através da ajuda de um Poder Superior e dos passos de NA, tudo é possível.

A ação criativa não é um procedimento misterioso, embora seja um trabalho interno na reconstrução ou reintegração das nossas personalidades fragmentadas e em desordem. Geralmente, significa apenas escutar aqueles pressentimentos e sentimentos intuitivos que pensamos poder ajudar os outros ou nós mesmos, e agir sobre eles espontaneamente. É aqui que muitos princípios básicos de ação se tornam evidentes. Somos então capazes de tomar decisões fundamentadas em princípios que têm um valor real para nós.

O propósito dos Doze Passos de Narcóticos Anônimos torna-se claro, à medida que descobrimos que a dependência de um Poder Superior, tal como cada um de nós O compreende, nos traz auto-respeito e autoconfiança. Sabemos que não somos nem superiores nem inferiores a ninguém; nosso verdadeiro valor está em sermos nós mesmos. A liberdade com responsabilidade, conosco e com nossas ações, torna-se importantíssima em nossas vidas. Mantemos e expandimos essa liberdade pela prática diária — esta é a ação criativa que não tem fim. Boa vontade é, evidentemente, o início de todo crescimento espiritual. Conduz ao afeto e ao amor em todas as nossas ações. Essas três metas — *liberdade, ação criativa e boa vontade* — quando aplicadas ao serviço na Irmandade, sem busca de recompensas pessoais, trazem consigo mudanças, cuja extensão não podemos prever ou controlar. Portanto, o serviço também é um Poder maior do que nós, e tem um significado especial para todos.

**Minha gratidão fala...  
Quando eu me importo  
E quando compartilho  
Com os outros  
O caminho de NA**