



SÓ POR HOJE

Saiba o
que ocorre
por trás
das portas
de um
grupo
anônimo

por
Bruna Lucena
Celeste Garcia
Luciana Reis
Maitê Freitas
Viviane Laubé

Mulheres, homens, jovens, velhos, brancos, negros, japoneses... seres humanos demais, pessoas que por motivos variados desenvolveram compulsões, patologias na vida cotidiana e que hoje deixam de lado a identidade, em busca da cura e de melhor qualidade de vida nas relações.

Quem são? Onde moram? O que fazem? Nada se pode saber sobre os frequentadores das reuniões dos grupos anônimos, a única informação compartilhada é o que os fazem estar ali: a compulsão, o vício, as neuroses e o amor em demasia pelo outro.

Em São Paulo, existem mais de cinquenta núcleos centrais dos Anônimos, cada uma deles com pelo menos oito subgrupos que desenvolvem reuniões para tratar das diferentes patologias individuais. O que os grupos têm em comum?

São todos regidos e organizados pela ética do anonimato. Assim como numa terapia comum, tudo o que é relatado nos encontros fica no encontro. As pessoas não mantêm vínculos fora dali e, principalmente, não trocam informações sobre sua identidade.

Na busca para melhor compreender os grupos dos anônimos, a equipe de reportagem visitou diferentes reuniões, colheu histórias e até foi expulsa de um encontro após se identificar. Mulheres que amam demais, devedores anônimos e comedores anônimos contam suas histórias na reportagem.

Sem centavo...

O clima é sóbrio. Cadeiras de plástico dispostas em semicírculo, uma mesa de madeira maciça no centro e um relógio pregado na parede. Sobre a escrivaninha repousam apostilas, fichas e papéis aleatórios. Sobre as cadeiras repousam homens, mulheres e compulsões. No relógio,

pendem os 120 minutos que conduzem a reunião.

É assim que se dispõe a sala dos devedores anônimos. Todos os sábados, das 16h às 18h, em uma antiga sala da Igreja de Santa Ifigênia, um grupo com menos de vinte pessoas se reúne para relatar experiências individuais em um confessionário coletivo. Nesses encontros, ao menos uma vez por semana a palavra se faz fato. Graças às reuniões do DA, a “teoria” dos 12 passos vira “prática” exposta em relato.

Quem inicia a reunião é o coordenador escolhido, pelo próprio grupo semanalmente. O responsável deve organizar os nomes, chamar pela pessoa e marcar o tempo do relato - “quatro minutos, mais um”, eis uma das regras da irmandade. Ele senta na cadeira, lê o prefácio expondo os objetivos do grupo e depois convida a todos para ficarem de pé e rezar a Oração da Serenidade. Após o ritual, o coordenador chama cada um dos inscritos para fazer suas partilhas, ouvidas em silêncio por todos:

“Meu nome é G. e comecei a me endividar aos 14 anos, ao receber meu primeiro salário. Comecei a gastar contando com esse dinheiro e, como obviamente minha renda era muito pequena, já contraía dívidas. [...] Conforme você vai crescendo, vai ganhando mais e seu padrão de gastos aumenta. Cresci e, junto com meu salário, minha compulsão também aumentou. [...] O fundo do poço foi quando me envolvi com um agiota, dever para ele é pagar juros altíssimos. [...] Durante o casamento, minha ex-esposa começou a achar que tinha amante e outros filhos, já que eu não conseguia provar onde esse dinheiro ia parar. Foi a partir desse momento que decidi mudar. [...]”

“Me chamo M. e comecei a perceber que era um DA há uns dez anos. [...] Aparelho de televisão, rádio, câmera fotográfica, ia no supermercado e fazia compras grandes...comprava, comprava e, quando chegava em casa, às vezes nem tinha lugar para colocar aquilo

tudo que comprei. Era uma coisa que se repetia no dia-a-dia. [...] Depois de conhecer o DA, aprendi a viver sem cheque especial, sem cartão de crédito e a usar somente o que tenho. O grupo faz com que a gente supere a doença [oniomania] e consiga ter uma relação saudável com o dinheiro. “

Quem ama, (se) cuida

Pense no que você mais ama. Lembre de quantas foram as vezes que você sofreu antecipadamente ao pensar em terminar um relação ou ao estar longe de quem você ama. Se você, só de lembrar, já quis chorar, berrar ou ainda parar de ler esta reportagem, fique tranqüila. Você está longe de ser um MADA - Mulheres que Amam Demais Anonimamente.

Segundo a psicóloga Maria da Glória Pereira, a patologia do amor em demasia é diagnosticada e configurada em um quadro cheio de especificidades: “todos amam demais alguma coisa, alguém. No entanto, as MADAS são aquelas que deixam de lado o seu amor próprio em detrimento do outro, são capazes de cometer o autoflagelo inconscientemente ou ainda ferir o outro para ter certeza deste amor.”

As MADAS amam não somente seus maridos ou filhos, amam e desenvolvem traços de neuroses e de dependência por todo e qualquer tipo de relação, diz a psicóloga. “São mulheres que desenvolvem dependência pelo chefe, pelo pai, pela mãe... por tudo que de alguma forma pode demandar um exercício afetivo. Elas estabelecem uma relação de dependência, de autoanulação. Amar todos nós amamos, o que está em jogo no MADA é a relação que se estabelece com o objeto da afeição”

Nas reuniões, mulheres de perfis diferentes, classes sociais, idades, profissão distintas se reúnem frente a frente para compartilhar as angústias desse sentimento em demasia.

Altas, magras, gordas, loiras, morenas, negras se reúnem na sala apertada da igreja no bairro dos Jardins para trocar confidências. Algumas deixam transparecer o constrangimento, o nervosismo de estar ali. Nenhuma palavra, o silêncio e a tensão são quebrados com as poucas conversas do corredor.

A sala que antes havia servido para a reunião dos comedores anônimos, aos poucos, vai ganhando novas cores. A toalha rosa e os enfeites na parede dão o tom que o encontro tem outro perfil: o feminino. A coordenadora da reunião, ao contrário do que se imagina, não é uma psicóloga e sim uma MADA.

“Faz parte do processo de cura os anônimos em tratamento coordenarem a reunião, todas as que quiserem podem ter esta experiência”, explica uma anônima.

Na abertura do encontro, mesmo não sendo um grupo religioso, todas oram e clamam por serenidade:

Deus, dai-me a serenidade para aceitar as coisas que eu não posso mudar, coragem

para mudar as coisas que eu possa, e sabedoria para que eu saiba a diferença: vivendo um dia a cada vez, aproveitando um momento de cada vez; aceitando as dificuldades como um caminho para a paz...

A orientadora do encontro das instruções, distribui a apostila com um dos doze passos: a sessão está aberta. No conteúdo estudado, textos sobre a dependência nos relacionamentos e paradigmas da “mulher inteligente” e da “mulher não inteligente” acompanham a reflexão do dia, que serve como meditação para a semana até o próximo encontro.

Sentadas lado a lado, bem em frente à responsável da reunião, as MADAS dão seus depoimentos. Algumas frequentam o grupo há anos e, assim como dependente químico, já tiveram uma recaída e hoje estão de volta às reuniões, “reaprendem tudo o que esqueceram”, afirma uma

MADA.

Para outras frequentadoras, a dependência de relacionamentos faz parte de suas vidas, mas por uma jornada de reconstrução emocional continuam indo ao MADA. Leticia demorou cinco meses para se libertar de um relacionamento destrutivo, no primeiro semestre desse ano. No entanto, seu sofrimento agora está justamente na estabilidade. Seus relacionamentos familiares estão estáveis, suas amigas também e tem conhecido novos homens. Mas essa tranqüilidade lhe causa um estranhamento, como se tudo estivesse perfeito e nada mais a interes-



sasse na vida.

Segundo a psicóloga, os dozes passos que orientam os encontros dos anônimos possibilitam àqueles que estão em estado de patologias, vícios e compulsões, que encontrem um norte, uma bússola, para reconstruir suas vidas, relações e sentimentos. Além dos doze passos, o grupo também segue o paradigma como um mantra, orienta e equilibra as ações e escolhas dos anônimos: só por hoje.

“Para o anônimo, dizer ‘só por hoje, não vou fazer isso ou aquilo’, significa uma grande vitória, um passo a mais sendo dado rumo à independência e cura”, explica a psicóloga da Glória Pereira.

Quem são vocês?

Na primeira tentativa de aproximação com o grupo das MADAS, a equipe de reportagem se deparou com um conflito ético. Sem saber muito bem como se portar, sentadas juntos às MADAS e a fim de conhecer as histórias e a dinâmica do grupo, a equipe se manteve em silêncio. No entanto, nos primeiros cinco minutos antes do início do encontro, a orientadora da reunião questiona se havia a presença de jornalistas na sala. Em busca de uma atitude ética, nossas jornalistas se identificaram. E qual foi surpresa? F o m o s mandadas e m b o r a da reunião, numa escolha democrática entre as MADAS

todas pediram para que saíssemos da sala. Em respeito a elas, saímos.

Espantadas com a recepção do grupo, na porta dos fundos da Igreja — que serve como local do encontro —, nossa equipe pode trocar informações com duas comedoras compulsivas anônimas que, mesmo sabendo da identidade do grupo de jornalistas, falaram sobre suas experiências e explicaram o funcionamento do grupo.

“Tem certas coisas que eu não poderia nem falar. Na verdade eu só posso contar o que se refere a mim e mais nada do que acontece no grupo.

Se eu encontro por acaso algum dos anônimos, não devo identificar de onde nos conhecemos.” O participante escolhe se quer ou não se identificar e tal atitude pode levar meses, encontros, podendo até optar por usar um apelido.

O respeito ao próximo é imprescindível. “Não falamos exatamente o nome da comida.

Explicamos como ela é. Aquilo que comemos e é gelado. Não falamos exatamente que é sorvete”.

Quando questionadas sobre a essência dos encontros e seus resultados, as duas afirmam que os grupos não estão relacionados à religião, mesmo que eles se reúnam nos fundos de uma igreja havendo, inclusive em cada reunião, a oração da serenidade. E também não é um grupo de educação alimentar, é de ajuda através do coletivo, da terapia de grupo.

“Não fazemos aqui educação alimentar, nem passamos por dietas mirabolantes. Nossos encontros, assim como os demais funcionam a partir da percepção de cada pessoa de que existem outros que passam pelos mesmos problemas.” E é dessa forma que os encontros funcionam, um ajudando o outro, desabafando sobre suas dificuldades e buscando ajuda com pessoas que enfrentam as mesmas situações.

Elas garantem que os encontros já trouxeram resultado positivo a elas. De nada havia adiantado se houvessem seguido às dietas. Ali, através das conversas, dos desabafos, um escuta e compreende o outro. Este, por sua vez, se sentirá mais motivado a procurar o controle de sua compulsão, após ser ouvido e percebido que não está sozinho com sua compulsão.

Encontros femininos

Na Igreja dos Jardins, mulheres se encontram anonimamente para compartilhar angústias, neuroses causadas pelo excesso de paixão e amor. Em um bairro próximo à reunião dos anônimos acontece, mensalmente, um encontro só de mulheres, bate-papo entre amigas.

Sem perguntas e sem conselhos, mulheres se encontram, revelam e trocam experiências em comum: o universo feminino. Coordenado pela psicoterapeuta norte-americana Sukie Miller, o Grupo de Amigas se apresenta como uma alternativa para resgatar as relações e o prazer da amizade.

Os encontros do Grupo acontecem uma vez por mês e têm duração de duas horas. Cada ciclo dura seis meses, no primeiro encontro as mulheres decidem pela continuidade ou não da reunião.

O que se discute e se divide nas reuniões? A experiência feminina: “não há temas específicos, os encontros são conduzidos de forma livre. O que se procura é estimular e dividirmos os sentimentos e as referências do universo feminino”, explica a psicoterapeuta. Mesmo sendo um encontro e um bate-

papo, cinco regras norteiam as reuniões. A primeira: não são feitas perguntas. Para Sukie Miller, as relações cotidianas estão condicionadas e estruturadas em perguntas e respostas, impossibilitando, assim, uma aproximação real e verdadeira entre os indivíduos.

Segunda regra: sem conselhos. “Ouvimos muitos conselhos no dia-a-dia sem pedir. Aqui não julgamos as histórias contadas. O aprendizado pode se dar pelo exemplo, você pode aprender com a minha experiência”. Terceira: a participante fala em primeira pessoa. Tudo que é relatado no grupo, diz respeito àquelas pessoas, sem generalizações. Quarta: “ouvimos profundamente e só falamos o que realmente importa. Não temos tempo de jogar conversa fora”. Última regra: o segredo, o que é dito no grupo permanece ali.

Embora as reuniões sejam coordenadas pela psicoterapeuta, Sukie Miller diz que os encontros não é um grupo de terapia. “Você não vem com uma questão a ser discutida, solucionada. A idéia do grupo é resgatar o laço da amizade. Quando buscamos a empatia e a afinidade, encontramos o prazer de dividirmos os sentimentos, as nossas experiências de vivência do feminino, despertar nossa intuição”.

A primeira experiência com o grupo surgiu nos anos 80, na Califórnia, onde a psicoterapeuta convenceu líderes de gangues a ensinar meninos de rua a ler. Nos últimos trinta e cinco anos, Sukie se dedicou a desenvolver atendimentos com pacientes em fase terminal. Muitos dos grupos criados por Sukie desenvolvem até hoje atividades e laços da amizade permanente.

Segundo Sukie, o resgate da amizade aparece como alternativa viável e essencial nos dias de hoje. “As relações estão cada vez mais virtualizadas, efêmeras. A conversa e o olhar apresentam um conforto, aquele mesmo de quando éramos adolescentes, quando passávamos horas conversando. O Grupo de Amigas é um lugar de reencontro com o prazer de nos conectarmos e estarmos

