

Entendendo a Dependência Afetiva

Ando à procura de alguém...

***que preencha os vazios da minha vida,
que mate minha fome de intimidade,
que me transmita segurança,
que tire meu pânico da solidão,***

Ando à procura... do amigo ideal!

I - Introdução

Difícilmente alguém, quando criança, não terá lido a estória do “Pequeno Príncipe”, de Antoine de Saint-Exupère!

E dificilmente alguém não terá sonhado estar no papel do príncipe ou da raposinha quando ambos estabeleceram platonicamente seu compromisso de amizade:

***“Mas, se tu me cativas, nós teremos necessidade um do outro.
Serás para mim único no mundo. E eu serei para ti única no mundo.....
A raposa calou-se e observou por muito tempo o príncipe:
- Por favor... cativa-me! – disse ela.” (1)***

Amizades que cativem e que nos transmitam a sensação de que somos únicos no mundo!

É quase impossível falar sobre dependência afetiva (emocional), sem adentrar no campo das amizades, uma vez que a dependência afetiva, no contexto da homossexualidade especialmente, constitui-se entres outras coisas, na corrupção do afeto natural entre amigos.

Em um dos eventos promovidos pelo EXODUS, (2) John Smid, proferiu um testemunho onde esclareceu que mesmo depois de encerradas as práticas homossexuais, passara grande parte de sua vida *em busca de um amigo ideal!*

Alguém que lhe demonstrasse amor, que lhe desse valor, que fosse significativo para ele... John estava atrás de uma intimidade perfeita!

No entanto, assim como a raposinha na saga de nosso herói infantil, John decepcionou-se por várias vezes em seus relacionamentos, pois estes não tinham o poder de, por mais intensos que fossem, suprir de forma perfeita ou ideal sua carência, que tinha um contexto muito mais amplo do que o associado à uma modesta amizade;

***“Assim o pequeno príncipe cativou a raposa. Mas, quando chegou a hora da partida, a raposa disse:
- Ah! Eu vou chorar.
- A culpa é tua – disse o príncipezinho. – Eu não queria te fazer mal; mas tu quiseste que eu te cativasse...
- Quis – disse a raposa.
- Mas tu vais chorar! – disse ele.
- Vou – disse a raposa.***

- Então, não terás ganho nada!
- Terei, sim – disse a raposa – por causa da cor do trigo.”(1)

Um dia porém, John deparou-se com o capítulo 15 do Evangelho de João. À medida que o lia, compreendeu que o amigo fantástico que buscava, que seria eternamente Único (especial) para si, e que o tornava único (especial) para Ele, era Jesus!

Alguém que jamais o abandonaria ou o decepcionaria, que sempre o conheceria, que sabia de todos os detalhes de sua vida, que se importava com tudo o que John se interessava, e, talvez o mais importante: *Alguém que o escolhera para ser seu amigo!*

John concluiu que, a partir desta descoberta, (de que Jesus era o Amigo modelo que ele procurava incansavelmente nos seres humanos), é que finalmente iniciou-se o processo de libertação do vício ou do ciclo da dependência afetiva.

Algo semelhante ocorreu com a mulher samaritana que parecia preencher o vazio de seu coração com relacionamentos, (João 4), até o dia em que Jesus à encontrou a beira do poço, e a amou, e Seu amor, diferentemente de todos os outros amores que experimentara, saciou a sua sede.

Aquela mulher não possuía valor algum em si, mas o amor de Jesus teve o poder de lhe *conferir valor*, pois vemos ato contínuo à conversa, ser confiado àquela ex-pecadora sexual a proclamação da mensagem de boas novas para sua cidade.

O amável ato de Jesus, de nos escolher para sermos seus amigos, tem o poder de nos valorizar, (vs. 13-16). André Comte-Sponville, em “Pequeno Tratado das Grandes Virtudes”, trata melhor deste assunto:

“A *agapé* é um amor criador. O amor divino não se dirige ao que já é em si digno de amor; ao contrário, ele toma como objeto o que não tem nenhum valor em si e lhe dá um valor. A *agapé* nada tem em comum com o amor que se funda na constatação do valor do objeto a que se dirige, (como faz erôs, mas como também faz philia, quase sempre). A *agapé* não constata valores, cria-os. Ela ama, e, com isso, confere valor. O homem amado por Deus não tem nenhum valor em si; o que lhe dá um valor é o fato de Deusamá-lo. A *agapé* é um princípio criador de valor.” (12)

Em Jesus encontramos nosso verdadeiro senso de ser e de pertencer e não nas pessoas, e nossa dependência deve estar nEle. É por isto que o amor de todo o nosso coração, toda a nossa alma e toda a nossa força, deve estar direcionado a Ele, que jamais nos abandonará, tal como sua palavra nos assegura em João 10. 26-29 e Mat. 22.36.

No entanto, Deus nos fez seres sociais e relacionais, e há uma sede afetiva natural em nosso coração pelo outro. O próprio Deus é relacional, e a bíblia é um livro sobre relacionamentos. Os Drs. Henry Cloud e John Townsend esclarecem muito bem a tônica desta questão ao abordarem o assunto no livro “Limites” (3):

**“...para nós, a Palavra de Deus é um livro realista sobre os relacionamentos. O relacionamento de Deus com as pessoas, das pessoas com Deus e das pessoas entre si. As escrituras falam de um Deus que criou o mundo, colocou pessoas para povoá-lo, relacionou-se com elas, perdeu esse relacionamento e continua tentando recuperá-lo.....
Quando um intérprete da lei perguntou a Jesus qual era o grande mandamento, Jesus respondeu: Amarás o Senhor teu Deus de todo o teu coração, de toda a tua alma e de todo o teu entendimento. Este é o primeiro grande mandamento. O segundo, semelhante a este, é: Amarás o teu próximo contra ti mesmo.
Destes dois mandamentos depende toda a lei e os profetas” (Mt 22:37-40). A Bíblia inteira transmite a mensagem do amor. “Amar a Deus e amar o próximo como a si mesmo.”**

Necessitamos contudo, aprender a distinguir nossa sede de Deus, da sede pelo outro. Ambas são legítimas, porém, com acepções diversas.

A importância de tratar sobre este assunto está então, em provocar, naquele que está saindo da prática da homossexualidade, ou, que ainda enfrenta lutas com suas emoções homossexuais, algumas reflexões sobre determinados conceitos cristãos na área dos relacionamentos, o que certamente lhe será útil na nova estrada que ora se apresenta, alertando-o especialmente sobre as possibilidades de incorrer nos extremos da dependência emocional ou do afastamento defensivo, corrompendo por consequência o relacionamento com Jesus e com amizades potencialmente promissoras.

II) Dependência afetiva – o que é?

“Durante a maior parte do tempo sinto-me solitária e perdida, nem mesmo sei do que sinto falta.”(10)

Dependência: em latim *adictere* – estar preso, escravizado.

É a condição resultante quando a constante presença e carinho de outra pessoa, são considerados necessários para a nossa segurança pessoal. Em outras palavras, quando o nosso valor, paz de espírito, estabilidade interior e felicidade estão ancorados em uma pessoa e na reação dessa pessoa para conosco, estamos emocionalmente dependentes. (9)

Starla Allen e Patrícia Allan, no livro “Compreendendo as Raízes do Lesbianismo” (5) esclarecem ainda que: *Essa dependência é o que acontece quando uma pessoa pensa que a presença e/ou o cuidar que a outra pessoa lhe dispensa são necessários para sua segurança pessoal. Em outras palavras o sentimento é, sem você eu morro. A mulher que tem essa dependência não se sente competente com sua estrutura emocional para cuidar de si mesma. Basicamente, é a perda de sua própria identidade.*

Encontramos na literatura conceitos sobre dependência afetiva com outros títulos: dependência emocional, dependência de vínculo, dependência patológica ou simbiótica com o outro, dependência interpessoal, e comportamento adictivo;

Em síntese, resume-se na frase:

Quero sua vida, para que eu possa viver!

Já a co-dependência se revela quando a pessoa precisa que alguém necessite dela para sentir-se valiosa.

A co-dependência é o vício da aprovação. O co-dependente fará praticamente qualquer coisa para obter aprovação. O co-dependente pode emaranhar-se com pessoas que precisam dele desesperadamente, permitindo que se sinta necessário.

Mark R. Lasser em “O Pecado Secreto – Curando as feridas do vício sexual” (11) traz boas definições acerca do assunto:

“Co-dependência é estar viciado em aprovação e quaisquer comportamentos que têm o propósito de conseguir reconhecimento.....

A co-dependência originalmente se referia a pessoas num relacionamento significativo com um alcoólico.

O alcoólico é dependente do álcool, e o co-dependente é dependente do alcoólico.

O vínculo de um co-dependente com a aprovação e sua necessidade dela é tão incontrolável que não pode ir embora ou tomar conta de si mesmo, a despeito da bebida e das condutas abusivas que acompanham o alcoolismo.

A co-dependência é freqüentemente usada para descrever alguém viciado em outra pessoa.

A maioria dos co-dependentes foi abandonada quando criança, tendo crescido com o medo mortal de serem deixadas novamente.

Os co-dependentes sacrificarão totalmente suas necessidades e interesses, se essa for a condição para agradar a pessoa de cuja aprovação depende desesperadamente.....

Os co-dependentes ficam tão receosos de que alguém os deixe, que acabam desenvolvendo grandes ansiedades. Preocupados com o que devem fazer para manter a aprovação dos outros, negligenciam outros assuntos importantes da vida.....

Os viciados em sexo acreditam que um meio de obter aprovação é através da atividade sexual.

Podem pensar que as pessoas que desejam fazer sexo com eles devem gostar deles. Para que os viciados em sexo alcancem cura, precisam aprender como obter aprovação de maneiras saudáveis.

Os co-dependentes de viciados em sexo ouviram o mandamento: Amarás o teu próximo (Lv. 19.18). Mas nunca ouvem a segunda parte da passagem, como a ti mesmo porque não sabem como amar a si mesmos. Os co-dependentes na igreja têm retraduzido este versículo assim:

Ame os outros porque você os terá amando você. Contudo, como os viciados em sexo não amam a si mesmos, são incapazes de amar os outros.

Em vez de amá-los, fazem coisas para eles esperando que os amem. Outros precisam amá-los porque eles não conseguem amar a si mesmos.....

Pastores viciados podem ver os aspectos de sua própria ferida na pessoa que procuram ajudar. Certos membros de suas congregações podem ter histórias de abuso sexual semelhantes às suas.

Os pastores que descobrem essa semelhança podem identificar-se profundamente com esses membros. Cuidar dessas pessoas pode ser um meio vicário de tentar cuidar de si mesmos.” (11)

Melody Beattie, na obra *‘Co-dependência, Pare de controlar os outros e cuide de você mesmo’*, Ed. Nova Era, ensina que:

‘Co-dependente é uma pessoa que tem deixado o comportamento de outra afetá-la, e é obcecada em controlar o comportamento dessa outra pessoa.’

Na verdade, tanto o dependente quanto o co-dependente vivem a relação da dependência afetiva.

Quase invariavelmente, os relacionamentos de dependência afetiva começam com duas pessoas envolvidas se sentindo muito bem, mas com o passar do tempo, um dos parceiros, sente-se cada vez mais dependente do cuidado e apoio do outro gerando uma forma adoecida de relacionar-se.

O parceiro “carinhoso, doador”, sente-se culpado e responsável pelo necessitado, mas desfruta da satisfação de ser o solucionador de problemas, o “herói” do outro. Os elogios e as lisonjas, em geral, lhe parecem ótimos.

A combinação básica parece ser a do indivíduo que aparenta “ter tudo”, e, um que necessita de atenção, proteção, e da fortaleza que o outro lhe oferece.

É o exemplo das relações distorcidas entre conselheiro e aconselhado, ou seja, de uma pessoa que tem o controle e outra que necessita de direção, (Mat. 15.14)

Outro exemplo que pode tornar-se adoecido é a relação entre mestre e aluno, ou entre cônjuges.

Cabe destacar que as relações dependentes podem dar-se tanto em amigos do mesmo sexo como de sexos opostos, muito embora estejamos focando nas de mesmo sexo, por conta do objetivo deste livro.

Estas relações doentias incluem, geralmente, uma pessoa que aparenta ser forte, e outra que se mostra fraca. Na verdade ambas estão na condição de dependentes. A pessoa “forte” possui uma profunda necessidade de ser necessitada pelo outro.

Em várias ocasiões a pessoa que parece ser mais débil controla a relação.

Isto se vê claramente em relações entre um dependente químico e o que busca ajudá-lo, onde este último acaba por ser controlado pelas trocas abruptas de humor e pelo comportamento abusivo daquele. (Beattie, Melody, Codependant no more San Francisco, California, Harper & Row, 1987, p. 61-68, citado por Lori Rentzel em artigo publicado no site Exodus Latino América).

Estas situações aprendidas, vivenciadas e porque não dizer também, escolhidas por nós ao longo da vida necessitam de cura e restauração. Fatores de nossa personalidade, pecados e feridas que nos foram feitas em nosso passado, podem fazer-nos propensos e vulneráveis a estas circunstâncias. Sermos conscientes destes fatores nos ajudam a percebermos o quanto devemos ser cuidadosos, não fóbicos, em nossas relações.

Luiza Helena, em uma de suas palestras feitas para um Congresso do EXODUS, (6) retrata que **“pior que as experiências dolorosas de vida, são as defesas que o indivíduo cria para reduzir o sofrimento e a angústia ao nível mais aceitável.”**

Mário Bergner também contribui esclarecendo em seu testemunho pessoal que:

“Tornara-se evidente para mim que a homossexualidade não passava de uma reação pecaminosa minha aos pecados cometidos contra mim, bem como às feridas que esses pecados provocaram em minha alma. O homossexualismo, portanto, era uma defesa erigida por minha alma para lidar com a dor.”(4)

III) Possibilidades de origem

Para Bowlby, o **comportamento de ligação** é instintivo em seres humanos como em outros mamíferos, durante a infância, e tem como objetivo ou meta a proximidade de uma figura materna. Sua função seria a proteção contra predadores. Manifesta-se especialmente forte durante a infância, quando dirigido para as figuras parentais, porém continua em atividade durante a vida adulta, quando geralmente é dirigido para alguma figura ativa e dominante, muitas vezes uma pessoa da família mas, outras vezes, um patrão ou alguma pessoa mais velha da comunidade. A teoria enfatiza que o *comportamento de ligação* é suscitado sempre que uma pessoa (criança ou adulto) está **doente ou em dificuldades**, e é **muito intenso** quando ela está **assustada ou quando a figura de ligação não pode ser encontrada – ansiedade de separação**. (*Formação e rompimento dos laços afetivos, John Bowlby, Ed. Martins Fontes*)

Donald Woods Winnicott (pediatra e psicanalista inglês), teoriza que o desenvolvimento emocional do indivíduo passa por uma **jornada** de um estado de dependência absoluta (desamparo) e progride, em **condições ambientais favoráveis**, para graus maiores de independência e autonomia, (**dependência absoluta, relativa e autonomia relativa**). A **jornada**, ocorrerá de forma adequada havendo boa sustentação dada pela maternagem. (*A Teoria do Amadurecimento, D. W. Winnicott*).

Para John Bowlby, (psiquiatra e psicanalista inglês), as relações afetivas iniciais são as experiências emocionais mais intensas que alguém pode ter, e a personalidade adulta `resulta´ dessas primeiras ligações.

O referido autor realça a importância de observar se haviam pessoas disponíveis e responsáveis pelas necessidades da criança – não apenas para um cuidado obrigatório - mas também para estabelecimento de uma **relação profunda**.

Só assim, a criança pode desenvolver segurança e auto-estima, sentindo-se amada e necessária, com confiança na vida. Crianças que não tiveram essa experiência, vêem o mundo como desconfortável e perigoso; têm dificuldade em sentir alegria, porque não se sentem a salvo e seguras; consideram-se pessoas incapazes de estima e amor, desenvolvendo ligações de ansiedade e insegurança, procurando de maneira desesperada figuras de ligação; ficam extremamente dependentes dos outros, buscando confirmação de que não serão abandonadas e quando adultas sentem-se ridículas e fracas por serem assim tão dependentes.

A `dependência do vínculo´ serviria então, de acordo com esta teoria, para tamponar a angústia do desamparo.

Neste sentido, vale transcrever o ensino de Stan e Brena Jones, da Ed. United Press em `Como e quando falar de sexo com seus filhos´, que ilustra o presente conceito:

“Muitos problemas, especialmente sexuais, parecem começar quando esta necessidade fundamental não é satisfeita na infância, deixando na criança uma sensação de desamor e de rejeição. Livros sobre vícios sexuais falam a respeito de pessoas que entram na adolescência e na fase adulta com uma fome não satisfeita de qualquer ligação pessoal que comece a satisfazer essa necessidade angustiante que os pais deveriam ter preenchido.”

Importante, porém, entendermos que, apesar da marcante influência que os pais podem ter na vida dos filhos, tanto para o bem quanto para o mal, a palavra final na vida de uma pessoa não está na maneira como seus genitores agiram consigo. A soberania de Deus (graça) e a responsabilidade humana (escolhas) fazem parte deste conjunto e elas sim, são a palavra final em nossa caminhada.

IV) Prováveis indicadores de uma relação de dependência afetiva

“Aqueles que apresentam solução de continuidade em seu desenvolvimento emocional tendem a apresentar um anseio anormal por calor, afeto, aprovação e atenção, o que os leva a busca eterna das satisfações para o coração, tentando obter especialmente o que lhes foi negado em relação ao pai ou à mãe.” (10)

Seguem alguns prováveis indicadores de quando estamos nos tornando emocionalmente dependentes:

- a) *Experimentando ciúmes e possessividade:* desejo de exclusividade com um amigo;

- b) *Preferindo passar tempo a sós com nosso amigo*: ficamos frustrados quando o vemos apenas em grupos ou com outras pessoas presentes;
 - c) *Sentindo raiva ou depressão irracional*: se o nosso amigo se afasta, ainda que um pouco.
 - d) *achando que os outros relacionamentos são aborrecidos e nada interessantes* se comparados a este.
 - e) *experimentamos sentimentos românticos ou sexuais* que nos levam à fantasia acerca desta pessoa.
 - f) *ficamos preocupados* com a aparência, personalidade, problemas e interesses de nosso amigo.
 - g) *recusamo-nos a fazer planos a curto ou a longo prazo*, que não incluam esta outra pessoa.
 - h) *tornamo-nos incapazes de olhar para as falhas do outro* de maneira realista. Não vemos a pessoa como de fato ela é, tão somente da maneira idealizada que fantasiamos.
 - i) *expressamos nosso afeto físico além do que seria apropriado* numa amizade.
 - j) *referimo-nos freqüentemente ao nosso amigo na conversa*; sentindo-nos na liberdade de “falar pelo outro”.
 - l) *exibimos uma intimidade e familiaridade* com este amigo que deixa as outras pessoas embaraçadas e sem jeito em nossa presença;
 - m) *passando dos limites* no relacionamento compreendendo o amigo como um cônjuge;
- (9)

Relacionamentos afetivamente escravizados constituem-se na corrupção das verdadeiras relações que Deus deseja que tenhamos com nossos amigos.

Nossas necessidades de relacionarmos intimamente podem ser satisfeitas de forma legítima com o outro. É importante perceber, porém, quando estamos cruzando a tênue linha para a dependência ou ainda quando estamos indo para o extremo do afastamento defensivo pelo medo de envolver-nos emocionalmente e prejudicarmos uma boa e promissora relação de amizade.

Bill Hernandez (7) chama a atenção para a importância de desenvolvermos relacionamentos interdependentes, e não o egocentrismo dos relacionamentos dependentes, onde se busca a todo tempo que a outra pessoa satisfaça nossa expectativa de segurança e amor, o que gera possessividade e cancela a liberdade que é a base para o amor cristão.

“Colocamos nossas expectativas na outra pessoa do relacionamento e descobrimos depois que a outra pessoa está fazendo a mesma coisa. São como duas pessoas que estão se afogando e tentam usar uma a outra para subir à superfície. É um círculo viciado marcado por um conflito constante. Os elementos destrutivos nesses relacionamentos são a amargura, raiva, e ódio que surgem quando a profunda necessidade de segurança não é encontrada.

A situação é resolvida quando soltamos a relação de dependência quando achamos algo realmente seguro: o Real Salvador, Jesus Cristo.” (7)

Situações como estas podem acontecer com mulheres cristãs, e, até mesmo casadas, que de alguma forma se vêem envolvidas por uma *amizade* aparentemente centrada em Cristo, já que é comum, buscarem realizar atividades cristãs juntas para desfrutarem de tempo comum.

Importante nestas horas avaliar de modo honesto a motivação do coração, com perguntas como esta, por exemplo: “*Como eu me sinto ou ajo se a pessoa não está presente comigo na igreja, em nosso tempo de oração ou leitura bíblica?*”

Na verdade, neste tipo de relacionamento espiritual, quando a pessoa se afasta, nós o indivíduo dependente também se afasta de Deus, ou entra num clima de ansiedade, inquietação, e até mesmo, de angústia pela ausência do outro, evidenciando quem de fato era a razão do ajuntamento.

Amizades que parecem edificantes em princípio, tornam-se destrutivas com o passar do tempo, quando a teia da dependência emocional começa a formar-se.

Se não houver envolvimento físico, pode gerar a aparência de que não é algo pecaminoso ou ilegítimo, mesmo porque, os de natureza idealista podem desejar manter suas relações num plano meramente platônico, romântico ou fantasioso.

V – Manipulação

“Ninguém pode amar uma máscara por muito tempo.” (Cecil Osborne)

Há também o pânico de perder o amigo, o que pode levar ao engendro de ardis, sortilégios e subterfúgios, para aprisioná-lo.

A manipulação constitui-se então no ingrediente chave para *manter* relacionamentos dependentes. Seguem algumas formas mais freqüentes destes enredos emocionais:

- a) Usar as roupas do outro, copiando o seu estilo.**
- b) Utilizar poesia, música ou outros romantismos para provocar reação emocional;**
- c) Ficar olhando de maneira significativa e sedutora, ou recusar-se a manter contato visual para castigar.**
- d) Elogiar, especialmente dizendo: “Você é a única pessoa que me entende”, ou, “Eu não sei o que faria sem você.”**
- e) Paquerar ou implicar; empregando apelidos especiais, falando em uma linguagem codificada que apenas vocês dois entendem.**
- f) Oferecer demasiado afeto físico: abraçar, tocar, esfregar as costas ou o pescoço, fazer cócegas, socar e lutar.**
- g) Combinar finanças e propriedades pessoais; morar junto.**
- h) Enviar cartas e presentes regularmente a uma pessoa sem motivo especial;**
- i) Fazer o outro sentir-se culpado por causa de expectativas frustradas: “Se você realmente me amasse, você...” ou: “Eu ia vê-lo ontem à noite – mas fiquei sabendo que provavelmente estaria ocupado demais para se importar comigo.”**
- j) Manter a outra pessoa ocupada o tempo todo de modo que não possa ter atividades independentes, separadas.**

- l) *Falta de Honestidade*, reprimir sentimentos negativos ou opiniões diferentes;
- m) *Necessitar de ajuda*: criar ou exagerar problemas para conseguir atenção e simpatia.
- n) *Ameaças*: as ameaças de suicídio podem ser ferramentas de manipulação (ameaças de suicídio devem ser tratadas de modo mais sério);
- o) *Semblantes de tristeza, silêncios frios injustificadamente*: Quando se é perguntado, uma pessoa dependente pode responder suspirando: “Nada”.
- (9)

Mário Bergner, em seu livro “Amor Restaurado”, (4), ilustra de forma clara a hipótese da *cópia do estilo pessoal*:

“Pouco depois de assumir minha condição homossexual mudei-me para a cidade de Nova Iorque para fazer um curso de teatro. Morava em um bairro chamado East Village. Pintadas em rosa choque, pichações nas calçadas advertiam: “Clones, Caiam fora!” Passeando pela rua com um amigo gay, perguntei-lhe:

- Quem são os clones?

- São os gays do West Village. Aqueles que se vestem todos iguais, têm todos a mesma cara.

De fato, eles eram muito parecidos entre si. Um clone típico usava o cabelo muito curto, bigode e tinha um corpo malhado. Estavam sempre de óculos de lentes espelhadas, camiseta branca simples ou regata, calças jeans Levis bem apertadas, de botão e sapatos estranhos, pesados. No inverno, a maioria vestia jaquetas de couro ao estilo dos aviadores da Segunda Guerra.

A tendência era de que os clones só namorassem entre si.” (4)

E com relação ao item “l” (Falta de Honestidade), Bill Hernandez (7) ilustra:

“No meu relacionamento com meu ex-amante, eu comprometi meus valores normais e minha expressão pessoal para manter minha segurança. Eu era vazio e passivo na forma em que eu me relacionava com ele, falhando em expressar meus verdadeiros sentimentos. Eu não era real.

Toda vez que eu me esforçava para ser real, o relacionamento começava a se abalar.

Eu me sentia culpado e temeroso, por baixo e dominado. Eu me sentia só, quando eu não estava seguro comigo mesmo. Deprimido e ansioso, eu sabia que eu tinha de seguir em frente, mas eu tinha medo de deixar minha fachada de segurança.”

Bill demonstra de forma bem clara que ele acabava sempre por sucumbir e sacrificar sua própria personalidade para que o relacionamento fosse preservado, manipulando o outro com a máscara de passividade que criara para si (Gál. 1.10).

Se passássemos a analisar diariamente como o chamado de Deus para a nossa existência é algo surpreendente, jamais daríamos permissão ao diabo para atrofiar ou mesmo destruir nossa identidade.

É no Salmo 139, vs. 14 que vemos Deus descrevendo nossa formação de modo *assombrosamente maravilhosa*, e em 1 Pedro 2. 9, Deus, o Senhor do Universo, e de nossas vidas, vem a retratar quem somos.

Um dos principais elementos da nossa vida é a identidade e ***a identidade é o conhecimento da verdade divina nas áreas de nossa existência***. Quando não estamos em condições de responder a pergunta *‘quem somos?’* invariavelmente procuraremos no outro esta resposta.

Precisamos compreender que nossa identidade independe de outras pessoas, já foi projetada por nosso Pai, e dia a dia é modelada e aperfeiçoada na pessoa de Cristo Jesus.

“Quando nossa vontade é sermos como Deus deseja que sejamos, não há limites para a nossa intimidade com Ele. Quando oferecemos a Deus nossa personalidade e deixamos que Ele nos transforme, passamos a refletir sua imagem. Isso significa viver uma vida verdadeiramente humana, a vida para a qual Ele nos criou.” (8)

Nosso senso de ser e pertencer não pode estar limitado ao outro, pois corremos o risco de incorreremos até mesmo no pecado da idolatria, quando riscamos a linha inocente da admiração, para a imitação, a inveja ou a devoção. Neste sentido, vale a pena refletir sobre a oração da serenidade:

“Deus, dê-me serenidade para aceitar as coisas que não posso mudar, coragem para mudar as coisas que posso mudar, e sabedoria para distinguir a diferença.”

Com relação à lista acima transcrita, é importante considerar que muitas destas atitudes não são pecaminosas em si mesmas. Elogio e encorajamento honestos, presentes especiais, abraços, beijos e toques, por exemplo, são elementos agradáveis em uma amizade saudável. Quando tais comportamentos são usados, porém, com fins egoístas, transformando-se num jogo para prender e controlar o outro, ou para provocar reações que levem ao pecado, devem ser revistos e abandonados.

Enfatizando o que já foi dito, o que conta é a motivação do coração, (Mat. 15.19 e Salmos 139. 23-24), e para isto necessitamos aprender a sermos honestos, seja conosco, seja com Deus, e seja com nossos amigos, quanto ao que se passa em nosso íntimo.

Necessitamos resgatar a *arte da transparência* em nossos relacionamentos, arma eficaz contra os mitos, medos, ilusões, e fantasias que nos aprisionam na teia ritual da dependência afetiva, e suas facetas.

A negação ou a mentira só tendem a fortalecer o círculo vicioso!

VI) Isolamento defensivo

“Todo dia ela faz tudo sempre igual...”
(Chico Buarque de Hollanda)

*O isolamento defensivo acontece quando nos fechamos em auto proteção fugindo do outro, e, perdemos então o privilégio dos íntimos, que é o **relacionamento!***

O medo de adoecermos emocionalmente em amizades que se nos aparentam como promissoras e potencialmente íntimas, podem nos levar a posição cíclica do afastamento defensivo.

Importante nesta hora recordar que estamos em um processo de aprendizado onde uma de nossas metas é aprender a amar o outro de forma saudável e legítima, e se queremos atingir este nível de maturidade teremos que aprender a enfrentar nossos medos, olhando tais situações como desafios que em Cristo podem ser vencidos.

*Quando assumimos nosso medo, é possível buscarmos na relação com Deus, primeiramente, as condições de superá-lo. **O perfeito amor lança fora o medo! (1 João 4.18).***

Nunca atingiremos nesta terra o estágio do perfeito amor, mas caminharemos sempre em busca dele. Ele é o nosso alvo, e nesta caminhada, amadureceremos, e seremos encorajados e renovados pelo Senhor de nossas almas.

Quando não paralisamos, aprendemos também a nos amar, pois só podemos dar ao outro aquilo que já temos experimentado por nós mesmos. (Mat. 22.38)

Nosso chamado é para a liberdade, (Gálatas 5.13), e esta liberdade inclui a de nos conectarmos com o outro em posição de equilíbrio, e não como a figura pendular, usada por John Smid em sua abordagem, (2) que ora está no extremo da recusa do afeto, e ora no da dependência total do mesmo.

Necessitamos exercitar o *domínio próprio* em nossos relacionamentos, aprendendo a desenvolver a interdependência onde reconhecemos que precisamos uns dos outros, mas de forma madura, sadia e equilibrada.

“Só descobrimos nossa identidade por meio da nossa capacidade de relação.

É no contato com o outro que vamos conhecendo nossos desejos e temores, nossas virtudes e defeitos, nossos sonhos e realizações, nossa capacidade de amar e rejeitar. Para nos conhecermos um pouco mais, precisamos admitir o medo de nos relacionarmos intimamente com o outro. Intimidade implica proximidade, revelação de sentimentos profundos, compartilhamento de idéias e acolhimento mútuo. “ (8)

Eis alguns prováveis indicadores que nos ajudarão a verificar se nosso comportamento tende para o isolamento ou para o afastamento defensivo:

- a) ***Ira***: bater portas, explodir, dar “um gelo”. Afastamos as pessoas com nossa raiva.
 - b) ***Humor***: sarcasmo, desprezo, observações padronizadas, fazer pouco caso da nossa necessidade de relacionamento, minimizar as necessidades dos outros.
 - c) ***Auto-suficiência***: relutância em aceitar presentes, alimentos, elogios ou favores.
 - d) ***Controle***: ser aquele que faz perguntas, não aquele que as responde. Evitar situações de grupo onde não podemos controlar;
 - e) ***Selecionar revelações***: ser franco apenas acerca de lutas do passado, aquelas que resolvemos com sucesso; ser evasivo ou mudo sobre problemas atuais, mesmo quando as pessoas desejam sinceramente saber como estamos nos saindo.
 - f) ***Hábitos compulsivos e vícios***: “trabalhismo” (vício de trabalhar), alcoolismo, drogas, comer compulsivamente, maratonista de TV ou vídeos.
 - g) ***Problemas de peso e/ou relaxamento no vestir***: meios de não atrair a atenção ou convites para relacionamentos (embora não sejam todas as pessoas com excesso de peso que tentam manter as pessoas à distância).
 - h) ***Evitar toques e contatos físicos***.
 - i) ***Manter a conversa sobre “tópicos”***: evitar assuntos pessoais ou qualquer coisa que revele sentimentos.
 - j) ***Padrões elevados demais para fazer amigos***: ninguém se qualifica ou alcança nossas expectativas.
 - l) ***Para homens***: uma tendência para as tentações que envolvem pornografia e sexo anônimo.
 - m) ***Para mulheres***: procurar conforto no isolamento e na fantasia.
 - n) ***Investimento emocional em animais de estimação***. Os animais são maravilhosos; só se tornam problema quando são usados como substitutos para o relacionamento humano.
- (9)

Mesmo que tenhamos vivido estas circunstâncias ou ainda corramos o risco de sucumbirmos à tentação, a palavra que se impõe é: Podemos deixar de viver em ciclos!

Não necessitamos fazer tudo todo dia sempre igual. Podemos destruir os muros que criamos e transformá-los em pontes, que nos aproximam do outro.

Vale a pena citar para ilustrar a que ponto o medo do outro pode levar-nos a situações jocosas como a que o Dr. Carlos “Catito” Grzybowski cita em sua obra “Macho e Fêmea os Criou – celebrando a sexualidade”:

“Creio ainda que uma prática da sexualidade segundo os conceitos éticos do neoliberalismo pode nos levar ao medo – em alguns lugares já ao pânico – de ser vítima de assédio sexual, perdendo-se a espontaneidade do abraço amigo e fraterno.

Um grande amigo meu, pastor e missionário norte americano, que vive há mais de trinta anos no Brasil, alguns anos atrás

voltou aos Estados Unidos para visitar os filhos. Quando regressou, saímos para conversar e perguntei a ele como tinha sido a viagem. Brincando, ele me respondeu: “Ah! Foi ótima! Desembarquei no aeroporto e quando fui abraçar uns amigos que estavam me esperando fui preso, acusado de assédio sexual!” Sua brincadeira revelava algo muito sério que estava por detrás: o pânico crescente entre os norte-americanos com a questão do assédio sexual, que leva as pessoas a terem medo umas das outras – até dos amigos!”
(16)

VII) A importância dos limites

“A qualquer momento as pessoas podem desistir de suas amizades. Porém, quanto mais nos entregamos a uma vida baseada no vínculo afetivo, mais aprendemos a confiar no amor. Aprendemos que os verdadeiros laços de amizade não se quebram facilmente. E aprendemos que, num bom relacionamento, podemos estabelecer limites que fortalecerão o vínculo em vez de prejudicá-lo.” (3)

Importante não confundirmos, porém, o extremo do isolamento defensivo com a opção de desenvolvermos limites saudáveis na relação.

O isolamento é a construção de muros e barreiras que impedem a interação e o desenvolvimento de nossa identidade, em virtude de medos, bloqueios, ou até mesmo acomodações nossas.

Já os limites, são as linhas ou demarcações que nos definem. Definem quem somos e quem são os outros, sem impedir o contato, pelo contrário, até mesmo o beneficiará, pois se dará com o respeito pela identidade própria e do outro.

Um limite pode mostrar onde eu termino e onde o outro começa!

**“Saber do que sou proprietário e assumir responsabilidade por isso me traz liberdade. Se sei onde meu território começa e termina, sou livre para fazer o que quiser com ele. Assumir a responsabilidade pela minha vida abre para mim um leque de opções.....
Deus criou um mundo em que “vivemos” dentro de nós mesmos; quer dizer, moramos em nossa própria alma e somos responsáveis por aquilo que ela nos leva a ser... (Pv. 14:10) Precisamos lidar com o que está em nossa alma, e os limites nos ajudam a definir o que é isso. Se não conhecemos os parâmetros ou se aprendemos os parâmetros errados, correremos o risco de experimentar muito sofrimento.” (3)**

A construção e o desenvolvimento de limites saudáveis evitarão que sejamos presas fáceis de jogos de manipulação, que tentemos assumir o controle da vida de outras

pessoas, e ainda, que nossa identidade seja anulada ou embotada por conta do outro.

O Apóstolo Paulo estabelece esta diferença de forma simples e clara ao tratar das “cargas” e dos “fardos” em Gálatas 6:2 e 5, determinando aquilo que podemos compartilhar com o nosso irmão, (cargas) e aquilo que devemos suportar particularmente sem abusos ou invasões do outro, (fardos).

Este princípio só reforça o da responsabilidade pessoal pelos atos que praticamos, (Rom. 14.12)

Como os Drs. Henry Cloud e John Townsend esclarecem:

“A Bíblia mostra claramente quais são os nossos parâmetros e como devemos protegê-los, mas nossa família ou as pessoas com que nos relacionamos no passado nos confundem a esse respeito.

Além de mostrar quais são as nossas responsabilidades, os limites nos ajudam a definir o que não é propriedade nossa e aquilo porque não somos responsáveis. Não somos responsáveis, por exemplo, pelas outras pessoas. Em nenhum lugar está dito que devemos “ter o controle sobre os outros”, embora gastemos muito tempo e energia tentando conseguir isso.” (3)

Mulheres com antecedentes lésbicos, por exemplo, no geral estão habituadas a relacionamentos “tudo ou nada” – envolvimento total emocional e físico ou abandono completo, (08 ou 80).

São relacionamentos de amor e ódio nos quais as participantes são mutuamente oprimidas. Cada uma fixa padrões na outra, que nunca são devidamente cumpridos, ou que custam caro quando o são.

A realidade é posta de lado nos relacionamentos dependentes, pois a personalidade é atrofiada senão destruída. Cada um gera expectativas e cobra posições do outro.

Se cada lado falha em manter tais expectativas, o relacionamento corre risco.

Não há liberdade para crescer ou ser único!

Esquecemos que Deus ama a diversidade, e o exemplo claro disto está na natureza. Somos especiais para Deus, pois, cada filho é único para Ele. Lembre-se: entre o 08 e o 80 existem 72 outras possibilidades de vida aguardando por nós.

A construção de limites sadios tem como meta a preservação e aperfeiçoamento da identidade projetada por Deus, o equilíbrio das relações, e o desenvolvimento do domínio próprio nas emoções.

VIII) A importância da prestação de contas

“Tenho grande desejo de conhecer-me a mim mesmo. Porém, costuma acontecer que, se alguém me diz a verdade sobre mim mesmo, eu sofro muito. Eu evito esse alguém. Eu preciso aprender a viver a hora da verdade comigo mesmo”. (Chiara Lubich)

Certamente uma das melhores armas para destruir as ilusões fantasiosas de nossa mente e o vício da dependência, é a tão temida, mas necessária, prestação de contas.

Prestar contas de nossos atos e até pensamentos que nos aflijam, para pessoas de Deus, que nos amem e queiram o melhor para nós, eis o grande desafio a ser encarado em busca do resgate da transparência e da honestidade em nossas vidas.

Somente quando nos damos conta da importância de sermos verdadeiros, e de não vivermos afligidos e aprisionados por nossas emoções e sentimentos, é que poderemos compreender a dimensão da necessidade da prestação de contas que inclusive nos ajudará a amadurecer e ampliar nosso relacionamento com Deus.

A partir do momento que passarmos a exercitar a confissão com o outro, desenvolveremos nosso senso de responsabilidade com quem de fato somos, como estamos, e para onde estamos indo, independente do que fizeram ou deixaram de fazer conosco, (Rom. 14.12).

Como disse Jean Paul Sartre, ‘o importante não é aquilo que fazem de nós, mas o que nós mesmos fazemos do que os outros fizeram de nós.’

Este senso de responsabilidade contudo, trará algumas implicações que Charles Swindoll esclarece na obra “Vivendo sem Máscaras”. É importante avaliá-las para decidirmos se estamos dispostos a ingressarmos nesta jornada:

- “a) Estar disposto a dar explicação de seus atos;**
- b) Ter uma atitude aberta, sem máscaras e não defensiva com relação às suas intenções;**
- c) Ser responsável pelos próprios atos;**
- d) Explicar a razão de tudo.**

.....
Quanto mais penso nessa questão de sermos responsáveis perante outros, mais entendo por que é uma coisa tão rara.

Ela exige da pessoa pelo menos quatro traços de caráter que normalmente não são encontrados naqueles que se acham satisfeitos com uma vida espiritual medíocre – e há muita gente assim! Os traços de caráter são os seguintes:

- *vulnerabilidade*. A capacidade de se deixar agredir, de ser franco, sem máscaras. Uma atitude não defensiva.

- *maleabilidade*. Um desejo enorme de aprender. Ser humilde, disposto a ouvir, a modificar-se; disposto a receber conselhos.
- *sinceridade*. Um compromisso com a verdade. Detestando tudo que é falso, imitação ou hipocrisia. Exemplo de sinceridade.
- *Disposição de se dar a outros*. A capacidade de ser acessível, acolhedor. Não se importar de ser importunado. Estar disposto a reunir-se com outros regularmente. (14)

A prestação de contas nada mais é do que um compromisso com a verdade, com o desnudar-se. Foi Paul Tornier que afirmou que *vivemos em estado de tensão entre a necessidade de nos revelarmos e a necessidade de nos encobrirmos*, e este estado de tensão nos leva ao agigantamento de nossos medos, insatisfação, e angústias da alma.

Nossa real necessidade é a de alguém que nos ouça, não por obrigação, nem com pressa ou com respostas prontas, preconceitos ou experiências que deram certo, mas com a alma. Precisamos de alguém que nos aceite como somos. É preciso coragem e autenticidade para expressarmos nossos sentimentos, especialmente aqueles considerados negativos, como a indignação, a ira, e a frustração. (8)

Necessitamos de amigos conselheiros que fortaleçam nossa confiança em Deus, assim como Jônatas fez com Davi. (1 Sam. 23.16);
Para isto, carecemos avaliar se estamos dispostos à exposição, a vulnerabilidade, e a revelações de nosso íntimo.

De fato não o faremos precipitadamente, mas em oração, com pessoas direcionadas por Deus para abençoarem nossas vidas que sejam discretas, sinceras, autênticas, espirituais, acessíveis e leais.

No caminho da intimidade passamos por muitos “nãos” até podermos dizer “sim” para o outro. O “sim” da entrega, da confiança, da lucidez, e da maturidade depende do “não” ao que temo, ao que não entendo, ao que está fora da hora. Em determinadas circunstâncias, por sabedoria, zelo ou lealdade, a verdade será ocultada, mas jamais se poderá deixar de valorizá-la na busca da intimidade, nem deixar de incomodar-se enquanto a hora do desvelar-se não chega. Se a verdade é um valor que preservamos e se esse é o caminho estreito que temos de seguir, chegará a hora da verdade, da transparência, da revelação. (8)

O importante é não tornarmo-nos céticos quanto à viabilidade desta prática, por decepções que tenhamos sofrido, pois *há ocasiões em que é essencial que alguém nos diga alguma coisa. Haverá situações em que o fato de alguém nos dizer uma palavra será uma questão de vida ou morte.*(14)

O livro de Provérbios é riquíssimo com relação ao benefício da prestação de contas. Veja a este respeito os capítulos 13.10; 13.18; 13.20; 15.31; 15.32; 27.6; 27.9; 27.17; 27.19 e 20.30. Igualmente Hebreus 13. 16,17 e Tiago 5.16 apontam na mesma direção.

Amigos sábios e conselheiros pertos de nós nos comunicarão energia e sabedoria para resistir às pressões, tentações e orgulhos que sozinhos não teríamos condições de fazê-lo.

“Nos últimos anos as ciências behavioristas estão divulgando uma verdade muito simples: a conduta que é observada, modifica-se. As

peças que, por opção própria, prestam contas de seus atos a um grupo de amigos ou de terapia, a um psiquiatra ou a um pastor-conselheiro, a um grupo de estudo bíblico ou de oração, são indivíduos que realmente querem mudar sua conduta, e estão certos de que podem modificar-se.

Estudos feitos em indústrias mostram que tanto a qualidade como a quantidade do trabalho melhora quando os empregados sabem que estão sendo observados. Quando tenho consciência de que só Deus sabe o que estou fazendo, e como sei que ele não irá contar a ninguém, minha tendência é arranjar uma porção de desculpas para meus erros. Mas se eu tiver que responder perante uma pessoa ou um grupo, começo a direcionar melhor minha conduta. Se houver alguém de olho em mim minha conduta melhora sensivelmente.”
(14)

Importante considerar também que nossa prestação de contas deve ser sempre dirigida a Cristo, e por conseguinte aquelas pessoas e amigos que Ele levantar em nosso processo de restauração para auxiliar-nos.

Por outro lado, a resistência e a tendência ao isolacionismo pode ser revista através de duas perguntas básicas:

1. *Por que procuro me manter isolado, sem responsabilidade perante os outros?*

2. *O que acontecerá se eu insistir em continuar assim?*

Entre outras respostas, certamente um dos maiores medos na prestação de contas, (consciente ou inconsciente), é o medo do encontro consigo mesmo, do encontro com a verdade acerca de nós, aquela verdade que muitas vezes só o confronto traz à luz, e que faz sangrar, mas que transforma.

“Ninguém transforma ninguém. Ninguém se transforma sozinho. Nós nos transformamos no encontro.” (Roberto Crema).

IX – Você se considera um dependente afetivo?

Para responder a esta pergunta é importante pensarmos na qualidade de nossos relacionamentos!

Pense se existe alguém por quem você se sinta dependente afetivamente? Se tiver dúvidas sobre esta resposta, pense em como lida com a ausência desta pessoa, ou ainda, o que você sente quando ouve a palavra **AUTONOMIA**?

Não a autonomia ou independência absoluta (não preciso ou não posso me envolver com ninguém, isolamento, indiferença), mas a capacidade para se relacionar com outros indivíduos que, não apenas dependentes ou co-dependentes, de confiar e de ser confiável, uma autonomia relativa, tal como Winnicott, em obra já citada, trata a respeito.

“...a personalidade saudável, quando vista sob essa luz, mostra não ser tão independente quanto os estereótipos culturais supõem. Os ingredientes essenciais são a capacidade para confiar nos outros quando a ocasião requer, e para saber em

quem é conveniente confiar. Uma pessoa funcionando de modo saudável é, pois, capaz de trocar de papéis quando a situação muda. Ora está fornecendo uma base segura a partir da qual seu companheiro ou companheiros podem atuar; ora sente satisfação em confiar em um ou outro de seus companheiros que, em compensação, lhe proporciona essa base.” (John Bowlby, Formação e Rompimento dos Laços Afetivos, Ed. Martins Fontes, 2006)

Para ilustrar, Bowlby cita o exemplo dos astronautas:

“Os **astronautas** tem uma posição destacada como homens autoconfiantes, capazes de viver e trabalhar eficazmente em condições de grande risco e estresse. Seus desempenhos, suas personalidades e suas histórias foram estudados... Apesar do elevado grau de autoconfiança e uma nítida preferência pela ação independente, todos os homens declararam sentir-se `satisfeitos quando é necessária a dependência de outros´ e possuir capacidade para manter a confiança, em condições que poderiam parecer de desconfiança. O desempenho da tripulação da Apollo 13, que sofreu uma avaria no caminho para a Lua, é testemunho dessa capacidade. Não só os membros da tripulação mantiveram sua própria eficiência em condições de grande perigo, mas continuaram cooperando, confiante e eficazmente, com seus companheiros na base terrestre. Passando às suas biografias, verificamos que esses homens cresceram em comunidades relativamente pequenas e bem organizadas, com uma considerável solidariedade familiar e forte identificação com o pai... Mostraram um padrão de crescimento relativamente tranquilo e sem grandes obstáculos, em que puderam enfrentar os desafios existentes, atingir níveis crescentes de aspirações, adquirir cada vez maior confiança e, dessa forma, ganhar em competência.”

Se nossa jornada rumo à autonomia relativa, proposta por Winnicott, desvirtuou em algum momento podemos retomá-la, sem, a perda da fé em Deus, em nós, e nos relacionamentos. (Fil.3.12-16).

Proponho a ti que faça esta oração, antes de continuar a leitura do último capítulo:

“Senhor, tu sabes que tenho procurado relacionamentos muitas vezes pelos motivos errados, e eu estou cansado e não quero mais trilhar por esta estrada. Eu preciso de relacionamentos, não por conta de minhas carências mas por meu amor a Ti e meu relacionamento contigo. Abre meus olhos para os relacionamentos que queres me dar. Ajuda-me a reconhecer os antigos padrões se eles novamente voltarem e ajuda-me a reagir de outras maneiras na relação com os outros.” (9)

X) Uma palavra de esperança...

“Ó Deus das Segundas Oportunidades e dos Novos Começos, Aqui estou eu mais uma vez.”
(Nancy Spiegelberg)

Todos aqueles que viveram relacionamentos dependentes tem pelo menos uma noção de como os mesmos iniciam e terminam.

Luiza Helena em sua palestra no V Encontro do EXODUS apresenta algumas considerações claras e simples que ajudam a entender o processo, quando expõe

que aquela pessoa que foi privada de amor, segurança, etc., tem uma sede natural de tais sentimentos, carinhos ou sensações que lhe foram sonegados, e um vazio afetivo muito grande.

Não conseguindo mudar o coração da mãe, do pai, ou do responsável originário pela oferta de tais estímulos passa a lançar mão de qualquer estratégia que venha lhe servir de substituto, como por exemplo, a sexualidade - *Não tendo amor, parte em busca da satisfação!*

O exemplo do pesquisador M.F. Harlow em seu livro *Amor em filhotes de macacos*, relata uma experiência com macacos recém-nascidos que o levou à conclusão de que “a estimulação tátil é tão importante quanto o alimento no desenvolvimento dos comportamentos.”

Na experiência de Harlow, os macaquinhos foram colocados diante de duas mães substitutas, uma feita de pano, outra de arame. Os filhotes afeiçoaram-se à mãe de pano, embora a mamadeira estivesse no peito da mãe de arame. Eles apenas saciavam a fome e logo depois voltavam para a mãe de pano.

Quando um estímulo que produzia medo era colocado na gaiola, os macaquinhos também corriam para a mãe de pano. Junto dela, sentiam-se mais seguros para arriscar-se e para explorar o meio ambiente, mesmo na presença do estímulo de medo.

Na mesma experiência, Harlow observou que os macacos criados em solidão apresentaram quadros graves de comportamento: evitavam todo contato social, pareciam sempre amedrontados e tinham uma postura de encolhimento e de abraçar-se a si mesmos. Se o período de isolamento durasse mais um ano, a situação se tornaria irreversível.

Conclusão: *a estimulação tátil, além de significar uma troca gostosa e de propiciar sensações de proteção e segurança, fornece material para o indivíduo criar uma identidade. (extraído – 13)*

Leanne Payne no livro *Imagens Partidas* faz algumas considerações importantes acerca das *Necessidades táteis no comportamento lésbico*:

“Por vezes, a mulher que não recebeu o toque amoroso da mãe quando bebê tem necessidades táteis (toques), que chegam a ser compulsivas e irresistíveis. Isso mostra a importância de amamentar o bebê, de abraçá-lo e segurá-lo. Quando esse amor de toque foi inadequado ou faltoso, é difícil recompensá-lo mais tarde. O toque de outras pessoas não basta, assim como nossas diversas outras tentativas de compensar não são suficientes. Na verdade, é necessário o toque curador do Senhor para compensar pelo déficit e libertar a mulher de suas tentativas de compensação, condição terrível que, até que seja vencida, não permitirá que ela enfrente outras questões. Até que isso ocorra, ela poderá pensar em si mesma em termos principalmente sensuais ou sexuais.” (15)

Fica fácil concluir que uma boa formação familiar, propiciará confiança básica, estabilidade emocional, e maturidade psíquica para o desenvolvimento futuro de bons relacionamentos e amizades saudáveis.

Na prática esta não é a realidade. A baixa qualidade nas interações entre pais e filhos, uma informação defeituosa ou inexistente sobre a pessoa de Deus, e a não

responsabilização pelas atitudes pessoais, são a tônica da crise de nossa sociedade atual;

A realidade resultante é o medo de sermos “machucados” que nos leva ao isolamento e ao bloqueio de relacionamentos íntimos, ou o desespero por tais relacionamentos que venham nos dar de forma ilegítima o que fomos sonhados em nossa infância e adolescência, levando-nos a medidas exacerbadas para tê-lo e mantê-lo.

O amor que deveria ser algo natural e saudável entre amigos, acaba por corromper-se dando-nos a sensação cíclica da frustração e incapacidade de tê-lo, mantê-lo e desenvolvê-lo.

Outros ainda combinam ambos os métodos: quanto mais queremos um relacionamento íntimo, mais difícil fica de encontrá-lo. Então quando encontramos alguém que realmente parece se importar conosco, imaginamos: Por que esta intimidade especial é tão difícil de manter? O que começa como uma amizade edificante, cheia de satisfação, transforma-se da noite para o dia em uma teia amarga de ciúmes, acusações lacrimosas e exigências eternas. A amizade especial explode na nossa cara, fazendo que nos afastemos, sofrendores e devastados. - Nunca mais vou permitir que alguém se aproxime tanto de mim, resolvemos, enterrando-nos no trabalho, na atividade e na solidão.

Recolhemo-nos na independência solitária, talvez buscando consolo na masturbação, na fantasia ou no sexo anônimo, mas fugindo basicamente de qualquer intimidade real.

Este isolamento solitário continua até que, novamente outra “pessoa especial” apareça em cena estendendo a mão com delicadeza e interesse.

Como a pessoa que esteve fazendo regime e passou fome durante semanas, jogamos de lado toda cautela e mergulhamos em outra dependência confusa. E o ciclo começa de novo. (9)

Há esperança ???

Relacionamentos de amizade como Davi e Jônatas, podem ainda existir em nossa sociedade atual?

A exaltação da malícia e do erotismo em nosso século, ainda permite que a alma de um ser humano ligue-se com a de outro tão intensa e enfaticamente?

Perguntas que intrigam e confundem.

O humanismo cada vez mais em ascensão, leva-nos a deturpar passagens como esta da bíblia, em que um homem ama ao outro como a sua própria alma.

As decepções e frustrações constantes conosco, com os amigos que falham, e com a família que não nos prepara para o viver em sociedade levam-nos a um estado de total descrença no amor desinteressado de um homem para com o outro.

Para onde nos viramos, nos deparamos com a inevitável **AUSÊNCIA...**

Do afeto simples, da ternura desinteressada, do olhar franco, dos pensamentos sinceros, das atitudes coerentes, dos ouvidos tolerantes, da palavra sábia, do ombro firme que suporta e compartilha, e do abraço amigo, que acalma e restaura.

Habituamo-nos a um sistema de trocas, ou de exigências.

Como se o amor pudesse ser algo programado ou arquitetado em uma mesa de escritório.

E há o fantasma da solidão que nos assombra dia e noite, levando-nos a acreditar que o máximo de bom que podemos extrair dos relacionamentos é a *negociata*:

- Dá-me teu par de ouvidos, que lhe dou minha ternura.
- Dá-me tua mão que lhe dou meu sorriso.
- Dá-me tua aprovação, que lhe dou minha intimidade.

A corrupção dos relacionamentos nada mais é do que a corrupção do amor!

Davi e Jônatas já naquela época acreditaram e viveram com intensidade, o segundo mandamento de Jesus, presente na lei e reiterado na graça: Ama a teu próximo como a ti mesmo.

Necessitamos de **OUSADIA** nos relacionamentos! **OUSADIA** para acreditar que investindo, encontraremos:

Amizades constantes e gratuitas, não baseadas em interesses ou condições, espontâneas, saudáveis e edificantes, que chorem quando choramos, que se alegrem quando nos alegamos, que compartilhem idéias, pensamentos, e sentimentos, que produzam vida em nossos desertos existenciais, que tenham ou não afinidades, mas com respeito pela personalidade de cada um, que não censurem ou cobrem aleatoriamente mas que saibam dosar a liberdade com o cuidado pelo bem-estar do outro, que sorriam com as coisas simples e belas da vida: O sol, o mar, o vento, o céu, as estrelas, que conquistem e produzam confiança, para que haja espaço para as confidências, orações e conselhos.

Utopia? Sonho? Fantasia?

Não, possibilidade plenamente plausível pela palavra de Deus.

Cabe a nós **ACREDITAR**, e **OUSAR**, uma vez mais!

Definitivamente não podemos viver sob o jugo de nossos instintos, nosso passado, e do que fizeram ou deixaram de fazer conosco.

Em Cristo sempre há esperança pelo novo, pela mudança, pela restauração, pelo florescer do amor puro, saudável e verdadeiro, e é nEle e sob Sua direção que encontraremos amigos sinceros que façam desabrochar nossas qualidades e aparar nossas arestas.

Para aqueles que acreditam sinceramente que não tiveram opção quando iniciaram a febre dos relacionamentos dependentes, que foram induzidos por uma séria de fatores e justificativas, fica o alerta e o desafio de que **em Cristo, hoje, independente do que fica para trás, podemos aprender a fazer de outro modo!**

Frank S. Caprio, em seu Estudo Psicodinâmico do Lesbianismo, declara taxativamente que:

“Em certos casos, todavia, a lésbica não faz mais que evocar um pretexto ou justificação para seu próprio homossexualismo. Nem todas as jovens que sofrem traumas psíquicos durante a infância ou adolescência se tornam lésbicas. Muito depende da reação individual a experiências de natureza traumatizante.”
(10)

Esta reação ou mesmo a restauração, é possível a partir do momento que juntamente com Deus, desafiarmos a conspiração infernal criada para formar na sociedade a mentalidade de que a mudança não é possível;

Para aqueles que preferem acreditar em estatísticas negativas, a obra de Cristo continua a falar mais alto, e esta obra se traduz em AMOR, que nos transforma, restaura e nos leva a tentar AMAR novamente, e, será assim, até que o nosso melhor Amigo volte e sacie por completo os vazios de nossas vidas, nossa fome de intimidade, segurança, e solidão!

“E lhe enxugará dos olhos toda lágrima... já não haverá luto, nem pranto, nem dor, porque as primeiras cousas passaram.” (Apoc. 21. 4)

Fontes:

- 1) Antoine de Saint Exupéry, *O Pequeno Príncipe*, Ed. Agir.
- 2) Fita palestra do V Encontro EXODUS – 99, *Dependência Emocional*, John Smid (14.11.99)
- 3) Dr. Henry Cloud e Dr. John Townsend, *Limites*, Ed. Vida.
- 4) Mário Bergner, *Amor Restaurado*, Ed. Sepal.
- 5) Starla Allen e Patrícia Allan, *Compreendendo as Raízes do Lesbianismo*, EXODUS BRASIL.
- 6) Fita palestra do V Encontro EXODUS – 99, *Dependência Emocional*, Luiza Helena (14.11.99)
- 7) Homossexualismo – Abordagens Cristãs, Textos Escolhidos, Eirene do Brasil.
- 8) Soraya Cavalcanti, *Mergulho no Ser*, Ed. Ultimato.
- 9) Bob Davies e Lori Rentzel, *Deixando o Homossexualismo*, Ed. Mundo Cristão.
- 10) Frank S. Caprio, *Homossexualidade Feminina – Estudo Psicodinâmico do Lesbianismo*, Ed. IBRASA.
- 11) Mark R. Laaser, *O Pecado Secreto*, Ed. Luz e Vida.
- 12) André Comte – Sponville, *Pequeno Tratado das Grandes Virtudes*, Ed. Martins Fontes.
- 13) Roberto Shinyashiki, *A Carícia Essencial – Uma Psicologia do Afeto*, Ed. Gente.
- 14) Charles R. Swindoll, *Vivendo Sem Máscaras*, Ed. Betânia.
- 15) Leanne Payne, *Imagens Partidas*, Ed. Sepal.
- 16) Carlos “Catito” Grzybowski, *Macho e Fêmea os Criou*, Ed. Ultimato.