

# A ARMADILHA DA DEPENDÊNCIA DO MEDO E COMO NOS PODEMOS LIBERTAR DELA | POR FRANZ RUPPERT

*Posted on 21. Oktober 2020*

*Um comentário de Franz Ruppert.*

## **Medo como uma Conditio Humana para o Homo Sapiens**

Uma característica essencial do Homo Sapiens é o seu andar erecto. Isto requer uma cintura pélvica que ligue os pés à parte superior do corpo de uma forma estável. Entre outras coisas, isto significa esticar o abdómen humano, que nas mulheres não só contém os intestinos mas também um ventre. Em caso de gravidez, a criança pressiona a pélvis de uma mulher e deve primeiro ser retida aqui até ao nascimento. Quanto mais pesada a criança se torna, mais problemática esta se torna. Ao nascer, a pélvis de uma mulher deve até abrir bem para que a criança possa sair do ventre da sua mãe.

O andar em pé significa que o período de gestação é mantido o mais curto possível aos 266 dias. É por isso que nós, humanos, continuamos a vir ao mundo muito inacabados. Em vez de 18 ou 21 meses, que seriam necessários para uma criança ficar de pé sobre as suas próprias pernas e correr atrás da mãe poucos minutos após o nascimento, semelhante a um potro de cavalo, nós, humanos, temos apenas pouco menos de 9 meses de relativa segurança de abastecimento no estômago da mãe. Neste sentido, nós humanos somos todos bebés prematuros que necessitam de apoio intensivo para não morrerem de sede, fome e congelamento após o nascimento. O nascimento é apenas a transição do desenvolvimento intra-uterino para um processo de crescimento e maturação no exterior, mas ainda em estreito contacto com o corpo da mãe.

Deixar o corpo da mãe implica um enorme risco para uma criança recém-nascida. Afinal, e se a sua mãe não fica com ele e o abandona? Uma criança recém-nascida, que devido à sua elevada vulnerabilidade entra rapidamente em medos mortais de qualquer forma, tem agora o problema adicional de experimentar medos abismais de abandono devido à sua dependência da sua mãe. A sua fixação biológica na sua mãe é experimentada como uma dependência psicológica fundamental dela.

De um ponto de vista psicológico, é tarefa básica da mãe tirar os medos existenciais de morte e abandono do seu filho. Ela só tem sucesso neste poço se ela própria tiver superado os medos da sua própria infância e

se tiver tornado um adulto psicologicamente maduro. Infelizmente, muitas vezes não é este o caso. Em sociedades em que as pessoas se traumatizam mutuamente de muitas formas diferentes nas relações de parceria, no mundo da economia e da política, a relação mãe-filho é também permeada pela indelicadeza, negligência e violência. As crianças não se podem sentir seguras com as suas mães.

As mães traumatizadas que não querem os seus filhos, não os amam e não lhes podem oferecer protecção contra o perigo, representam um elevado potencial de risco para eles. No entanto, as crianças não podem simplesmente virar as costas a outra pessoa e concentrar as suas necessidades básicas e existenciais noutra pessoa, se essa pessoa existir de todo. Por conseguinte, fazem todos os esforços com todos os seus poderes físicos e psicológicos para estabelecer e manter contacto com a sua mãe. Para o fazer, reduzem as suas necessidades e deixam de expressar os seus sentimentos de medo, raiva, tristeza e dor.

Quanto mais velha a criança se torna, mais conscientemente uma criança tenta não ser um fardo para a sua mãe, que está num voo real ou emocional a partir dela. Pode até tentar consolar as suas mães ansiosas ou acalmar as suas mães zangadas. Muitas vezes, isto torna-se mesmo o trabalho da sua vida. As mães e os filhos ficam muitas vezes presos numa armadilha de dependência de ansiedade para toda a vida. É verdade que durante a puberdade e adolescência há várias tentativas de escapar a esta armadilha da dependência. Mas estas são à custa da consistência psicológica. As partes que agora pensam que são independentes simplesmente abandonam as suas próprias partes infantis, que ainda estão em grande necessidade. No seu afastamento da realidade, entram de novo facilmente em tais relações nas quais, inconscientemente, reafirmam a miséria da sua infância.

### **O medo reduz as alternativas de acção**

Quando uma pessoa experimenta ansiedade, o mecanismo de stress no seu organismo é posto em movimento. O seu cérebro reage de tal forma que o corpo inteiro é inundado por hormonas de stress que o preparam para escapar e combater reacções. De acordo com o lema "É melhor ter medo uma vez a mais do que uma vez a menos, porque isso pode ser fatal", um sistema de ansiedade biopsíquica que está sempre pronto a garantir que as pessoas podem muito rapidamente ficar inquietas e em pânico e não voltar a

acalmar-se tão rapidamente. Esta reacção ao stress tem efeitos negativos sobre o sistema digestivo, sexual e imunitário. O stress crónico acaba por causar uma vasta gama de sintomas físicos e pode mesmo levar à morte.

Por conseguinte, a questão é o que conduz a tais situações de stress. Por um lado, é o reconhecimento de que o perigo não existe ou já está ultrapassado. Por outro lado, as medidas de prevenção e protecção contra o perigo podem contribuir para acalmar. Para nós, humanos, é um factor calmante essencial que nos sentimos seguros e protegidos dentro de uma comunidade. Os pais e homens experientes, que também cresceram mentalmente, também podem contribuir muito para isso.

Seria ideal se uma pessoa adulta fosse capaz de reconhecer os perigos, de os avaliar correctamente e de se proteger. No entanto, uma vez que o estado de alarme interior reduz o pensamento, nem todas as pessoas são capazes de o fazer. Muitos voltam rapidamente ao estado da sua armadilha de dependência do medo na infância. Existe então o perigo de eles, como quando criança, procurarem protecção de outros que estão eles próprios presos na armadilha da dependência do medo. Como no nosso período pós-natal, podemos então esperar o resgate de uma pessoa adulta que esteja cheia de medo.

### **Colectivos na armadilha da dependência do medo**

Na maioria das sociedades que dominam os assuntos mundiais, o risco de cair numa armadilha de dependência ansiosa com a própria mãe é muito elevado. Como resultado, tais sociedades como um todo são apanhadas em todo o tipo de armadilhas de dependência do medo. Têm medo de todo o tipo de coisas: da doença, da exclusão social, do desemprego, do colapso do sistema monetário, da guerra - a maior parte da qual é obra do próprio Homo Sapiens na esperança de fugir das dependências existenciais. Existem então inúmeras promessas de salvação e pessoas que actuam como salvadores para todos. Com as suas supostas receitas de sucesso, tornam a situação ainda pior. Especialmente porque procuram segurança nos sistemas externos (dinheiro, armas, justiça criminal e prisões, controlo e vigilância, medicação, operações, radiação...) e ignoram o mundo interior de nós, humanos, ou tentam manipulá-lo com moral e punições.

Porque todos estes sistemas institucionais e ideológicos não resolvem adequadamente a armadilha original

de dependência do medo desde a infância, que a maioria das pessoas não conhece, todas as tentativas sociais de proporcionar protecção e segurança são construídas sobre areia e, mais cedo ou mais tarde, desmoronam como casas de cartas. Na Alemanha, por exemplo, a promessa de criar um império com 1.000 anos já experimentou o seu declínio após 12 anos. Nem a ciência, nem a economia, nem a política, que apenas se preocupam com as aparências, são capazes de acalmar os medos básicos das pessoas. Continuam a alimentá-los com as suas acções.

## **Medo e Corona**

"Corona" é um bom exemplo de como os medos uma vez despertados não são tão fáceis de acalmar. Manter-se à distância, usar uma máscara, bloquear, falar de taxas de infecção crescentes são como aceleradores de incêndio que são lançados no sistema de medo biopsíquico de nós humanos. Mesmo a vacinação, que é suposto ser legitimada como um suposto salvamento do Covid-19, não dará a ninguém uma sensação real de segurança, mas promoverá receios adicionais sobre os possíveis riscos de uma tal vacinação. À semelhança de uma situação mãe-filho traumatizante, são os próprios adultos em posições de liderança que estão cheios de medo e até deliberadamente espalham o pânico. Agora, a população, que está aterrorizada, não só deve mobilizar as suas forças psicológicas para proteger os seus próprios pais da morte alegadamente iminente, como também deve ajudar as pessoas em posições de liderança política através da sua auto-mortificação a não enlouquecerem completamente e a encenar a segunda e terceira vaga.

## **Como saímos desta?**

Felizmente, é agora suficientemente claro que este vírus corona não é um vírus mortal, que o teste PCR não pode medir infecções e, portanto, não há perigo agudo de doença para a grande maioria das pessoas. Pode-se, portanto, juntar com confiança um grande número de pessoas competentes que recuperaram a sua clareza mental após uma situação de choque inicial.

Contudo, é importante que aqueles que agora sabem do que se trata o Covid-19 não espalhem o medo e o pânico e criem mais incerteza. Ser feliz e bem-vindo numa comunidade de pessoas emocionalmente estáveis é muito mais convidativo do que a acusação de que tem de acordar do seu sono crepuscular. De

qualquer modo, é o próprio modelo que tem mais impacto e pode ou não ser atractivo para os outros.

É também útil perguntar-se pessoalmente se o medo de um vírus assassino não se baseia na armadilha de dependência do medo da sua própria infância. Se, por exemplo, for então possível sair da relação de dependência do medo com uma mãe ansiosa, então este é um bom pré-requisito para se distanciar de outras relações de dependência em que outra pessoa ainda está presa nos seus medos de infância. Não é de modo algum aconselhável perseguir tais pessoas que entram em pânico e estão elas próprias perto do seu próprio abismo interior. É definitivamente aconselhável combater o pânico e os profetas da desgraça com uma dose saudável de desconfiança. Os verdadeiros líderes não estão à mercê das suas próprias estratégias de sobrevivência ao trauma. Quer como pais, professores, gestores ou políticos, eles não espalham o medo, mas permanecem calmos e claros quando o perigo surge. Essa é a sua função.

+++

Obrigado ao autor pelo direito de publicar o artigo.

+++

Fonte da imagem: Iryna Kalamurza / portadas

+++

KenFM esforça-se por um amplo espectro de opiniões. Os artigos de opinião e as contribuições dos convidados não têm de reflectir a opinião do pessoal editorial.

+++

Gosta do nosso programa? Informação sobre outras possibilidades de apoio aqui:

<https://kenfm.de/support/kenfm-unterstuetzen/>

+++

Agora também nos pode apoiar com as Bitcoins.



BitCoin endereço: 18FpEnH1Dh83GXXGpRNqSoW5TL1z1PZgZK