

A DEPRESSÃO DA DITADURA | POR ROLAND ROTTENFUSSER

Posted on 17. Dezember 2020

Porque o governo está a espezinhar as necessidades humanas essenciais, a Alemanha está a caminho do seu Inverno mais escuro desde há muito tempo.

Um ponto de vista de Roland Rottenfußer.

É lamentável que tantos profissionais permaneçam em silêncio sobre o actual ataque maciço à liberdade. Artistas, intelectuais, políticos da oposição, advogados ... Os psicólogos não são silenciosos, na realidade falam bastante. No entanto, dizem frequentemente as coisas erradas. Em princípio, a psicoterapia integrada aconselha hoje em dia as pessoas a adaptarem-se a um sistema doente como uma forma de ficarem bem. Isto é fatal, porque até o "mainstream" notou agora que estamos a deparar-nos com uma enorme epidemia de perturbações mentais. Isto diz respeito, sobretudo, à depressão. Este é um desenvolvimento lógico, susceptível de escalar na sequência de dias curtos e do tempo de Inverno, e de intensificar as "medidas Corona". O que é muito pouco visto: Estas depressões podem também ser o resultado de sentimentos de raiva não expressos contra os opressores, que se transformam em auto-agressão contra os próprios oprimidos. Aconselhar os doentes nesta situação a cumprirem e manterem os seus sentimentos "para si próprios" pode exacerbar o problema. Tal psicologia, ainda que conveniente para os poderosos, beira a traição dos doentes.

"O Inverno está a chegar" foi escrito na caneca que Markus Söder tinha na sua secretária, já com câmara, na conferência virtual do partido da CSU a 26 de Setembro. O ditado vem da série de sucesso "Game of Thrones". O que se pretende é: Não só se aproxima um longo e muito frio Inverno, mas também o perigo - de um exército de mortos-vivos que descerá sobre o mundo humano e transformará qualquer pessoa que se aproxime demasiado deles num zombie. Se quiser, este processo assemelha-se ao contágio de vírus. O contacto com pessoas doentes pode, por sua vez, torná-las doentes.

Söder queria jurar que o "seu" povo iria sofrer com este ditado. O perigo de infecção aumentaria no Inverno, proibições estritas ameaçadas, se as pessoas não adoptassem razões por sua própria vontade, ou seja, se comportassem como se tudo já estivesse proibido de qualquer forma. Söder fez um dos primeiros de toda uma série de discursos de sangue, suor e lágrimas que temos ouvido dos políticos desde então. A

reprovação ressoa sempre que o cidadão é obviamente demasiado brando, demasiado infantil - agindo irresponsavelmente na sua adesão aos hábitos de uma era passada, mais fácil.

Cabe portanto aos guardiões - os políticos - mudar a sua melodia. Nunca são eles próprios os responsáveis pela brutalidade com que sujeitam o povo ao seu regime; são sempre os próprios alunos que "forçam" os seus professores a usar a bengala - através da falta de razoabilidade e da petulância adolescente. Este é um dos padrões de pensamento característicos da pedagogia negra.

Sem vida contagiosa

A visão da multidão de mascarados, rolando através de poços de metro, com os seus olhos fixos sobre as suas bocas salientes, nunca sorridentes, faz lembrar um filme de zombies de outra forma. Ele parece opressivo e ameaçador. Estamos a viver uma epidemia de falta de vida contagiosa. A este respeito, a comparação do Jogo de Tronos de Markus Söder tem um significado secundário que ele próprio não pretendia. Um novo grupo de "seres" está prestes a invadir e tomar conta do território do antigo tipo de pessoas. Não só querem dominar-nos como não descansarão até que nós próprios nos tornemos uma parte do seu mundo. Nada voltará a ser o mesmo. A resistência é fútil. Seremos assimilados.

Hoje em dia, os pensamentos sombrios já percorrem a mente. Associações muito desconfortáveis. Sim, não há dúvida de que um Inverno excepcionalmente rigoroso está a começar. Mas não devido à ameaça de temperaturas particularmente baixas - Novembro foi ainda relativamente moderado. E não devido ao aumento das infecções de Corona - a veracidade de tais relatórios pode ser seguramente posta em dúvida. Não, estamos a caminhar para um Inverno em que as pessoas estão a ser atingidas por uma depressão colectiva sem precedentes - associada a graves distúrbios de ansiedade e a episódios exacerbados de "burn-out".

A epidemia melancólica

Não só observando e ouvindo os nossos semelhantes - mesmo os principais meios de comunicação social, caso contrário com a intenção de pintar as acções governamentais sob uma luz cor-de-rosa, como também

publicações profissionais, falam de uma epidemia de melancolia desenfreada. E também não são tímidos em nomear o culpado: Corona. O medo da infecção é identificado como a causa, bem como "o isolamento social devido às medidas de encerramento e a insegurança financeira devido às consequências económicas da pandemia". No entanto, ninguém ousa tirar a conclusão óbvia de que os responsáveis devem pôr fim às medidas nocivas.

O que é impressionante é que os meios de comunicação social não negam de forma alguma as consequências mentais da crise, que até nomeiam abertamente - para além do medo de contágio - as "medidas de protecção" Corona, a perda de liberdades, o isolamento, a desorientação, os medos existenciais de muitos cidadãos como causas de depressão. No entanto, de modo algum questionam que estas medidas sejam e continuem a ser necessárias.

Assim, enquanto uma infecção de Corona é tratada como algo a ser prevenido a qualquer custo, a epidemia de depressão e distúrbios de ansiedade é aceite como se fosse um destino inevitável.

Presume-se que os que sofrem apenas "têm de passar por isso". Parece-me que as doenças respiratórias estavam a aumentar dramaticamente numa comunidade devido a uma fábrica de químicos recentemente construída na vizinhança - e em vez de parar a emissão de poluentes, apenas se enumerariam calmamente os sintomas, na melhor das hipóteses recomenda-se um remédio para a tosse.

Compaixão selectiva

Com uma compaixão muito selectiva, muitas pessoas reagem mesmo a cursos mais suaves e bem toleráveis de infecção viral e, ao mesmo tempo, passam milhares de vezes, muitas vezes com um enorme sofrimento mental com um encolher de ombros. E isto embora não seja realmente um conhecimento novo que a depressão também pode levar à morte. Mais suicídios como resultado das medidas Corona já foram notados em muitos lugares, especialmente nos EUA.

É provável que o problema se intensifique no Inverno de 2020/2021 - quanto mais não seja devido ao então presumivelmente mais longo bloqueio e ao facto de a "Segunda Onda" já ter atingido as almas atingidas em

Outubro. A única coisa é: as ligações causais não são tão bem rastreáveis em tais casos. É pouco provável que os suicídios deixem cartas a dizer: "Fi-lo por causa do recolher obrigatório". E: as mortes por acção, ao contrário das mortes de Covid 19, não recebem atenção mediática e política.

Grandes secções da "literatura de aconselhamento" psicológico como a encontramos actualmente nos meios de comunicação social provam ser fracassos totais, da mesma forma que a maioria dos artistas, intelectuais, médicos, advogados e políticos da oposição. Na sua maior parte, o jornalismo terapêutico morsel aconselha a aceitação do dado, incluindo o quadro político. Wilhelm Reich referiu-se também à abordagem psicanalítica do seu professor Sigmund Freud como "teoria da adaptação cultural". A saúde mental é definida na psicologia de conformação do sistema como a natação juntamente com as correntes sociais predominantes, como a ausência de resistência causadora de sofrimento. A alma torna-se assim plasticina nas mãos de políticos e economistas.

"Aceitando radicalmente"

Encontramos um exemplo particularmente explícito desta "doutrina de adaptação" numa entrevista com a psicóloga e professora universitária Hanna Christiansen na revista "Jetzt". É verdade que Christiansen também nota um "aumento do stress psicológico" e admite "que aqueles que já estavam mentalmente doentes e stressados antes sofrem particularmente". Ela relata cartas de estudantes do sexo feminino com distúrbios de ansiedade em massa. Mas mesmo ela não tem uma ideia inovadora do que fazer a esse respeito.

Assim, o psicólogo sugere "continuar a manter o contacto com os amigos e a reunir-se". Sujeito às restrições e medidas em vigor, é claro". Isso soa um pouco como se ela temesse que o Primeiro Ministro esteja a ler e como se tivesse medo de ser repreendida se não admitir precipitadamente as restrições ordenadas. Um acontecimento não atípico, a propósito, na Alemanha de 2020.

O que o psicólogo sugerir então para controlar os problemas mentais agradará aos políticos do poder da Corona:

"Quanto mais discuto e me lembro de como tudo é terrível, pior me sinto. É melhor aceitar radicalmente a situação, já que não há nada que se possa fazer de qualquer maneira. Se eu me agarrar à minha impotência a toda a hora, só me sentirei pior".

Portanto, não tente reduzir a sua verdadeira impotência: por exemplo, participando em protestos, por desobediência civil e resistência legal; não se ressinta interiormente da sua própria impotência - mas: "aceite radicalmente". Pode ser que a aceitação proporcione alívio psicológico em muitos casos. Mas e se uma angústia psicológica tiver sido causada por privação de liberdade - por auto-expressão reprimida e tornada impossível a autenticidade? Pode a conformidade ser a cura quando a pressão para se conformar tem sido o veneno adocicante?

Apenas "psicologia prisional".

É certo que a situação actual para os psicólogos não é fácil. Vivemos agora numa sociedade altamente estruturada com características autoritárias, em que o comportamento das pessoas lhes é essencialmente ditado - o que não impede os governantes de se ofenderem quando alguém usa a palavra "ditadura". A terapia em tais circunstâncias não pode ser outra coisa senão psicologia prisional. Manobra, remendando problemas mais secundários e, no seu âmago, aconselhando as pessoas a aceitarem o que é dado. Mas pode não recomendar o único verdadeiro remédio: A liberdade. Pois o próprio caminho para a liberdade é bloqueado por um sistema de violência estrutural ao qual o psicólogo prisional - tal como os reclusos - está sujeito.

Em essência, qualquer terapia individual tem a função de delegar no indivíduo a responsabilidade pelo seu próprio destino de vida. Ao dirigir-se a um psicoterapeuta, o paciente admite implicitamente que o problema reside nele, mesmo quando o mundo "lá fora" está literalmente a enlouquecer e quando as neuroses colectivas estão a germinar em todo o lado.

Basicamente, os terapeutas devem aconselhar os seus pacientes: "Foda-se o estado e as regras, quebrar, chorar quando lhe apetece chorar, gritar a sua raiva e dor, nunca se abaixar e endireitar até à sua altura máxima. Seja volumoso, desajustado, picuinhas! Contra-atacar! Então, uma saúde mental maior cuidará de

si própria".

Mas ninguém ousaria dar tais conselhos - quanto mais não fosse no interesse do doente, que seria ameaçado com restrições ainda piores em consequência de se revoltar contra as restrições: repreensão, multa, perda de meios de subsistência, até mesmo penas de prisão. Muito antes da Corona, não era a pessoa completamente "crescida" que era socialmente desejada, mas sim a pessoa que tinha sido aparada da forma exigida - semelhante a uma árvore de caixa num jardim barroco que tinha sido posta em forma com cortadores de sebes.

A perfídia particular do comportamento actual dos poderosos é causar um sofrimento psicológico mil vezes maior e, ao mesmo tempo, bloquear a forma mais eficaz de cura dos doentes.

Liberdade e saúde são uma só

Que uma tal psicoterapia "incorporada" não é uma questão natural, só nos apercebemos quando nos informamos sobre alternativas. Para o já mencionado Wilhelm Reich (1897 a 1957), a liberdade era o pré-requisito básico para a saúde mental, razão pela qual ele também estava muito interessado em melhorar o quadro político.

"A definição de liberdade é idêntica à definição de saúde sexual",

Reich escreveu.

"Existe uma ancoragem fisiológica sexual de falta de liberdade social no organismo humano".

Mesmo que a sexualidade seja apenas de interesse marginal no nosso contexto - o que se pretende é que a falta de liberdade na vida política e profissional se manifeste sob a forma de tensões e bloqueios energéticos no corpo. Pelo contrário, a libertação de tais bloqueios teria implicações para o conjunto social. Assim, o desconforto de Reich com as formas convencionais de terapia estabilizadora do sistema pode ser resumido numa das frases de Adorno: "Ao assemelhar-se ao todo insano, o curado torna-se ainda mais doente".

A abordagem de Wilhelm Reich de "libertação de energia" terapêutica e politicamente explosiva, vivida nas orientações terapêuticas bioenergéticas de Alexander Lowen e John Pierrakos. Uma postura anti-autoritária, também fundamentada na terapia corporal, característica dos anos 60 e 70, pode ser encontrada nos escritos de Alexander Lowen:

"O prazer vem do livre fluxo de forças dentro do corpo ou entre ele e o seu ambiente. O poder surge quando a força é empurrada para cima e controlada. Isto delineia a diferença fundamental entre o homem do prazer e o homem do poder. O poder prospera na dominação".

Objectivo do Estado: A Consciência da Consciência

Uma vez que - em contraste com as origens da psicanálise com Freud - não era o controlo do efeito através da instância racional "ego" mas o "livre fluxo de energias" que era considerado como o valor mais elevado, o cenário terapêutico daqueles anos continha um potencial revolucionário crescente, que o movimento de 1968 também retomou neste sentido. O "superego" parecia largamente desacreditado como o representante das normas sociais internalizadas. Ao mesmo tempo, terapeutas como Timothy Leary experimentaram drogas que expandem a mente - e isto também poderia ter um efeito de "quebra de sistema".

Pretendia-se nas típicas "68er therapies", sobretudo duas coisas: expansão da consciência e expansão do espectro de opções de acção. A actual política da Corona tem o efeito oposto em ambos os campos: um estreitamento da consciência através do medo e da propaganda repetitiva, bem como uma limitação extrema das possibilidades de acção a apenas algumas áreas permitidas: sentar-se em casa, fazer compras, trabalhar. Bioenergética também se pode dizer: Esta política causa bloqueios energéticos que fazem as pessoas adoecer. Simbolicamente e também em termos reais, isto manifesta-se especificamente na restrição da possibilidade de inspirar e expirar livremente como resultado da compulsão da máscara - um ataque à saúde colectiva que é único na história.

A depressão como forma de auto-agressão

A depressão também pode ser entendida como uma forma de processamento autoagressivo de estímulos. O risco de doença aumenta quando a agressão é excitada, mas não há possibilidade de a expressar. Ou porque o adversário (estado) parece demasiado forte ou porque existe um bloqueio interno. Porque o indivíduo se sente irreflectido, por exemplo, porque as regras da distância o enervam. Suprime-se então a raiva perante a opressão do Estado, porque se acredita racionalmente que é necessário.

A terapia traumática trata extensivamente da questão do que acontece quando alguém, em vez de agir com raiva, virtualmente a leva de volta a si próprio. É o caso, por exemplo, do livro de Isa Grüber "What the Body Has to Say". Nele, o autor descreve duas formas pelas quais a raiva pode ser expressa após a traumatização:

"Ou como um impulso de combate dirigido para fora, que foi abrandado e reprimido e está agora à espera da sua conclusão, ou como um impulso dirigido para dentro, quando o colapso causou a reacção de combate a 'colapso em si mesmo', mas a carga interior ainda está presente. O resultado é frequentemente padrões de acção auto-agressivos".

Vejamos a experiência que a maioria das pessoas tem actualmente com a Corona como uma forma relativamente suave de choque e trauma. Quando o organismo está sob constante stress, mas as formas naturais de luta e fuga parecem impossíveis, a terceira coisa que resta é "fazer-se de morto", uma espécie de sensação de entorpecimento, o congelamento das emoções. A pessoa afectada sente-se sem vida e tonta, parece desorientada, perde o contacto consigo própria e com os seus semelhantes. Esta também é uma forma de "ancoragem da servidão social no organismo humano", de acordo com Wilhelm Reich.

Aqueles que são oprimidos e também têm de reprimir a sua raiva por serem oprimidos, parecem deprimidos.

Demasiada impressão e muito pouca expressão cria pressão.

Os bravos traídos

Em muitos casos, as pessoas estão também deprimidas pelos seus sentimentos de decepção - por exemplo, que os seus esforços anteriores - a renúncia, a "bondade" - não tenham sido recompensados. Muitos

pensaram no início da crise: "Vamos alinhar com isto durante algum tempo. Quanto mais consistentemente nos restringirmos, mais cedo recuperaremos a nossa antiga vida". Um regresso à liberdade original, porém, nunca foi previsto pelos poderosos. Assim, observamos nos "rebeldes" o desapontamento de que o seu compromisso com a liberdade e a democracia não seja apreciado, que sejam mesmo insultados e ostracizados por isso. E encontramos entre os "conformistas" a desilusão de que a renúncia à liberdade não levou de modo algum à recuperação dessa liberdade.

Em muitos casos, há até mesmo "ataques públicos" por parte dos estabelecidos. A narrativa é divulgada de que foi apenas a "imprudência" dos cidadãos que levou a que a liberdade e a vida económica tivessem de ser restringidas. A morte e a doença sempre existiram, mas, de repente, são culpa nossa. Outros factores podem ter desempenhado um papel mais importante: a ineficácia das máscaras, uma certa dinâmica das doenças virais, a diminuição das defesas através do abuso mental e da ausência de alegria prescrita, a imprevisibilidade da própria vida ou morte. E, claro, grande parte do problema foi criado pela lupa dos meios de comunicação social em primeiro lugar.

A população sente-se actualmente como uma "criança" não amada perseguindo a aprovação do seu "pai" (estado) em vão. Como o famoso burro de uma cenoura, que o seu cavaleiro segura à sua frente com uma cana de pesca. O animal esgota-se então até à exaustão sem nunca atingir o seu objectivo. Este é também o caso do actual "lockdown light", em que os políticos "dignificam" sacrifícios já feitos pela população exigindo ainda mais sacrifícios - até que toda a vida na fase final congele como o castelo da Rainha da Neve num conto de fadas. Isto desmoraliza e frustra, manobrando as pessoas para uma situação de aparente desesperança.

A depressão deliberada

A depressão colectiva é politicamente pretendida? Por vezes sim. Em qualquer caso, é aceite. A sua propagação não é sequer remotamente considerada como um motivo para atenuar as medidas Corona. "Terão de ir em frente com isto". Uma população colectivamente deprimida e inibida de expressão é mais fácil de gerir. É também mais fácil impor-lhes mais medidas coercivas porque, afinal, o seu orgulho já está

quebrado, a sua auto-estima apenas sob uma forma muito reduzida.

Após meses de tal "tratamento", muitas pessoas podem estar tão em desacordo consigo próprias que sentem que não merecem nada melhor do que este governo.

Além disso, os problemas psicológicos enfraquecem o sistema imunitário, tornando as pessoas susceptíveis a todo o tipo de doenças, especialmente infecções virais. Estes permitem então aos que estão no poder, num segundo passo, voltar a "apresentar" triunfantemente números de infecção crescente e, como consequência, impor medidas ainda mais duras. E assim por diante, num círculo vicioso sem fim.

A decisão errada

O primeiro folheto do movimento de resistência "A Rosa Branca" diz: "Não se esqueçam que todo o povo merece o governo que suporta"! Reagir às imposições da política de uma forma depressiva-auto-agressiva em vez de extrovertida e defensiva é uma decisão primordial que a maioria das pessoas tomou por si própria - a maioria delas provavelmente inconscientemente. É a decisão errada, porque cada mês que passa a depressão continua a enfraquecer ainda mais a nossa determinação e auto-estima.

No entanto, a inversão é fundamentalmente possível. O desejo de liberdade numa maioria de pessoas pode romper mesmo após décadas de opressão prolongada. "Sabemos sempre qual é a verdade, não importa há quanto tempo vivemos sem ela", diz Kate Winslet no drama de Hollywood "Times of Turmoil". Nenhum sistema de coerção e manipulação jamais se instalou num país de forma tão perfeita que os impulsos de liberdade não rompessem em algum lugar, em algum momento. Deve ter sido assim na antiga RDA. No entanto, as pessoas caíram da verdadeira frigideira socialista para o fogo capitalista.

Hoje já não existe um "Ocidente", ou seja, um país estrangeiro supostamente livre que seja adequado como ponto de comparação e como local de saudade. Nenhum lugar no "exterior" de onde possa vir a libertação para aqueles que se encontram presos num totalitarismo rígido de saúde. "Il n'y a plus d'Amérique" cantou o grande chansonnier Jacques Brel. Já não há América - não há lugar de refúgio, nenhum novo território abrindo novas liberdades, nenhum poder protector benevolente que nos proteja. No sentido acima

mencionado, a América também deixou há muito de ser a América.

Agora temos apenas nós próprios. Temos a memória do que aprendemos sobre a liberdade nos anos relativamente bons do pós-guerra na Alemanha. Dos ideais que outrora reconhecemos como bons e permitimos que crescessem dentro de nós. Do que nos tornámos e fizemos de nós próprios quando não estávamos tão expostos à deformação como estamos hoje. Esta memória é o nosso depósito de humanidade, o nosso armazém de calor do qual podemos tirar no Inverno. O nosso fogo residual que temos de continuar a arder em pequenas chamas antes de o extinguirem por completo. E que poderá um dia voltar a ser maior - alimentado por um novo "vento de mudança", que soprará os poderosos, que agora acreditam estar no topo, com bastante força na cara.

+++

Este artigo foi publicado em 12.12.2020 em [Rubikon – Magazin für die kritische Masse](#)

+++

Nota sobre o artigo: Este texto apareceu pela primeira vez em "Rubikon - Magazin für die kritische Masse", cujo conselho consultivo inclui Daniele Ganser e Rainer Mausfeld. Uma vez que foi publicado sob uma licença gratuita (Creative Commons), KenFM adopta este texto em uso secundário e assinala explicitamente que o Rubikon também está dependente de doações e necessita de apoio. Precisamos de muitos meios de comunicação alternativos!

+++

Fonte da imagem: goffkein.pro / shutterstock

+++

KenFM esforça-se por um amplo espectro de opinião. Os artigos de opinião e os lugares de convidados não têm de reflectir as opiniões do conselho editorial.


+++

Gosta do nosso programa? Informação sobre outras formas de nos apoiar aqui:

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

+++

Agora pode apoiar-nos com as Bitcoins.

 Bitcoin endereço: 18FpEnH1Dh83GXXGpRNqSoW5TL1z1PZgZK