

LA DEPRESIÓN DE LA DICTADURA | POR ROLAND ROTTENFUSSER

Posted on 17. Dezember 2020

Debido a que el gobierno está pisoteando las necesidades humanas esenciales, Alemania se dirige a su invierno más oscuro en mucho tiempo.

Un punto de vista de Roland Rottenfußer.

Es lamentable que tantos profesionales guarden silencio sobre el actual ataque masivo a la libertad. Artistas, intelectuales, políticos de la oposición, abogados... Los psicólogos no son silenciosos, de hecho hablan bastante. Sin embargo, a menudo dicen cosas equivocadas. En principio, la psicoterapia integrada hoy en día aconseja a las personas a adaptarse a un sistema enfermo como una forma de mejorar. Esto es fatal, porque incluso la "corriente principal" se ha dado cuenta de que nos encontramos con una epidemia masiva de trastornos mentales. Lo más notable es que se trata de la depresión. Este es un desarrollo lógico, que probablemente se intensifique a raíz de los días cortos y el clima invernal, y la intensificación de las "medidas de la Corona". Lo que se ve muy poco: Estas depresiones también pueden ser el resultado de sentimientos de rabia no expresados contra los opresores, que se convierten en autoagresión contra el propio oprimido. Aconsejar a los enfermos en esta situación que cumplan y mantengan sus sentimientos "para sí mismos" puede exacerbar el problema. Tal psicología, aunque conveniente para los poderosos, raya en la traición a los enfermos.

"Se acerca el invierno" estaba escrito en la taza que Markus Söder tenía en su escritorio, listo para la cámara, en la conferencia virtual del partido de la CSU el 26 de septiembre. El dicho viene de la exitosa serie "Juego de Tronos". Lo que se quiere decir es: No sólo se avecina un largo y muy frío invierno, sino también el peligro - de un ejército de no-muertos que descenderá sobre el mundo humano y convertirá a cualquiera que se acerque demasiado a ellos en un zombi. Si se quiere, este proceso se asemeja al contagio de los virus. El contacto con personas enfermas puede a su vez hacer que se enfermen.

Söder quería jurar a "su" gente que vendrían dificultades con este dicho. El peligro de infección aumentaría en el invierno, amenazando con prohibiciones estrictas, si el pueblo no adoptaba una razón por sí mismo, es decir, se comportaba como si todo estuviera ya prohibido de todos modos. Söder dio uno de los primeros de toda una serie de discursos de sangre, sudor y lágrimas que hemos escuchado de los políticos desde

entonces. El reproche siempre resuena que el ciudadano es obviamente demasiado blando, demasiado infantil - actuando irresponsablemente en su adhesión a los hábitos de una época pasada, más fácil.

Por lo tanto, depende de los guardianes - los políticos - cambiar su tono. Nunca son ellos mismos los responsables de la brutalidad con la que someten al pueblo a su régimen; siempre son los propios alumnos los que "obligan" a sus profesores a usar el bastón - por irracionalidad y petulancia adolescente. Este es uno de los patrones de pensamiento característicos de la pedagogía negra.

La falta de vida contagiosa

La vista de la multitud de personas que llevan máscaras, rodando por los túneles del metro, frunciendo el ceño, con sus ojos fijos sobre sus bocas abultadas y nunca sonrientes, recuerda de otra manera a una película de zombis. Parece opresivo y amenazador. Estamos experimentando una epidemia de falta de vida contagiosa. En este sentido, la comparación del Juego de Tronos de Markus Söder tiene un significado secundario que él mismo no pretendía. Un nuevo grupo de "seres" está a punto de invadir y apoderarse del territorio del antiguo tipo de personas. No sólo quieren dominarnos, sino que no descansarán hasta que nosotros mismos seamos parte de su mundo. Nada volverá a ser lo mismo. La resistencia es inútil. Seremos asimilados.

En estos días, los pensamientos oscuros ya están corriendo por la mente de uno. Asociaciones muy incómodas. Sí, no hay duda de que está empezando un invierno excepcionalmente duro. Pero no por la amenaza de temperaturas particularmente bajas - noviembre era todavía relativamente suave. Y no por el aumento de las infecciones de la Corona - la veracidad de tales informes puede ser dudada con seguridad. No, nos dirigimos a un invierno en el que la gente está siendo golpeada por una depresión colectiva sin precedentes - asociada con graves trastornos de ansiedad y exacerbados ataques de "agotamiento".

La epidemia de melancolía

No sólo nos damos cuenta de esto viendo y escuchando a nuestros semejantes - incluso los medios de comunicación, que de otra manera intentarían pintar las acciones del gobierno con una luz de color de rosa,

así como las publicaciones profesionales, hablan de una epidemia de melancolía desenfrenada. Y tampoco son tímidos a la hora de nombrar al culpable: Corona. Se identifica el miedo a la infección como la causa, así como "el aislamiento social debido a las medidas de bloqueo y la inseguridad financiera debido a las consecuencias económicas de la pandemia". Sin embargo, nadie se atreve a sacar la conclusión obvia de que los responsables deben poner fin a las medidas perjudiciales.

Lo que llama la atención es que los medios de comunicación no niegan en modo alguno las consecuencias mentales de la crisis, que incluso nombran abiertamente -además del temor al contagio- las "medidas de protección" de la Corona, la pérdida de libertades, el aislamiento, la desorientación, los temores existenciales de muchos ciudadanos como causas de la depresión. Sin embargo, no cuestionan de ninguna manera que estas medidas son y siguen siendo necesarias.

Así que mientras que una infección de Corona es tratada como algo que debe ser prevenido literalmente a cualquier costo, la epidemia de depresión y trastornos de ansiedad es aceptada como si fuera un destino inevitable.

Se supone que los que sufren sólo "tienen que pasar por ello". Me parece que las enfermedades respiratorias están aumentando dramáticamente en una comunidad debido a una fábrica química recién construida en el vecindario - y en lugar de detener la emisión de contaminantes, uno sólo enumeraría tranquilamente los síntomas, en el mejor de los casos recomendaría un medicamento para la tos.

Compasión selectiva

Con una compasión muy selectiva, muchas personas reaccionan incluso a cursos más leves y bien tolerables de infección viral y al mismo tiempo pasan por encima de miles de veces, a menudo un sufrimiento mental masivo con un encogimiento de hombros. Y esto aunque no es realmente un conocimiento nuevo que la depresión también puede llevar a la muerte. Ya se han observado más suicidios a raíz de las medidas de Corona en muchos lugares, especialmente en los Estados Unidos.

Es probable que el problema se intensifique en el invierno de 2020/2021, aunque sólo sea por el entonces

presumiblemente más largo encierro y por el hecho de que la "Segunda Ola" golpeó a las almas ya golpeadas en octubre. Lo único es que las conexiones causales no son tan bien rastreables en tales casos. Es poco probable que los suicidas dejen cartas diciendo: "Lo hice por el toque de queda". Y: las muertes por acción, a diferencia de las muertes de Covid 19, no reciben atención mediática y política.

Grandes secciones de la "literatura de consejos" psicológicos, tal y como la encontramos actualmente en los medios de comunicación, resultan ser un fracaso total, al igual que la mayoría de los artistas, intelectuales, médicos, abogados y políticos de la oposición. En su mayor parte, el periodismo de bocados terapéuticos aconseja la aceptación de lo dado, incluyendo el marco político. Wilhelm Reich también se refirió al enfoque psicoanalítico de su maestro Sigmund Freud como "teoría de la adaptación cultural". La salud mental se define en la psicología conforme al sistema como el hecho de nadar junto con las corrientes sociales predominantes, como la ausencia de resistencia que causa sufrimiento. El alma se convierte así en plastilina en las manos de los políticos y economistas.

"Aceptando radicalmente"

Un ejemplo particularmente explícito de esta "doctrina de la adaptación" lo encontramos en una entrevista con la psicóloga y profesora universitaria Hanna Christiansen en la revista "Jetzt". Es cierto que Christiansen también observa un "aumento de la tensión psicológica" y admite "que los que ya estaban mentalmente enfermos y estresados antes sufren particularmente". Ella reporta cartas de estudiantes femeninas con desórdenes de ansiedad masiva. Pero ni siquiera ella tiene una idea innovadora de qué hacer al respecto.

Así que la psicóloga sugiere "seguir en contacto con los amigos y reunirse". Con sujeción a las restricciones y medidas en vigor, por supuesto". Eso suena un poco como si temiera que el primer ministro esté leyendo y como si temiera ser regañada si no admite apresuradamente las restricciones ordenadas. Un acontecimiento no atípico, por cierto, en la Alemania de 2020.

Lo que el psicólogo sugiere entonces para controlar los problemas mentales complacerá a los políticos del poder de Corona:

"Cuanto más discuto y me recuerdo lo terrible que es todo, peor me siento. Es mejor aceptar radicalmente la situación, ya que no hay nada que puedas hacer al respecto de todos modos. Si insisto en mi impotencia todo el tiempo, sólo me sentiré peor."

Así que no intente reducir la impotencia real: por ejemplo, participando en protestas, por desobediencia civil y resistencia legal; ni siquiera resienta interiormente su propia impotencia - sino: "acepte radicalmente". Puede ser que la aceptación proporcione alivio psicológico en muchos casos. Pero, ¿qué pasa si una angustia psicológica ha sido causada por la privación de la libertad - por la supresión de la auto-expresión y la imposibilidad de autenticidad? ¿Puede ser la conformidad la cura cuando la presión para conformarse ha sido el veneno enfermizo?

Sólo la "psicología de la prisión"

Hay que reconocer que la situación actual de los psicólogos no es fácil. Actualmente vivimos en una sociedad muy estructurada con rasgos autoritarios, en la que el comportamiento de las personas está esencialmente dictado a ellas, lo que no impide que los gobernantes se ofendan cuando alguien utiliza la palabra "dictadura". La terapia en tales circunstancias no puede ser otra cosa que la psicología de la prisión. Maniobra, tratando de resolver problemas secundarios y, en el fondo, aconsejando a la gente que acepte lo que se le da. Pero puede que no recomiende el único remedio real: La libertad. Porque el camino hacia la libertad está bloqueado por un sistema de violencia estructural a la que el psicólogo de la prisión - como los reclusos - está sometido.

En esencia, cualquier terapia individual tiene la función de delegar en el individuo la responsabilidad del destino de su propia vida. Al acudir a un psicoterapeuta, el paciente admite implícitamente que el problema reside en él o ella, incluso cuando el mundo "exterior" se está volviendo literalmente loco y cuando las neurosis colectivas están brotando por todas partes.

Básicamente, los terapeutas deben aconsejar a sus pacientes: "A la mierda el estado y las reglas, salgan, lloren cuando tengan ganas de llorar, griten su rabia y dolor, nunca se agachen y se enderecen a su altura completa. ¡Sea voluminoso, inadaptado, espinoso! ¡Defiéndete! Entonces una mayor salud mental se

ocupará de sí misma".

Pero nadie se atrevería a dar ese consejo, aunque sólo fuera en interés del paciente, que se vería amenazado con limitaciones aún peores como consecuencia de su rebelión contra las limitaciones: reprimenda, multa, pérdida de medios de vida, incluso penas de prisión. Mucho antes de Corona, no era la persona completamente "adulta" la que se deseaba socialmente, sino más bien la persona que había sido recortada de la manera requerida - similar a un boj en un jardín barroco que había sido puesto en forma con corta setos.

La perfidia particular del comportamiento actual de los poderosos es causar un sufrimiento psicológico mil veces mayor y al mismo tiempo bloquear la forma más efectiva de curación de los enfermos.

La libertad y la salud son una

Que una psicoterapia tan "incrustada" no es algo natural, sólo lo notamos cuando nos informamos sobre las alternativas. Para el ya mencionado Wilhelm Reich (1897 a 1957), la libertad era el prerequisite básico para la salud mental, por lo que también estaba muy interesado en mejorar el marco político.

"Definir la libertad es idéntico a definir la salud sexual",

Reich escribió.

"Hay un anclaje fisiológico sexual de la falta de libertad social en el organismo humano."

Aunque la sexualidad sólo tenga un interés marginal en nuestro contexto, lo que se quiere decir es que la falta de libertad en la vida política y profesional se manifiesta en forma de tensiones y bloqueos de energía en el cuerpo. Por el contrario, la liberación de tales bloqueos tendría implicaciones para el conjunto social. Así, la incomodidad de Reich con las formas convencionales de terapia estabilizadora del sistema se puede resumir en una de las frases de Adorno: "Al asemejarse a la totalidad de la locura, lo curado se vuelve aún más enfermo".

El enfoque de Wilhelm Reich de "liberación de energía" terapéutica y políticamente explosiva vivió en las

direcciones terapéuticas bioenergéticas de Alexander Lowen y John Pierrakos. Una postura anti-autoritaria, también basada en la terapia corporal, característica de la época de los años 60 y 70 se puede encontrar en los escritos de Alexander Lowen:

"El placer proviene del libre flujo de fuerzas dentro del cuerpo o entre éste y su entorno. El poder surge cuando la fuerza es reprimida y controlada. Esto esboza la diferencia fundamental entre el hombre de placer y el hombre de poder. El poder prospera con la dominación".

Objetivo del Estado: Constricción de la conciencia

Dado que -a diferencia de los orígenes del psicoanálisis con Freud- no era el control del afecto por medio de la instancia racional "ego" sino el "libre flujo de energías" lo que se consideraba como el valor más alto, la escena terapéutica de esos años contenía un potencial revolucionario mayor, que el movimiento de 1968 también retomó en este sentido. El "superego" parecía en gran medida desacreditado como representante de las normas sociales internalizadas. Al mismo tiempo, terapeutas como Timothy Leary experimentaron con drogas que expanden la mente, y esto también podría tener un efecto "rompedor del sistema".

En las típicas "terapias del 68er" se pretendían sobre todo dos cosas: la expansión de la conciencia y la expansión del espectro de opciones de acción. La actual política de Corona tiene el efecto opuesto en ambos campos: un estrechamiento de la conciencia a través del miedo y la propaganda repetitiva, así como una limitación extrema de las posibilidades de acción a sólo unas pocas áreas permitidas: sentarse en casa, hacer compras, trabajar. Bioenergéticamente también se puede decir: Esta política causa bloqueos energéticos que enferman a la gente. Simbólicamente y también en términos reales, esto se manifiesta específicamente en la restricción de la posibilidad de inhalar y exhalar libremente como resultado de la compulsión de la máscara - un ataque a la salud colectiva que es único en la historia.

La depresión como una forma de autoagresión

La depresión también puede entenderse como una forma de procesamiento autoagresivo de los estímulos. El riesgo de enfermedad aumenta cuando se despierta la agresión pero no hay posibilidad de expresarla. Ya

sea porque el oponente (estado) parece demasiado fuerte o porque existe un bloqueo interno. Porque el individuo se siente desconsiderado, por ejemplo, porque las reglas de distancia le ponen de los nervios. Uno entonces suprime su rabia por la opresión del estado, porque cree racionalmente que es necesario.

La terapia de trauma trata extensamente la cuestión de lo que sucede cuando alguien, en lugar de actuar con ira, virtualmente la devuelve a sí mismo. Este es el caso, por ejemplo, del libro de Isa Grüber "Lo que el cuerpo tiene que decir". En ella, el autor describe dos formas en que la ira puede expresarse después de la traumatización:

"Ya sea como un impulso de lucha dirigido hacia el exterior que ha sido frenado y contenido y que ahora está esperando su finalización, o como un impulso dirigido hacia el interior, cuando el colapso ha causado que la reacción de lucha "se derrumbe sobre sí misma", pero la carga interna todavía está presente. El resultado es a menudo patrones de acción autoagresivos".

Veamos la experiencia que la mayoría de la gente tiene actualmente con Corona como una forma comparativamente leve de shock y trauma. Cuando el organismo está bajo constante estrés, pero las formas naturales de lucha y huida parecen imposibles, lo tercero que queda es "hacerse el muerto", una especie de sensación de entumecimiento, el congelamiento de las emociones. La persona afectada se siente sin vida y mareada, parece desorientada, pierde el contacto consigo misma y con sus semejantes. Esto también es una forma de "anclaje de la esclavitud social en el organismo humano", según Wilhelm Reich.

Los que están oprimidos y también tienen que reprimir su ira al ser oprimidos parecen deprimidos.

Demasiada impresión y muy poca expresión crea presión.

Los valientes traicionados

En muchos casos, las personas también están deprimidas por sus sentimientos de decepción - por ejemplo, que sus esfuerzos anteriores - la renuncia, la "bondad" - no han sido recompensados. Muchos pensaron al principio de la crisis: "Seguiremos con esto por un tiempo. Cuanto más consistentemente nos restrinjamos, más pronto recuperaremos nuestra antigua vida". El retorno a la libertad original, sin embargo, nunca fue

previsto por los poderosos. Así que observamos en los "rebeldes" la decepción de que no se aprecie su compromiso con la libertad y la democracia, que incluso se les insulta y se les condena al ostracismo por ello. Y encontramos entre los "conformistas" la desilusión de que la renuncia a la libertad no condujo de ninguna manera a la recuperación de esta libertad.

En muchos casos, incluso hay "golpes públicos" por parte de lo establecido. Se ha difundido la narración de que sólo la "temeridad" de los ciudadanos fue lo que llevó a que se restringiera la libertad y la vida económica. La muerte y la enfermedad siempre han existido, pero de repente son nuestra culpa. Otros factores pueden haber desempeñado un papel más importante: la ineficacia de las máscaras, un cierto impulso de la enfermedad viral, la disminución de las defensas mediante el abuso mental y la falta de alegría prescrita, la imprevisibilidad de la vida o la muerte misma. Y, por supuesto, gran parte del problema fue creado por la lupa de los medios de comunicación en primer lugar.

La población se siente actualmente como un "niño" no querido que busca en vano la aprobación de su "padre" (estado). Como el famoso burro de una zanahoria, que su jinete sostiene delante de él con una caña de pescar. El animal entonces se agota hasta el punto de agotarse sin llegar nunca a su meta. Este es también el caso de la actual "luz de bloqueo", en la que los políticos "dignifican" los sacrificios ya realizados por la población exigiendo aún más sacrificios - hasta que toda la vida en la etapa final se congela como el castillo de la Reina de las Nieves en un cuento de hadas. Esto desmoraliza y frustra a las personas, llevándolas a una situación de desesperanza percibida.

La depresión deliberada

¿La depresión colectiva tiene una intención política? A veces sí. En cualquier caso, se acepta. Su difusión no se considera ni remotamente una razón para bajar el tono de las medidas de Corona. "Tendrán que seguir adelante con ello". Una población colectivamente deprimida y con inhibiciones de expresión es más fácil de manejar. También es más fácil imponerles otras medidas coercitivas porque, después de todo, su orgullo ya está quebrantado, su autoestima sólo en forma muy reducida.

Después de meses de tal "tratamiento", muchas personas pueden estar tan en desacuerdo consigo mismas

que sienten que no merecen nada mejor que este gobierno.

Además, los problemas psicológicos debilitan el sistema inmunológico, lo que hace que las personas sean susceptibles a todo tipo de enfermedades, especialmente a las infecciones virales. Esto permite a los que están en el poder, en un segundo paso, "presentar" triunfalmente las crecientes cifras de infección de nuevo y, como consecuencia, imponer medidas aún más duras. Y así sucesivamente en un círculo vicioso sin fin.

La decisión equivocada

El primer folleto del movimiento de resistencia "La Rosa Blanca" dice: "No olvides que todo pueblo merece el gobierno que soporta!" Reaccionar a las imposiciones de la política de una manera depresiva-autoagresiva en lugar de extrovertida y defensiva es una decisión primordial que la mayoría de la gente ha tomado por sí misma - la mayoría de ellos probablemente de manera inconsciente. Es una decisión equivocada porque cada mes que la depresión persiste debilita aún más nuestra resolución y autoestima.

Sin embargo, la inversión es fundamentalmente posible. El deseo de libertad de la mayoría de las personas puede abrirse paso incluso después de décadas de prolongada opresión. "Siempre sabemos cuál es la verdad, no importa cuánto tiempo hayamos vivido sin ella", dice Kate Winslet en el drama de Hollywood "Times of Turmoil". Ningún sistema de coerción y manipulación se ha asentado nunca en un país de manera tan fluida que los impulsos de libertad no hayan irrumpido en algún lugar, en algún momento. Debe haber sido así en la antigua RDA. Sin embargo, la gente de allí cayó de la verdadera sartén socialista al fuego capitalista.

Hoy en día ya no existe un "Occidente", es decir, ningún país extranjero supuestamente libre que sea adecuado como punto de comparación y como lugar de anhelo. No hay lugar en el "exterior" del que pueda venir la liberación para los encarcelados en un rígido totalitarismo sanitario. "Il n'y a plus d'Amérique" cantó el gran chansonnier Jacques Brel. No hay más América - no hay lugar de refugio, no hay nuevo territorio que abra nuevas libertades, no hay un poder protector benevolente que nos proteja. En el sentido mencionado, América también ha dejado de ser América hace mucho tiempo.

Ahora sólo nos tenemos a nosotros mismos. Tenemos el recuerdo de lo que aprendimos sobre la libertad en los relativamente buenos años de la Alemania de posguerra. De los ideales que una vez reconocimos como buenos y permitimos que crecieran dentro de nosotros. de lo que nos convertimos y hicimos de nosotros mismos cuando no estábamos tan expuestos a la deformación como lo estamos hoy. Este recuerdo es nuestro depósito de humanidad, nuestro almacén de calor del que podemos extraer en invierno. Nuestro fuego residual que debemos mantener ardiendo en pequeñas llamas antes de que lo apaguen por completo. Y que un día puede volver a ser más grande, avivado por un nuevo "viento de cambio", que soplará a los poderosos, que ahora creen estar en la cima, muy poderosamente en la cara.

+++

Este artículo apareció el 12.12.2020 en [Rubikon – Magazin für die kritische Masse](#)

+++

Nota sobre el artículo: Este texto apareció por primera vez en "Rubikon - Magazin für die kritische Masse", cuyo consejo asesor incluye a Daniele Ganser y Rainer Mausfeld. Como se publicó bajo una licencia libre (Creative Commons), KenFM adopta este texto en un uso secundario y señala explícitamente que el Rubikon también depende de donaciones y necesita apoyo. ¡Necesitamos muchos medios alternativos!

+++

Fuente de la imagen: goffkein.pro / shutterstock

+++

El KenFM se esfuerza por tener un amplio espectro de opinión. Los artículos de opinión y los artículos de los invitados no tienen que reflejar las opiniones del consejo editorial.


+++

¿Te gusta nuestro programa? Información sobre otras formas de apoyarnos aquí:

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

+++

Ahora puedes apoyarnos con Bitcoins.

 Dirección de BitCoin: 18FpEnH1Dh83GXXGpRNqSoW5TL1z1PZgZK