

LA DEPRESSIONE DELLA DITTATURA | DI ROLAND ROTTENFUSSER

Posted on 17. Dezember 2020

Poiché il governo sta calpestando i bisogni umani essenziali, la Germania si dirige verso il suo inverno più buio degli ultimi tempi.

Un punto di vista di Roland Rottenfußer.

E' deplorabile che così tanti professionisti rimangano in silenzio sull'attuale massiccio attacco alla libertà. Artisti, intellettuali, politici dell'opposizione, avvocati ... Gli psicologi non tacciono, anzi parlano molto. Tuttavia, spesso dicono cose sbagliate. In linea di principio, la psicoterapia integrata di questi tempi consiglia alle persone di adattarsi a un sistema malato come modo per guarire. Questo è fatale, perché anche il "mainstream" ha ormai notato che ci stiamo imbattendo in una massiccia epidemia di disturbi mentali. In particolare, questo riguarda la depressione. Si tratta di uno sviluppo logico, che probabilmente si intensificherà a causa delle brevi giornate e del clima invernale, e che intensificherà le "misure di Corona". Quello che si vede troppo poco: Queste depressioni possono anche essere il risultato di sentimenti inespressi di rabbia contro gli oppressori, che si trasformano in autoaggressività contro lo stesso oppresso. Consigliare a chi soffre in questa situazione di conformarsi e di tenere i propri sentimenti "per sé" può esacerbare il problema. Tale psicologia, pur essendo conveniente per i potenti, rasenta il tradimento dei malati.

"L'inverno sta arrivando" è stato scritto sulla tazza che Markus Söder aveva sulla sua scrivania, pronta per essere ripresa, alla conferenza virtuale della CSU del 26 settembre. Il detto deriva dalla serie di successo "Game of Thrones". Il significato è: non solo si profila un inverno lungo e molto freddo, ma anche un pericolo - da parte di un esercito di non morti che scenderà sul mondo umano e trasformerà chiunque si avvicinerà troppo a loro in uno zombie. Se volete, questo processo assomiglia al contagio di virus. Il contatto con i malati può a sua volta farli ammalare.

Söder ha voluto giurare che la "sua" gente si sarebbe trovata in difficoltà con questo detto. Il pericolo di contagio aumentava in inverno, i severi divieti erano minacciati, se il popolo non adottava una ragione propria, cioè si comportava come se tutto fosse già proibito. Söder ha tenuto uno dei primi di tutta una serie di discorsi di sangue, sudore e lacrime che da allora abbiamo sentito dai politici. Il rimprovero risuona

sempre che il cittadino è ovviamente troppo tenero, troppo infantile - agendo in modo irresponsabile nella sua adesione alle abitudini di un'epoca passata, più disinvolta.

Spetta quindi ai guardiani - i politici - cambiare la loro posizione. Non sono mai loro stessi i responsabili della brutalità con cui sottopongono il popolo al loro regime; sono sempre gli stessi alunni che "costringono" i loro insegnanti a usare il bastone - per irragionevolezza e petulanza adolescenziale. Questo è uno dei modelli di pensiero caratteristici della pedagogia nera.

Contagiosa mancanza di vita

La vista della folla di indossatori di maschere, che si rotola nei pozzi della metropolitana, accigliati, con gli occhi fissi sulle loro bocche sporgenti e mai sorridenti come scimmie, ricorda in un altro modo un film di zombie. Sembra opprimente e minaccioso. Stiamo vivendo un'epidemia di contagiosa mancanza di vita. A questo proposito, il confronto di Markus Söder con Game of Thrones ha un significato secondario che lui stesso non ha voluto. Un nuovo gruppo di "esserì" sta per invadere e conquistare il territorio del vecchio tipo di persone. Non solo vogliono dominarci, ma non si fermeranno finché noi stessi non saremo entrati a far parte del loro mondo. Niente sarà più come prima. La resistenza è inutile. Saremo assimilati.

In questi giorni, i pensieri oscuri attraversano già la mente. Associazioni molto scomode. Sì, non c'è dubbio che sta iniziando un inverno eccezionalmente rigido. Ma non a causa della minaccia di temperature particolarmente basse - novembre era ancora relativamente mite. E non a causa dell'aumento delle infezioni da Corona - la veridicità di tali segnalazioni può essere tranquillamente messa in dubbio. No, ci stiamo dirigendo verso un inverno in cui la gente è colpita da una depressione collettiva senza precedenti - associata a gravi disturbi d'ansia e ad esacerbati attacchi di "burn-out".

La malinconica epidemia

Non solo ce ne accorgiamo guardando e ascoltando i nostri simili - anche i media mainstream, altrimenti intenti a dipingere le azioni governative sotto una luce rosea, così come le pubblicazioni professionali, parlano di una dilagante epidemia di malinconia. E non si vergognano nemmeno di nominare il colpevole:

Corona. La paura del contagio è identificata come causa, così come "l'isolamento sociale dovuto alle misure di blocco e l'insicurezza finanziaria dovuta alle conseguenze economiche della pandemia". Tuttavia, nessuno osa trarre l'ovvia conclusione che i responsabili debbano porre fine alle misure dannose.

Ciò che colpisce è che i media non negano in alcun modo le conseguenze mentali della crisi, che nominano addirittura apertamente - oltre alla paura del contagio - le "misure protettive" di Corona, la perdita delle libertà, l'isolamento, il disorientamento, le paure esistenziali di molti cittadini come cause di depressione. Eppure non mettono assolutamente in dubbio che queste misure siano e rimangano necessarie.

Così, mentre un'infezione da Corona viene trattata come qualcosa da prevenire ad ogni costo, l'epidemia di depressione e disturbi d'ansia viene accettata come se fosse un destino inevitabile.

Si presume che chi ne soffre debba solo "superarlo". Mi sembra come se le malattie respiratorie stessero aumentando drammaticamente in una comunità a causa di una fabbrica chimica di recente costruzione nel quartiere - e invece di fermare l'emissione di sostanze inquinanti, si potrebbe solo elencare con calma i sintomi, al massimo consigliare un farmaco per la tosse.

Compassione selettiva

Con una compassione molto selettiva, molte persone reagiscono anche a corsi più blandi e ben sopportabili di infezione virale e allo stesso tempo passano migliaia di volte, spesso enormi sofferenze mentali con una scrollata di spalle. E questo anche se non è davvero una nuova conoscenza che la depressione può portare anche alla morte. Altri suicidi a seguito delle misure di Corona sono già stati registrati in molti luoghi, soprattutto negli Stati Uniti.

Il problema si intensificherà probabilmente nell'inverno 2020/2021 - non fosse altro che per l'allora presumibilmente più lungo blocco e per il fatto che la "Seconda Onda" ha colpito le anime già colpite in ottobre. L'unica cosa è che le connessioni causali non sono così ben tracciabili in questi casi. È improbabile che i suicidi lascino lettere che dicono: "L'ho fatto a causa del coprifuoco". E: i morti d'azione, a differenza

dei morti di Covid 19, non ricevono l'attenzione dei media e della politica.

Ampie sezioni della "letteratura di consulenza" psicologica, come la troviamo attualmente nei media, si rivelano essere dei fallimenti totali, così come la maggior parte degli artisti, degli intellettuali, dei medici, degli avvocati e dei politici dell'opposizione. Per la maggior parte, il giornalismo terapeutico consiglia l'accettazione del dato, compreso il quadro politico. Wilhelm Reich si riferiva anche all'approccio psicoanalitico del suo insegnante Sigmund Freud come "teoria dell'adattamento culturale". La salute mentale è definita, nella psicologia conforme al sistema, come il nuoto insieme alle correnti sociali prevalenti, come l'assenza di resistenze che causano sofferenza. L'anima diventa così plastilina nelle mani di politici ed economisti.

"Accettare radicalmente"

Un esempio particolarmente esplicito di questa "dottrina dell'adattamento" lo troviamo in un'intervista alla psicologa e docente universitaria Hanna Christiansen sulla rivista "Jetzt". È vero che Christiansen nota anche un "aumento dello stress psicologico" e ammette "che chi era già malato di mente e stressato prima soffre particolarmente". Riporta lettere di studentesse con gravi disturbi d'ansia. Ma anche lei non ha un'idea rivoluzionaria di cosa fare al riguardo.

Così lo psicologo suggerisce di "continuare a mantenere i contatti con gli amici e di stare insieme". Con riserva delle restrizioni e delle misure in vigore, naturalmente". Sembra un po' come se temesse che il primo ministro stia leggendo e come se temesse di essere rimproverata se non ammettesse in fretta e furia le restrizioni ordinate. Un evento non atipico, tra l'altro, nella Germania del 2020.

Quello che lo psicologo suggerisce poi di tenere sotto controllo i problemi mentali piacerà ai politici di potere della Corona:

"Più battibecco e mi ricordo quanto tutto sia terribile, peggio mi sento. È meglio accettare radicalmente la situazione, perché non c'è niente che si possa fare in ogni caso. Se mi soffermo sempre sulla mia impotenza, mi sentirò solo peggio".

Quindi non cercate di ridurre la vera impotenza: per esempio, partecipando alle proteste, alla disobbedienza civile e alla resistenza legale; non risentitevi neppure interiormente della vostra impotenza - ma: "accettate radicalmente". Può darsi che l'accettazione fornisca un sollievo psicologico in molti casi. Ma cosa succede se un disagio psicologico è stato causato da una privazione della libertà - da una soppressione dell'espressione di sé e da un'impossibilità di autenticità? La conformità può essere la cura quando la pressione per la conformità è stata il veleno nauseante?

Solo "psicologia carceraria".

Certo, la situazione attuale per gli psicologi non è facile. Oggi viviamo in una società molto strutturata, con caratteristiche autoritarie, in cui il comportamento delle persone è essenzialmente dettato dal loro comportamento - il che non impedisce ai governanti di offendersi quando qualcuno usa la parola "dittatura". La terapia in tali circostanze non può essere altro che la psicologia carceraria. Manovra, manipolando i problemi più secondari e, nel suo nucleo, consigliando alle persone di fare i conti con ciò che viene dato. Ma potrebbe non consigliare l'unico vero rimedio: La libertà. Perché proprio il cammino verso la libertà è bloccato da un sistema di violenza strutturale a cui lo psicologo del carcere - come i detenuti - è sottoposto.

In sostanza, ogni terapia individuale ha la funzione di delegare all'individuo la responsabilità del proprio destino nella vita. Andando da uno psicoterapeuta, il paziente ammette implicitamente che il problema è suo, anche quando il mondo "fuori" sta letteralmente impazzendo e quando ovunque spuntano nevrosi collettive.

Fondamentalmente, i terapeuti dovrebbero consigliare ai loro pazienti: "Fanculo lo stato e le regole, scoppia, piangi quando hai voglia di piangere, urla la tua rabbia e il tuo dolore, non abbassarti mai e raddrizzati fino alla tua altezza. Sii ingombrante, disadattato, pungente! Reagisci! Allora una maggiore salute mentale si prenderà cura di se stessa".

Ma nessuno oserebbe dare un simile consiglio - se non altro nell'interesse del paziente, che sarebbe minacciato da vincoli ancora peggiori a causa della ribellione contro i vincoli: rimprovero, multa, perdita dei

mezzi di sussistenza, persino pene detentive. Molto prima di Corona, non era la persona completamente "cresciuta" ad essere socialmente desiderata, ma piuttosto la persona che era stata tagliata nel modo richiesto - simile a un bosso in un giardino barocco che era stato messo in forma con i tagliasiepi.

La particolare perfidia del comportamento attuale dei potenti è quella di provocare mille volte la sofferenza psicologica e allo stesso tempo di bloccare il modo più efficace di guarire i malati.

Libertà e salute sono una cosa sola

Che una tale psicoterapia "incorporata" non è una cosa ovvia, ce ne accorgiamo solo quando ci informiamo sulle alternative. Per il già citato Wilhelm Reich (1897-1957), la libertà era il presupposto fondamentale per la salute mentale, motivo per cui era anche molto interessato a migliorare il quadro politico.

"Definire la libertà è identico a definire la salute sessuale",

Reich ha scritto.

"C'è un ancoraggio fisiologico sessuale della non libertà sociale nell'organismo umano".

Anche se la sessualità è di interesse solo marginale nel nostro contesto - ciò che si intende è che la mancanza di libertà nella vita politica e professionale si manifesta sotto forma di tensioni e blocchi energetici nel corpo. Al contrario, il rilascio di tali blocchi avrebbe implicazioni per l'insieme sociale. Così, il disagio di Reich nei confronti delle forme di terapia convenzionale e stabilizzante del sistema può essere riassunto in una delle frasi di Adorno: "Assomigliando al tutto folle, il guarito diventa ancora più malato".

L'approccio di Wilhelm Reich alla "liberazione di energia" terapeutica e politicamente esplosiva viveva nelle direzioni terapeutiche bioenergetiche di Alexander Lowen e John Pierrakos. Una posizione anti-autoritaria, fondata anche sulla terapia del corpo, caratteristica dell'epoca degli anni Sessanta e Settanta, si trova negli scritti di Alexander Lowen:

"Il piacere deriva dal libero flusso di forze all'interno del corpo o tra esso e il suo ambiente. L'energia si genera quando la forza è spinta verso l'alto e controllata. Questo delinea la differenza fondamentale tra

l'uomo del piacere e l'uomo del potere. Il potere prospera sul dominio".

Obiettivo dello Stato: Costrizione della Coscienza

Poiché - a differenza delle origini della psicoanalisi con Freud - non era il controllo dell'affetto per mezzo dell'istanza razionale "ego" ma il "libero flusso di energie" ad essere considerato il valore più alto, la scena terapeutica di quegli anni conteneva un potenziale rivoluzionario accresciuto, che il movimento del 1968 riprese anche in questo senso. Il "superio" è apparso in gran parte screditato come rappresentante delle norme sociali interiorizzate. Allo stesso tempo, terapisti come Timothy Leary sperimentavano farmaci che espandono la mente - e anche questo potrebbe avere un effetto di "frantumazione del sistema".

Nelle tipiche "terapie 68er" erano previste soprattutto due cose: l'espansione della coscienza e l'espansione dello spettro delle opzioni d'azione. L'attuale politica della Corona ha l'effetto opposto in entrambi i campi: un restringimento della coscienza attraverso la propaganda della paura e la propaganda ripetitiva, così come un'estrema limitazione delle possibilità di azione a pochi ambiti consentiti: stare seduti a casa, fare shopping, lavorare. Bioenergeticamente si può anche dire: questa politica provoca blocchi energetici che fanno ammalare le persone. Simbolicamente e anche in termini reali, ciò si manifesta in particolare nella limitazione della possibilità di ispirare ed espirare liberamente in seguito alla costrizione della maschera - un attacco alla salute collettiva che è unico nella storia.

La depressione come forma di autoaggressione

La depressione può anche essere intesa come una forma di elaborazione autoaggressiva degli stimoli. Il rischio di malattia aumenta quando l'aggressività è suscitata, ma non c'è la possibilità di esprimerla. O perché l'avversario (stato) appare troppo forte o perché esiste un blocco interno. Perché l'individuo si sente sconsiderato, ad esempio, perché le regole della distanza gli danno sui nervi. Si sopprime quindi la rabbia per l'oppressione dello Stato, perché si crede razionalmente che sia necessaria.

La terapia traumatologica si occupa ampiamente della questione di cosa succede quando qualcuno, invece di sfogare la propria rabbia, la riporta virtualmente dentro di sé. È il caso, ad esempio, del libro di Isa Grüber

"What the Body Has to Say". In essa l'autore descrive due modi in cui la rabbia può essere espressa dopo una traumatizzazione:

"Sia come impulso di combattimento diretto verso l'esterno che è stato rallentato e trattenuto e che ora è in attesa del suo completamento, sia come impulso diretto verso l'interno, quando il crollo ha causato la reazione di combattimento a "crollare su se stesso", ma la carica interna è ancora presente. Il risultato sono spesso modelli di azione autoaggressivi".

Consideriamo l'esperienza che la maggior parte delle persone ha attualmente con Corona come una forma di shock e trauma relativamente lieve. Quando l'organismo è sotto stress costante, ma le forme naturali di lotta e di fuga sembrano impossibili da affrontare, la terza cosa che rimane è "fare il morto", una sorta di sensazione di intorpidimento, il congelamento delle emozioni. La persona colpita si sente senza vita e stordita, sembra disorientata, perde il contatto con se stessa e con i suoi simili. Anche questa è una forma di "ancoraggio della schiavitù sociale nell'organismo umano", secondo Wilhelm Reich.

Coloro che sono oppressi e devono anche reprimere la loro rabbia per essere oppressi appaiono depressi.

Troppa impressione e troppo poca espressione creano pressione.

I coraggiosi traditi

In molti casi, le persone sono anche depresse dal loro sentimento di delusione - per esempio, che i loro sforzi precedenti - la rinuncia, la "bontà" - non sono stati ricompensati. Molti hanno pensato all'inizio della crisi: "Per un po' andremo avanti così. Più ci limitiamo con coerenza, prima riavremo la nostra vecchia vita". Un ritorno alla libertà originaria, tuttavia, non è mai stato previsto dai potenti. Così osserviamo nei "ribelli" la delusione che il loro impegno per la libertà e la democrazia non venga apprezzato, che vengano addirittura insultati e ostracizzati per questo. E troviamo tra i "conformisti" la delusione che la rinuncia alla libertà non abbia in alcun modo portato alla riconquista di questa libertà.

In molti casi, c'è anche un "pestaggio pubblico" da parte dell'establishment. Si è diffusa la narrazione che è stata solo la "temerarietà" dei cittadini a portare al fatto che la libertà e la vita economica dovevano essere

limitate. La morte e la malattia sono sempre esistite, ma all'improvviso sono colpa nostra. Altri fattori possono aver giocato un ruolo maggiore: l'inefficacia delle maschere, un certo slancio della malattia virale, l'abbassamento delle difese attraverso l'abuso mentale e l'assenza di gioia prescritta, l'imprevedibilità della vita o della morte stessa. E, naturalmente, gran parte del problema è stato creato in primo luogo dalla lente d'ingrandimento dei media.

Attualmente la popolazione si sente come un "bambino" non amato che insegue invano l'approvazione del suo "padre" (stato). Come il famoso asino di una carota, che il suo cavaliere tiene davanti a sé con una canna da pesca. L'animale si esaurisce poi fino allo sfinimento senza mai raggiungere il suo obiettivo. Questo è anche il caso dell'attuale "luce dell'isolamento", in cui i politici "degnano" i sacrifici già fatti dalla popolazione chiedendo ulteriori sacrifici - fino a quando tutta la vita nella fase finale si blocca come il castello della Regina delle Nevi in una fiaba. Questo demoralizza e frustra, manovrando le persone in una situazione di percepita disperazione.

La depressione deliberata

La depressione collettiva è politicamente intesa? A volte sì. In ogni caso, è accettato. La sua diffusione non è nemmeno lontanamente considerata un motivo per attenuare le misure di Corona. "Dovranno andare fino in fondo". Una popolazione collettivamente depressa e inibita dall'espressione è più facile da gestire. È anche più facile imporre loro ulteriori misure coercitive perché, dopo tutto, il loro orgoglio è già spezzato, la loro autostima solo in forma molto ridotta.

Dopo mesi di questo "trattamento", molte persone possono essere così in disaccordo con se stesse che sentono di non meritare niente di meglio di questo governo.

Inoltre, i problemi psicologici indeboliscono il sistema immunitario, rendendo le persone suscettibili a ogni tipo di malattia, in particolare alle infezioni virali. Questi permettono poi a chi è al potere in un secondo momento di "presentare" trionfalmente di nuovo le crescenti cifre dell'infezione e, di conseguenza, di imporre misure ancora più severe. E così via in un circolo vizioso senza fine.

La decisione sbagliata

Il primo volantino del movimento di resistenza "La Rosa Bianca" dice: "Non dimenticate che ogni popolo merita il governo che sopporta! Reagire alle imposizioni della politica in modo depressivo-auto-aggressivo invece che estroverso e difensivo è una decisione primordiale che la maggioranza delle persone ha preso per se stessa - la maggior parte di loro probabilmente inconsapevolmente. È una decisione sbagliata perché ogni mese quella depressione persiste, indebolisce ulteriormente la nostra determinazione e la nostra autostima.

Tuttavia, l'inversione è fundamentalmente possibile. La spinta alla libertà nella maggioranza delle persone può sfondare anche dopo decenni di prolungata oppressione. "Sappiamo sempre qual è la verità, non importa quanto tempo abbiamo vissuto senza di essa", dice Kate Winslet nel dramma hollywoodiano "Times of Turmoil". Nessun sistema di coercizione e di manipolazione si è mai insediato in un paese in modo così perfetto che gli impulsi di libertà non abbiano mai fatto breccia da qualche parte, a volte. Dev'essere stato così nell'ex RDT. Tuttavia, la gente lì è caduta dalla vera padella socialista nel fuoco capitalista.

Oggi non esiste più un "Occidente", cioè nessun paese straniero apparentemente libero che sia adatto come punto di confronto e come luogo di desiderio. Non c'è posto nel "fuori" da cui possa venire la liberazione per chi è imprigionato in un rigido totalitarismo sanitario. "Il n'y a plus d'Amérique" ha cantato il grande chansonnier Jacques Brel. Non c'è più l'America - nessun luogo di rifugio, nessun nuovo territorio che apre nuove libertà, nessuna benevola potenza protettiva che ci protegge. In questo senso, l'America ha anche smesso da tempo di essere l'America.

Ora abbiamo solo noi stessi. Abbiamo il ricordo di ciò che abbiamo imparato sulla libertà negli anni relativamente buoni del dopoguerra tedesco. Degli ideali che un tempo riconoscevamo come buoni e ci permettevamo di crescere dentro di noi. Di ciò che siamo diventati e fatti di noi stessi quando non eravamo così esposti alla deformazione come lo siamo oggi. Questo ricordo è il nostro deposito di umanità, il nostro deposito di calore a cui attingere in inverno. Il nostro fuoco residuo che dobbiamo continuare a bruciare in piccole fiamme prima che lo spengano del tutto. E che forse un giorno tornerà ad essere più grande - aizzata

da un nuovo "vento di cambiamento", che soffierà sui potenti, che ora credono di essere in cima, con una certa forza in faccia.

+++

Questo articolo è apparso il 12.12.2020 su [Rubikon – Magazin für die kritische Masse](#)

+++

Nota sull'articolo: Questo testo è apparso per la prima volta su "Rubikon - Magazin für die kritische Masse", il cui comitato consultivo comprende Daniele Ganzer e Rainer Mausfeld. Poiché è stato pubblicato sotto una licenza libera (Creative Commons), KenFM adotta questo testo in uso secondario e sottolinea esplicitamente che il Rubikon dipende anche dalle donazioni e ha bisogno di sostegno. Abbiamo bisogno di molti media alternativi!

+++

Fonte immagine: goffkein.pro / shutterstock

+++

KenFM si sforza di avere un ampio spettro di opinioni. Gli articoli di opinione e i post degli ospiti non devono riflettere il punto di vista del comitato di redazione.

+++

Ti piace il nostro programma? Informazioni su altri modi per sostenerci qui:

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

+++

Ora potete supportarci con Bitcoins.



Indirizzo BitCoin: 18FpEnH1Dh83GXXGpRNqSoW5TL1z1PZgZK