

PONIAMO FINE AL CONTINUUM DELL'IMPOTENZA! | DI BASTIAN BARUCKER

Posted on 20. November 2020

Gli eventi attuali vi invitano a cercare indizi: Com'è possibile che così tante persone si sottopongano a regolamenti e decisioni senza metterli in discussione con sicurezza? Si rivela un problema molto più profondo, ovvero la forte tendenza a sentirsi impotenti o inefficaci e la paura di conseguenze negative se la propria opinione differisce da quella della maggioranza.

*Un punto di vista di **Bastian Barucker**.*

Che bello pensare che quando si rivelano le prove delle misure di corona e si eleggono nuovi governanti, abbiamo risolto il problema. Credo piuttosto che dovremmo dedicarci a una ricerca più profonda di prove che affrontino radicalmente le cause di questi abusi, piuttosto che combattere i sintomi.

Da dove veniamo?

La nostra storia come Homo Sapiens inizia in condizioni oggi inimmaginabili. Il 97% della nostra esistenza come Homo Sapiens abbiamo vissuto come cacciatori-raccoglitori che vagano in comunità. Avevamo la competenza e la capacità di soddisfare le nostre esigenze più importanti. Da un lato dipendevamo dal buon funzionamento della comunità che ci circondava e dall'altro perfezionavamo le nostre capacità di andare con il flusso della natura per nutrire, vestire e fare una casa per noi stessi e per l'intera comunità. Molte persone sono attualmente così estranee alla natura che questo originale stile di vita sembra molto lontano da loro. Questo vecchio tempo è chiamato l'originale società benestante dall'antropologo americano Marshall Sahlins nel suo libro *Stone Age Economics*:

"Nel 1972 ha pubblicato il suo libro *"Stone Age Economics"*, in cui dimostra, utilizzando varie fonti etnografiche, che le società di cacciatori-raccoglitori erano in grado di vivere in una specifica forma di "prosperità" anche in condizioni di deserto o di deserto ghiacciato. La nostra immagine della vita magra e dura dell'età della pietra deve essere completamente rivista. Sì, è piuttosto la società di oggi in cui la scarsità è un principio economico istituzionalizzato! In contrasto con il mondo civilizzato, dove un'enorme parte della popolazione va a letto affamata ogni notte, i cacciatori-raccoglitori tradizionalmente viventi come i Boscimani del Kalahari o gli Aborigeni australiani conoscono la fame al massimo come un fenomeno

straordinario, presto destinato a diventare permanente, che non assume quasi mai proporzioni pericolose per la vita"(1).

Storicamente, tuttavia, l'attuale tentativo di esercitare il controllo sulla natura è un esperimento molto nuovo e molto probabilmente fatale. Attraverso i miei soggiorni nella natura selvaggia per diversi mesi, ho avuto fortunatamente l'opportunità di sperimentare questa vita terrena e molto bella. Le mie conclusioni si basano quindi non solo sulla teoria ma anche sulla pratica.

Un aspetto particolare della nostra storia è che avevamo il "potere" di guadagnarci da vivere senza dipendere dal salario e che dovevamo e potevamo regolare gli interessi della comunità in modo regionale e partecipativo. In questo modo è stato possibile partecipare direttamente alla formazione della nostra vita e sperimentare l'autoefficacia. Le uniche dipendenze che esistevano erano il nostro rapporto con il Paese, con il nostro "clan" e con noi stessi. Questa condizione ci ha dato una posizione di partenza molto buona, perché sapevamo: "Siamo forniti dalla terra e dalla nostra comunità". Noi, come esseri umani, abbiamo lasciato questo stato solo di recente e abbiamo iniziato ad avere un maggiore controllo sulla natura. Per farla breve: Con l'avvento dell'agricoltura, questo stato di cose è cambiato e oggi viviamo in una società in cui molte persone vivono una continua impotenza.

Il filo rosso dell'impotenza

Grazie alla mia pluriennale esperienza nel campo del sentimento e del lavoro sul corpo, ho avuto la fortuna di sperimentare in prima persona quanto le esperienze della prima infanzia ci modellano. Dal concepimento in poi, siamo esseri pienamente senzienti e nel corso della gravidanza, del parto e dei primi anni si forma il nostro equilibrio ormonale, il nostro cervello, la nostra visione del mondo e la nostra vita emotiva. Per molti questa volta è come una parte della loro vita non ancora scoperta, che inconsciamente esercita un enorme potere. Le persone che hanno sperimentato ripetutamente l'impotenza durante questo periodo soffrono di queste esperienze per tutta la vita. I bambini che si lasciano uscire urlando, vengono rinchiusi, hanno subito abusi emotivi o fisici, sviluppano strategie per affrontarli. Forse molto presto nella vita sviluppano l'atteggiamento: "Non posso fare niente comunque" o "Non ne vale la pena" o "Non ha senso dire quello che

voglio". Più o meno tutte le persone hanno avuto queste esperienze nella loro prima infanzia e per la maggior parte di loro non è una parte integrante della loro vita, ma determina in parte la loro vita. Naturalmente ci sono anche persone che sviluppano un forte movimento in controtendenza rispetto a queste esperienze per evitare di rivivere questi vecchi sentimenti.

Educazione al conformismo o all'impotenza appresa

"L'impotenza appresa è la convinzione, sviluppata sulla base di esperienze negative, di aver perso la capacità di cambiare la propria situazione di vita e di essere responsabile di questo stato di cose in prima persona". (2).

Una volta arrivati in un istituto di istruzione o di cura, possiamo sperimentare di nuovo che siamo soli e che non siamo in grado di cambiare la situazione da soli. Forse è determinato dall'esterno ciò che facciamo e quando, e noi abbiamo poca influenza su questo. Siamo anche esposti a contenuti e tempi di apprendimento relativamente impotenti e a possibili valutazioni da parte degli insegnanti. Così, poco a poco si cementa un atteggiamento che può diventare un motivo di vita. Si sviluppa un contratto interiore di impotenza.

Una volta nel lavoro, è abbastanza possibile che un'occupazione salariale crei una dipendenza, in cui l'impotenza può essere vissuta di nuovo. Come dipendente mi trovo in una posizione in cui, nonostante la salute e la sicurezza sul lavoro, dipendo dai favori del mio superiore. Poiché non sono in grado di guadagnarmi da vivere senza un reddito, a differenza di cacciatori e raccoglitori, vivo nel timore di perdere questo reddito. Ancora una volta si verifica una situazione di impotenza o di forte dipendenza dalla buona volontà di un'autorità.

La mia partecipazione politica è ridotta al minimo attraverso le elezioni e conosco personalmente solo persone che provano un forte disincanto per la politica. L'illusione che il voto ogni 4 anni permetta una partecipazione reale è fortunatamente scomparsa per molte persone. La maggior parte di loro, tuttavia, sperimentano di nuovo l'impotenza e l'autoefficacia. Così, la sensazione di impotenza sopra descritta aumenta quando si tratta di questioni importanti della vita. Proprio come la nascita, anche il modo in cui affrontiamo l'invecchiamento e la morte nella nostra società è malato. Gli anziani vengono messi in casa,

strappati dalle loro reti sociali, vitali, in modo da poter essere curati in modo efficiente. Sempre più spesso, anche loro sono incapaci, e ancora una volta, altri determinano la routine quotidiana, le attività o anche l'ora e le modalità della morte.

Non sorprende quindi affatto che sia stato possibile per decenni e secoli condurre una politica contro il popolo senza creare un forte contro-movimento. La maggior parte di loro soffre per la dotta impotenza.

Ci meritiamo di meglio!

Un continuum che inizia con una nascita autodeterminata e termina con una morte autodeterminata sarebbe il segno di una società che permette alle persone di assumersi la responsabilità della propria vita e quindi di sperimentare l'autoefficacia. Ciò significa che noi, come società, dobbiamo sforzarci di assicurare che i bambini, i giovani e gli adulti sperimentino un continuum di co-determinazione, di connessione e di auto-efficacia in comunità, invece di un continuum di impotenza. Questo inizia con la procreazione e finisce con la morte. Questo è ovviamente reso più difficile dal fatto che ognuno porta dentro di sé la sua impotenza personale, e per diventare veramente efficace nel modellarla, ha senso dedicare tempo e attenzione a questa storia. Perché un cambiamento duraturo all'esterno è possibile solo attraverso il proprio lavoro interiore di coscienza.

"Sii il cambiamento che vuoi vedere nel mondo". (Mahatma Gandhi)

Questo necessario cambiamento richiede tempo e molti cambiamenti e soprattutto la fiducia in se stessi delle persone che hanno diritto alla codeterminazione, alla libertà di opinione e ai diritti umani.

Naturalmente, e intendo letteralmente, e mi riferisco all'inizio di questo articolo, abbiamo il diritto di decidere della nostra vita, purché ciò non danneggi nessuno e/o la terra. Ho anche il diritto di avere voce in capitolo su questioni che mi riguardano e di essere informato in modo trasparente e senza opinioni. Non mi basta fare una croce ogni 4 anni e quindi dare potere a persone che mostrano un comportamento prevalentemente patologicamente narcisistico e sono più interessate a mantenere o espandere il proprio potere che al bene comune. Molte di queste persone non sono in grado di ascoltarsi durante i dibattiti del Bundestag. Chiamano nei discorsi degli altri e il tutto è tanto lontano dai saggi decisori quanto la terra dalla

luna.

Non mi basta nemmeno che mi venga imposto dall'alto verso il basso con regolamenti che sono privi di prove e che limitano i miei diritti fondamentali. A volte mi sento come se i miei genitori mi mettessero in punizione a causa di una tempesta in arrivo e anche se sono in grado di valutare il tempo e non ci sono segni di tempesta, dovrei rimanere dentro e avere paura di una tempesta. E questo con settimane di sole. No, grazie!

Sono favorevole a trasformare queste gerarchie, saldamente cementate da secoli e che vivono in ogni cellula, in un'interazione solidale, rispettosa, connessa e rispettosa con la natura (e questo significa anche tutti gli uomini), e ognuno di noi attivamente, creativamente e secondo la propria personalità, contribuendo a plasmare la nostra vita comune. Credo che siamo in grado di creare un mondo più appagante e bello di quanto possiamo immaginare al momento. E concludo qui con il riferimento ai nostri antenati legati alla terra. Gli irochesi del continente nordamericano hanno seguito il cosiddetto principio della settima generazione:

Il "Principio della settima generazione" insegnato dai nativi americani afferma che "in ogni decisione personale, governativa o commerciale che prendiamo, dobbiamo considerare come influenzerà i nostri discendenti sette generazioni in futuro". In modo che il cielo, il campo e le montagne incontaminate di questa fotografia siano ancora lì per loro" (3).

Torniamo a una comprensione così radicale della sostenibilità e facciamo le nostre scelte importanti con un occhio alle prossime 7 generazioni e al loro benessere. Se lo meritano.

Fonti:

1. [Aufsatz "die ursprüngliche Wohlstandsgesellschaft" von Marshall Sahlins \(deutsch\)](#) und Jochen Schilk, <https://oya-online.de/article/read/195.html?highlight=schilk>
2. (https://de.wikipedia.org/wiki/Erlernte_Hilflosigkeit)
3. <https://mollylarkin.com/what-is-the-7th-generation-principle-and-why-do-you-need-to-know-about>

-it-3/

+++

+++

Grazie all'autore per il diritto di pubblicazione.

+++

Questo articolo è apparso per la prima volta il 17.11.2020 su blog.bastian-barucker.de

+++

Fonte dell'immagine: TORWAISTUDIO / shutterstock

+++

KenFM si sforza di ottenere un ampio spettro di opinioni. Gli articoli di opinione e i contributi degli ospiti non devono necessariamente riflettere il punto di vista della redazione.

+++

Ti piace il nostro programma? Informazioni su ulteriori possibilità di supporto qui:

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

+++

Ora potete anche supportarci con Bitcoins.



Indirizzo BitCoin: 18FpEnH1Dh83GXXGpRNqSoW5TL1z1PZgZK