Alice Miller

O Drama da Criança Bem Dotada

Como os pais podem formar (e deformar) a vida emocional dos filhos



2ª edição revista e atualizada

summus editorial

Sumário

1
O DRAMA DA CRIANÇA DOTADA E COMO NOS TORNAMOS PSICOTERAPEUTAS
A pobre criança rica
O mundo perdido dos sentimentos
Em busca do verdadeiro eu
A história do terapeuta
O cérebro de ouro
2
DEPRESSÃO E GRANDIOSIDADE: DUAS FORMAS DE NEGAÇÃO RELACIONADAS
As vicissitudes das necessidades da criança
Desenvolvimento saudável
A perturbação
A ilusão de LOve
Grandiosidade
Depressão como o reverso da grandiosidade
Depressão como negação do self
Fases depressivas durante a terapia
Função de sinal
Supressão das necessidades essenciais
O acúmulo de sentimentos fortes e ocultos
Confrontando os pais
A prisão interna
Um aspecto social da depressão
A lenda do Narciso
3
O CÍRCULO VICIOSO DE DESPREZO
Humilhação para a criança, desrespeito pelos fracos, e onde ele vai de lá
Trabalhando com desprezo na terapia
Auto-articulação danificada na compulsão para repetir
Perpetuação do desprezo na perversão e comportamento obsessivo
"Depravity" como "Evil" no mundo da infância de Hermann Hesse
A mãe como agente da sociedade durante os primeiros anos de vida
A solidão do ContemptuOUs
Alcançar a liberdade do desprezo e respeitar a vida
Posfácio
OBRAS CITADAS
Apêndice
Índice

O drama da criança bem-dotada

A busca para o Self verdadeiro

Completamente revisado e atualizado

Alice Miller
TRADUZIDO POR RUTH WARD

Uma versão anterior do capítulo 1 apareceu no *jornal internacional de psicanálise* 60 (1979): 47; uma versão anterior do capítulo 2 apareceu na *revisão internacional de psicanálise* 6 (1979): 61.

Reconhecimento grato é feito para permissão para reimprimir trechos do seguinte: Hermann Hesse, "A Child ' s Heart," de *Klingsor ' s laSt Summer*, traduzido por Richard e clara Winston (New York: Farrar, Straus e Giroux , 1970), e *Demian*, traduzido por Michael Roloff e michael lebeck (New York: Harper & Row, 1965).

Edição revisada Copyright © 1997 por livros básicos. Afterword para o revisionadas edição Copyright © 2007 por Alice Miller.

Originalmente publicado em alemão como *das drama des begabten Kindes*. Copyright © 1979 por Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main. Publicado pela primeira vez nos Estados Unidos como *prisioneiros da infância*. Copyright © 1981 por BASIc Books.

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste livro pode ser reproduzida de qualquer forma, sem permissão por escrito, exceto no caso de breves citações incorporadas em artigos críticos e revisões. Para obter mais informações, endereço Basic Books, 387 Park Ave. Sul, Nova Iorque, N. Y 10016.

Desenhado por Ellen Levine

Biblioteca do Congresso catalogação de dados de publicação
Miller, Alice.
[Drama da criança dotada. Inglês
O drama da criança dotada: a busca do verdadeiro eu/
Alice Miller; traduzido por Ruth Ward. -3rd Ed., completamente Rev. e atualizado com um novo posfácio pelo autor.
p. cm.
Inclui referências bibliográficas e índices
ISBN-13 978-0-465-01690-7
ISBN-10 0-465-01690-1
1. vítimas de abuso de crianças adultas — saúde mental. 2. vítimas de abuso de crianças adultas — reabilitação. 3. pai e filho. 4. lesões narcisistas. 5. repressão (Psicologia). 6. técnicas de auto-ajuda.
I. título.
RC 569.5. C55M55313 1997
97-47532

616.85 ' 82239 — DC21

Cip

39 38 37 36 35 34

Conteúdo

1 o drama da criança dotada e como nos tornamos PSICOTERAPEUTAS
A pobre criança rica
O mundo perdido dos sentimentos
Em busca do verdadeiro eu
A história do terapeuta
O cérebro de ouro

2 depressão e GRANDIOSIDADE: duas formas relacionadas de negação
As vicissitudes das necessidades da criança
Desenvolvimento saudável
A perturbação
A ilusão do amor
Grandiosidade
Depressão como o reverso da grandiosidade
Depressão como negação do self
Fases depressivas durante a terapia
Função de sinal
Supressão das necessidades essenciais
O acúmulo de sentimentos fortes e ocultos
Confrontando os pais
A prisão interna
Um aspecto social da depressão
A lenda do Narciso

3 o círculo vicioso de desprezo
Humilhação para a criança, desrespeito pelos fracos, e onde ele vai de lá
Trabalhando com desprezo na terapia
Auto-articulação danificada na compulsão para repetir
Perpetuação do desprezo na perversão e comportamento obsessivo
"Depravação" como "mal" no mundo da infância de Hermann Hesse

A mãe como agente da sociedade durante os primeiros anos de vida
A solidão do desdenhoso
Alcançar a liberdade do desprezo e respeitar a vida

Posfácio
OBRAS CITADAS
Apêndice
Índice

O Drama da criança bem-dotada

1
O Drama da Criança Dotada e Como Nos Tornamos Psicoterapeutas

A experiência ensinou-nos que temos apenas uma arma duradoura na nossa luta contra a doença mental: a descoberta emocional da verdade sobre a história única da nossa infância. É possível, então, libertar-nos completamente das ilusões? A história demonstra que eles se infiltram em todos os lugares, que toda vida está cheia deles—talvez porque a verdade muitas vezes nos parece insuportável. E, no entanto, a verdade é tão essencial que a sua perda exige um pesado tributo, sob a forma de doença grave. Para nos tornarmos completos, devemos tentar, num longo processo, descobrir a nossa própria verdade pessoal, uma verdade que pode causar dor antes de nos dar uma nova esfera de liberdade. Se escolhermos, em vez disso, contentarmo-nos com "sabedoria" intelectual, permaneceremos na esfera da ilusão e da auto decepção.

Os danos que nos fizeram durante a nossa infância não podem ser desfeitos, uma vez que não podemos mudar nada no nosso passado. Podemos, no entanto, mudar a nós próprios. Podemos reparar a nós mesmos e ganhar a nossa integridade perdida escolhendo olhar mais de perto para o conhecimento que está armazenado dentro de nossos corpos e trazendo esse conhecimento mais perto de nossa consciência. Este caminho, embora certamente não seja fácil, é o único caminho pelo qual podemos finalmente deixar para trás a prisão cruel e invisível da nossa infância. Tornamo-nos livres, transformando-nos de vítimas inconscientes do passado em indivíduos responsáveis no presente, conscientes do nosso passado e capazes de viver com ele.

A maioria das pessoas faz exatamente o contrário. Sem perceber que o passado está constantemente determinando suas ações atuais, eles evitam aprender nada sobre sua história. Eles continuam a viver em sua situação de infância reprimida, ignorando o fato de que ela já não existe. Continuam a temer e a evitar perigos que, embora em tempos reais, não foram reais durante muito tempo. São

movidos por memórias inconscientes e por sentimentos reprimidos e necessidades que determinam quase tudo o que fazem ou não fazem.

A repressão de abusos brutais vividos durante a infância leva muitas pessoas a destruir suas vidas e as vidas de outros. Em uma sede inconsciente de vingança, eles podem se envolver em atos de violência, queimando casas e negócios e atacando fisicamente outras pessoas, usando esta destruição para esconder a verdade de si mesmos e evitar sentir o desespero da criança atormentada que uma vez foram. Tais atos são muitas vezes feitos em nome do "patriotismo" ou crenças religiosas.

Outras pessoas continuam ativamente a tortura que uma vez lhes foi infligida em clubes de autoflagelação de todos os tipos e em práticas sadomasoquistas. Eles pensam em atividades como a "libertação". “As mulheres que permitem que seus mamilos sejam perfurados a fim de anéis de mão deles podem então posar para fotografias de jornal, orgulhosamente dizendo que eles não sentiram dor quando tê-lo feito e que foi até divertido para eles. Não é preciso duvidar da verdade de suas declarações; eles tiveram que aprender muito cedo na vida para não sentir dor, e hoje eles fariam qualquer esforço para não sentir a dor da menina que uma vez foi explorada sexualmente por seu pai e teve que imaginar que era divertido para ela.

A dor reprimida pode revelar-se mais privadamente, como em uma mulher, explorada sexualmente como uma criança, que negou sua realidade infantil e, a fim de não sentir a dor está fugindo perpetuamente de seu passado com a ajuda de homens, álcool, drogas ou realização. Ela precisa de uma emoção constante para manter o tédio à distância; nem mesmo um momento de silêncio pode ser permitido durante o qual a solidão ardente de sua experiência de infância pode ser sentida, pois ela teme que sentir mais do que a morte. Ela vai continuar em seu voo a menos que ela saiba que a consciência de velhos sentimentos não é mortal, mas libertador.

A repressão da dor infantil influencia não só a vida de um indivíduo, mas também os tabus de toda a sociedade. A habitual série de biografias ilustra isto muito claramente. Ao ler as biografias de artistas famosos, por exemplo, ficamos com a impressão de que suas vidas começaram na puberdade. Antes disso, dizem-nos que tinham uma infância "feliz", "satisfeita" ou "tranquila", ou uma

infância "cheia de privação" ou "muito estimulante". “Mas o que uma infância particular realmente era não parece interessar a esses biógrafos-como se as raízes de uma vida inteira não estivessem escondidas e entrelaçadas em sua infância. Gostaria de ilustrar isto com um simples exemplo.

Henry Moore descreve em suas memórias como, como um menino pequeno, massajou as costas de sua mãe com um óleo para acalmar seu reumatismo. Ler isso de repente me lançou luz sobre as esculturas de Moore: as grandes, reclinadas mulheres com as cabeças minúsculas-eu podia agora ver nelas a mãe através dos olhos do menino pequeno, com a cabeça bem acima, em perspectiva decrescente, e as costas próximas diante dele e enormemente ampliadas. Esta interpretação pode ser irrelevante para muitos críticos de arte, mas para mim demonstra como as experiências de uma criança podem durar no seu inconsciente e que possibilidades de expressão podem acordar no adulto que é livre de lhes dar rédea. Agora, a memória de Moore não dizia respeito a um evento traumático e assim poderia sobreviver intacta. Mas as experiências traumáticas de todas as crianças permanecem escondidas e trancadas na escuridão, e a chave para a nossa compreensão da vida que se segue está escondida com elas.

A POBRE CRIANÇA RICA

Pergunto-me, por vezes, se alguma vez será possível compreender a amplitude da solidão e da deserção a que fomos expostos enquanto crianças. Aqui não quero falar, em primeiro lugar, de crianças que, obviamente, não foram ouvidas ou totalmente negligenciadas, e que estavam sempre cientes disso ou, pelo menos, cresceram com o conhecimento de que assim era. Além destes casos extremos, há um grande número de pessoas que entram na terapia na crença (com a qual cresceram) de que sua infância era feliz e protegida.

Muitas vezes eu tenho sido confrontado com pessoas que foram elogiados e admirados por seus talentos e suas realizações, que foram bem-treinados no primeiro ano de suas vidas, e que pode, mesmo, com a idade de um ano e meio a cinco, têm grande aptidão ajudam a cuidar de seus irmãos mais novos. De acordo com as atitudes prevalecentes, estas pessoas—o orgulho de seus pais—deveriam ter tido um forte e estável senso de autoconfiança. Mas o caso é exatamente o oposto. Fazem bem, mesmo excelentemente, em tudo o que empreendem; são admirados e invejados; eles são bem-sucedidos sempre que querem ser—mas por trás de tudo isso esconde depressão, um sentimento de vazio e auto alienação, e um sentimento de que sua vida não tem significado. Esses sentimentos escuros virão à tona assim que a droga de grandiosidade

falhar, assim que eles não estão "no topo", não definitivamente a "superestrela", ou sempre que de repente eles têm a sensação de que eles não conseguiram viver até alguma imagem ideal ou não têm medido até algum padrão. Então eles são atormentados pela ansiedade ou sentimentos profundos de culpa e vergonha. Quais são as razões para tais distúrbios nessas pessoas competentes e realizadas?

Na primeira entrevista eles vão deixar o ouvinte saber que eles tiveram pais compreensivos, ou pelo menos um deles, e se eles estão cientes de ter sido mal interpretado como crianças, eles sentem que a culpa jazia com eles e com a sua incapacidade de se expressar adequadamente. Eles recontam suas primeiras memórias sem qualquer simpatia para com a criança que eram uma vez, e isso é o mais impressionante como estes pacientes não só têm uma pronunciada capacidade introspectiva, mas parecem, em algum grau, ser capazes de empatizar com outras pessoas. Seu acesso ao mundo emocional de sua própria infância, no entanto, é prejudicado—caracterizado por uma falta de respeito, uma compulsão para controlar e manipular, e uma demanda por realização. Muitas vezes eles mostram desdém e ironia, até mesmo escárnio e cinismo, para a criança que eram. Em geral, há uma completa ausência de compreensão emocional real ou apreciação séria de suas próprias vicissitudes de infância, e nenhuma concepção de suas verdadeiras necessidades—além do desejo de realização. A repressão de sua história real foi tão completa que sua ilusão de uma boa infância pode ser mantida com facilidade.

Como base para uma descrição do clima psíquico destas pessoas, algumas suposições gerais devem ser clarificadas:

• A criança tem uma necessidade primária desde o início de sua vida para ser considerada e respeitada como a pessoa que ela realmente é a qualquer momento.

• Quando falamos aqui da "pessoa que ela realmente é em qualquer momento", queremos dizer emoções, sensações e sua expressão a partir do primeiro dia em diante.

• Em uma atmosfera de respeito e tolerância para com seus sentimentos, a criança, na fase de separação, será capaz de desistir da simbiose com a mãe e realizar os passos para a individuação e autonomia.

• Se eles devem fornecer esses pré-requisitos para o desenvolvimento saudável de seus filhos, os próprios pais deveriam ter crescido em tal ambiente. Se o fizerem, poderão assegurar à criança a proteção e o bem-estar de que necessita para desenvolver a confiança.

* Pais que não experimentaram este clima como crianças são privados; ao longo de suas vidas eles vão continuar a procurar o que seus próprios pais não poderiam dar—lhes no momento apropriado-a presença de uma pessoa que está completamente ciente deles e leva-os a sério.

• Esta busca, é claro, nunca pode ser plenamente bem-sucedida, uma vez que se relaciona a uma situação que pertence irrevogavelmente ao passado, ou seja, ao tempo logo após o nascimento e durante a infância.

• Uma pessoa com essa necessidade insatisfeita e inconsciente (porque reprimida) será, no entanto, obrigada a tentar sua gratificação através de meios substitutos, desde que ela ignore sua história de vida reprimida.

* Os objetos mais eficazes para a gratificação substituta são os próprios filhos de um pai. O recém-nascido ou criança pequena é completamente dependente de seus pais, e como seu cuidado é essencial para a sua existência, ele faz tudo o que pode para evitar perdê-los. Desde o primeiro dia em diante, ele reunirá todos os seus recursos para este fim, como uma pequena planta que se vira para o sol a fim de sobreviver.

No meu trabalho com pessoas das profissões auxiliares, tenho sido muitas vezes confrontado com uma história de infância que me parece significativa.

• Havia uma mãe * que no núcleo era emocionalmente insegura e que dependia de seu equilíbrio no comportamento de seu filho de uma maneira particular. Esta mãe foi capaz de esconder a sua insegurança do seu filho e de todos os outros por trás de uma fachada dura, autoritária, até totalitária.

• Esta criança tinha uma incrível capacidade de perceber e responder intuitivamente, isto é, inconscientemente, a esta necessidade da mãe, ou de ambos os pais, para que ele assumisse o papel que lhe fora inconscientemente atribuído.

• Este papel garantiu "amor" para a criança—ou seja, a exploração de seus pais. Ele podia sentir que ele era necessário, e essa necessidade garantiu-lhe uma medida de segurança existencial.

Esta capacidade é então estendida e aperfeiçoada. Mais tarde, essas crianças não só se tornam mães (confidentes, consoladores, conselheiros, apoiadores) de suas próprias mães, mas também assumir pelo menos parte da responsabilidade por seus irmãos e, eventualmente, desenvolver uma sensibilidade especial aos sinais inconscientes manifestando as necessidades dos outros. Não admira que muitas vezes optem por se tornar psicoterapeutas mais tarde. Quem mais, sem esta história anterior, teria interesse suficiente para passar o dia inteiro tentando descobrir o que está acontecendo no inconsciente das outras pessoas? Mas o desenvolvimento e o aperfeiçoamento deste sensibilidade—o que uma vez ajudou o filho na sobrevivente e agora permite que os adultos para exercer a sua profissão estranha—conter, também, as raízes de sua perturbação emocional: Enquanto o terapeuta não está ciente de sua repressão, ele pode compeli-lo a usar seus pacientes, que dependem dele, para satisfazer suas necessidades não satisfeitas com substitutos..

O MUNDO PERDIDO DOS SENTIMENTOS

Com base na minha experiência, penso que a causa de uma perturbação emocional está na adaptação precoce da criança. As necessidades de respeito da criança, eco, compreensão, simpatia e espelhamento tiveram de ser reprimidas, com várias consequências graves.

Uma dessas consequências é a incapacidade da pessoa de experimentar conscientemente certos sentimentos de sua própria (tais como ciúme, inveja, raiva, solidão, desamparo ou ansiedade), tanto na infância ou mais tarde na idade adulta. Isto é tanto mais trágico quanto nos preocupamos aqui com pessoas vivas, muitas vezes capazes de sentimentos profundos. É mais perceptível quando eles descrevem experiências de infância que foram livres de dor e medo. Eles poderiam desfrutar de seus encontros com a natureza, por exemplo, sem ferir a mãe ou fazê-la sentir-se insegura, reduzindo seu poder, ou pondo em perigo seu equilíbrio. É notável como essas crianças atentas, vivas e sensíveis, que podem, por exemplo, lembrar exatamente como eles descobriram a luz do sol em grama brilhante com a idade de quatro anos, Aos oito foram incapazes de "notar qualquer coisa" ou mostrar qualquer curiosidade sobre sua mãe grávida, ou não foram "de todo" ciumentos no nascimento de um irmão. É também notável como, aos dois anos de idade, tal criança poderia ser deixada sozinha e "ser boa", enquanto os soldados forçaram o seu caminho para a casa e revistaram-na, sofrendo a intrusão aterradora silenciosamente e sem chorar. Todas estas pessoas desenvolveram a arte de não experimentar sentimentos, pois uma criança só pode experimentar seus sentimentos quando há alguém lá que a Aceita plenamente, a compreende e a APOIA. Se essa pessoa está desaparecida, se a criança deve arriscar perder o amor da mãe ou o amor de seu substituto para sentir, então ela vai reprimir suas emoções. Ela não pode sequer experimentá-los secretamente, "apenas por si mesma"; ela vai deixar de experimentá-los em tudo. Mas eles, no entanto, permanecerão em seu corpo, em suas células, armazenadas como informações que podem ser desencadeadas por um evento posterior.

Ao longo da sua vida posterior, estas pessoas terão de lidar com situações em que estes sentimentos rudimentares possam despertar, mas sem que a ligação original se torne clara. A conexão só pode ser decifrada quando as emoções intensas foram experimentadas na terapia e com sucesso ligadas à sua situação original. *

Tomemos, por exemplo, o sentimento de abandono—não o sentimento do adulto, que se sente sozinho e, portanto, se vira para o álcool ou drogas, vai ao cinema, visita amigos, ou faz chamadas "desnecessárias" para preencher a lacuna de alguma forma. Não, refiro-me ao sentimento original na criança pequena, que não tinha nenhum desses meios de distração e cuja comunicação, verbal ou pré-verbal, não chegou à mãe porque a própria mãe foi privada. Por sua vez, ela dependia de um eco específico da criança que era essencial para ela, pois ela mesma era uma criança em busca de uma pessoa que pudesse estar disponível para ela.

Por mais paradoxal que isto possa parecer, uma criança está à disposição da

mãe. A mãe pode sentir - se o centro das atenções, pois os olhos do seu filho seguem-na por todo o lado. Uma criança não pode fugir dela como a própria mãe. Uma criança pode ser criada para que se torne o que ela quer que seja. Uma criança pode ser feita para mostrar respeito; ela pode impor seus próprios sentimentos sobre ele, ver-se espelhada em seu amor e admiração, e se sentir forte em sua presença. Mas quando ele se torna demasiado, ela pode abandonar a criança a um estranho ou a um isolamento solitário noutro quarto.

Quando uma mulher tiver de reprimir todas estas necessidades em relação à sua própria mãe, elas surgirão da profundidade do seu inconsciente e procurarão gratificação através do seu próprio filho, por mais bem-educada que seja. A criança sente isso claramente e logo esquece a expressão de sua própria angústia. Mais tarde, quando esses sentimentos de deserto começam a emergir na terapia do adulto, eles são acompanhados por dor intensa e desespero. É evidente que estas pessoas não poderiam ter sobrevivido a tanta dor como as crianças. Isso só teria sido possível num ambiente empático e atento, o que faltava. Assim, todos os sentimentos tinham de ser protegidos. Mas dizer que eles estavam ausentes seria uma negação da evidência empírica.

Vários mecanismos podem ser reconhecidos na defesa contra sentimentos precoces de abandono. Além da simples negação, geralmente encontramos a luta desgastante para cumprir as necessidades antigas, reprimidos e agora muitas vezes com a ajuda de símbolos (cultos, perversões sexuais, grupos de todos os tipos, álcool ou drogas). Ellectualization int é muito comumente encontrado, bem como, uma vez que é um mecanismo de defesa de grande poder. Pode ter resultados desastrosos, no entanto, quando a mente ignora as mensagens vitais do corpo (ver minhas reflexões sobre a doença de Nietzsche na *chave intocada* [1990] e *quebrando a muralha do silêncio* [1991]). Todos estes mecanismos de defesa são acompanhados pela repressão da situação original e as emoções que lhe pertencem.

A acomodação às necessidades parentais frequentemente (mas não sempre) conduz ao "como-se por asonalidade." Esta pessoa se desenvolve de tal forma que ele revela apenas o que é esperado dele e fusíveis tão completamente com o que ele revela que dificilmente se poderia adivinhar o quanto mais há para ele por trás deste falso eu. Ele não pode desenvolver e diferenciar seu verdadeiro eu, porque ele é incapaz de vivê-lo. Compreensivelmente, esta pessoa se queixará de uma sensação de vazio, futilidade, ou sem-abrigo, para o vazio é real. Um processo de esvaziamento, empobrecimento, e aleijão de seu potencial realmente tomou lugar. A integridade da criança foi ferida quando tudo o que estava vivo e espontâneo nele foi cortado. Na infância, estes pacientes tiveram frequentemente sonhos em que experimentaram-se como pelo menos parcialmente inoperantes. Uma mulher jovem, Lisa, relatou um sonho recorrente: Meus irmãos mais novos estão em cima de uma ponte e jogam uma caixa no rio. Eu sei que estou deitado nele, morto, e ainda ouço meu coração batendo; neste momento eu sempre acordar.

Este sonho combinou sua raiva inconsciente em relação ao seu mais jovem

si, para quem Lisa sempre teve que ser uma mãe amorosa e carinhosa, com "matando" seus próprios sentimentos, desejos e demandas. Um rapaz, Bob, sonhou: Vejo um prado verde, no qual há um caixão branco. Receio que a minha mãe esteja nela, mas abro a tampa e, felizmente, não é a minha mãe, a não ser eu.

Se Bob tivesse sido capaz como uma criança para expressar sua decepção com sua mãe-para experimentar sua raiva e raiva-ele poderia ter permanecido plenamente vivo. Mas isso teria levado à perda do amor de sua mãe, umnd que, para uma criança, pode significar o mesmo que a morte. Assim ele "matou" sua raiva, e com ele uma parte de si mesmo, a fim de preservar o amor de sua mãe. Uma rapariga costumava sonhar: Estou deitado na minha cama. Estou morto. Meus pais estão falando e olhando para mim, mas eles não percebem que eu estou morto.

As dificuldades inerentes ao vivenciar e desenvolver as próprias emoções levam à dependência mútua, o que previne a individuação. Os partidos de ambos têm um interesse na permanência da ligação. Os pais encontraram no self do seu filho falso a confirmação que procuravam, um substituto para sua própria segurança ausente; a criança, que tem sido incapaz de construir o seu próprio senso de segurança, é primeiro conscientemente e, em seguida, inconscientemente dependente de seus pais. Ele não pode confiar em suas próprias emoções, não veio a experimentá-los através de tentativa e erro, não tem senso de suas próprias necessidades reais, e é alienado de si mesmo ao mais alto grau. Nessas circunstâncias, ele não pode separar-se de seus pais, e mesmo como um adulto, ele ainda é dependente da afirmação de seu parceiro, de grupos, e especialmente de seus próprios filhos. O legado dos pais é ainda outra geração condenada a esconder do verdadeiro eu enquanto operando inconscientemente a influência de memórias reprimidos. A menos que o herdeiro expulsa sua "herança", tornando-se plenamente consciente de seu passado verdadeiro, e, portanto, de sua verdadeira natureza, a solidão na casa parental será necessárioly ser seguido por uma idade adulta vivida em isolamento emocional.

EM BUSCA DO VERDADEIRO EU

Como pode a terapia ser de ajuda aqui? Ele não pode nos devolver a nossa infância perdida, nem pode mudar os fatos passados. Ninguém cuma cura, mantendo ou promovendo a ilusão. O paraíso da harmonia pré ambivalente, para o qual tantos pacientes esperam, é inatingível. Mas a experiência da própria verdade, e o conhecimento pós-ambivalente do mesmo, tornam possível retornar ao próprio world de sentimentos em um nível adulto-sem paraíso, mas com a capacidade de chorar. E essa habilidade, de fato, nos devolve nossa vitalidade.

É um dos pontos de viragem na terapia quando o paciente chega ao Insight emocional que todo o amor que ela has capturado com tanto esforço e auto-negação não foi feito para ela como ela realmente era, que a admiração por sua beleza e realizações foi destinada a esta beleza e essas realizações e não para a própria criança. Na terapia, a criança pequena e solitária que está escondida atrás de suas realizações acorda e pergunta: "o que teria acontecido se eu tivesse aparecido antes de você triste, carente, irritado, furioso? Onde estaria o seu amor? E eu era todas essas coisas também. Isso significa que não era realmente eu que você amava, mas só o que eu fingi ser? A criança bem comportado, confiável, empática, compreensiva e conveniente, que na verdade nunca foi uma criança? O que aconteceu com minha infância? Não fui enganado? Eu nunca posso voltar a ele. Eu possover se compensar. Desde o início eu tenho sido um pouco adulto. Minhas habilidades-eram simplesmente mal utilizados? "

Estas perguntas são acompanhadas de muita dor e sofrimento , mas o resultado é sempre uma nova autoridade que está se estabelecendo no paciente-um novo EMPAthy com seu próprio destino, nascido de luto. Agora, o paciente não faz luz das manifestações de seu eu nunca mais, não muitas vezes rir ou zombar para eles, mesmo que ela ainda inconscientemente passa-los ou ignora-los, da mesma forma sutil que seus pais lidaram com a criança antes que ela tivesse alguma palavra para expressar suas necessidades. Mesmo como uma criança mais velha, ela não foi autorizada a dizer, ou mesmo a pensar: "Eu posso ser triste ou feliz quando qualquer coisa me faz triste ou feliz; Eu não tenho que olhar alegre para outra pessoa , e eu não tenho que suprimir minha aflição ou ansiedade para caber as necessidades de outras pessoas. Eu posso estar com raiva e ninguém vai morrer ou ter uma dor de cabeça por causa disso. Eu posso raiva quando você me machucar, sem perdê-lo.

Na maioria dos casos, é um grande alívio para um paciente para ver que ela pode agora reconhecer e levar a sério as coisas que ela usou para engasgar, mesmo se os padrões antigos voltam, repetidas vezes, durante um longo período. Mas agora ela começa a entender que essa estratégia foi sua única chance de sobreviver. Agora ela pode *perceber* como ela ainda às vezes tenta persuadir-se, quando ela está assustada, que ela não é; como ela menospreza seus sentimentos para se proteger, e ou não se torna consciente deles em tudo, ou faz isso apenas vários dias depois Eles têm already passado. Gradualmente, ela percebe como ela é forçada a procurar distração quando ela é movida, chateada ou triste. (Quando a mãe de seis anos de idade morreu, sua tia lhe disse: "você deve ser corajoso; Não chore; Agora vá para o seu quarto e jogar bem ") Uma vez que o processo terapêutico começou, continuará se não for interrompido por interpretações ou por outros tipos de defesa intelectual. A pessoa que sofre começa a ser articulada e rompe com suas atitudes anteriores complacentes, mas por causa de sua experiência inicial, elanão acredita que ela não está incorrendo perigo mortal; ela teme a rejeição e punição quando ela defende seus direitos no Presente. O paciente é surpreendido pelos sentimentos que prefere não ter reconhecido, mas agora é demasiado atrasado: a consciência de seus próprios impulsos já foi despertado, e não há nenhum ir para trás.

Agora a criança, uma vez intimidada e silenciada, pode experimentar-se de uma forma que nunca antes tinha pensado possível, e depois ela pode desfrutar

do alívio de ter assumido o risco e ter sido fiel a si mesma. Enquanto ela sempre desprezava a avareza, de repente ela se vê contando os dois minutos perdidos para sua sessão através de um telefonema. Enquanto ela nunca havia feito exigências e sempre tinha sido incansável no cumprimento das exigências dos outros, agora ela está subitamente furiosa por seu terapeuta estar de novo de férias. Ou ela está chateada por ver outras pessoas à espera do lado de fora da sala de consulta. O que pode ser isto? Certamente não ciúmes. É uma emoção que ela não conhece! E ainda: "o que eles estão fazendo aqui? Outros, além de mim, vêm aqui? “Ela não tinha percebido isso antes.

A princípio, será mortificante ver que ela nem sempre é boa, compreensiva, tolerante, controlada e, acima de tudo, sem necessidade, pois estas têm sido a base do seu auto-respeito.

Há uma grande diferença entre ter sentimentos ambivalentes em relação a alguém como um adulto e de repente experimentando-se como um de dois anos de idade, sendo alimentado pela empregada na cozinha e pensando em desespero: "por que a mãe sai todas as noites? Por que ela não tem prazer em mim? O que há de errado comigo que ela prefere ir para outras pessoas? O que posso fazer para que ela fique em casa? Só não chore, só não chore. " Pedro como uma criança de dois anos de idade não poderia ter pensado nessas palavras, mas nasessão terapêutica onde ele experimentou essa realidade, ele era um adulto e uma criança, e poderia chorar amargamente. Não foi um choro catártico, mas sim a integração de seu desejo anterior para sua mãe, que até agora ele sempre negou. Nas semanas seguintes, Pedro passou por todos os tormentos de sua ambivalência para com sua mãe, que era um pediatra de sucesso. Seu retrato previamente "congelado", idealizado, derreteu na imagem de uma mulher que não tinha sido capaz de dar a seu filho qualquer continudade em seu relacionamento. "Eu odiava aqueles animais que estavam constantemente doentes e sempre levando você para longe de mim. Eu odiava você porque você preferia estar com eles para estar comigo. Sentimentos de impotência foram misturados com a raiva de longa-represada contra a mãe que não tinha sido disponível para ele quando ele mais precisava dela. Como resultado de se conscientizar desses sentimentos, Pedro poderia se livrar de um sintoma que o atormentava por muito tempo; seu ponto era agora fácil de compreender. Seus relacionamentos com as mulheres mudaram como sua compulsão primeiro a conquistar e depois abandoná-los desapareceu.

Pedro experimentou seus primeiros sentimentos de impotência, de raiva, e de estar à mercê de sua mãe, na sua maioria ausente, de uma forma que ele não poderia anteriormente ter lembrado. Só se pode lembrar o que tem sido conscientemente experimentado. Mas o mundo emocional de uma criança atormentada é o resultado de um processo seletivo que eliminou os elementos mais importantes. Esses sentimentos precoces, Unidos com a dor de ser incapaz de entender o que está acontecendo — que faz parte do primeiro período da infância — são conscientemente experimentados pela primeira vez durante a terapia.

É como um milagre cada vez para ver quanta autenticidade e integridade sobreviveram por trás da dessimulação, negação e autoalienação, e como eles podem reaparecer assim que o paciente encontrar acesso aos sentimentos. No

entanto, seria errado implicar que há um totalmente desenvolvido, verdadeiro auto conscientemente escondido atrás do falso eu. O importante point é que a criança não sabe o que ele está escondendo. Karl, idade 42, expressou isto na seguinte maneira: Vivia numa casa de vidro onde a minha mãe podia olhar a qualquer momento. No entanto, numa casa de vidro, não se pode esconder nada sem nos entregarmos, a não ser escondendo-o debaixo do chão. E também não consegues ver por ti próprio.

Um adulto pode estar plenamente consciente de seus sentimentos somente se ele tivesse pais ou cuidadores carinhosos. Pessoas que foram abusadas e negligenciadas na infância estão faltando tsua capacidade e, portanto, nunca são ultrapassadas por emoções inesperadas. Admitirão somente aqueles sentimentos que são aceitados e aprovados por seu censor interno, que é o herdeiro dos seus pais. Depressão e uma sensação de vazio interior são o preço que devem pay para este controle. O verdadeiro eu não pode se comunicar porque permaneceu inconsciente e, portanto , não desenvolvido, em sua prisão interna. A companhia dos guardas da prisão não incentiva o desenvolvimento vívido. É somente depois que é liberado que o Self bcomeça para ser articulado, para crescer, e para desenvolver sua faculdade criadora. Onde havia apenas o vazio temeroso ou igualmente assustadores fantasias grandiosas, uma riqueza inesperada de vitalidade é agora descoberto. Este não é um regresso a casa, desde que este repouso nunca existiu antes. É a criação de casa.

A HISTÓRIA DO TERAPEUTA

Costuma-se dizer que os psicoterapeutas sofrem de um distúrbio emocional. O meu objectivo até agora foi clarificar a medida em que este umssertion pode ser demonstrado ter uma base na experiência. A sensibilidade do terapeuta, empatia, responsividade, e poderosas "antenas" indicam que, como uma criança, ele provavelmente costumava cumprir as necessidades de outras pessoas e reprisa a sua própria.

Naturalmente, há apossibilidade oretical que uma criança sensível poderia ter os pais que não precisaram o abusar dele-os pais que o viram como era realmente, compreenderam-no, e toleraram e respeitavam seus sentimentos. Embora tal criança desenvolvesse um sentido saudável do security, um poderia mal esperar que mais tarde tomará a profissão da psicoterapia; que cultivaria e desenvolveria sua sensibilidade a outro na mesma extensão que aqueles cujos os pais usaram satisfazerem as suas próprias necessidades; e que ele jamais seria capaz de entender suficientemente — sem a base da experiência — o que significa "ter matado" a si mesmo.

Eu acho que o nosso destino de infância pode realmente nos permitir a prática de psicoterapia, mas só se tivermos a chance, através de nossa própria terapia, to viver com a realidade do nosso passado e desistir do mais flagrante de nossas ilusões. Isto significa tolerar o conhecimento que, para evitar perder o

"amor" dos nossos pais, fomos obrigados a satisfazer as suas necessidades inconscientes ao custo do nosso próprio desenvolvimento emotional. Significa também ser capaz de vivenciar o ressentimento e o luto despertado pelo fracasso dos nossos pais em cumprir nossas necessidades primárias. Se nunca tenhamos vivido conscientemente através deste desespero e da raiva resultante, e, portanto, nunca foi hábil para trabalhar com ele, estaremos em perigo de transferir esta situação, que, em seguida, permaneceria inconsciente, para os nossos pacientes. Não seria surpreendente se a nossa necessidade inconsciente não deve encontrar melhor maneira do que fazer uso de uma pessoa mais fraca. A maioria dos Readily disponíveis para exploração são os próprios filhos ou os pacientes, que às vezes são tão obedientes e dependentes de seus terapeutas como crianças estão em seus pais.

Um paciente com "antenas" para o inconsciente do seu terapeuta reagirá prontamente. Se ele sente que é importante para seu terapeuta ter pacientes que logo se tornam autônomos e se comportam com autoconfiança, ele rapidamente se sentirá autônomo e reagirá de acordo. Ele pode fazer isso; Ele pode fazer qualquer coisa que se espera dele. Mas porquee esta autonomia não é genuína, termina logo na depressão. A verdadeira autonomia é precedida pela experiência de ser dependente. A verdadeira libertação só pode ser encontrada para além da profunda ambivalência da dependência infantil.

Quando ele apresenta material que se encaixa noconhecimento, conceitos e habilidades do Terapista — e, portanto, também suas expectativas — o paciente satisfaz seus terapeutas desejam aprovação, eco, entendimento e por serem levados a sério. Desta maneira o terapeuta exercita o mesmo tipo do Mani tion inconscientecomo aquele a que foi expor como uma criança. Uma criança nunca pode ver através de *manipulação inconsciente*. É como o ar que ele respira; Ele não conhece nenhum outro, e parece-lhe ser o único ar respirável.

O que acontece se não reconhecermos a qualidade prejudicial deste ar, mesmo na idade adulta? Vamos passar este mal para os outros, enquanto fingindo que estamos agindo apenas para o seu próprio bem. Quanto mais introspecção eu ganho na manipulação inconsciente das crianças por seus pais, mais urgente parece-me que nós resolveremos nossa repressão. Não só como pais, mas também como terapeutas, devemos estar dispostos a enfrentar a nossa história. Só depois de dolorosamente experimentando e aceitando a nossa própria verdade podemos estar livres da esperança de que ainda podemos encontrar um entendimento, EmpatHIC "pai"-Talvez em um paciente-que estará à nossa disposição.

Esta tentação de procurar um pai entre nossos pacientes não deve ser subestimada; nossos próprios pais raramente ou nunca nos escutou com tal atenção extasiada como nossos pacientes costumam fazer, e eles neVer revelou o seu mundo interior para nós tão claramente e honestamente como fazer nossos pacientes, às vezes. Apenas o trabalho interminável de luto pode ajudar-nos a cair na ilusão de que encontramos o pai que uma vez urgente - empático e aberto, compreensível, honesto e disponível, útil e amoroso, sentindo, transparente, claras, sem contradições ininteligíveis. Tal pai nunca foi nosso, pois uma mãe pode reagir empaticamente apenas na medida em que ela se tornou livre de seu próprio childhood; quando ela nega as vicissitudes de sua

vida precoce, ela usa cadeias invisíveis.

As crianças que são inteligentes, alerta, atento, sensível, e completamente sintonizado com o bem-estar das mães estão inteiramente à sua disposição. Transparente, desobstruído, e o ble do relia, são fáceis de manipular contanto que seu self verdadeiro (seu mundo emocional) remanesce no porão da casa de vidro em que têm que viver-às vezes até a puberdade ou até que venham à terapia, e muito frequentemente até Eles se tornaram pais osmeus.

Robert, agora trinta e um, nunca poderia ser triste ou chorar quando criança, sem ter consciência de que ele estava fazendo sua amada mãe infeliz e muito inseguro de si mesma. A criança extremamente sensível sentiu-se desimpedido por sua mãe, que estava em um campo de concentração como uma criança, mas nunca tinha falado sobre isso. Não até que seu filho foi crescido e poderia fazer suas perguntas que ela disse a ele que ela tinha sido uma das 80 crianças que tinham de assistir seus pais indo para as câmaras de gás e que não nacriança e tinha chorado. Porque a "alegria" foi a característica que salvou sua vida na infância, as lágrimas de seus próprios filhos ameaçaram seu equilíbrio. Ao longo de sua infância este filho tinha tentado ser alegre. Ele poderia expressar vislumbres de seu verdadeiro eu e sentimentos de Oiapenas em perversões obsessivas, que parecia alienígena, vergonhoso, e incompreensível para ele até que ele começou a compreender o seu verdadeiro significado.

Um deles é totalmente indefeso contra este tipo de manipulação na infância. A tragédia é que os pais tambémnão ave nenhuma defesa contra ele, contanto que se recusam a enfrentar a sua própria história. Se a repressão permanece por resolver, a tragédia da infância dos pais é inconscientemente continuada em seus filhos.

Outro exemplo pode ilustrar isso mais claramente. Um pai que , como uma criança, muitas vezes tinha sido assustado com os ataques de ansiedade de sua mãe periodicamente esquizofrénica e nunca foi dada uma explicação gostava de contar a sua amada filha pequena histórias horríveis. Ele sempre riu de seus medos e depois consolou -a com as palavras: "mas é apenas uma história feita. Você não precisa ter medo, você está aqui comigo. Desta forma, ele poderia manipular o medo do seu filho e ter a sensação de ser forte. Seu desejo consciente era dar à criança algo valioso do qual ele mesmo tinha sido privado, ou seja, proteção, conforto e explicações. Mas o que ele entregou inconscientemente era o seu próprio medo de infância, a expectativa de desastre, ea pergunta sem resposta (também a partir de sua infância): por que essa pessoa que eu amo Frime aperte tanto?

Provavelmente todo mundo tem uma câmara interior mais ou menos escondida que ela se esconde mesmo de si mesma e em que os adereços de seu drama de infância são para ser encontrado. Aqueles que serão mais afetados pelo conteúdo desta câmara escondida são seus children. Quando a mãe era uma criança, ela mal tinha a chance de entender o que aconteceu; ela só poderia desenvolver sintomas. Como um adulto na terapia, no entanto, ela pode resolver esses sintomas se ela se permite sentir o que eles foram capazes de disfarçar: FeelinGS de horror, indignação, desespero, e raiva indefeso.

Pode ser um acidente que Heinrich Pestalozzi - que foi órfão de seu sexto ano em diante e emocionalmente negligenciado, apesar da presença de sua mãe e

de uma enfermeira-negligenciado seu único filho, embora ele era capaz, por outro lado, de dar órfã crianças calor genuíno e paternidade? Este filho foi finalmente considerado mentalmente defeituoso, embora tivesse sido uma criança inteligente.*Ele morreu aos trinta anos. Tanto a sua vida e sua morte causou Pestalozzi muita dor e culpa (Ganz, 1966, Lavater-sloman, 1977). Era também Pestalozzi quem é reputado ter dito: "você pode conduzir o diabo fora de seu jardim mas você encontrá-lo-á outra vez no jardim de seu filho."

O CÉREBRO DE OURO

Alphonse Daudet ' s *Lettres de Mon Moulin* inclui uma história que pode soar bastante bizarro, mas, no entanto, tem muito em comum com o que eu tenho apresentado aqui. Resumirei brevemente a história: Era uma vez uma criança que tinha um cérebro de ouro. Seus pais só descobriram isso por acaso quando ele feriu sua cabeça e ouro em vez de sangue fluiu para fora. Eles então começaram a cuidar dele com cuidado e não deixá-lo pleigos com outras crianças por medo de ser roubado. Quando o menino foi crescido e quis ir para fora no mundo, sua mãe disse: "nós fizemos tanto para você, nós devemos poder compartilhar de sua riqueza." Em seguida, seu filho tirou um grande pedaço de ouro de sua chuva be deu a sua mãe. Ele viveu em grande estilo com um amigo que, no entanto, roubou-lhe uma noite e fugiu. Depois disso, o homem resolveu guardar o seu segredo e sair para trabalhar, porque as suas reservas estavam visivelmente diminuindo. Um dia ele caiu em love com uma menina bonita que o amava também, mas não mais do que as roupas bonitas que ele lhe deu tão ricamente. Ele se casou com ela e foi muito feliz, mas depois de dois anos ela morreu e ele passou o resto de sua riqueza em seu funeral, que tinha que ser esplêndido. Uma vez, como ele estava rastejando pelas ruas, fraco, pobre e infeliz, ele viu um belo par de botas que teria sido perfeito para sua esposa. Ele esqueceu que ela estava morta-talvez porque seu cérebro esvaziado já não funcionou-e entrou na loja para comprar tele botas. Mas naquele exato momento ele caiu, e o lojista viu um homem morto deitado no chão.

Daudet, que estava a morrer de uma doença da medula espinhal, escreveu seguindo esta história: Esta história soa como se fosse inventado, mas é verdade do começo ao fim.

Há pessoas que têm que pagar pelas menores coisas na vida com sua própria substância e sua medula espinhal. Isso é uma dor constantemente recorrente, e então quando eles estão cansados de sofrer....

O amor materno não pertence ao"menor", mas também indispensável, às coisas da vida, para as quais muitas pessoas, paradoxalmente, têm de pagar,

renunciando a si mesmos?

*Por "mãe" eu aqui me refiro à pessoa mais próxima da criança durante os primeiros anos de vida. Isso não precisa ser a mãe biológica, ou mesmo uma mulher. No decurso dos últimos vinte anos, muitos pais assumiram esta função maternal (mütterlichkeit).
*Em alguns novos métodos de terapia, este fenômeno desempenha um papel essencial.
*Em H. Ganz (1966) podemos ler: "por ocasião do feriados do de seu pai , o jakoblid cinco anos de idade, que não conseguia escrever,... alegremente ditada a sua mãe: "Eu desejo o meu querido Papa... que você deve ver muito mais e eu lhe agradeço um HuNDRed mil vezes para a sua bondade... que você me trouxe tão alegremente e amorosamente. Agora eu vou falar do meu coração.... Faz-me terrivelmente feliz, se você pode dizer: Eu trouxe meu filho até a felicidade. . .. Eu sou sua alegria e suas happiness. então devo primeiro dar graças pelo que você fez na minha vida....' "(p. 53)

2
Depressão e Grandiosidade: Duas Formas Relacionadas de Negação

AS VICISSITUDES DAS NECESSIDADES DA CRIANÇA

Toda criança tem uma necessidade legítima de ser notada, compreendida, levada a sério e respeitada por sua mãe. Nas primeiras semanas e meses de vida ele precisa ter a mãe à sua disposição, deve ser capaz de se aproveitar dela e ser espelhado por ela. Isso é muito bem ilustrado em uma das imagens de Donald Winnicott: a mãe olha para o bebê em seus braços, e o bebê olha para o rosto de sua mãe e se encontra nele . . . desde que a mãe esteja realmente olhando para o ser único, pequeno, indefeso e não projetando suas próprias expectativas, medos e planos para a criança. Nesse caso, a criança não se encontrava na cara de sua mãe, mas sim nas próprias projeções da mãe. Esta criança permaneceria sem um espelho, e para o resto de sua vida estaria procurando este espelho em vão.

Desenvolvimento Saudável

Se uma criança tiver a sorte de crescer com uma mãe disponível e espelhada que está à disposição da criança - ou seja, uma mãe que se permite utilizar como função do desenvolvimento da criança—então um auto sentimento saudável pode desenvolver-se gradualmente na criança em crescimento. Idealmente, esta mãe também deve fornecer o clima emocional necessário e compreensão para as necessidades da criança. Mas mesmo uma mãe que não tem um coração especialmente quente pode tornar este desenvolvimento possível, se ao menos ela se abstenha de impedi-lo e permite que a criança adquira de outras pessoas o que ela própria lhe falta. Vários estudos têm mostrado a incrível capacidade que uma criança exibe em fazer uso do menor "alimento" afetivo (estimulação) a ser encontrado em seu entorno.

Eu entendo um auto sentimento saudável para significar a certeza inquestionável de que os sentimentos e precisa de uma experiência são uma parte de si mesmo. Esta certeza não é algo que se pode ganhar após a reflexão; ela está lá como o próprio pulso, que não se percebe enquanto ele funciona normalmente.

O contato automático e natural com suas próprias emoções e necessidades dá

força e autoestima individual. Ele pode experimentar seus sentimentos-tristeza, desespero, ou a necessidade de Ajuda—sem medo de tornar a mãe insegura. Ele pode permitir-se ter medo quando é ameaçado, zangado quando os seus desejos não são cumpridos. Ele sabe não só o que não quer, mas também o que quer e é capaz de expressar seus desejos, independentemente de ser amado ou odiado por isso.

Se uma mulher é para give seu filho o que ele vai precisar ao longo de sua vida, é absolutamente fundamental que ela não ser separado de seu recém-nascido, para os hormônios que promovem e nutrir seu instinto maternal são liberados imediatamente após o nascimento e continuar nos dias e semanas seguintes, como ela se torna mais familiarizado com seu bebê quando um recém-nascido é separado de sua mãe-que era a regra não há muito tempo em maternidades e ainda ocorre na maioria dos casos, por ignorância e por causa de c onvenience-então uma grande oportunidade é perdida para a mãe eo filho.

A colagem (através do contato da pele e do olho) entre a mãe e o bebê após o nascimento estimula em ambos o sentimento que pertencem junto, um sentimento da unidade que idealmente estêve crescendo da época da concepção. O Infante é dado o sentido da segurança que precisa de confiar sua mãe, e a mãe recebe o resseguro instintivo que a ajudará a compreender e responder às mensagens do seu filho. Esta intimidade mútua inicial pode nunca outra vez be criado, e sua ausência pode ser um direito sério do obstáculo desde o começo.

O significado crucial do vínculo só foi recentemente provado cientificamente. Espera-se que em breve será levado em conta na prática, não só em alguns ospitals maternidade Select h,mas em hospitais maiores, bem como, de modo que todos irão beneficiar dele. Uma mulher que tenha experimentado a ligação com seu filho estará em menos perigo de maltratá-lo e estará em uma posição melhor para protegê-lo de maus tratos pelo pai umd outros cuidadores, como professores e babysitters.

Mesmo uma mulher cuja própria história reprimido tem sido responsável por uma falta de vínculo com seu filho pode mais tarde ajudá-lo a superar esse déficit, se ela vier a entender o seu significado. Ela também será capaz de compensar as conseqüências de um nascimento difícil se ela não minimizar a sua importância e sabe que uma criança que estava fortemente traumatizada no início de sua vida será, em particular, a necessidade de cuidados e atenção, a fim de superarosmedos decorrentes de experiências mais recentes.

A Perturbação

O que acontece se uma mãe não só não é capaz de reconhecer e satisfazer as necessidades de seu filho, mas está ela mesma em necessidade de segurança? Inconscientemente, a mãe tenta então aliviar suas próprias necessidades através de seu filho. Isso não exclui o afeto forte; a mãe muitas vezes ama seu filho apaixonadamente, mas não da maneira que ele precisa ser amado. A confiabilidade, continuidade e constância que são tão importantes para a criança estão, portanto, ausentes desta relação exploradora. O que está faltando acima de

tudo é o quadro dentro do qual a criança poderia experimentar seus sentimentos e emoções. Em vez disso, ele desenvolve algo de que a mãe precisa, e embora isso certamente lhe salve a vida (garantindo o "amor" da mãe ou do pai na época), isso pode, no entanto, impedi-lo, ao longo de sua vida, de ser ele mesmo.

Nesses casos, as necessidades naturais adequadas à idade da criança não podem ser integradas, pelo que são represadas ou divididas. Esta pessoa vai viver mais tarde no passado, sem perceber e continuará a reagir a perigos passados como se estivessem presentes.

As pessoas que pediram minha ajuda por causa de sua depressão geralmente tiveram que lidar com uma mãe que era extremamente insegura e que muitas vezes sofria de depressão ela mesma. A criança, na maioria das vezes filha única ou primogênita, era vista como a posse da mãe. O que a mãe teve uma vez que não foi possível encontrar em sua própria mãe, ela foi capaz de encontrar em seu filho: alguém à sua disposição, que poderia ser usado como um eco e pode ser controlada, que estava completamente centrada sobre ela, nunca a abandonar, e ofereceu-lhe toda a atenção e admiração. Se as exigências da criança se tornassem muito grandes (como as de sua própria mãe uma vez fizeram), ela já não estava tão indefesa: ela podia recusar-se a ser tiranizada; ela podia criar a criança de tal forma que ele não chorava nem a perturbava. Finalmente, ela poderia se certificar de que ela recebeu consideração, cuidado e respeito.

Barbara, uma mãe de quatro filhos, aos trinta e cinco anos, tinha poucas lembranças de sua relação de infância com sua mãe. No início do tratamento, ela descreveu como carinho, afeto mulher que falou com ela "abertamente sobre seus próprios problemas" em uma idade precoce, que estava muito preocupado com seus filhos, e que se sacrificou para sua família. Ela era frequentemente solicitada por outros membros da seita à qual a família pertencia. Barbara relatou que sua mãe sempre foi especialmente orgulhosa dela. A mãe era agora velha e inválida, e a paciente estava muito preocupada com a sua saúde. Ela sempre sonhou que algo tinha acontecido com sua mãe e acordou com grande ansiedade.

Como consequência das emoções que surgiram em Barbara através da terapia, esta foto de sua mãe mudou. Acima de tudo, quando as memórias de sanidade entraram em sua consciência, ela experimentou sua mãe como exigente, controladora, manipuladora, fria, mesquinha, obsessiva, facilmente ofendida, e difícil de agradar. Muitas memórias subsequentes da infância de sua mãe confirmaram essas características. Barbara foi então capaz de se conectar com as razões reais para sua raiva há muito reprimida e descobrir como sua mãe era realmente. Ela percebeu que quando sua mãe se sentia insegura em relação a ela, ela tinha, de fato, muitas vezes sido fria e a tinha tratado mal. A preocupação ansiosa da mãe com a criança tinha servido para afastar a sua agressividade e inveja. Uma vez que a mãe tinha sido muitas vezes humilhada em criança, ela precisava ser valorizada por sua filha.

Barbara experimentou na terapia pela primeira vez o medo agonizante e a raiva que teve que reprisa quando tinha dez anos velho e veio para casa da escola no aniversário da sua mãe para encontrá-la que encontra-se no assoalho com olhos fechados. A criança crise para fora, pensando que sua mãe estava morta. A mãe, em seguida, abriu os olhos e disse, encantado, "você me deu o presente de aniversário mais precioso. Agora eu sei que você me ama, que alguém me ama.

Por décadas a piedade e a compaixão impediram Barbara de realizar tele crueldade com que tinha sido tratada. Desencadeada por um acontecimento posterior, esta memória poderia finalmente emergir, acompanhada de sentimentos de raiva e indignação.

Gradualmente, os retratos diferentes da mãe foram Unidos no aquele de um único ser humano cujo o weakness, a insegurança, e a Supersensibilidade a fizeram fazer tudo que poderia para manter seu filho em sua eliminação. A mãe, que aparentemente funcionou bem com os outros, era ela mesma, basicamente, ainda uma criança cortada de suas emoções reais. A filha, por outro lado, assumiu o papel de compreensão e carinho até que ela descobriu, com seus próprios filhos, suas necessidades anteriormente ignoradas. Antes de reconhecer a história de seu passado, ela tinha sido obrigada a pressionar seus filhos em seu serviço, como sua mãe tinha feito.

A ILUSÃO DO AMOR

Ao longo dos anos, o meu trabalho incluiu muitas consultas iniciais com pessoas que eu vi para uma ou duas sessões antes de encaminhá-los para um colega. Nestes encontros curtos, a tragédia de uma história individual pode muitas vezes ser vista com clareza em movimento. No que é descrito como depressão e experimentado como o vazio, a futilidade, o medo do empobrecimento, e a solidão podem geralmente ser reconhecidos como a perda trágica do self na infância, manifestado como a alienação total do Self no adulto.

Testemunhei várias misturas e nuances dos chamados distúrbios narcisistas. Por uma questão de clareza, descreverei duas formas extremas, das quais considero uma para ser o inverso do outro-grandiosidade e depressão. Por trás da grandiosidade manifesta há constantemente a depressão, e por trás de um humor depressivo, muitas vezes esconde um sentido inconsciente (ou consciente, mas dividido fora) de uma história trágica. **Na verdade, a grandiosidade é a defesa contra depressão, e a depressão é a defesa contra a dor profunda sobre a perda do self que resulta da negação.**

Grandiosidade

A pessoa que é "grandiosa" é admirada em todos os lugares e precisa dessa admiração; na verdade, ele não pode viver sem ele. Ele deve sobressair brilhantemente em tudo o que ele se compromete, que ele é certamente capaz de fazer (caso contrário, ele simplesmente não tentar isso). Ele, também, admira-se, por suas qualidades — sua beleza, esperteza, talentos — e por seu sucesso conquistas. Cuidado se um deles falhar, pois a catástrofe de uma depressão severa é iminente.

Geralmente é considerado normal quando pessoas doentes ou envelhecidas que sofreram a perda de grande parte de sua saúde e vitalidade ou mulheres que

estão experimentando menopause tornar-se depressivo. Há, no entanto, muitas pessoas que podem tolerar a perda de beleza, saúde, juventude, ou entes queridos e, embora eles sofrem, fazê-lo sem depressão. Em contrapartida, há aqueles com grandes dons, muitas vezes precisamente os mais talentosos, que sofrem de depressão severa. Para um é livre dele somente quando a autoestima é baseada na autenticidade de uns próprios sentimentos e não na possessão de determinadas qualidades.

O colapso da autoestima em uma pessoa "grandiosa" vai mostrar claramente How precariamente que a autoestima tem sido pendurado no ar-"pendurado de um balão", como um paciente, uma vez sonhou. Esse balão voou muito alto em um bom vento, mas de repente foi perfurado e logo leigos como um pouco de pano no chão, para nada genuíno que poderia ter dado força interior e apoio já tinha sido desenvolvido.

Em um estudo de campo conduzido em Chestnut Lodge, Maryland, em 1954, os antecedentes familiares de doze pacientes que sofrem de psicose maníaco-depressiva foram examinados. Os resultados fortemente confirmar as conclusões que eu alcancei, por outros meios, sobre a etiologia da depressão: Todos os pacientes vinham de famílias socialmente isoladas e sentiam-se muito pouco respeitadas em seu bairro. Eles, portanto, fizeram Special esforços para aumentar o seu prestígio com seus vizinhos através da conformidade e realizações pendentes. A criança que mais tarde ficou doente tinha sido atribuída um papel especial neste esforço. Ele era suposto para garantir a honra da família, e foi amado apenas em proporção ao grau em que ele foi capaz de cumprir as demandas deste ideal família por *meio de suas habilidades especiais, talentos, sua beleza, etc*.*Se ele falhou, ele foipunido por ser frio-shouldered ou jogado ou t do grupo familiar, e pelo conhecimento que ele tinha trazido grande vergonha para o seu povo. (Eicke-Spengler 1977, p. 1104)

Com a mobilidade de hoje das famílias e dos membros da família, adaptar-se a uma cultura étnica diferente é essencial para a sobrevivência, mas estáatestando a autonomia da criança. Infelizmente, a única "alternativa" parece ser um apego a, ou voltar ao fundamentalismo.

Sem terapia, é impossível para a pessoa grandiosa para cortar a ligação trágica entre admiração e amor. Ele procura insaciavelmente por admiração, da qual ele nunca chega porque a admiração não é a mesma coisa que o amor. É apenas um substituto gratification das necessidades primárias de respeito, compreensão, e sendo levado a sério-as necessidades que permaneceram inconscientes desde a primeira infância. Muitas vezes uma vida inteira é dedicada a este substituto. Contanto que a verdadeira necessidade não seja sentida e compreendida, a luta para o símbolo do amor continuará. É por esta razão que um fotógrafo de envelhecimento, mundialmente famoso que tinha recebido muitos prêmios internacionais poderia dizer a um entrevistador, "Eu nunca senti o que eu fiz foi bom o suficiente." E ele não questipor que ele se sentiu assim. Aparentemente, nunca lhe ocorreu que a depressão que ele relata poderia estar relacionada com a sua fusão com as demandas de seus pais.

Um paciente falou uma vez do sentimento de sempre ter que andar sobre Stilts. É alguém que sempre tem que andar sobre palafitas não obrigados a ser constantemente invejoso daqueles que podem andar em suas próprias pernas,

mesmo se eles parecem para ele ser menor e mais "comum" do que ele é ele mesmo? E ele não é obrigado a carregar raiva dentro de si mesmo, contra aqueles que o fizeram com medo de andar sem palitos? Ele também poderia ser invejoso de pessoas saudáveis, porque eles não têm que fazer um esforço constante para ganhar admiração, e porque eles não têm que fazer alguma coisa, a fim de impressionar, de uma forma ou de outra, mas são livres para ser "média".

A pessoa grandiosa nunca é realmente livre; Primeiro, porque ele é excessivamente dependente da admiração dos outros, e em segundo lugar, porque seu auto-respeito é dependente de qualidades, funções e realizações que de repente pode falhar.

Depressão como o reverso da grandiosidade

Em muitos dos pacientes que eu conheço, a depressão foi acoplada com o grandiosidade em muitas maneiras.

1: a depressão às vezes apareceu quando a grandiosidade *quebrou* como resultado de doença, incapacidade ou envelhecimento. No caso de uma mulher solteira, as fontes externas de aprovação secaram gradualmente à medida que envelhecia. Ela já não recebeu confirmação constante de sua atratividade, que anteriormente tinha servido uma função de apoio direto como um substituto para o espelhamento faltando por sua mãe. Superficialmente, seu desespero sobre envelhecer parecia ser devido à ausência de contatos sexuais, mas, em um nível mais profundo, os medos precoces de ser abandonado foram agora despertado, e esta mulher não tinha novas conquistas com as quais para contrariar-los. Todos os espelhos substitutos foram quebrados. Ela novamente ficou impotente e confusa, como a pequena menina uma vez fez antes do rosto de sua mãe, em que ela não encontrou a si mesma, mas apenas a confusão de sua mãe.

Os homens frequentemente experimentam tornar-se mais velhos em uma maneira similar, mesmo se um caso novo do amor puder parecer criar a ilusão de sua juventude por um momento e pode nesta maneira introduzir fases maníacos breves nosestágios do Earl y da depressão trazida à superfície por seu envelhecimento.

2: na combinação de *fases alternadas* do grandiosidade e da depressão, sua terra comum pode ser reconhecida. Eles são os dois lados de uma medalha que pode ser descrita como o "falso self", uma medalha que já foi realmente ganha para a realização.

Por exemplo, no auge de seu sucesso, um ator pode jogar diante de um público entusiasta e experimentar sentimentos de grandeza celestial e almightiness. No entanto, o seu senso de vazio e inútil, mesmo de vergonha e raiva, pode retornar na manhã seguinte, se a sua felicidade na noite anterior não foi apenas devido à sua atividade criativa em jogar e expressar a parte, mas também foi, e acima de tudo, enraizada no substituir a satisfação das velhas necessidadesdehoing CE, espelhamento, e sendo visto e compreendido. Se o seu sucesso na noite anterior serve apenas para negar frustrações da infância, então,

como cada substituto, ele pode trazer apenas a satisfação momentânea. Na verdade, a verdadeira satisfação já não é possível, umavezque o tempo certo para que agora reside irrevogavelmente no passado. A criança anterior já não existe, nem os pais anteriores. Os pais atuais — se ainda estiverem vivos — são agora velhos e dependentes; Eles já não têm qualquer poder sobre o seu filho e são talvez encantadoraTed com seu sucesso e com suas visitas infreqüentes. No presente, o filho goza de sucesso e reconhecimento, mas estas coisas não podem oferecer-lhe mais do que o seu valor presente; Eles não podem preencher a lacuna de idade. Mais uma vez, contanto que ele é capaz de negar essa necessidade com a ajuda da ilusão-isto é, com a intoxicação do sucesso-a velha ferida não pode curar. Depressão leva-lo perto de suas feridas, mas apenas luto por aquilo que ele perdeu, *perdeu no momento crucial*, pode levar a cura real.*

3: o desempenho contínuo de realizações pendentes pode às vezes permitir que uma pessoa mantenha a ilusão da atenção e da disponibilidade constantes de seus pais (cuja a ausência de sua infância adiantada ele nega agora apenas tão completamente quanto seu próprio emocional reacções adversas). Tal pessoa é geralmente capaz de afastar a depressão ameaçadora com *exposições aumentadas de brilhantismo*, enganando assim ele mesmo e aqueles ao seu redor. No entanto, ele muitas vezes escolhe um parceiro de casamento que ou já tem fortes traços depressivos ou, pelo menos dentro de seu casamento, inconscientemente assume e enaja os componentes depressivos do parceiro grandioso. A depressão é assim mantida fora, e o grandioso pode cuidar de seu "pobre" companheiro, protegê-la como uma criança, se sentir forte e indispensável, e, assim, ganhar um outro pilar de apoio para a construção de sua própria personalidade. Na verdade, no entanto, que a personalidade não tem fundamento seguro e é dependente dos pilares de apoio do sucesso, realização, "força", e, acima de tudo, a negação do mundo emocional de sua infância.

Embora o retrato externo da depressão seja completamente o oposto daquele do grandiosidade e tenha uma qualidade que expresse a tragédia da perda do self em uma maneira mais óbvia, têm muitos pontos na terra comum: • Um falso eu que levou à perda do potencial verdadeiro self

- Uma fragilidade da autoestima devido à falta de confiança nos próprios sentimentos e desejos
- Perfeccionismo
- Negação de taxas rejeitadas
- Uma preponderância de relacionamentos explorativos
- Um enorme medo de perda de amor e, portanto, uma grande prontidão para se conformar
- Agressão Split-off
- Supersensibilidade
- Uma prontidão para sentir vergonha e culpa

Inquietação.

Depressão como negação do self

A depressão consiste em uma negação de suas próprias reações emocionais. Esta negação começa no serviço de uma adaptação absolutamente essencial durante a infância e indica uma lesão muito adiantada. Há muitas crianças que não foram livres, desde o início, para experimentar o mais simples de sentimentos, tais como descontentamento, raiva, raiva, dor, até mesmo a fome-e, claro, o gozo de seus próprios corpos.

Beatrice, 58, a filha dos pais missionários e um sofeiro de depressão profunda, nunca soube se ela estava com fome ou não. Sua mãe tinha escrito orgulhosamente em seu diário que na idade de três meses Beatrice já tinha aprendido a *esperar* para ser alimentado e para suprimir sua fome, sem ccorrendo. O descontentamento e a raiva despertava a incerteza em sua mãe, e a dor de seus filhos a deixou ansiosa. O gozo de seus filhos de seus corpos despertou sua inveja e sua vergonha sobre "o que outras pessoas iriam pensar." tais circunstâncias, uma criança may aprender muito cedo na vida o que ela não deveria sentir.

Se tivermos jogado fora as chaves para entender nossas vidas, as causas da depressão — bem como as de todos os sofrimentos, doenças e curas — devem permanecer um mistério para nós, independentemente de nós nos chamarmos de psiquiatras ou autoridades nas ciências ou em ambos. Quando os psiquiatras com décadas de experiência nunca ousaram enfrentar sua própria realidade e, em vez disso, gastaram seu tempo (e o tempo de seus pais) falando sobre "famílias disfuncionais", eles precisarão de um conceito como "poder superior" ou Deus para explicar Se o "milagre" da cura. Eles então se comportarão como pessoas que estão fielmente tentando seguir um mapa, sem perceber que o primeiro passo que tomaram foi no íon errado direto. Porque eles perderam o caminho desde o início, a sua fidelidade "científica" para o mapa não lhes dá os resultados esperados e não levá-los para onde eles querem ir. Gostaria de ilustrar isto com um exemplo.

Um psiquiatra cujo livro wcomo enviado a mim por um leitor argumenta que maus-tratos, negligência e exploração na infância não podem ser as únicas causas de doenças psíquicas. Deve, ele sente, ser outras razões irracionais que podem explicar por que uma pessoa aparentemente escapa aos efeitos catastrophic do abuso-ou pelo menos é capaz de curar mais rapidamente-enquanto outro parece sofrer mais intensamente ou por um longo tempo. Deve, ele suspeita, ser "graça".

Ele relata a história de um paciente que viveu com sua mãe solteira em extrema pobreza para o primeiro ano de sua vida e que foi então tirado dela pelas autoridades. Ele foi colocado em um lar adotivo após o outro, e em todos eles a criança foieternamente maltratada. Mas quando ele se tornou um paciente psiquiátrico, ele curou mais rápido do que muitos outros com histórias menos óbvias de abuso. Como poderia este homem, que suportou crueldade indizível em sua infância e juventude, libertar-se tão prontamente de seus Symptoms? Foi com a ajuda de Deus?

Muitas pessoas amam este tipo de explicação, sem levantar uma pergunta muito significativa: não deveríamos perguntar por que Deus não estava disposto a ajudar outros pacientes deste psiquiatra, nem para ajudar este homem quando ele estava sendo espancado-mercilessly como uma criança? Foi realmente a

graça de Deus que o ajudou como um adulto, ou é a explicação mais prosaica? Se este homem tinha uma mãe que, apesar de sua pobreza, deu-lhe amor real, respeito, proteção e segurança em seu primeiro ano, eleteriaad um melhor começo na vida e, em seguida, teria sido mais capaz de lidar com o abuso posterior do que um paciente cujo integrit y foi ferido desde o primeiro dia de sua vida-como era Beatrice, por exemplo.

Beatriz não foi maltratada fisicamente em sua juventude. Ela, no entanto, teve que aprender como uma criança pequena como fazer sua mãe feliz por não chorar, por não ter fome—por não ter nenhuma necessidade. Ela sofreu primeiro de anorexia e, em seguida, ao longo de sua vida adulta, de depressão grave. Os psiquiatras negam este tipo de danos quando falam de" graça "e outras qualidades" espirituais". A fim de reconhecer as consequências de um trauma tão precoce e oculto, eles primeiro teriam que fazer algum trabalho duro em si mesmos. Uma vez que eles se tornem dispostos a enfrentar os fatos—seus próprios fatos—eles perderão o interesse em ensinar aos outros sobre a graça e outros "mistérios" em nome da ciência.

Agarrar-se de forma não crítica às ideias e crenças tradicionais muitas vezes serve para obscurecer ou negar fatos reais de nossa história de vida. Sem acesso livre a esses fatos, as fontes de nossa capacidade de amar permanecem cortadas. Não admira, então, que mesmo apelos morais bem-intencionados-para ser amoroso, carinhoso, generoso, e assim por diante—sejam infrutíferos. Não podemos amar realmente se estamos proibidos de conhecer nossa verdade, a verdade sobre nossos pais e cuidadores, bem como sobre nós mesmos. Só podemos tentar comportar-nos como se fossemos amorosos. Mas este comportamento hipócrita é o oposto do amor. É confuso e enganoso, e produz muita raiva indefesa na pessoa enganada. Esta raiva deve ser reprimida na presença do pretenso "amor", especialmente se alguém é dependente, como uma criança é, da pessoa que está mascarada nesta ilusão de amor.

Poderíamos fazer grandes progressos em nos tornarmos mais honestos, respeitosos e conscientes, assim menos destrutivos, se os líderes religiosos pudessem reconhecer e respeitar essas simples leis psicológicas. Em vez de os ignorarem, deveriam abrir os olhos aos enormes prejuízos causados pela hipocrisia, nas famílias e na sociedade em geral. A carta da Vera para mim, da qual me pediu para citar, dá um exemplo claro desta confusão e deste dano. E a história de Maja mostra como o amor espontâneo por uma criança eventualmente se tornou possível para ela, uma vez que a repressão de seu passado tinha sido resolvida. Vera, cinquenta e dois anos, escreveu: Eu tinha sido um alcoólico crônico desde a adolescência, e finalmente me tornei sóbrio graças a alcoólicos anônimos. Eu estava tão grato por esta libertação do meu vício em álcool que eu assisti a cada reunião semanal por onze anos. Por um tempo Long eu consegui ignorar e substituir meus próprios pensamentos críticos sobre as questões morais representadas lá. Eu mesmo sucedeu no início em não tomar nenhuma observação da doença séria que eu comecei a desenvolver (diagnosticado eventualmente como a esclerose múltipla) e em fazer a luz dos sintomas. Foi só quando o meu humor depressivo se tornou mais longo e se recusou a desaparecer que eu comecei a encarar a minha verdade.

Foi muito difícil no início. Quando eu consegui recuperar algumas memórias

reprimidos, eles estavam perto de insuportável. Eu vouparar. Mas a minha curiosidade e a minha dor eram mais fortes do que o meu medo, e decidi continuar. Durante o primeiro ano de trabalho intensivo alguns dos meus sintomas desapareceram. Agora, após três anos de trabalho com este método, eu compreendo que estes sintomas *tiveram* que se desenvolver a fim me acordar de meu sono perigoso de modo que eu pudesse finalmente tomar seriamente meus sentimentos, percepções, e pensamentos.

Eu sabia, por exemplo, que muitas vezes eu ficava irritado quando "amor incondicional" foi discutido nas reuniões do grupo. Aparentemente eu deveria perceber e apreciar que todos os membros estavam me dando amor incondicional. Era suposto eu aprender a confiar neles, e sentia-me culpado se não pudesse. Foi-me explicado que eu não podia confiar e acreditar que o amor existia no All porque eu não tinha recebido amor na minha família disfuncional de origem. Eu tomei essas explicações para concedido porque eu estava desejando tanto para o amor e queria acreditar que eu realmente era amado. Eu era incapaz de questionar o que me foi dito, porque a hipocrisia tinha sido a comida que eu era alimentado diariamente por minha mãe-era tão familiar para mim, embora nunca questionável. Mas hoje eu questiono coisas que não fazem sentido para mim.

Hoje eu diria: apenas uma criança precisa (e absolutamente precisa) amor incondicional. Devemos dar às crianças que nos são confiadas. Devemos ser capazes de amá -los e aceitá-los o que quer que façam, não só quando sorriem encantadoramente, mas também quando choram e gritam. Mas fingir amar um adulto incondicionalmente — isto é, independentemente de suasações — significaria que devemos amar até mesmo um assassino serial frio ou um mentiroso notório se ele se juntar ao nosso grupo. Podemos fazer isso? Devemos mesmo tentar? Porque? Por causa de quem? Se dissermos que amamos um adulto incondicionalmente, só provamos nossa cegueira e/ou desonestidade. Nada mais.

Este é apenas um dos muitos vislumbres através da névoa do património religioso eu tolerado nessas reuniões por muito tempo. Devo essas informações ao meu trabalho solitário. Esta capacidade de raciocinar desenvolveu-se em mim enquanto conversei com meus pais nodiálogo interno. Nunca me ocorreu ter dúvidas conscientes quando estava sentada nas reuniões. Eu tão desesperadamente queria ser amado — e isso significava, claro, cumprir, ser obediente. Foi realmente um "amor" muito, muito *condicional* que estava sendooferecido lá.

Vera está certa. Como adultos, não precisamos de amor incondicional, nem mesmo de nossos terapeutas. Esta é uma necessidade da infância, uma que nunca pode ser cumprida mais tarde na vida, e estamos brincando com ilusões se nunca choramos esta unidade de oposição perdida. Mas há outras coisas que podemos obter de bons terapeutas: confiabilidade, honestidade, respeito, confiança, empatia, compreensão, e uma capacidade de esclarecer suas emoções para que eles não precisam nos incomodar com eles. Se um terapeuta promete amor incondicional, devemos nos proteger dele, de sua hipocrisia e falta de consciência.

Vera foi capaz de fazer uma descoberta importante durante seu trabalho solitário, graças não só ao método que ela usou, mas também à sua determinação de encontrar a verdade e não se permitir ser enganado novamente. As mudanças em seu corpo, uma vez que ela prestou atenção a ele, apoiou-a em seu caminho.

Maja, 38, veio a mim várias semanas após o nascimento de seu terceiro filho e me disse como livre e vivo ela sentiu com este bebê, bastante em contraste com a forma como ela tinha sentido com seus dois filhos anteriores. Com eles sentia constantemente que as demandas excessivas estavam sendo feitas sobre ela, que ela era uma prisioneira, e que os bebês estavam tirando proveito dela e explorando-a. Assim, ela se rebeloucontra suas demandas justificadas e, ao mesmo tempo, sentiu que isso era muito ruim dela: como na depressão, ela foi separada de seu verdadeiro eu. Pensou que estas reações mais adiantadas puderam realmente ser rebelião de encontro às demandas da sua mãe, porque esta vez estava experimentando nada do tipo. O amor que ela tinha, então, lutou para se sentir agora veio de sua própria vontade. Ela poderia desfrutar de sua unidade com esta criança e consigo mesma. Então ela falou de sua mãe nas seguintes palavras: Eu era a jóia da coroa da minha mãe. Ela freqüentemente dizia: "Maja pode ser invocada, ela vai lidar." E eu enfrentei. Eu trouxe as crianças menores para ela para que ela pudesse começar com sua carreira profissional. Ela se tornou cada vez mais famosa, mas eu nunca a vi feliz. How muitas vezes eu ansiava por ela à noite. Os pequeninos choraram e eu confortei-os, mas nunca chorei. Quem iria querer uma criança chorando? Eu só poderia ganhar o amor de minha mãe se eu fosse competente, compreensivo, e controlado, se eu nunca questionou suas ações ou mostrou-lhe o quanto eu sentia falta dela, que teria limitado a sua liberdade, que ela precisava tanto. Teria virado ela contra mim. Naquela época, ninguém nunca teria pensado que esta tranquila, competente, Maja útil poderia ser tão solitário e ter sofrido tanto. O que eu poderia fazer, mas me orgulhar da minha mãe e ajudá-la? Quanto mais profundo o buraco no coração da minha mãe, maior as jóias em sua coroa precisava ser. Minha pobre mãe precisava dessas jóias porque, no fundo, toda a sua atividade serviu apenaspara suprimir algo em si mesma, talvez um desejo, eu não sei.... Talvez a tivesse descoberto se tivesse tido a sorte de ser mãe em mais do que um sentido biológico.

E como tudo isso se repetiu com Pedro! Quantas horas vazias meu filho teve que passar com a mãe substitutos para que eu pudesse obter a minha "liberdade", que só me levou mais longe dele e de mim mesmo. Agora eu sei que eu estava procurando uma maneira de evitar meus sentimentos quando eu o abandonei —sem ver o que eu estava fazendo com ele, porque eu nunca tinha sido capaz de experimentar o meu próprio senso de estar abandonado. Só agora começo a perceber como pode ser a maternidade sem coroa, joias ou auréola. Uma revista alemã de mulheres (que tenta falar abertamente de verdades que foram tabu) publicou uma carta de leitor em que a trágica história de sua experiência de maternidade foi contada sem disfarce. Seu relatório termina com a seguinte passagem:

E depois a amamentação! O bebé foi mal colocado no peito e logo os meus mamilos foram todos mordidos. Deus, como isso doeu. Só duas horas e depois

voltou: outra . . . mesmo. Enquanto lá estava a chupar, eu chorava e praguejava por cima. Foi tão terrível que logo eu não podia comer mais e tinha uma temperatura de 40 graus Celsius. Depois, foi-me permitido chorar e, de repente, sentime melhor. Foi muito tempo antes de notar quaisquer sentimentos maternais. Não me teria importado se o bebé tivesse morrido. E todos esperavam que eu fosse feliz. Em desespero eu telefonei a um amigo que disse que eu iria gostar dele a tempo de estar ocupado com ele e tê-lo por perto o tempo todo. Mas isso também não aconteceu. Só comecei a gostar dele quando podia voltar ao trabalho e só o vi quando cheguei a casa, como distração e brinquedo, por assim dizer. Mas honestamente, um cãozinho teria feito o mesmo. Agora que ele está gradualmente ficando maior e eu vejo que eu posso treiná-lo e que ele é dedicado a mim e confia em mim, estou começando a desenvolver sentimentos ternos por ele e estou feliz que ele está lá. *

Escrevi tudo isso porque acho que é bom que alguém, finalmente, diga que não existe tal coisa como o amor materno—não falar de um instinto maternal.

(*Emma*, 1977 de julho)

Esta mulher não poderiarealmente experimentar ou a sua própria tragédia ou a de seu filho, uma vez que sua própria infância emocionalmente inacessível foi o início real ea chave real para esta história. Sua afirmação negativa é, portanto, incorreta. Na verdade, o amor materno e a instintivo t maternaexistem; podemos vê-los no trabalho quando observamos animais que não foram maltratados por seres humanos. As mulheres também nascem com programação instintiva para amar, apoiar, proteger e nutrir seus filhos e para derivar o prazer de fazê-lo. Mas nós somos roubados dessas habilidades instintivas se somos explorados em nossa infância para a gratificação substituto das necessidades dos nossos pais. Felizmente, no entanto, como mostra a história de Johanna, podemos também restaurar essas habilidades assim que estamos determinados a enfrentar a nossa verdade.

Johanna, vinte e cinco anos, começou sua terapia pouco antes de engravidar. Ela estava bem preparada para o nascimento e desfrutou de vínculo com seu recém-nascido saudável. Ela estava feliz que seu leite era abundante e estava antecipando as alegrias de mama-feeding quando de repente, aparentemente sem razão, seus seios se tornou duro e doloroso e ela desenvolveu uma febre alta. Ela estava perturbada quando a enfermeira teve que alimentar o bebê com uma garrafa.

Em seus pesadelos durante os estados de febre, Johanna sonhou repetidamente e com muitos detalhes de ser explorado sexualmente na infância por ambos os seus pais e seu amigo. Graças aos sentimentos que haviam sido despertados em sua autoterapia, ela foi capaz de sentir sua raiva sobre o estupro, a traição, e os danos à suacapacidade de instinto ual para satisfazer as necessidades de seu filho. Este último dos crimes dos pais dela foi o que a deixou mais furiosa. Ela disse mais tarde: "eles roubaram-me os meus instintos maternos quando eu tinha três meses de idade. Por causa do que aconteceu então, eu era incapaz de amamentar meu filho, embora eu o quisesse tão desesperadamente. " Demorou muito tempo para ela confrontar seus pais em um diálogo interior, para expressar todos os sentimentos de raiva e indignação que

foram armazenados em seu corpo, e, finalmente, para superar os efeitos desses violations.

Mesmo antes que esta cura completa poderia ocorrer, a vontade de Johanna para enfrentar a verdade horrível trouxe uma diminuição em sua temperatura e uma melhoria na condição de seus seios. Ela foi capaz de alimentar seu bebê, que muito rapidamente aprenderamd para dispensar com a garrafa. Isso veio como uma surpresa para a enfermeira, que tinha sido absolutamente certo de que "nunca iria funcionar."

Johanna estava feliz com seu filho. Ela gostava de ser capaz de amar, proteger, nutrir, segurar seu filho, e adivinhar suas necessidades. Mas este bem-estar foi novamente e novamente interrompido por fases de dúvida e medo de que ela seria confrontada por acontecimentos catastróficos, se ela continuou a fazer o que era simplesmente um prazer para ela. Como ela estudou psicologia, ela se perguntou se ela sofreu de uma obsessão e foi apenas obrigado a usar seu filho para sua própria satisfação, por puro egoísmo. Esta dolorosa autocondenação foi apoiada por seus amigos, que a advertiu sobre demasiada "permissividade" e instruiu-a que uma criança precisa de Learn seus limites desde o início. Senão ele se tornará um tirano. Embora Johanna rejeitou essas opiniões por um longo tempo, com seu próprio filho, ela era surpreendentemente sensível a eles e tornou-se rapidamente confuso.

A terapia ajudou-a a encontrar orientação, Agadentro e outra vez. E ela encontrou repetidamente como era importante para ela apenas ser capaz de amar, expressar seu amor sem ter medo de que ela pudesse ser traída, explorada, violada. Este amor deu-lhe a sensação de ser inteiro, como ela tinha sido antes de sua integridade tinha sido ferido. Em seu confronto interior com seus pais, eventualmente, ela disse: Eu amo Michael, eu quero amá-lo. Minha alma precisa desse amor como meu corpo precisa de ar. Mas eu estou tão freqüentemente em perigo de suprimir a minha necessidade com a ajuda de toda a minha energia e meu intelecto. Eu acho que eu devo "libertar" a mim mesmo a partir deste apego, que é "errado". Porque? Como você me trouxe para sentir essas coisas bobas? Talvez, ao me ensinar tão cedo que uma criança não merece respeito, que ele não é um person, que ele pode ser usado como um brinquedo para brincar, que ele pode ser ignorado, maltratado, ameaçado sem quaisquer conseqüências. É esta mensagem, a sua mensagem, que me confunde ainda de vez em quando, que me faz às vezes sentir-se demandado e stress, bUT eu ainda não ousar sentir a minha raiva em relação a você e tornar-se impaciente com Michael. Parece mais fácil sentir que é Michael que me impede de ser livre, porque ele precisa de muito do meu tempo. Mas não é ele. Eu só preciso olhar para os olhos dele, para ver o seu emnoência e sua honestidade, e eu sei disso: Eu usei-o novamente como um bode expiatório para protegê-lo.

Uma criança amada aprende desde o início o que é o amor. Uma criança negligenciada, explorada e maltratada como eu não pode conhecê-la; Ela nunca teve a chance de aprendê-la. Mas eu aprendi agora, de Michael, muito lentamente, e eu sei que eu vou ter sucesso, apesar de suas mensagens. Porque agora eu sei o quanto eu preciso ser capaz de amar e não mais ter dúvidas sobre a minha capacidade.

Eu acho que a luta de Johanna por sua verdadeira sensação,salvou não só o futuro de seu filho, mas também o seu próprio. A história de Ann mostra o que pode acontecer mais tarde a uma criança molestada sem essa luta, sem terapia. Ann, 50 anos de idade, escreveu-me alguns dias antes de sua morte: Eu tive uma visita de meus filhos adultos hoje e percebi pela primeira vez na minha vida que eu fui amado por eles, o tempo todo, e eu nunca senti esse amor até hoje. Eu os abandonei tantas vezes com vários homens e tenho realmente fugido constantemente de meus filhos e meu amor por eles, de meus verdadeiros sentimentos, em prazer sexual com os homens que me causou tanta dor e nunca me deu o que eu realmente precisava : amor, compreensão, aceitação. Como um infante eu fui condicionado por meu pai para procurar o prazer conectado com a dor e a raiva e para evitar o amor verdadeiro. Não foi uma perversão? Eu não pude escapar a vida toda. E agora, eu posso vê-lo, mas é tarde demais.

Era tarde demais porque, embora Ann pudesse ver e entender o que tinha acontecido com ela, ela foi capaz de sentir a raiva e indignação apenas para seus parceiros, não para seu pai. Como ela escreveu em sua carta, ela ainda "amava" e respeitava-o.

FASES DEPRESSIVAS DURANTE A TERAPÊUTICA

Uma pessoa grandiosa vai procurar um terapeuta só se os episódios depressivos vêm em sua ajuda e forçá-lo a fazê-lo. Contanto que a defesa grandiosa seja efetiva, essa forma de perturbação não exerce pressão por meio do sofrimento visível, exceto quando outros membros da família (cônjuge ou filhos) têm que procurar ajuda psicoterapêutica para depressão ou psicosomática Distúrbios. No trabalho terapêutico, encontramos grandiosidade apenas quando ele é acoplado com depressão. Por outro lado, vemos a depressão em quase todos os nossos pacientes, seja naforma de uma doença manifesta ou em fases distintas de humor depressivo. Estas fases podem ter funções diferentes.

Função de sinal

Acontece muitas vezes que um paciente chega reclamando de depressão e, mais tarde, deixa a sala de consultoria em lágrimas, mas muito aliviado e livre de depressão. Talvez esta paciente tenha sido capaz de experimentar uma longa raiva reprimida contra os seus pais ou tenha sido capaz de expressar a sua desconfiança. Talvez ela tenha sentido pela primeira vez sua tristeza sobre os muitos anos perdidos de sua vida durante os quais ela realmente não viveu, ou tenha ventilado sua raiva sobre as férias iminentes e separação de seu terapeuta.

É irrelevante qual destes sentimentos está a vir à tona.; o importante é que eles possam ser experimentados e que o acesso seja permitido a memórias reprimidas. A depressão era um sinal de proximidade e negação. Um evento presente permitiu que os sentimentos rompessem, e então a depressão desapareceu. Tal disposição pode ser uma indicação de que partes do eu que foram rejeitadas (sentimentos ,fantasias, desejos, medos) se tornaram mais fortes, sem serem descarregadas em grandiosidade.

Supressão das necessidades essenciais

Mary, idade 39, às vezes deixaria uma sessão sentindo conteúdo e compreendido depois de ter chegado perto do núcleo de seu eu. Mas então ela iria distrair - se com uma festa ou algo igualmente sem importância para ela naquele momento, o que faria her sentir-se solitário e inadequado novamente. Depois de alguns dias, ela se queixava de autoalienação e vacuidade, de uma vez mais, tendo perdido o caminho para si mesma. Desta forma, ela estava activamente, embora inconscientemente, provocando uma situação que poderia demonstrar o que nósEd para acontecer com ela como uma criança: sempre que ela começou, através de seu jogo imaginativo, para ter um verdadeiro senso de si mesma, seus pais pediria a ela para fazer algo "mais sensato" — para conseguir algo — e seu mundo interior, que estava apenas começando a se desdobrar, seria fechado a ela. Ela reagiu a esta interferência, retirando seus sentimentos e tornando-se deprimido, porque ela não podia correr o risco de uma reação normal-raiva, talvez.

Se como um adulto esta pessoa se permite enfrentar tais lembretes e trabalhar comeles, ela será capaz de sentir a velha raiva, rebelde contra a forma como ela foi tratada, e encontrar a necessidade reprimido. A depressão desaparecerá, pois sua função defensiva não é mais necessária. Ela não terá mais que fugir para atividades como festas se ela se permitir saber o que ela realmente precisa naquele exato momento, possivelmente para evitar distração e passar algum tempo sozinha com ela mesma em sua situação difícil.

O acúmulo de sentimentos fortes e ocultos

Fases depressivas podem durar várias semanas antes de fortes emoções da infância romper. É como se a depressão tivesse retido o efeito. Quando ele pode ser experimentado, Insight e associações relacionadas com as cenas reprimidos seguir, muitas vezes acompanhado por sonhos significativos.O paciente sente inteiramente vivo outra vez até que uma fase depressiva nova sinalize algo novo. Isso pode ser expresso da seguinte forma: "Eu não tenho mais um sentimento de mim mesmo. Como poderia acontecer que eu devesse me perder denovo? Eu não tenho nenhuma conexão com o que está dentro de mim. É tudo inútil... Nunca será melhor. Tudo é inútil. Estou desejando meu antigo senso de estar vivo. " Um

surto emocional pode seguir, acompanhado por fortes, legítimas reproaches, e só depois que este surto será um novo elo com a experiência reprimido tornar-se clara e nova vitalidade ser sentida. Enquanto essas reprovações são direcionadas para aqueles que são responsáveis por prejudicar-nos, um grande alívio é o resultado. Se, entretanto, o they for injusto, ou transferido para pessoas inocentes, a depressão continuará até que o esclarecimento cheio se torne possível.

Confrontando os pais

Haverá momentos de humor depressivo, mesmo depois que uma pessoa começou a resistir às demandas de seus pais, como muitas coisas permanecem inconscientes, reprimidos. Ele pode, por exemplo, resistir às suas exigências de realização, embora ele ainda não tenha se libertado totalmente deles. Ele vai pousar novamente no beco sem saída de fazer pungulessly demandas excessivas sobre si mesmo e vai se tornar consciente de que ele está fazendo isso apenas quando um humor depressivo sobe. Ele pode, por exemplo, relatar a seguinte experiência: Um dia antes de ontem eu estava tão feliz. Meu trabalho foi facilmente-eu era capaz defazer mais trabalho para o exame do que eu tinha planejado para a semana inteira. Então eu pensei que eu deveria tirar proveito deste bom humor e fazer outro capítulo à noite. Eu trabalhei toda a noite, mas sem qualquer entusiasmo, e no dia seguinte eu não poderia fazer mais nada. Eu vilt como um estúpido. Nada ficou na minha cabeça. Eu não queria ver ninguém, tampouco; Senti como as depressões que eu costumava ter. Então eu "virei as páginas de volta" e encontrei o momento em que tinha começado. Eu tinha estragado o meu prazer, logo que eu me fiz fazer mais e mais. Mas por quê? Então eu me lembrei como minha mãe costumava dizer: "você tem feito isso lindamente, agora você certamente poderia fazer isso, também...."Fiquei muito zangado e deixei os livros sozinhos. Então, mais tarde, eu confiava em mim mesmo para saber quando eu estava pronto para trabalhar novamente.E, claro, eu sabia. Mas a depressão foi embora mais cedo-no momento em que eu fiquei com raiva e percebi como, e por que, eu tinha mais uma vez excedeu os meus limites.

A PRISÃO INTERNA

Todo mundo provavelmente sabe sobre os modos depressivos de experiência pessoal, uma vez que podem ser expressos, bem como escondido pelo sofrimento psicossomático. É fácil notar, se prestarmos atenção, que eles atingiram quase com regularidade-sempre que suprimir um impulso ou uma emoção indesejada. Então, de repente, um humor depressivo vai sufocar toda a espontaneidade. Se um adulto, por exemplo, não pode sentir tristeza quando ele perde alguém querido para ele, mas tenta distrair-se de sua tristeza, ou se ele

suprime* e esconde de si mesmo a sua indignação sobre um comportamento de amigos idealizados por medo de perder sua amizade, ele deve contar com a probabilidade de depressão (a menos que sua defesa grandiosa está constantemente à sua disposição). Quando ele começa a prestar atenção a essas conexões, ele pode se beneficiar de sua depressão e usá-lo para aprender a verdade sobre si mesmo.

Uma vez que nós experimentamos algumas vezes que a descoberta de sentimentos intensos da cedo-infância (caracterizadas pela qualidade específica da não compreensão) pode aliviar um longo período da depressão, esta experiência trará aproximadamente um mudança gradual na nossa maneira de abordar sentimentos "indesejados" — sentimentos dolorosos, acima de tudo. Descobrimos que não somos mais obrigados a seguir o antigo padrão de disnomeação, supressão da dor, e depressão, uma vez que agora temos outra possibilidade de lidar com a decepção: ou seja, experimentando a dor. Desta forma, finalmente temos acesso às nossas experiências anteriores-para as partes de nós mesmos e nosso destino thestava anteriormente escondido de nós.

Uma criança ainda não tem essa possibilidade aberta a ela. Ela ainda não pode ver através de seu mecanismo de autoengano, e, por outro lado, ela é muito mais ameaçada do que um adulto pela intensidade de seus sentimentos se ela não tem um ambiente de apoio, empático. Além disso, ela pode estar em perigo externo real. Em contraste com a criança, o adulto não está em perigo quando ela se atreve a sentir, embora ela possa, naturalmente, temer o perigo de sua antiga situação (para o tempo firSt), desde que as razões para seu medo permanecem inconscientes.

A intensidade extrema do sentimento de infância deve ser encontrada em nenhum outro lugar, exceto na puberdade. A lembrança das dores da puberdade, no entanto-de não ser capaz de compreender ou colocar nossosimpulsos ow n-é geralmente mais acessível do que os primeiros traumas, que muitas vezes estão escondidos por trás da imagem de uma infância idílica ou mesmo por trás de um amnésia quase completa. Esta é talvez uma razão pela qual os adultos menos frequentemente olham para trás nostalgicamente ao timim de sua puberdade do que àquela de sua infância. A mistura de saudade, expectativa, e medo de decepção que para a maioria das pessoas acompanha a lembrança das festividades da infância pode, talvez, ser explicado pela sua busca para a intensidadedesentimento o f que perderam na época.

É precisamente porque os sentimentos de uma criança são tão fortes que não podem ser reprimidos sem conseqüências sérias. Quanto mais forte um prisioneiro é, mais espessa as paredes da prisão tem que ser, e, infelizmente, estas paredes também impede ou impedir completamente o crescimento emocional posterior. Na fase de fechamento de sua terapia comigo, um paciente descreveu a nova compreensão que veio com o desmantelamento de sua parede interna: Não foram os sentimentos belos ou agradáveis que me deram um novo Insight, mas aqueles contra os quais eu tinha lutado mais fortemente: sentimentos que me fizeram experimentar-me como gasto, mesquinho, meio, indefeso, humilhado, exigente, ressentido, ou confuso; e, acima de tudo , triste e solitário. Foi precisamente através destesNCEs experie, que eu tinha evitado por tanto tempo, que eu me tornei certo que eu agora entendo algo sobre a minha

vida, decorrente do núcleo do meu ser, algo que eu não poderia ter aprendido a partir de qualquer livro!

Este paciente estava descrevendo o processo de obtenção da introspecção. Interpretações de terapeutas que ignoram sua própria história da infância podem perturbar, dificultar e atrasar este processo, ou mesmo impedi-lo ou reduzi-lo a mera introspecção intelectual. Uma pessoa buscando socorro está muito pronto para desistir de seu próprio prazer em descoberta e auto-expressão e acomodar-se aos conceitos de seu terapeuta, por medo de perder o afeto, compreensão e empatia do último, para o qual ele tem esperado toda a sua vida. Because de suas primeiras experiências com sua mãe, ele não pode acreditar que isso não precisa acontecer. Se ele dá lugar a esse medo e se adapta, a terapia desliza para o Reino do falso eu, e o verdadeiro eu permanece escondido e não desenvolvido. Por isso, éextremamente importante que o terapeuta não permita que suas próprias necessidades o impossibilitem de formular conexões que o próprio paciente está descobrindo com a ajuda de seus próprios sentimentos. Caso contrário, ele corre o risco de se comportar como um amigo que traz uma boa meal para um prisioneiro em sua cela, no momento exato em que esse prisioneiro tem a chance de escapar-talvez para passar sua primeira noite com fome e sem abrigo, mas em liberdade, no entanto. Uma vez que este primeiro passo em território desconhecido exigiria um grandedeAl de coragem, o prisioneiro pode consolar-se com sua comida e abrigo e, portanto, perder sua chance e ficar na prisão.

Reconhecendo a fragilidade do processo de cicatrização, obviamente, não significa que o terapeuta deve adotar um atitude de maior silêncio e doloroso, mas apenas que ele deve exercer o cuidado a este respeito. Tornar-se-á então possível para que as situações velhas, não lembradas sejam experimentadas consciously em sua tragédia cheia para a primeira vez e sejam lamentou finalmente. Aparentemente, para muitas pessoas que trabalha mminério efetivamente sem a ajuda de terapeutas.

Faz parte da dialética do processo de luto que a experiência da dor incentiva e depende da autodescoberta. Se o psicoterapeuta convida o paciente a compartilhar em sua própria "grandeza",or se o paciente está habilitado a se sentir poderoso como parte de um grupo terapêutico, ele vai experimentar alívio de sua depressão por um tempo, mas a perturbação ainda existirá, aparecendo em uma aparência diferente por um tempo. Porque a grandiosidade é a contraparte da depressão *dentro* do distúrbio narcisista, a conquista da liberdade de *ambas as* formas de perturbação dificilmente é possível sem profundamente sentida luto sobre o situação da criança anterior. Essa capacidade de lamentar — isto é, de desistir da ilusão de sua infância "feliz", de sentir e reconhecer toda a extensão da dor que suportou — pode restaurar a vitalidade e a criatividade do depressivo e libertar a pessoa grandiosa dos esforços e dependência de sua tarefa Sisyphean. Se uma pessoa é capaz,duranteeste longo processo, para experimentar a realidade que ele nunca foi amado como uma criança para o que ele era, mas foi, em vez necessário e explorado por suas realizações, sucesso, e boas qualidades-e que ele sacrificou sua infância para esta forma de amor — ele será

profundamente abalado, mas um dia ele sentirá o desejo de acabar com esses esforços. Ele vai descobrir em si mesmo a necessidade de viver de acordo com o seu verdadeiro eu e não mais ser forçado a ganhar "amor" que sempre o deixa de mãos vazias, uma vez que é dado a seu Self falso-algo que ele começou a identificar e renunciar.

O verdadeiro oposto da depressão não é nem alegria nem ausência de dor, mas vitalidade-a liberdade de experimentar sentimentos espontâneos. É parte do caleidoscópio da vida que esses sentimentos não são only feliz, bonito, ou bom, mas pode refletir toda a gama de experiência humana, incluindo inveja, ciúme, raiva, nojo, ganância, desespero, e luto. Mas esta liberdade não pode ser alcançada se as suas raízes de infância são cortadas. Nosso acesso ao self verdadeiro é paudiovisual somente quando nós já não temos que ter medo do mundo emocional intenso da infância adiantada. Uma vez que temos experimentado e se familiarizar com este mundo, não é mais estranho e ameaçador. Não precisamos mais mantê-lo escondido atrás das paredes da prisão da ilusão. Nós sabemos agora quem e o que causou nossa dor, e é exatamente este conhecimento que nos dá a liberdade finalmente da dor velha.

Uma boa dose de conselhos para lidar com a depressão (por exemplo, transformando a agressão do interior para o exterior world) tem um caráter claramente manipulativo. Alguns psiquiatras, por exemplo, sugerem que o terapeuta deve demonstrar ao paciente que sua desesperança não é racional ou torná-lo consciente de sua Supersensibilidade. Eu penso que tais procedimentos não somente reforçarão o Self falso e a conformidade emocional mas reforçarão a depressão também. Se os terapeutas querem evitar fazê-lo, eles devem levar *todos* os sentimentos dos pacientes a sério. Com que frequência os pacientes depressivos estão cientes de que reagiram de forma exageradamente, e o quanto eles se reprovêem por ele. É justamente a sua Supersensibilidade, vergonha e autocensura que formam uma linha contínua em suas vidas, a menos que aprendam a entender o que esses sentimentos realmente se relacionam. Quanto mais unrealistic tais sentimentos são e quanto menos se encaixam realidade presente, mais claramente eles mostram que eles estão preocupados com situações não lembradas do passado que ainda estão para ser descoberto. Se o sentimento que começa a surgir não é experimentado mas reasoned afastado, a descoberta não pode ocorrer, e a depressão triunfará.

Pia, idade 40, depois de uma longa fase depressiva acompanhada por pensamentos suicidas, foi finalmente capaz de experimentar e justificar a sua raiva por muito tempo suprimida em relação ao seu pai, que tinha severoly maltratado ela. Esta experiência foi seguida imediatamente não por alívio visível, mas por um período cheio de tristeza e lágrimas. No final deste período, ela disse: O mundo não mudou. Há tanto mal e maldade em torno de mim, e eu vejo que eut ainda mais claramente do que antes. No entanto, pela primeira vez eu acho que a vida realmente vale a pena viver. Talvez isto seja porque, pela primeira vez, tenho a sensação de que estou realmente vivendo minha própria vida. E essa é uma aventura excitante. Por outro lado, posso entender melhor as minhas ideias suicidas agora, especialmente as que tive na minha juventude — quando parecia inútil continuar — porque de uma forma que eu sempre tinha vivido uma vida que não era minha, que eu não queria, e que eu estava pronto

para jogar fora.

UM ASPECTO SOCIAL DA DEPRESSÃO

Pode-se perguntar se a adaptação deve necessariamente levar à depressão. Não é possível, e não vemos, às vezes, que os indivíduos emocionalmente conformes podem viver muito feliz? Havia talvez muitos exemplos desse tipo no passado. Dentro de uma cultura que foi protegida de outros sistemas de valores, um indivíduo adaptado era, naturalmente, não autónomo. Ele não tinha um senso individual de identidade (em nosso sentido) que poderia ter dado a ele support, mas ele se sentiu apoiado pelo grupo. Hoje dificilmente é possível que qualquer grupo permaneça completamente isolado de outros com valores diferentes. O indivíduo deve, portanto, encontrar o seu apoio dentro de si mesmo se ele é para evitar tornar-se vítima de vários interesses e ideologias.

Os chamados grupos terapêuticos tentam, mas não podem fornecer ou substituir este processo maturacional. Seu objetivo é "capacitar" seus membros, proporcionando-lhes apoio e um sentimento de pertença. Uma vez que a supressão dos sentimentos de infância é a regra dentro desses grupos, no entanto, a depressão do indivíduo não pode ser resolvida. Além disso, uma pessoa pode tornar-se viciado ao próprio grupo, como o grupo fornece a *ilusão* de que as necessidades não atendidas da criança anterior pode eventualmente ser Fulfilled (pelo grupo) no adulto. Com tais ilusões, ninguém pode realmente curar. A força dentro de nós — através do acesso às nossas próprias necessidades e sentimentos e a possibilidade de expressá-las — é crucialmente importante para nós se quisermos viver sem depressão e vício.

Algumas crianças têm poderes latentes para resistir à adaptação e tornam-se parcialmente adaptadas. As crianças mais velhas, particularmente quando atingem a puberdade, podem anexar-se a novos valores, que muitas vezes se opõem aos dos pais. Um Adolescente pode aceitar e conformar-se com os ideais de um grupo de jovens assim como ele fez com os de seus pais quando ele era mais jovem. Mas uma vez que esta tentativa não está enraizada em uma consciência de suas próprias necessidades e sentimentos, ele está novamente desistindo e negando seu verdadeiro eu, a fim de ser aceito e amado, desta vez por um grupo de pares. Seu sacrifício renovado, portanto, não aliviará sua depressão. Ele não é realmente ele mesmo, nem ele sabe ou amar a si mesmo: tudo o que ele se compromete é feito na esperança de fazer alguémamá-lo na forma como ele uma vez, como uma criança, tão urgentemente necessário para ser amado, mas o que não poderia ser experimentado no momento oportuno no th e passado nunca pode ser alcançada mais tarde.

Há inúmeros exemplos desse dilema. Descreverei dois deles:

1: Paula, vinte e oito anos, queria libertar-se de sua família patriarcal em que a mãe foi completamente subjugada pelo pai. Ela se casou com um homem submisso e parecia se comportar de forma diferente de sua mãe. Seu marido

permitiu que ela trouxesse seus amantes para a casa. Ela não se permitia qualquer sentimento de ciúme ou ternura e queria ter relações com um número de homens sem laços emocionais, para que ela pudesse se sentir tão autônoma quanto um homem. Sua necessidade de ser "progressiva" foi tão longe que ela permitiu que seus parceiros para abusar e humilhá-la, e ela suprimiu todos os seus sentimentos de mortificação e raiva na crença de que seu comportamento a fez moderna e livre de preconceito. Desta forma, ela inconscientemente se realizou nessas relações, sua obediência de infância e a submissão de sua mãe. Às vezes, ela sofreu de depressão severa, então ela entrou em terapia, o que lhe permitiu sentir o quanto ela sofreu por causa da passividade de sua mãe, que tolerou o pai abusivo WitHout a menor oposição. Confrontando a dor de não ter sido protegida por sua mãe indiferente, defensiva, eventualmente, ajudou Paula a parar de criar a atitude de sua mãe autodestrutiva em seu próprio relacionamento com os homens e para se permitir amar as pessoas que mereciam o amor.

2: amar, agora 40, cresceu em uma família africana, sozinha com sua mãe depois que seu pai morreu quando ele ainda era um menino muito pequeno sua mãe insistiu em certas convenções e não permitiu que ele estivesse ciente de suas necessidades de qualquer maneira , muito menos expressá-las. Por outro lado, ela regularmente massageava seu pênis até a puberdade, ostensivamente em conselhos médicos. Como um adulto, o filho deixou sua mãe e seu mundo e se casou com um Europeu atraente com um fundo diferente. Devido à sua história reprisada, ele escolheu uma mulher que não só atormentou e humilhou, mas também prejudicou a sua confiança a um grau extremo, de modo que ele era incapaz de se levantar para ela ou para deixá-la.

Este casamento sadomasoquista, como o outro exemplo, representa uma tentativa de romper com o sistema social dos pais, com a ajuda de um outro. Amar foi certamente capaz de se libertar da mãe de sua adolescência, mas ele permaneceu emocionalmente amarrado à mãe de sua infância (e suas memórias UNConscious dela), cujo papel foi tomado por sua esposa, desde que ele não foi capaz de experimentar os sentimentos daquele período. Foi terrivelmente doloroso para ele perceber o quanto ele precisava de sua mãe como uma criança e, ao mesmo tempo, sentiu-se umtransportados em seu desamparo-o quanto ele a amava, odiava, e foi inteiramente à sua misericórdia. Mas, como resultado dessa experiência, amar não temia mais sua esposa e, pela primeira vez, ousou vê-la como ela realmente era.

A criança deve se adaptar para garantir a ilusão de amor, carinho e bondade, mas o adulto não precisa dessa ilusão para sobreviver. Ele pode desistir de sua amnésia e, em seguida, estar em uma posição para determinar suas ações com olhos abertos. Só este caminho o libertará da sua depressão. Tanto a pessoa depressiva quanto a grandiosa *negam completamente sua realidade de infância* vivendo como se a disponibilidade dos pais ainda pudesse ser recuperada: a pessoa grandiosa através da ilusão de conquista, e a depressivo por seu medo constante de perder o "amor". Nem pode aceitar a verdade de que esta perda ou ausência de amor *já aconteceu* no passado, e que *nenhum esforço qualquer pode mudar este fato*.

A LENDA DO NARCISUS

A lenda de Narciso actuAlly nos diz a tragédia da perda do self. Narciso vê seu reflexo na água e se apaixona por seu próprio rosto bonito, do qual sua mãe estava certamente orgulhosa. A ninfa Echo responde às chamadas do rapaz porque ela está apaixonada pela sua beleza. O Echo responde às chamadas enganam Narciso. Seu reflexo o engana também, pois mostra apenas seu rosto perfeito e maravilhoso e não seu mundo interior, sua dor, sua história. Sua visão de trás, por exemplo, e sua sombra permanecem escondidos dele; Eles não pertencem e são cortados de sua reflexão amado.

Esta etapa do encantamento arrebatado pode ser comparada à grandiosidade, assim como a próxima (o desejo consumindo para si) pode ser comparada à depressão. Narciso queria ser nada, mas a juventude Beautiful, ele negou totalmente o seu verdadeiro eu. Na tentativa de estar em um com o retrato bonito, entregou-se acima-à morte ou, na versão de Ovid, a ser mudado em uma flor. Esta morte é a consequência lógica da fixação no eu falso. Não é apenas o "belo", "bom", e os sentimentos agradáveis que nos fazem realmente vivos, aprofundar a nossa existência, e dar-nos uma visão crucial, mas muitas vezes precisamente os inaceitáveis e não adaptados a partir do qual nós preferiríamos fuga: impotência, vergonha, inveja,ciúme, confusão, raiva, e tristeza. Estes sentimentos podem ser experimentados na terapia. Quando eles são compreendidos, eles abrem a porta para o nosso mundo interior que é muito mais rico do que o "belo semblante"!

Narciso estava apaixonado por sua imagem idealizada,nem o grandioso nem o depressivo "Narciso" pode realmente amar a si mesmo. A sua paixão pelo seu falso eu torna impossível não só o amor pelos outros, mas também, apesar de todas as aparências, o amor pela única pessoa que está totalmente confiada ao seu cuidado: a si mesmo.

*Italics acrescentou *Deixe-me citar uma observação de Igor Stravinsky como um exemplo de luto bem sucedido: "Estou convencido de que foi meu infortúnio que meu pai estava espiritualmente muito distante de mim e que até mesmo minha mãe não tinha amor por mim. Quando meu irmão mais velho morreu inesperadamente (com minha mãe transferindo seus sentimentos dele para mim, e meu pai, também, permanecendo tão reservado como sempre), resolvi que um dia eu iria mostrá-los, agora este dia chegou e se foi. Ninguém recorda este dia mas eu, que sou sua única testemunha restante. " Isso está em contraste marcado com uma declaração de Samuel Beckett: "pode-se dizer que eu tive uma infância feliz, embora eu mostrei pouco talento para ser feliz. Meus pais fizeram tudo o que pode ser feito para fazer uma criança feliz, mas eu muitas vezes me sentia muito solitário. O drama da infância de Beckett tinha sido totalmente reprimido, e a idealização dos pais tinha sido mantida com a ajuda da negação, contudo o isolamento ilimitado de sua infância encontrou expressão em suas peças. (Para ambas as citações, veja Mueller-Bransvique, 1974.) itálicos acrescentou.

A supressão é um ato *consciente*, em contraste com a repressão.

3
O Círculo Vicioso do Desprezo

Não ia o Deus descobrir um caminho, alguma fraude superior como as pessoas adultas e o potente sempre inventado, produzindo um mais cartão de trunfo no último momento, envergonhando-me no fim de tudo, não me levando a sério, humilhando-me abaixo da máscara condenável da bondade?

HERMANN HESSE, "CORAÇÃO DE CRIANÇA"

HUMILHAÇÃO PARA A CRIANÇA, DESRESPEITO PARA COM OS FRACOS, E PARA ONDE VAI A PARTIR DAÍ

Embora afastado em umas férias, eu estava classificando para fora meus pensamentos no assunto do desprezo e lendo várias notas que eu tinha feito sobre este tema após sessões individuais. Provavelmente sensibilizado por essa preocupação, eu era mais do que geralmente afetado por uma cena ordinary, de forma alguma espetacular ou rara. Vou descrevê-lo para apresentar as minhas observações, pois ilustra, sem qualquer perigo de indiscrição, alguns dos insights que ganhei no meu trabalho.

Eu estava fora para uma caminhada e notei um jovem casal alguns passos adiante, ambos altos; eles tinham um garotinho com eles, cerca de dois anos de idade, que estava correndo ao lado e choramingar. (Estamos acostumados a ver tais situações do ponto de vista adulto, mas aqui eu quero descrevê-lo como experimentado pela criança.) Os dois tinham acabado de comprar-se barras de sorvete em varas do quiosque, e foram lambendo-os com prazer evidente. O garotinho queria um, também. Sua mãe disse carinhosamente: "Olha, você pode ter uma mordida do meu, um todo é muito frio para você." A criança did não quer apenas uma mordida, mas manteve a mão para o bar inteiro, que sua mãe tirou de seu alcance novamente. Ele chorou em desespero, e logo exatamente a mesma coisa foi repetida com seu pai: "lá está você, meu animal de estimação", disse seu pai carinhosamente, "você pode ter uma mordida do meu." "Não, não", gritou a criança e correu adiante novamente, tentando se distrair. Logo ele voltou e olhou com inveja e, infelizmente, para os dois adultos, que estavam apreciando seu sorvete contentedly. Repetidas vezes ele segurouamão de Oi s pouco para

toda a barra de sorvete, mas a mão adulta com seu tesouro foi retirado novamente.

Quanto mais a criança chorava, mais divertava seus pais. Ele fez rir, e eles esperavam para o humor dele junto com seu riso, também: "Olha, não é so importante, o que um barulho que você está fazendo." Uma vez que a criança sentou-se no chão e começou a jogar pequenas pedras sobre seu ombro na direção de sua mãe, mas então ele de repente se levanta novamente e olhou em volta ansiosamente, certificando-se de que seus pais eram saté lá. Quando seu pai tinha terminado completamente seu gelado, deu a vara à criança e andou sobre. O garotinho lambeu o pedaço de madeira expectantemente, olhou para ele, jogou fora, queria pegá-lo novamente, mas não fazê-lo, e um profundo soluço de solidão e decepção balançou seu corpo pequeno. Então ele trotou obedientemente depois de seus pais.

Pareceu-me claro que este menino não estava sendo frustrado em seus "desejos orais", pois ele foi dada ampla oportunidade de tomar uma mordida; Ele estava, no entanto, constantemente sendo ferido e frustrado. Seu desejo de segurar a vara de sorvete em sua mão como os outros não foi entendido. Pior ainda, foi rido; Eles zombando de seu desejo. Ele foi confrontado com dois gigantes que apoiaram uns aos outros e que estavam orgulhosos de ser coerente, enquanto ele, completamente sozinho em sua aflição, não poderia dizer nada além de "não". Nem ele poderia tornar-se claro para seus pais com seus gestos (embora fossem muito expressivos). Ele não tinha advogado. Que situação injusta é quando uma criançaseopõe por dois adultos grandes e fortes, como por uma parede; mas chamamos de "consistência na educação" quando nos recusamos a deixar a criança reclamar de um dos pais para o outro.

Por que, de fato, esses pais se comportavam com tão pouca empatia? Por que um deles não pensar em comer um pouco mais rápido, ou mesmo de jogar fora metade do sorvete e dando a criança a vara com um pouco de sorvete deixado sobre ele? Por que ambos estavam lá rindo, comendo tão lentamente e mostrando tão pouca preocupação com a aflição óbvia da criança ? Eles não eram pais ingentis ou frios; o pai falou com seu filho muito ternamente. No entanto, pelo menos neste momento, eles apresentaram uma falta de empatia.

Só podemos resolver este enigma se conseguirmos ver os pais, também, como crianças inseguras-children que finalmente encontrou uma criatura mais fraca, em comparação com quem agora pode se sentir muito forte. Que criança nunca foi riu por seus medos e foi dito: "você não precisa ter medo de uma coisa dessas"? Que criança, então, não vai se sentir envergonhada e desprezada porque ele não poderia avaliar o perigo corretamente? E será que essa pequena pessoa não tomará a próxima oportunidade de passar esses sentimentos para uma criança ainda menor? Tais experiências vêm em todos os tons e variedades. Comum a todos eles é o sense de força que dá o adulto, que não pode controlar seus próprios medos, para enfrentar o medo da criança fraca e indefeso e ser capaz de controlar o medo em outra pessoa.

Sem dúvida, em vinte anos de tempo-ou talvez mais cedo se ele tem irmãos mais novos-o nosso garotinho vai repetir esta cena com o sorvete. Agora, no entanto, *ele* estará no comando, e o outro será a criatura indefesa, invejoso e fraca — não mais levada para dentro, mas dividida e projetada fora de si mesmo.

A desconsideração para aqueles que são menores e mais fracos é assim a melhor defesa de encontro a uma descoberta de seus próprios sentimentos do impotência: é uma expressão desta fraqueza do Split-off. A pessoa forte que — porque ele a experimentou — sabe que ele, também, carrega essa fraqueza dentro de si mesmo does não precisa demonstrar sua força através do desprezo.

Muitos adultos primeiro se conscientizar de seus sentimentos de impotência, ciúme e solidão através de seus próprios filhos, uma vez que não tinham chance de reconhecer e experimentar esses sentimentos poSly na infância. Falei do paciente Pedro, que foi obsessivamente forçado a fazer conquistas com as mulheres, a seduzir e depois abandoná -las, até que ele finalmente foi capaz de experimentar como ele mesmo tinha sido repetidamente abandonado por sua mãe (p. 17). Quando ele também se lembrou de como ele tinha sido rido por seus pais, ele conscientemente experimentou pela primeira vez os sentimentos de humilhação e mortificação que foram despertado naquela época. Até aquele ponto, todos esses sentimentos haviam sido completamente escondidosemsua consciência.

O sofrimento que não foi conscientemente sentida como uma criança pode ser evitado por delegá-lo aos seus próprios filhos-em muito da mesma forma como na cena de sorvete acabo de descrever: "você vê, nós somos grandes, podemos fazer o que gostamos, mas para você é ' muito frio. ' Você pode se divertir como nós só quando você começa a ser grande o suficiente. Assim não é a frustração de seu desejo que é humilhante para a criança, mas o desprezo mostrado para sua pessoa. O sofrimento é acentuado pelos pais demonstrando seu "crescimento" para vingar-se inconscientemente em seu filho para a sua própria humilhação anterior. Eles encontram seu próprio passado humilhante nos olhos da criança, e eles o repelem com o poder que eles têm agora. Não podemos, simplesmente por um ato de vontade, libertar-nos de repetir os padrões do comportamento dos nossos pais, que tivemos de aprender muito cedo na vida. Ficamos livres deles somente quando podemos sentir e reconhecer plenamente o sofrimento que nos infligiram. Podemos, então, tornar-se plenamente conscientes dospadrões se e condená-los inequivocamente.

Na maioria das sociedades, as meninas sofrem discriminação adicional porque são meninas. Desde que as mulheres, entretanto, têm geralmente o controle de infantes e de crianças recém-nascidos, estas meninas anteriores podem passar sobre a suas crianças na idade a mais macia o desrespeito de que sofreram uma vez.Quando isso acontece, o filho crescido vai idealizar sua mãe, uma vez que todo ser humano precisa do sentimento (e se agarra à ilusão) que ele era realmente amado, mas ele vai desprezar OTsuas mulheres, sobre as quais ele pode se vingar no lugar de sua mãe. E a filha adulta humilhada, se ela não tem outro meio de se livrar de seu fardo, se vingará sobre seus próprios filhos. Ela pode fazê-lo secretamente e sem medo de represálias, pois as crianças não têm maneira de dizer a ninguém, exceto talvez mais tarde na forma de obsessões ou outros sintomas, cuja linguagem é suficientemente velada que a mãe não é traída.

O desrespeito é a arma dos fracos e uma defesa contra ospróprios sentimentos desprezados e indesejados, o que poderia desencadear memórias de acontecimentos em uma história reprimido. E a fundente de todo o desprezo,

toda a discriminação, é o exercício mais ou menos consciente, descontrolado e encoberto do poder sobre a criança pelo adulto. Exceto no caso de homicídio ou dano corporal grave, este uso descontido do poder é tolerado pela sociedade; o que os adultos fazem ao espírito de sua criança é inteiramente seu próprio caso, porque a criança é considerada como a propriedade dos pais na mesma maneira que os cidadãos de um estado totalitário são considerados a propriedade de seu governo. Até que nos tornamos sensibilizados para o sofrimento da criança pequena, este empunhando de poder por adultos continuará a ser considerado como um aspecto normal da condição humana, para hAmpshire alguém presta atenção a ele ou leva-o a sério. Porque as vítimas são "apenas crianças", sua angústia é banalizada. Mas, em vinte anos, essas crianças serão adultas que se sentirão obrigadas a pagar tudo de volta aos seus próprios filhos. Eles podem conscientemente lutar com vigor contra a crueldade no mundo ainda carregam dentro de si uma experiência de crueldade que eles podem inconscientemente infligir sobre os outros. Contanto que permaneça escondido atrás de seu retrato idealizado de uma infância feliz, não have nenhuma consciência dela e será conseqüentemente incapaz de evitar passá-la sobre.

É absolutamente urgente que as pessoas se conscientiam do grau em que esse desrespeito às crianças é persistentemente transmitido de uma geração para a próxima, perpetuando ocomportamento destrutivo. Alguém que tapa ou atinge outro adulto ou conscientemente insulta ela está ciente de machucá-la. Mesmo se ele não sabe por que ele está fazendo isso, ele tem algum senso do que ele está fazendo. Mas quantas vezes eram nossos pais, e nós mesmos para nossos próprios children, inconsciente de como dolorosamente, profundamente, e cumpridamente eles e nós machucamos a ternura de uma criança, brotamento de si mesmo?

É muito afortunado quando nossos filhos mais velhos se conscientizar do que estávamos fazendo e são capazes de nos dizer sobre isso. Em seguida, é dada a oportunidadede reconhecer nossos fracassos e pedir desculpas. Reconhecer o que fizemos pode ajudá-los, enfim, a lançar fora as cadeias de negligência, discriminação, desprezo e mau uso do poder que foram entregues por gerações. Quando nossos filhos podem conscienteexperimentar a sua desamparo precoce e raiva, eles não precisarão mais afastar esses sentimentos, por sua vez, com o exercício do poder sobre os outros. Na maioria dos casos, no entanto, o sofrimento da infância das pessoas permanece afetivamente inacessível e, portanto, forma a fonte oculta de humilhação nova e, por vezes, muito sutil para a próxima geração. Vários mecanismos de defesa ajudarão a justificar suas ações: negação de seu próprio sofrimento, racionalização (eu devo isso ao meu filho para trazê-lo corretamente), deslocamento (não é meu pai, mas meu filho que está me machucando), a idealização (meu espanques do pai eram bons para mim), e muito mais. Acima de tudo, há o mecanismo de transformar o sofrimento reprimido em um comportamento ativo. Os exemplos a seguir podem ilustrar como surpreendentemente semelhantes as maneiras são em que as pessoas se protegem contra suas experiências de infância, apesar de grandes diferenças na estrutura de personalidade e educação.

Um grego de trinta anos de idade, o filho de um camponês e dono de um pequeno restaurante na Europa ocidental, orgulhosamente descreveu como ele

bebe sem álcool e tem seu pai para agradecer por esta abstinência. Uma vez, com a idade de quinze anos, ele chegou em casa bêbado e foi tão severamente espancado por seu pai que ele não conseguia se mover por uma semana. A partir desse momento ele era tão averso ao álcool que ele não podia provar tanto como uma gota, embora seu trabalho o trouxe em contato constante com ele. Quando soube que ele estava prestes a se casar, perguntei se ele também batia nos filhos. "É claro", respondeu ele. "Os espanques são necessários em trazer acima uma criança corretamente. Eles são a melhor maneira de fazê-lo respeitá-lo. Eu nunca fumaria na presença do meu pai, por exemplo — e isso é um sinal do meu respeito por ele. "

Este homem não era nem estúpido nem frio de coração, mas ele tinha recebido pouca escolaridade. Poderíamos, portanto, amamentar a ilusão de que a educação poderia contrariar este processo contínuo de destruir o espírito. Mas como essa idéia se levanta para o próximo exemplo, que diz respeito a um homem educado?

Nos anos setenta, um talentoso escritor checo estava lendo suas próprias obras em uma cidade na Alemanha Ocidental. Após a leitura, seguiu-se uma discussão com o público, durante o qual ele foi questionado sobre sua vida. Ele respondeu ingenuamente, relatando que, apesar de seu antigo apoio da Primavera de Praga, ele agora tinha muita liberdade e poderia viajar freqüentemente no oeste. Ele passou a descrever o desenvolvimento do seu país nos últimos anos. Quando foi perguntado sobre sua infância, seus olhos brilharam com entusiasmo enquanto falava sobre seu pai dotado e do muitos-ladod, que incentivou seu desenvolvimento espiritual e era um amigo verdadeiro. Foi só para seu pai que ele poderia mostrar suas primeiras histórias. Seu pai estava muito orgulhoso dele, e mesmo quando ele bateu-lhe como castigo por alguma contravenção relatada pela mãe, ele estava orgulhoso de que seu filho não chorou. Desde que as lágrimas trouxeram golpes extras, a criança aprendeu a suprimi-los e foi-se orgulhoso de que ele poderia fazer seu pai admirado como um grande presente com sua bravura. Este homem falou desses espanques regulares como though eram as coisas mais normais do mundo (como para ele, é claro, eles eram), e então ele disse: "não me fez mal, ele me preparou para a vida, me fez duro, me ensinou a ranger os dentes. E é por isso que eu poderia ficar tão bem na minha profissão. E foi também por essa razão que ele poderia cooperar tão bem com o regime totalitário comunista.

Em contraste com este autor checo, o cineasta Ingmar Bergman falou em um programa de televisão com mais compreensão e maior-embora apenas intelectual-a consciência sobre as implicações de sua própria infância, que ele descreveu como uma longa história de Humilhação. Ele relacionou, por exemplo, que se ele molhasse as calças ele tinha que usar um vestido vermelho o dia todo para que todos pudessem saber o que tinha feito e ele seria umenvergonhado de si mesmo. Bergman, o filho mais novo de um pastor protestante, descreveu nesta entrevista televisiva uma cena que muitas vezes ocorreu durante sua infância: seu irmão mais velho acaba de ser espancado pelo pai. Agora, sua mãe está brincando com o seu irmãodevolta com algodão, enquanto ele se senta assistindo. O adulto Bergman descreveu esta cena sem agitação aparente, friamente. Pode-se vê-lo como uma criança, calmamente

sentado e assistindo. Ele certamente não fugiu, ou fechar os olhos, ou chorar. Uma delas teveaimpressão de que esta cena ocorreu na realidade, mas foi ao mesmo tempo uma memória de cobertura para o que *ele mesmo* passou. É improvável que apenas seu irmão foi espancado por seu pai.

Às vezes, as pessoas estão convencidas de que eram apenas seus irmãos que sofreram humilhação. Somente na terapia podem recordar-com sentimentos da raiva e do desamparo, da raiva e da indignação-como humilhado e abandonado sentiram quando eles mesmos foram espancados impiedosamente por seu pai amado.

Ingmar Bergman, no entanto, tinha um outro meio, além de projeção e negação, de lidar com seu sofrimento: ele poderia fazer filmes e, assim, delegar seus sentimentos sem sentido para o espectador. Nós, como o público do filme, são convidados a suportar os sentimentos que ele, o filho de tal pai, não poderia experimentar abertamente, mas, no entanto, transportado dentro de si mesmo. Sentamo-nos diante da tela confrontado, a maneira que o menino pequeno era uma vez, com toda a crueldade "nosso irmão" tem que resistir, e sentir-se dificilmente capaz ou dispostos a tomar em toda essa brutalidade com sentimentos autênticos, nós os afastar.

Bergman também falou lamentavelmente de sua incapacidade de ver através do nazismo antes de 1945, embora como um adolescente, muitas vezes visitou a Alemanha durante o período de Hitler. Eu vejo essa cegueira como consequência de sua infância. A crueldade era o ar familiar que ele tinha respirado desde o início, então por que a crueldade e desdém para os outros chamaram sua atenção?

É por que descrevi três exemplos de homens que foram espancados na infância? Não são estes o caso borderlines? Eu quero considerar apenas os efeitos dos espanques? De modo algum. Escolhi estes três casos, embora *possam* ser exceções Crass, em parte porque não tinham sido confiada a mim como segredos, mas já tinha sido tornado público, mas acima de tudo, eu queria show como o impacto de até mesmo o mais grave o mal-tratamento pode permanecer escondido por causa da tendência forte da criança à idealização. Não há julgamento, nenhum defensor, nenhum veredicto. Tudo permanece envolto na escuridão do passado; e se os fatos become conhecido, eles aparecem no disfarce de "bênçãos". Se isso é assim com os exemplos mais flagrantes de maus tratos físicos, então como é o tormento emocional sempre a ser exposto, quando é menos visível e mais facilmente disputada? Quem é susceptível de levar a sério notiCE de discriminação sutil, como no exemplo do menino pequeno e do sorvete? Mas a terapia de cada paciente revela infinitas exemplos comparáveis.

A exploração dos pais de seu filho pode levar a uma longa série de abusos sexuais e não-sexuais, que a criança será capaz de descobrir apenas como um adulto na terapia, e muitas vezes não antes que ele mesmo é um pai. Um pai que cresceu em uma família puritana pode muito bem ser inibido em suas relações sexuais no casamento. Ele pode até primeiro ousar olhar atentamente para a genitália feminina, brincar com eles, e sentir despertado enquanto ele está banhando sua filha pequena. Uma mãe pode talvez ter sido chocado como uma menina pequena pela visão inesperada de um pênis ereto e assim desenvolvido medo do genital masculino, ou ela pode ter experienciado como um implemento

de violência sem ser capaz de confiar em ninguém. Tal mãe pode agora ser capaz de sentir que ela ganhou o controle sobre seu medo em relação ao seu filho minúsculo. Ela pode, por exemplo, secá-lo depois de seu banho de tal forma que ele tem uma ereção, o que não é perigoso ou ameaçador para ela. Ela pode massagear o pênis de seu filho, até a puberdade, em ordem "para tratar uma constrição de seu prepúcio" sem ter que ter medo. Protegido pelo amor inquestionável que cada criança tem para hé mãe, ela pode continuar com sua exploração sexual hesitante, que nunca teve a chance de desenvolver naturalmente.

O que significa para a criança, no entanto, quando seus pais inibidos explorá-la sexualmente? Toda criança procura contato amoroso e está feliz em obtê -lo, mas ao mesmo tempo se sente confuso, inseguro, e com medo quando uma mistura de sentimentos é eliciado que não apareceria espontaneamente nesta fase em seu desenvolvimento. Seu medo e confusão são ainda maiores quando sua própria atividade autoerótica é puniderramado pelas proibições dos pais ou desprezo.

Existem outras formas de explorar a criança para além do sexual: através da lavagem cerebral, por exemplo, que supera tanto a "antiautoritária" e a "estrita" educação. Nenhuma forma de criação leva em conta as próprias necessidades da criança. Assim que ele é considerado como uma *posse* para a qual se tem um *objetivo* particular, logo que se exerce o controle sobre ele, seu crescimento natural será violentamente interrompido.

É entre os lugares comuns da educação que muitas vezes primeiro cortou a raiz viva e, em seguida, tentar substituir suas funções naturais por meios artificiais.Assimnós suprimir a curiosidade da criança, por exemplo (há perguntas que não se deve perguntar), e então quando ele carece de um interesse natural em aprender nós defer-lhe Coaching especial para suas dificuldades escolásticos.

Encontramos um exemplo semelhante no comportamento dos viciados. Pessoas que, como crianças com sucesso reprimido seus sentimentos intensos, muitas vezes tentam recuperar-pelo menos por um curto período de tempo-a sua intensidade perdida de experiência com a ajuda de drogas ou álcool. (Ver Miller 1983, pp. 107 – 141.) Se quisermos evitar a exploração inconscientemente motivada e desrespeito da criança, devemos primeiro ter uma consciência consciente desses perigos. Só se nos tornarmos sensíveis à barbatana e formas sutis (assim como as formas mais óbvias, mas ainda negadas) em que uma criança pode sofrer humilhação podemos esperar para desenvolver o respeito por ele que ele vai precisar desde o primeiro dia de sua vida. Existem vários meios de desenvolver esta sensibilidade. Podemos, por exemplo, observar as crianças que são estranhas para nós e tentar sentir empatia por eles em sua situação. Mas devemos, acima de tudo, ter empatia pelo nosso próprio destino. Nossos sentimentos revelarão sempre a história verdadeira, que ninguém mais sabes e que somente nós podemos descobrir.

TRABALHAR COM DESPREZO NA TERAPIA

Quando eu trabalhava como psicanalista, às vezes eu era perguntado em seminários ou sessões de supervisores como se deve lidar com "indesejáveis" FEsentimentos como a irritação que os pacientes, por vezes, despertar no terapeuta. Um terapeuta sensível, naturalmente, vai sentir esta irritação. Ele deve suprimir a fim de evitar rejeitar o paciente? Mas então o paciente, também, vai sentir isso suprimida umaNger, sem ser capaz de compreendê-lo, e será confundido. O terapeuta deve expressar? Fazê-lo pode ofender o paciente e minar a sua confiança. A questão de como lidar com a raiva e outros sentimentos indesejados em relação ao paciente não precisa mais ser perguntado se começamos com a suposição de que *todos* os sentimentos que o paciente desperta em seu terapeuta ou conselheiro são parte de sua tentativa inconsciente de contar ao terapeuta sua história e, ao mesmo tempo, escondê-la dele. Embora a forma como um doentesNT evoca o medo ou irritação no terapeuta é, naturalmente, devido em parte à história do paciente, esses sentimentos podem também, em grande parte, ser desencadeada pelo próprio passado do terapeuta. Eles não devem ser desaquecidos, pois eles sempre indicam uma realidade escondida e conhecimento passado. O terapeuta deve ser capaz de vivenciá-los e esclará-los. Ele deve descobrir se os sentimentos provocados pelo paciente estão sendo desencadeados por sua própria história de vida; e se assim for, ele será capaz de trabalhar neles. O mesmo se relacionacom os pares do países que trabalham com pacientes viciados ou outras vítimas do maltrato sexual ou físico da infância. Geralmente, eles sentem apenas um traço de seu próprio medo antes de ocultá-lo rapidamente com a ajuda de teorias abstratas, Conselho moral comum, ou muito often simplesmente comportamento autoritário.

Auto articulação danificada na compulsão para repetir

A recém-conquistada capacidade de aceitar seus sentimentos abre o caminho para as necessidades do paciente de longa reprimido e deseja ser atualizada. Algumas dessas necessidades não podem ser satisfeitas na realidade, uma vez que estão relacionadas a situações passadas. O desejo urgente de uma criança, por exemplo, pode expressar, entre outras coisas, o desejo de ter uma mãe disponível. Infelizmente, as crianças são muito freqüentementeen desejou apenas como símbolos para atender às necessidades reprimidos.

Tudo o mesmo, há necessidades que podem e devem ser satisfeitas no presente. Entre eles está a necessidade central de cada ser humano de se expressar, de se mostrar ao mundo como ela realmente é — na palavra, no gesto, no comportamento, na arte — em todas as expressões genuínas, começando com o choro do bebê.

Para a pessoa que, quando criança, teve que esconder seus verdadeiros sentimentos de si mesma e dos outros, este primeiro passo para o aberto produz muita ansiedade, mas ela se sente um grande need para jogar sobre suas antigas restrições. As primeiras experiências nem sempre levam à liberdade, mas muitas vezes levam em vez a uma repetição da situação da infância da pessoa, em que

ela vai experimentar sentimentos de vergonha agonizante e nudez dolorosa como um acompanhamento para sua genuína expressões de seu verdadeiro eu. Com a infalibilidade de um sonâmbulo, ela vai procurar aqueles que, como seus pais (embora por razões diferentes), certamente não pode compreendê-la. Por causa de sua cegueira causada pelo represSion, tentará fazer-se compreensível a precisamente estas pessoas-tentando fazer possível o que não pode ser.

Durante sua terapia, linda, 42, se apaixonou por um homem mais velho, inteligente e sensível, que, no entanto, teve que afastar e rejeiçãot tudo-exceto para o erotismo-ele não conseguia entender intelectualmente, incluindo psicoterapia. No entanto, ele foi o único a quem escreveu longas cartas tentando explicar o caminho que ela tinha tomado em sua terapia até este ponto. Ela conseguiu negligenciar todos os sinais de sua incompreensão e aumentou seus esforços ainda mais, até que finalmente ela foi forçada a reconhecer que ela tinha encontrado novamente um substituto pai e que esta foi a razão pela qual ela tinha sido incapaz de desistir de suas esperanças de em última compreensão. Odespertar trouxe seus sentimentos agonizantemente afiados de vergonha, que durou muito tempo.

Um dia ela foi capaz de sentir esta vergonha profundamente na sessão e disse: "Eu me sinto tão ridículo, como se eu tenho falado com uma parede e esperando que ele responda, como uma criança boba." Perguntei: "será que você acha ridículo se você viu uma criança que tinha que dizer seus problemas para uma parede, porque não havia mais ninguém disponível?" A soluço desesperador que seguiu a minha pergunta deu a linda acesso a uma parte de sua antiga realidade that foi permeada por solidão ilimitada. Ele também acabou por libertá-la de seus sentimentos agonizantes, autodestrutivos e repetitivos de vergonha.

Somente muito mais tarde poderia linda ousar conectar esta experiência de "uma parede" com sua própria história da infância. Por um tempo esta mulher, que era normalmente capaz de expressar-se tão claramente, descreveu tudo de uma forma extraordinariamente complicada e em tal precipitado velocidade que eu não poderia compreendê-lo plenamente. Ela passou por momentos de ódio repentino e raiva, me reprimendapor indiferença e falta de compreensão. Linda dificilmente me reconheceria mais, embora eu não tivesse mudado. Em seus sentimentos distantes, ela agora descobriu o distanciamento de sua mãe, que tinha passado o primeiro ano de sua vida em um orfanato umd não poderia dar a sua filha qualquer ternura ou proximidade. Linda tinha sabido isso por muito tempo, mas era somente conhecimento intelectual. Além disso, a compaixão pela triste história de vida de sua mãe tinha impedido linda de sentir sua própria situação; a imagem da pobre mãe tinha bloqueado seus sentimentos.

Não foi até que ela pudesse fazer suas reprimendas, primeiro para mim e depois para sua mãe, que o núcleo de seu desespero se tornou consciente: sua busca ao longo da vida para a proximidade e contato que nunca tinha sido encontrado na infância e se tornou reprimido. Memórias reprimidos da mãe tímida, distante, ausente produziu na filha o sentimento de uma parede, uma que mais tarde a separou de outras pessoas de uma forma tão dolorosa. Ela foi finalmente liberada de uma compulsão para repetir que tinha consistido constantemente buscando um parceiro que não tinha compreensão dela e, em

seguida, permitindo-se a estabelecer-se em um arranjo onde ela se sentiria impotente dependente dele. O fascínio de tais relacionamentos atormentando é um resultado de memórias repressed e da luta para uma tomada melhor finalmente.

Perpetuação do desprezo na perversão e comportamento obsessivo

Se começarmos a partir da premissa de que todo o desenvolvimento de uma pessoa (e seu balance, que é baseado nele) é dependente da forma como *sua mãe* experimentou sua *expressão de necessidades e sensações* durante seus primeiros dias e semanas de vida, então devemos supor que é aqui que o *início de uma tragédia posterior* pode ser definido. Se uma mãenão tem prazer em seu filho como ele é, mas deve tê-lo se comportar de uma forma particular, então a primeira seleção de valor ocorre para a criança. Agora "bom" é diferenciado de "ruim", "agradável" de "desagradável" e "certo" de "errado". Contra este fundo seguirá todas as suas novas valorizações de si mesmo.

Tal criança deve aprender que há coisas sobre ele para o qual a mãe não tem "uso". Ela vai esperar que seu filho para controlar suas funções corporais o mais cedo possível. No nível consciente, seu pais aparentemente querem que ele faça isso, a fim de não ofender e ser contra a sociedade, mas inconscientemente eles estão protegendo sua própria repressão que data do momento em que eles eram crianças pequenas medo de "ofender".

Marie Hesse, a mãe do poeta e romancista Hermann Hesse, descreveu em seus diários como sua própria vontade foi quebrada aos quatro anos de idade. Quando seu filho tinha quatro anos de idade, ela sofreu muito seu comportamento desafiante e lutou contra ele com diferentes graus de sucesso. Na idade de quinze anos, Hermann Hesse foi enviado a uma instituição para o cuidado de epilépticos e de defeituosos em Stetten, "para pôr uma extremidade a seu Defiance de uma vez por todas." Em uma carta afetando e irritado de Stetten, Hesse escreveu para seus pais: "se eu fosse um Fanático, e não um ser Humano, eu poderia talvez esperar para o seu entendimento." Tudo o mesmo, a sua libertação de casa foi feita condicional sobre a sua "melhoria", e assim o menino "melhorou".

Em um poema mais tarde dedicado a seus pais, a negação e a idealização são restauradas: ele reproaChes ele *mesmo que* tinha sido "seu caráter" que tinha tornado a vida tão difícil para seus pais. Muitas pessoas sofrem todas as suas vidas a partir deste sentimento opressivo de culpa, o sentido de não ter vivido até as expectativas dos seus pais. Este sentimento é er fortedo que toda a introspecção intelectual que puderam ter, que não é tarefa ou dever de uma criança satisfazer necessidades do seu pai. Nenhum argumento pode superar esses sentimentos de culpa, pois eles têm o seu início no período mais precoce da vida, e de que derivam a sua intensidade e obstinação. Eles podem ser resolvidos apenas lentamente, com a ajuda de uma terapia reveladora.

Provavelmente o maior dos ferimentos — não ter sido amado apenas como um verdadeiramente era — não pode curar-se sem o trabalho do luto. Ele pode

ser mais ou menos com sucesso resistiu e coberto (como em grandiosidade e depressão), ou constantemente rasgado aberto novamente em tele compulsão a repetição. Nós encontramos esta última possibilidade no comportamento obsessivo e na perversão, onde a mãe (ou o pai) reações desdenhoso ao comportamento da criança têm permanecido com ele como a memória reprimido, armazenada acima em seu corpo. (O mesmo hadicial com maus tratos e molestações que foram sofridas.) A mãe muitas vezes reagiu com surpresa e horror, aversão e nojo, choque e indignação, ou medo e pânico para os impulsos mais naturais da criança-seu comportamento autoerótico, investigação e descoberta de seu próprio corpo, micção e defecação, ou sua curiosidade ou raiva em resposta à traição e injustiça. Mais tarde, todas essas experiências permanecem intimamente ligadas com os olhos horrorizados da mãe. Eles dirigem a antiga criança para obsessões e porversões em que as cenas traumáticas que foram suportadas podem ser reproduzidos. Para que a dor seja evitada, o verdadeiro significado dessas cenas deve permanecer irreconhecível para a própria pessoa.

O paciente atravessa o tormento quando revela ao therapist seu comportamento sexual e autoerotic até então secreto. Ele pode, é claro, também relacionar este material completamente unemocionalmente, meramente dando informações, como se falando de alguma outra pessoa. Tal relatório, no entanto, não vai ajudá-lo a sair de suas solidãos nem levá-lo de volta para a realidade de sua infância. É somente quando ele está disposto a não se afastar de seus sentimentos de vergonha e medo, mas sim de aceitá-los e vivenciá-los, que ele pode descobrir as verdadeiras razões do passado para esses sentimentos. Seu mais inofensivo sejaprecei então fará com que ele se sinta mau, sujo ou completamente aniquilado. Ele se surpreende, na verdade, quando ele percebe quanto tempo este sentimento reprimido de vergonha sobreviveu, e como ele encontrou um lugar ao lado de suas visões tolerantes e avançadas da sexualidade. Experiências These primeiro mostrar a pessoa que sua adaptação precoce por meio de divisão não era uma expressão de covardia, mas que era realmente sua única chance de sobreviver, para escapar de seu medo de aniquilação.

Uma mãe pode ser tão ameaçadora? Sim, se ela era sempre orgulhosa de ser filha de sua mãe querida, boa, que estava seca na idade de seis meses e limpa em um ano, que em três poderia "mãe" seus irmãos mais novos, e assim por diante. *Em seu próprio bebê, tal mãe vê o Split-off e nunca experimentou parte de sua auto, de cujo avanço na consciência ela está com medo. Ela também vê o bebê irmão desinibido, a quem ela mãe em uma idade tão precoce e só agora inveja e talvez odeia no person de seu próprio filho. Assim ela treina seu filho com olhares, apesar do que pode ser uma maior sabedoria intelectual do que sua própria mãe.

À medida que a criança cresce, ele não pode deixar de viver sua própria verdade e expressando-a em algum lugar, talvez em completo sigilo. Neste caminho uma pessoa pode ter adaptado completamente às demandas de seus arredores e pode ter desenvolvido um self falso, mas em sua perversão de suas obsessões permite ainda uma parcela de seu self verdadeiro para sobreviver no tormento. É assim o verdadeiro eu vivo, mas escondido, nas mesmas condições

que a criança fez uma vez com sua mãe repugnada, cuja memória, entretanto, ele tem reprimido. Em sua perversão e obsessões , ele constantemente reenaja o mesmo drama: uma mãe horrorizada é necessária antes do íon satisfatória sexual é possível; orgasmo (por exemplo, com um fetiche) só pode ser alcançado em um clima de auto desprezo; a crítica pode ser expressa apenas em (aparentemente) absurdas, inexplicáveis, e assustadoras fantasias obsessivas. Nada servirá melhor para nos familiarizar coma tragédia oculta de certas relações mãe-filho inconsciente do que testemunhar o poder destrutivo da compulsão de repetir, e que compulsões mudo, comunicação inconsciente na formação de seu drama.

É de primordial importância que, ambora o paciente pode *experimentar* o terapeuta como hostil aos seus desejos e compulsões, crítico e desdenhoso, o terapeuta nunca deve , de fato realmente ser assim. Isso pode soar óbvio, mas nem sempre é verdade na prática. Na verdade, o terapeuta as vezes faz exatamente o oposto, muito inconscientemente. Porque teme seu próprio terror reprimido, pode ser incapaz de suportar ser transformado em uma figura hostil e pode demonstrar sua tolerância em uma maneira que não permita o medo e a confusão da criança subam ao paciente.

Tal terapeuta pode enfatizar que seus pacientes são para ele *sempre* clientes adultos e não "crianças"-como se os sentimentos de uma criança eram algo para se envergonhar, e não algo valioso e útil. Ocasionalmente se ouve observações semelhantes sobre a doença, quando um terapeuta está ansioso para considerar seus pacientes tão saudáveis quanto possível; ele pode avisá-los contra "regressão perigosa", como se "doença" não eram, por vezes, a única maneira possível de expressar a plight da pessoa. Muitos povos have, apesar de tudo, tentado todas suas vidas ser como adulto e saudável (normal) como possível. Eles devem receber apoio para o alívio que sentem na descoberta desta camisa de forças socialmente condicionada de rejeição de crianças e "adoração normalcy" dentro dosmeus. Ao desistir, eles vão entrar em contato com seus verdadeiros sentimentos. Esta é uma das razões que eu prefiro usar a palavra "paciente" em vez de "cliente", que é mais freqüentemente usado por terapeutas hoje. Não foi até que eu me experimentei como um paciente, como uma pessoa que sofre, que eu poderia encontrar o meu caminho para fora da armadilha da repressão e me ajudar. Como o "cliente" de (aparentemente) "bons terapeutas", eu poderia encontrar apenas *o seu* conhecimento, algo que não foi de nenhuma ajuda em tudo na minha busca de cura.

Mark, trinta e dois, que sofreu sua perversão e constantemente temia a rejeição dos outros, suportou dentro de si a memória inconsciente de sua rejeição mães. Sem saber por que, ele foi obrigado a fazer coisas que seu círculo social e sociedade em geral desaprovam e desprezam, embora ele temia a punição que ele estava provocando. Se a sociedade de repente tivesse honrado sua forma de perversão (como acontece em certos círculos), ele talvez tivesse que mudar sua compulsão, mas que nunca teria freed ele. O que ele foi obrigado a procurar não era permissão para usar um ou outro fetiche, mas - com a esperança de um melhor resultado - os olhos repugnados e horrorizados de sua mãe. Ele procurou essa resposta em seu terapeuta, também, usando todos os meios possíveis para provocá -lo a nojo, horror e aversão. Esta provocação, claro, relatou o que

realmente aconteceu no início da vida de Marcos. Esta recontagem não era de utilidade para ele, no entanto, contanto que os sentimentos antigos foram bloqueados. O intelecto mais brilhante não quebra este bloco. Mas com a ajuda de suas queixas, a experiência de sentimentos profundos, com confrontando os abusos e condenando as ações-ele poderia desistir de sua atuação fora. Ele agora sabia o que *realmente* precisava.

Se uma pessoa pode ver atéos objetivos e compulsões por trás desse tipo de provocação, então todo o edifício deteriorado desmorona e dá lugar a um luto verdadeiro, profundo e indefeso. Quando isso acontece, todas as distorções não são mais necessárias. Esta é uma demonstração clara de como merrado a tentativa é mostrar a um paciente seus "conflitos sexuais" se foi treinado da infância mais adiantada sobre para *não sentir nada*. Como esses conflitos podem ser vivenciados sem sentimentos de raiva, abandono, ciúme, solidão, amor?

Nos últimos dez anos recebi muitas cartas de leitores que me escreveram para dizer que, como adolescentes que tinham sido abusadas sexualmente, seduzidos, e emocionalmente explorado por homens adultos, sem nunca ser capaz de reconhecer este fato por causa de sua cegueira memórias de infância reprimidas. Não era antes de lerem o meu livro ***Não Saberás*** que eles começaram a ter dúvidas e suspeitas. Pela primeira vez em suas vidas, eles ousaram questionar o comportamento de seus autores. A idéia de que eles haviam sido traídos, que seu desejo de amor e carinho tinha sido explorado, nunca antes lhes ocorreu, porque eles eram incapazes de sentir. O único caminho disponível para eles era idealizar o sedutor, o grande amigo, Salvador, professor, mestre, e tornar-se adpredito a uma forma especial de comportamento sexual, ou a drogas, ou a ambos. Lutando para a aceitação social de formas especiais de vícios, sexual e não-sexual, é uma das muitas maneiras de evitar o confronto com a nossa própria história.

Há muitas pessoas cujo necessidades para a proteção, cuidado e ternura, cujo desejo não atendido por amor, foram muito cedo sexualizada e que viveu suas vidas com várias fixações sexuais sem nunca ter enfrentado a sua história. Eles se juntam a grupos, aceitam teorias sem críticas que confirmam suas fixações, e fingem compartilhar com outros conhecimentos "científicos", enquanto inconscientemente disfarçam sua própria história reprimida. Enquanto o fizerem, danificam os outros da mesma forma que foram danificados, sem qualquer remorso.

Eu acho que o Future (a terapia) dessas pessoas e suas vítimas é comprometida por todo tipo de ideologia. Eles devem antes ser informados de que é possível descobrir a história, trabalhar com ela e libertar-se de fixações que podem ser destrutivas para si e para os outros. É muito impressionante ver quantas vezes um "vício" sexual cessa quando o paciente começa a experimentar *seus próprios* sentimentos e pode reconhecer suas *verdadeiras* necessidades.

A seguinte citação é tirada de um relatório sobre St. Pauli, distrito de luz vermelha de Hamburgo, que apareceu na revista alemã *Stern* (8 de junho de 1978): "você experimenta o sonho masculino, tão sedutor como é absurdo, de ser mimados por mulheres como um bebê umd ao mesmo tempo comandá-los como um Pascha. Este "sonho" não é, de facto, absurdo; Ele surge das necessidades mais genuínas e legítimas do bebê. Nosso mundo seria muito diferente se a

maioria dos bebês tivesse a chance de governar sobre suas mães como Pimentel e ser mimados por eles, sem ter que se preocupar com as necessidades de suas mães.

O repórter perguntou a alguns dos clientes regulares o que lhes deu mais prazer nesses estabelecimentos e resumiu suas respostas da seguinte forma: que as meninas estão disponíveis e completamente à disposição do cliente; elas *não necessitam de protestos de amor como namoradas*. Não há *obrigações, dramas* psicológicos, ou *dores de consciência* quando o desejo passou: "você paga e é livre!" Mesmo (e especialmente) a *humilhação* que tal encontro também envolve para o cliente pode *aumentar a estimulação*, mas que é menos voluntariamente mencionado.*

A humilhação, o desgosto e o autodesprezo desencadeiam o passado situation e, através da compulsão de repetição, produzem as mesmas condições trágicas de prazer. Visto desta forma, a compulsão de repetir é uma grande oportunidade. Pode ser resolvida quando os sentimentos na situação atual podem ser sentidos e esclarecidos. Se nenhum uso é feito desta oportunidade, se sua mensagem é ignorada, a compulsão a repetir continuará sem diminuir para a vida inteira da pessoa, embora sua forma possa mudar.

O que está inconsciente não pode ser abolido por proclamação ou proibição. Pode-se, no entanto, desenvolver a sensibilidade para reconhecê-lo e começar a vivenciar conscientemente, e, assim, eventualmente, ganhar o controle sobre ele. Uma mãe não pode realmente respeitar seu filho, contanto que ela não percebe que vergonha profunda que ela faz com que ele com um remar irônico, destinado apenas para cobrir sua própria incerteza. Na verdade, ela não pode estar ciente de quão profundamente humilhado, desprezado, e desvalorizado seu filho sente, se ela mesma nunca sofreu conscientemente esses sentimentos, e se ela tenta afastar-los com ironia.

O Same pode ser dito para a maioria dos psiquiatras, psicólogos clínicos, e terapeutas. Certamente, eles não usam palavras como "mau", "sujo", "impertinente", "egoísta", "podre" mas entre eles, às vezes, falam de "narcisista", "exibicionista", "destrutivo", "regressivo", ou "borderline" pacientes sem notar que Eles dão a essas palavras um significado pejorativo. Pode ser que seu vocabulário abstrato, suas atitudes supostamente objetivas, mesmo a forma como eles formulam suas teorias e zelosamente fazer seus diagnósticos, todos têm algo em comum com olhares desdenhoso de uma mãe-que eles poderiam, Se eles estavam dispostos, traçar a acomodar menina de três anos de idade ou menino dentro de si.

É compreensível que uma atitude desdenhoso dos pacientes pudesse induzir um terapeuta para proteger sua superioridade com a ajuda da teoria. Mas se ele constrói tal muro, o verdadeiro eu do paciente não será visível para ele. Ele vai se esconder dele exatamente como fez com os olhos repugnados da mãe. Poderíamos, no entanto, fazer bom uso de nossa sensibilidade ao invés de detectar peças da história de uma criança desprezada que se encontram por trás de todas as expressões do paciente de desprezo. Quando os recursos do terapeuta são usados desta forma, é mais fácil para ele não sentir que ele está sendo atacado e deixar cair sua necessidade de se esconder atrás de suas teorias. O

conhecimento da teoria é essencial, mas o conhecimento da teoria não deve ter uma função defensiva: ele não deve se tornar o sucessor de uma mãe rigorosa e controladora, forçando o terapeuta a se acomodar a ele.

"DEPRAVAÇÃO" COMO "MAL" NO MUNDO DA INFÂNCIA DE HERMANN HESSE

É muito difícil descrever como as pessoas lidam com o desprezo o qual sofreram como crianças — especialmente o desprezo por todos os seusprazeres e prazer em viver — sem dar exemplos concretos. Com a ajuda de modelos teóricos, eu certamente poderia descrever os vários mecanismos de defesa, especialmente a defesa contra os sentimentos, mas fazê-lo não iria comunicar o clima emotional, que só evoca o sofrimento de uma pessoa e assim faz identificação e empatia possíveis para o leitor. Com representações puramente teóricas, nós terapeutas permanecem "fora"; de lá, podemos falar sobre os "outros", classificar, agrupar e Lab-los, fazendo diagnósticos, e discuti-los em uma linguagem que só entendemos. Se nos recusarmos a fazer tudo isso, precisamos de exemplos. É somente através dos detalhes de uma vida específica que nós podemos mostrar como uma pessoa experimentou o maldade de sua infância como a "maldade própria." Apenas a história de uma vida individual pode fazer-nos perceber como é impossível para uma criança reconhecer as compulsões de seus pais como tal e perceber que esta cegueira pode persistir durante toda a vida do adulto, tente como ele may para romper seu interior na prisão.

Eu uso o exemplo do poeta e romancista Hermann Hesse para demonstrar esta situação muito complicada. Este exemplo tem a vantagem de ter sido publicado, e publicado pela própria pessoa, de modo que o connections que eu postulado pode ser esclarecido com exemplos concretos de sua vida.

No início de seu romance *Demian*, Hermann Hesse descreve a "bondade e pureza" de uma casa parental em que não há espaço para os FIBS de uma criança. (Não é difícil reco-hecer o próprio lar parental do autor neste romance, e ele confirma isso indiretamente.) A criança está sozinha com seu pecado e sente que ele é depravado, perverso e expulso, por meio de ninguém repreende-lo, uma vez que ninguém ainda conhece os "fatos terríveis". Este situatIon é, naturalmente, um comum na vida real, e a maneira idealizada de Hesse de descrever uma casa tão "pura" não é estranha para nós também. Ela reflete o ponto de vista da criança e a crueldade oculta dos métodos comuns , com os quais somos apenas muitomiliar, usados para ensinar "valores" morais.

> Como a maioria dos pais [escreve Hesse], a minha não foi nenhuma ajuda com os novos problemas da puberdade, para o qual nenhuma referência foi feita nunca. Tudo o que eles fizeram foi ter *problemas intermináveis* em apoiar as minhas tentativas desesperados para *negar Reality* e continuar a habitação em um mundo de infância que estava se tornando *mais e mais irreal*. Eu não tenho nenhuma idéia se os pais podem ser de ajuda, e eu não culpo o meu. Era

> meu próprio caso para chegar a um acordo comigo mesmo e para encontrar o meu próprio caminho, e como a maioriadascrianças ught-up bem bro, eu consegui mal, (p. 49)*

Os pais de uma criança parecem-lhe estar livres dos desejos sexuais, porque têm meios e possibilidades de esconder suas atividades sexuais, visto que a criança está sempre sob vigilância. A primeira parte do *Demian*, parece-me, é muito evocativa e fácil de apreciar, mesmo para as pessoas de muito diferentes ambientes. O que torna as partes posteriores do romance tão peculiarmente difíceis se deve, de alguma forma, ser relacionado com os pais de Hesse ' e os valores morais dos avós (eram famílias missionárias). Estes permeiam muitas de suas histórias, mas talvez possam ser mais facilmente detectados em *Demian*.

Embora Sinclair, o herói, já teve sua própria experience de crueldade (chantagem por um menino mais velho), ele não lhe deu nenhuma chave para uma melhor compreensão do mundo. "Maldade" para ele é "depravação" (aqui está a língua dos missionários): não é nem ódio nem crueldade, mas trivialidades como beber em uma taverna.

Como um garotinho, Hermann Hesse assumiu a partir de seus pais este conceito particular de maldade como depravação. É como um corpo estranho que ele procura localizar e arrancar de sua personalidade. É por isso que tudo o que acontece em *Demian* após a aparição do Deus Abraxas, que é "unir o divino e o diabólico", é tão curiosamente removido. A maldade é suposto ser artisticamente unida com bondade aqui, mas não somos tocados por ele. Um tem a impressão de que, para o menino, isso é algo Strange, ameaçando, e acima de tudo desconhecido, a partir do qual ele, no entanto, não pode se libertar. Sua crença emocional na "depravação" já está unida ao medo e à culpa: Mais uma vez eu estava tentando mais arduamente para construir um íntimo "mundo de luz" para o meu eufora do Shambles de um período de devastação, mais uma vez eu sacrifiquei tudo dentro de mim para o objetivo de banir a escuridão eo mal de mim mesmo, (PP. 81 – 82)

Na exposição de Zurique (1977) para comemorar o centenário do nascimento de Hesse, uma imagem wcomo mostrado que tinha pendurado acima da cama de Hermann pouco e que ele tinha crescido com. Neste quadro, à direita, vemos o caminho "bom" para o céu, cheio de espinhos, dificuldades e sofrimentos. À esquerda, vemos a estrada fácil e prazerosa que o amortizandoconduz ao inferno. As tavernas jogam uma parte proeminente nesta estrada, provavelmente porque as mulheres devotas esperavam manter seus maridos e filhos longe destes lugares maus com esta respresentação ameaçando. Estas tabernas desempenham um papel importante em *Demian*— ironicamente, então, porque Hesse não tinha nenhum desejo em tudo para ficar bêbado em tais tabernas, embora ele certamente queria romper com a estreiteza dos valores de seus pais.

Cada criança forma sua primeira imagem do que é "ruim" muito concretamente, pelo que é proibido-por suasproibições, tabus e medos de seus parêntese TS '. Ele terá um longo caminho a percorrer antes que ele possa se libertar desses valores parentais e ver sem filtros o que ele acreditava ser "maldade" em si mesmo. Ele, então, não considerá-lo como "depravado" e

"perverso", mas como uma reação latente compreensível para os ferimentos que ele teve de repris quando uma criança. Como um adulto, ele pode descobrir as causas e libertar-se desta reação inconsciente. Ele também tem a oportunidade de pedir desculpas pelo que ele fez aos outros por ignorance, cegueira e confusão, e fazê-lo irá ajudá-lo a evitar repetições de atos que ele não deseja mais continuar.

Infelizmente, o caminho para a clarificação não estava aberto a Hermann Hesse. A seguinte passagem de *Demian* mostra o quão profundamente a percepçãod perda do amor de seus pais ameaçou sua busca por seu verdadeiro eu: Mas onde nós demos de nosso amor e respeito não do hábito mas de nossa própria vontade livre, onde nós fomos discípulos e amigos fora de nossos corações mais íntimo, é um momento amargo e Horrvel quando nós reconhecemos de repente que a corrente dentro de nós quer nos afastar de o que é mais querido para nós. Então cada pensamento que rejeita o amigo e mentor gira em nossos próprios corações como uma *farpa envenenada*, em seguida, cada golpe atingido em defesa *voa bACK em seu próprio rosto*, as palavras "deslealdade" e "ingratidão" greve do pessoa que sente que ele era moralmente soar *como vaias e estigma*, eo *coração assustado foge timidamente de volta* para os *vales encantados de virtudes da infância* , incapaz de acreditar que esta ruptura, também, deve ser feito, este vínculo também quebrado, (p. 127)*

E em sua história "um coração de criança", lemos:

> Se eu fosse reduzir todos os meus sentimentos e seus dolorosos conflitos para um único nome, eu não posso pensar em nenhuma outra palavra, mas: pavor. Foi pavor, pavor e incerteza, que me senti em todas aquelas horas de felicidade da infância quebrada: pavor de punição, pavor da minha própria consciência, pavor de agitações em minha alma que eu conRado proibido e criminoso, (p. 10)

Nesta história Hesse retrata com grande ternura e compreensão dos sentimentos de um menino de onze anos de idade, que roubou alguns figos secos do quarto de seu pai amado para que ele pudesse ter em sua posse algo que pertence ao seu pai. Sentimentos de culpa, medo e desespero atormentam-no em sua solidão e são substituídos finalmente pela mais profunda humilhação e vergonha quando seu "ato perverso" é descoberto. A força deste retrato leva-nos a supor que se trata de um episódio real da própria infância de Hesse. Este supor torna-se certeza, graças a uma nota feita por sua mãe em 11 de novembro de 1889: "o roubo de figos de Hermann descoberto."

Das entradas no diário de sua mãe e da troca extensiva de Lemontadores entre pais e vários membros da família, que estiveram disponíveis desde 1966, é possível supor no trajeto doloroso do menino pequeno. Hesse, como tantos filhos talentosos, era tão difícil para seus pais não suportem, apesar de *because de* suas riquezas interiores. Muitas vezes, os dons de uma criança (sua grande intensidade de sentimento, profundidade de experiência, curiosidade, inteligência, rapidez e sua capacidade de ser crítico) enfrentarão seus pais com conflitos que há muito tempo procuraram manter na báia por meios de regras e

Regulamentos. Estes regulamentos devem então ser resgatados à custa do desenvolvimento da criança. Tudo isso pode levar a uma situação aparentemente paradoxal quando os pais que estão orgulhosos de seu filho talentoso e que até mesmo admirá-lo são forçados pela sua própria repressão para rejeitar, suprimir, ou até mesmo destruir o que é *melhor*, porque mais verdadeiro, em que Criança. Duas das observações da mãe de Hesse podem ilustrar como este trabalho de destruição pode ser combinado com o cuidado amoroso aparente: 1: (1881): "Hermann está indo para a escola maternal, seu temperamento violento nos causa muita angústia." (1966, p. 10) A criança tinha três anos de idade.

2: (1884): "as coisas estão indo melhor com Hermann, cuja educação nos causa tanta angústia e problemas. De 21 de janeiro a 5 de junho viveu totalmente na casa dos meninos e só passou os domingos conosco. Ele se comportou bem lá, mas chegou em casa pálido, magro e *deprimido*. Os *efeitos são decididamente bons e salutar*. Ele é muito *mais fácil de gerenciar agora. "*(1966, pp. 13 — 14) a criança agora era Seven anos de idade.*

Em 14 de novembro de 1883, seu pai, Johannes Hesse, escreveu:

> Hermann, que era considerado quase um modelo do bom comportamento na casa dos meninos é às vezes *mal ser suportado*. Embora fosse muito humiliating *para nós*[!], estou sinceramente considerando se não devemos colocá-lo em uma *instituição* ou *outra casa*. Estamos muito nervosos e fracos para ele, e toda a casa [é] demasiado indisciplinada e irregular. Ele parece ser dotado de tudo: ele observa a lua e as nuvens, extemporiza por longos períodos sobre o harmônio, desenha fotos maravilhosas com lápis ou caneta, pode cantar muito bem quando ele quer, e nunca está em uma perda para uma rima.† a (1966, p.13. º)

Na imagem fortemente idealizada de sua infância e seus pais que encontramos em *Hermann Lauscher*,‡ Hesse abandonou completamente o original, rebelde, "difícil", e-para seus pais— criança problemática que ele era. Ele não tinha como acomodar essa parte importante de si mesmo e assim foi forçado a expulsê-lo. Talvez seja por isso que seu grande e genuíno desejo por seu verdadeiro eu permaneceu não cumprido.

Que Hermann Hesse não era deficiente em courage, talento, ou profundidade de sentimento é, naturalmente, evidente em suas obras e em muitas de suas cartas, especialmente a carta ultrajada da instituição em Stetten. Mas a resposta de seu pai a esta carta (ver Hesse 1966), as anotações de sua mãe, e as passagens de *Demian* e "um coração de Criança" citado acima mostram-nos claramente como o peso esmagador da negação de sua dor de infância pressionado em Ele. Apesar de sua enorme aclamação e sucesso, e apesar do Prêmio Nobel, Hesse em seus anos maduros sofreu com o TRágico e doloroso estado de ser separado de seu verdadeiro eu, para que os médicos se referem sem querer como depressão.

A MÃE COMO AGENTE DA SOCIEDADE

DURANTE OS PRIMEIROS ANOS DE VIDA

Se fôssemos dizer a um Patient que em outras sociedades a sua perversão não seria um problema, que é um problema aqui só porque é a nossa sociedade que está doente e produz constrições e constrangimentos, certamente estaríamos dizendo-lhe, pelo menos, uma verdade parcial , mas seria of pouco de ajuda para ele. Ele se sentiria, em vez disso, que, como um indivíduo, com sua própria história individual, ele estava sendo passado e incompreendido, para esta interpretação faz muito pouco de sua própria tragédia muito real. O que ele mais precisa entender é a sua compulsão de repetir, e o estado de coisas por trás dele a que esta compulsão testemunha. Seu situação é sem dúvida o resultado de pressões sociais, mas estes não têm seu efeito em seu psique com conhecimento abstrato; Eles estão firmemente ancorados em sua primeira experiência afetiva com sua mãe.Assimseus problemas não podem ser resolvidos com*palavras*, mas apenas através*experiência*— não meramente uma experiência corretiva como um adulto, mas, sobretudo, através de uma experiência consciente do seu medo precoce da sua amada traça o desprezo de er e seus sentimentos subsequentes de indignação e tristeza. Meras palavras, no entanto hábil a interpretação, vai deixar inalterado ou mesmo aprofundar a divisão entre a especulação intelectual eo conhecimento do corpo, a divisão da qual ele alreAdy sofre.

Pode-se, portanto, dificilmente libertar um viciado da crueldade de seu vício, mostrando-lhe como o absurdo, a exploração e a perversidade da sociedade causam nossas neuroses e perversões, no entanto verdade isso pode ser. O viciado vai adorar tal explicaçãotions e ansiosamente acreditá-los, porque eles poupam-lhe a dor da verdade. Mas as coisas que podemos ver através não nos fazem doentes, embora possam despertar a nossa indignação, raiva, tristeza, ou sentimentos de impotência. O que nos faz doentes são aquelas coisas que nós não pdemos ver através, as restrições da sociedade que temos absorvido através dos olhos dos nossos pais. Nenhuma quantidade de leitura ou aprendizado pode nos libertar desses olhos.

Para colocá-lo de outra maneira: muitas pessoas que sofrem de sintomas graves são muito inteligentes. Eles lêem em Newspapers e livros sobre o absurdo da corrida armamentista, sobre a exploração através do capitalismo, a insinceridade diplomática, a arrogância e manipulação do poder, a submissão dos fracos, e a impotência dos indivíduos-e eles têm dado pensamento a estes CTS tema. O que eles não vêem, porque eles não podem vê-los, são os absurdos promulgados por suas próprias mães quando eles ainda eram pequenos filhos.

A opressão e o forçar da submissão não começam no escritório, na fábrica, ou no partido político; Elas começam nasprimeiras semanas da vida de um bebê. Depois, eles são reprimidos e são, então, por causa de sua própria natureza, inacessível ao argumento. Nada muda no caractere de submissão ou dependência, quando é somente seu objeto que é alterado.

A ação política pode ser alimentada pela raiva inconsciente de crianças que foram mal utilizados, presos, explorados, apertados e perfurados. Esta raiva pode ser parcialmente descarregada na luta contra os "inimigos", sem ter que desistir

da idealização dos próprios pais. A dependência antiga será então simplesmente deslocada para um novo grupo ou líder. Se, no entanto, a desilusão e o luto resultante podem ser vivenciadas, o afastamento social e político geralmente não seguem, mas nossas ações são liberadas da compulsão para a repetiçãot. Eles podem então ter um objetivo claro, formado por decisões conscientes.

Uma vez que a nossa própria realidade tem sido enfrentada e vivida, a necessidade interior para manter a construção de novas ilusões e negações, a fim de evitar a experiência de que a realidade desaparece. Então percebemos que todas as nossas vidas temíamos e lutávamos para afastar algo que realmente não pode acontecer mais tempo; Já aconteceu, no início de nossas vidas, enquanto éramos completamente dependentes.

Efeitos terapêuticos (na forma de melhoria temporária) podem ser alcançados se uma consciência rigorosa pode ser substituída pelo terapeuta ou o grupo é mais tolerante. O objetivo da terapia, no entanto, não é para corrigir o passado, mas para permitir que o paciente tanto para confrontar sua própria história e lamentar sobre ele. O paciente tem que descobrir memórias precoces dentro de si mesmo e deve tornar-se consciente da manipulação inconsciente de seus pais e desprezo, para que ele possa se libertar deles. Contanto que ele tem que fazer com um ser substituídate tolerância, emprestado de seu terapeuta ou seu grupo, as atitudes desdenhoso que ele herdou de seus pais permanecerá escondido em seu inconsciente, inalterado apesar de todo o seu conhecimento intelectual melhorado e intenções. Esta atitude desdenhosa vai mostrar-se nas relações humanas do paciente e continuará a atormentá-lo, enquanto ele funciona nas células do seu corpo. O conteúdo do inconsciente permanece inalterado e atemporal. É somente porque estes índices se tornam conscientes que a mudança cum começa.

A SOLIDÃO DO DESDENHOSO

O desprezo demonstrado por muitas pessoas perturbadas pode ter vários precursores em sua história de vida, mas a função todas as expressões de desprezo têm em comum é a defesa contra sentimentos indesejados. O desprezo simplesmente evapora, tendo perdido o seu ponto, quando já não é útil como um escudo-contra a vergonha da criança sobre o seu amor desesperado, não devolvido; contra o seu sentimento de inadequação, ou acima de tudo contra a sua raiva que seus pais não estavam disponíveis. Uma vez que somos capazes de sentir e compreender os íons emot reprimidosda infância, não vamos mais precisar de desprezo como uma defesa contra eles. Por outro lado, contanto que despreze a outra pessoa e valorize nossas próprias conquistas ("ele não pode fazer o que eu posso fazer"), não temos que lamentar o fato de que o amor não é paraavinda sem realização. No entanto, se evitarmos este luto significa que permanecemos no fundo aquele que é desprezado, pois temos que desprezar tudo em nós mesmos que não é maravilhoso, bom e inteligente. Assim nós perpetuamos a solidão da Infância: nós desprezamos a fraqueza, o desamparo, a

incerteza, a criança em nós e em outro.

O desprezo por outros em grandiosos, pessoas bem sucedidas sempre inclui o desrespeito por seus próprios eus verdadeiros, como seu desprezo implica: "sem essasqualidades sup erior da mina, uma pessoa é completamente inútil." Isso significa mais: "sem essas conquistas, esses dons, eu nunca poderia ser amado, nunca teria sido amado." A grandiosidade no adulto garante que a ilusão continue: "eu era amado".A saída desta traição confusa e estressante pode muito bem ser ilustrada pelo sonho de João.

John, 48, que voltou à terapia por causa das obsessões atormentando, repetidamente sonhou que ele estava em uma torre de vigia que estava em uma área pantanosa umt a borda de uma cidade querida para ele. Na realidade, a cidade não tinha tal Torre, mas pertencia inequivocamente à paisagem dos sonhos de João, e ele sabia bem. De lá, ele tinha uma bela vista, mas ele se sentiu triste e deserta. Havia um elevador na torre, e eun o sonho havia todos os tipos de dificuldades sobre bilhetes de entrada e obstáculos no caminho para esta torre. O sonho retornou muitas vezes, com os mesmos sentimentos de ser abandonado.

Somente depois que muito tinha mudado no curso da terapia havia uma variação novas no sonho, demasiado, e finalmente mudou em uma maneira decisiva. John foi surpreendido primeiramente sonhar que já teve bilhetes da entrada, mas a torre tinha sido demolida e não havia já uma vista. Em vez disso, ele viu uma ponte que se juntou ao pantanoso bairro da cidade. Ele poderia, assim, ir a pé para a cidade e ver "nem tudo", mas "algumas coisas de perto." John, que sofreu de uma fobia de elevador, foi um pouco aliviado, pois ele sentiu ansiedade considerável andando neste elevador. Falando do sonho, ele disse que talvez já não dependesse de ter sempre uma visão completa, em sempre ver tudo — estar no topo e mais inteligente do que outras pessoas. Ele agora pode ir a pé como todos os outros.

João foi o mais espantado quando ele mais tarde sonhou que ele estava de repente sentado neste elevador na torre novamente e estava sendo atraído para cima como em um elevador de cadeira, sem sentir qualquer medo. Ele gostou do passeio, saiu no topo, e, estranho dizer, encontrou a vida colorida tudo sobre ele. Ele estava em um planalto, de onde ele tinha uma visão dos vales. Havia também uma cidade lá em cima, com um bazar cheio de mercadorias coloridas; uma escola onde as crianças estavam praticando balé e ele poderia participar (este tinha sido um desejo de infância); e grupos de pessoas que mantêm discussões, com quem ele sentou e conversou. Ele se sentiu integrado a esta sociedade, assim como ele era. Embora o sonho expressasse os seus desejos em vez da realidade, mostrou-lhe as suas verdadeiras e *reais* necessidades: ser amado e amar para além das suas realizações. Este sonho impressionou-o profundamente. Ele disse: Meus primeiros sonhos da torre mostraram meu isolamento e solidão. Em casa, como o mais velho, eu estava sempre à frente dos meus irmãos, meus pais não podiam igualar a minha inteligência, e em todos os assuntos intelectuais que eu estava sozinho. Por um lado, eu tive que demonstrate meu conhecimento a fim ser tomado seriamente, e no outro, eu tive que escondê-lo ou meus pais diriam: "seus estudos estão indo a sua cabeça! Você acha que você é melhor do que todos os outros, só porque você teve a chance de estudar? Sem o sacrifício

de sua mãe e o trabalho duro de seu pai você nunca teria sido capaz de fazê-lo. Isso fez-me sentir culpado e tentei esconder a minha diferença, os meus interesses e os meus dons. Eu queria ser como os outros. Não havia como eu ser fiel a mim mesmo, para me respeitar como eu realmente era.

Então, John tinha procurado por sua torre e tinha lutado com obstáculos (no caminho, com bilhetes de entrada, seus medos, e mais), e quando ele chegou ao topo-ou seja, era mais esperto do que os outros-ele se sentiu solitário e deserta.

É um paradoxo bem conhecido e comum que os pais que tomam esta atitude de rancor e competitivo em relação ao seu filho, ao mesmo tempo, exortá-lo para a maior conquista e estão orgulhosos de seu sucesso. Assim João *teve que* procurar sua torre e teve que vencer obstáculos, também. Eventualmente, ele passou por uma revolta contra esta pressão para a realização e stress, e assim a torre desapareceu no primeiro dos sonhos que eu descrevi aqui. Ele poderia desistir de sua fantasia grandiosa de ver *tudo* de cima e poderia olhar para as coisas em sua cidade amada (em si mesmo) de perto.

Só agora ficou claro para ele que ele se sentia compelido a isolar-se dos outros por meio de seu desprezo e, ao mesmo tempo, foi isolado e separado de seu verdadeiro eu-pelo menos de sua parte indefesa, incerto.

O desprezo, como regra, cessará com o início do luto pelo irreversível que não pode ser mudado, pois o desprezo também, em sua própria maneira serviu para negar a realidade do passado. É, afinal, menos doloroso pensar que os outros não entendem porque eles são muito estúpidos. Em seguida, pode-se fazer esforços para explicar as coisas para eles, ea ilusão de ser compreendido ("se eu só posso expressar-me corretamente") pode ser mantido.*Se, no entanto, este esforço é relaxado, um é forçado a perceber que a compreensão não era possível, uma vez que a repressão das necessidades da própria infância dos pais os fez cegos para as necessidades dos seus filhos.

Mesmo os pais alerta CAnäo sempre entender seus filhos, mas eles vão respeitar os sentimentos de seus filhos, mesmo quando eles não podem compreendê-los. Onde não há tal respeito, seus filhos buscam refúgio de uma verdade dolorosa em ideologias. O nacionalismo, o racismo e o fascismo,na verdade, nada além de suposições ideológicas do vôo de memórias dolorosas e inconscientes de suportar o desprezo no perigoso e destrutivo desrespeito pela vida humana, glorificados como um programa político. A crueldade anteriormente escondida que foi exercida sobre a criança impotente agora se torna apenas muito evidente na violência de tais grupos "políticos". Suas origens na infância, no desrespeito total da criança anterior, entretanto, permanecem escondidas ou negadas absolutamente, não somente pelos membros destes grupos mas pela sociedade no conjunto.

ALCANÇAR A LIBERDADE DO DESPREZO E RESPEITAR A VIDA

As perversões sexuais, as obsessões, e os vôos em ideologias não são as únicas possibilidades para perpetuar a tragédia do sofrimento adiantado do desprezo. Há inúmeras maneiras pelas quais podemos transmitir o clima familiar o qual sofremos como crianças. Há pessoas, por exemplo, que nunca dizem uma palavra barulhenta ou irritada, que parecem ser apenas boas e nobres, e que ainda dão aos outrosa sensação palpável de ser ridículo ou estúpido ou muito barulhento, ou em qualquer taxa muito comum em comparação com eles mesmos. Eles não sabem disso e talvez não a pretendem, mas é isso que eles irradiam: a atitude de seus pais, de que eles têm never sido consciente. As crianças de tais pessoas acham que é particularmente difícil formular qualquer censura até que aprendam a fazê-lo em sua terapia.

Então há as pessoas que podem parecer muito amigáveis, se uma sombra paternalista, mas em cuja presença se sente como se um não fosse nada. Eles transmitem a sensação de que eles são os únicos que existem, os únicos que têm algo interessante ou relevante para dizer. Os outros só podem ficar lá e admirá-los no fascínio, ou afastar-se em decepção e tristeza umataque a sua própria falta de valor, incapaz de se expressar na presença dessas pessoas. Essas pessoas podem ser os filhos de pais grandiosos, a quem eles, como crianças, não tinham esperança de imitar; mas mais tarde, como adultos, eles inconscientemente passam nesta atmosfera para aqueles ao seu redor.

Uma impressão muito diferente será dada por aquelas pessoas que, como crianças, foram intelectualmente muito além de seus pais e, portanto, admiradas por eles, mas que também tiveram que resolver seus próprios problemas sozinhos. Essas pessoas, que nos dão um sentimento de sua força intelectual e vontade, também parecem exigir que nós, também, deve lutar contra qualquer sentimento de fraqueza com meios intelectuais. Em sua presença um sente que não se pode ser reconhecido como uma pessoa com problemas-apenas porque oy e seus problemas eram não reconhecidos por seus pais, para quem tiveram que sempre ser fortes.

Mantendo estes exemplos em mente, é fácil ver por que alguns professores ou escritores que são bastante capazes de expressar-se claramente usará a linguagem que étão complicado e arcano que seus alunos ou leitores devem lutar com raiva para adquirir idéias que Eles então podem fazer pouco uso de. Os alunos podem sentir sentimentos semelhantes àqueles que seu professor já foi forçado a suprimir em relação aos seus pais. Se os próprios alunos se tornarem professores um dia, eles terão a oportunidade de entregar este conhecimento inutilizável como uma jóia inestimável (porque custou tanto).

Ele ajuda muito o sucesso do trabalho terapêutico quando nos tornamos awsão dos padrões destrutivos de nossos pais no trabalho dentro de nós. Mas, para nos libertarmos destes padrões, precisamos de mais do que uma consciência intelectual: precisamos de um confronto emocional com os nossos pais num diálogo interior.

Quando o paciente tem emocionalmente woontém através da história de sua infância e, assim, recuperou seu senso de estar vivo, o objetivo da terapia foi atingido. Ela então será capaz de usar as ferramentas que aprendeu sempre que sentimentos de seu passado são desencadeados por eventos presentes. Como o

tempo passa, ela vai usá-los mais e mais eficazmente e vai precisar de menos tempo para este trabalho. O "mapa" de sua vida estará disponível para ela sempre que ela precisar.

O terapeuta deve deixá-lo até o paciente para decidir se ela vai ter um trabalho regular onão são, se ela quer viver sozinho ou com um parceiro, se ela quer se juntar a um partido político, e em caso afirmativo, qual deles. Todas essas decisões devem ser dela. Sua história de vida, suas experiências, e o que ela aprendeu com eles vão desempenhar um papel em como ela vai viver. Não é tarefa do terapeuta "socializá-la", ou "elevar sua consciência" (nem mesmo politicamente, pois toda forma de doutrinação nega sua autonomia), ou "fazer amizades possíveis para ela". Tudo isso é o seu próprio caso.

Quando o paciente tem experimentado conscientemente e repetidamente como todo o processo de sua educação manipulou e danificou-a em sua infância, e com o que deseja para a vingança isso deixou-a, então ela vai ver através da manipulação mais rapidamente do que antes e ela mesma terá menos necessidade de manipular os outros. Tal paciente será capaz de se juntar a grupos se ela deseja sem voltar a tornar-se impotente dependente ou vinculado, pois ela conscientemente passou pelo desamparo e dependência de sua childhoOD. Ela estará em menos perigo de idealizar pessoas ou sistemas ou ser enganado por um guru em uma seita se ela percebeu claramente como como uma criança que ela tomou todas as palavras proferidas por sua mãe ou pai para a sabedoria mais profunda. Ela pode momentaneamente experimentar, while ouvindo uma palestra ou lendo um livro, o mesmo velho fascínio infantil e admiração, mas ela vai mais cedo reconhecer e rejeitar o vazio subjacente que se esconde por trás dessas palavras manipuladoras e sedutoras. Uma pessoa que amadureceu através de sua experiência de o-WN não pode ser enganada com palavras fascinantes e incompreensíveis. Finalmente, uma pessoa que conscientemente trabalhou através de toda a tragédia de seu próprio destino reconhecerá o sofrimento de outro mais claramente, embora o outro possa estar tentando escondê-lo. Ela não será despreosa dos sentimentos dos outros, seja qual for a sua natureza, porque ela leva seus próprios sentimentos a sério e sabe como trabalhar com eles. Ela certamente não vai manter o círculo vicioso de desacato de viragem.

Esta conquista terá não sóas sequências pessoais para o indivíduo e sua família, mas também o significado de longo alcance para a sociedade como um todo. As pessoas que descobrem seu passado com a ajuda de seus sentimentos, que aprendem através da terapia para esclarecer esses sentimentos, para procurar suas *verdadeiras causas*, e para resolver a transferência, não será mais obrigado a deslocar o seu ódio para inocentes, a fim de proteger aqueles que de fato ganharam esse ódio. Eles serão capazes de odiar o que é odioso e de amar o que merece amor. Uma vez que se atrevem a ver quem os trouxe para a sua situação e como foi feito, eles serão mais bem orientados na realidade presente e capaz de evitar agir cegamente, inconscientemente. Eles não mais se comportarão como as crianças maltratadas que eram, crianças que devem protegerospais e que, portanto, precisam de um bode expiatório para as emoções enterradas que atormentá-los.

O futuro da democracia e da liberdade democrática depende da nossa capacidade de dar este passo e de reconhecer que é simplesmente impossível

lutar com sucesso oódio de Inst fora de nós mesmos, ignorando as suas mensagens no interior. Devemos conhecer e usar as ferramentas necessárias para resolvê-la: devemos sentir e entender sua fonte e sua legitimidade. Não há nenhum ponto em apelar para a nossa boa vontade, nossa bondade, e um espírito comum de amor, contanto que o caminho para esclarecer nossos sentimentos é bloqueado pelo medo inconsciente de nossos pais.

Conscientemente experimentando nossas emoções legítimas é libertador, não apenas por causa da descarga de tensões de longa duração no corpo, mas acima de tudo, porque abre os nossos olhos para a realidade (tanto passado e presente) e liberta-nos de mentiras e ilusões. Ele nos dá de volta memórias reprimidos e ajuda a dissipar os sintomas assistentes. É, portanto, empoderamento sem ser destrutivo. A ação de emo reprimidopode ser resolvida assim que for sentida, compreendida e reconhecida como legítima. Ser destacado dele torna-se possível e isto é totalmente diferente da repressão.

Mas o ódio ilegítimo nunca desaparece. Ele pode mudar de bode expiatório, mas ele vai REMAin sempre presente e não diluído. Não pode ser apaziguado: venenos e cega a alma, devora a memória e a mente, e mata a capacidade de compaixão e discernimento. Seu poder destrutivo deriva de uma história de horror que tem sido reprimido e armazenadano corpo, mas que, sem terapia eficaz, não tem acesso direto à mente consciente. Odiar e ofender uma pessoa inocente, usá-lo como bode expiatório, só pode fortalecer as paredes de nossa prisão interna de confusão, isolamento, medo e lonelinaSS; não pode nos libertar. Uma casa construída a partir de traição, mais cedo ou mais tarde cair e impiedosamente destruir a vida humana, se não a do Construtor, então a de seus filhos, que vai sentir a mentira sem estar ciente disso e que vai acabar pagando tele preço total para este ar escondido o rangement.

Uma pessoa que pode honestamente e sem Self-Deception lidar com seus sentimentos não tem necessidade de disfarçar-los com a ajuda de ideologias. A semelhança básica dos vários movimentos nacionalistas florescendo hoje reveals que seus motivos não têm nada a ver com os interesses reais das pessoas que estão lutando e odiando, mas em vez disso tem muito a ver com a infância dessas pessoas Histórias. O maus-tratos, humilhação e exploração das crianças é o Same em todo o mundo, como é o meio de evitar a memória dele. Indivíduos que não querem saber a sua própria verdade conspirar em negação com a sociedade como um todo, à procura de um "inimigo" comum em quem para atuar a sua raiva reprimido. Mas , como os habitantesdesteplaneta hrinking perto do final do século XX, o perigo inerente à autodecepção está crescendo exponencialmente-e nós podemos pagá-lo menos do que nunca. Felizmente, ao mesmo tempo, temos agora as ferramentas que precisamos para realmente nos entenderem, como nós,e como somos.

*Esta forma particular de adulteração com o desenvolvimento natural de uma criança pode não ser tão familiar para os leitores nos Estados Unidos, como é na Europa. Muitos de meus pacientes eram secos em cinco meses, e suas mães eram quite orgulhoso desta "realização." Os leitores americanos podem ser melhor

familiarizados com tais práticas como alimentações programadas e bebês de treinamento para dormir durante a noite, ignorando seus gritos.

*Italics acrescentou.

*Italics acrescentou.

†Em sua história "o coração de uma criança", Hesse escreve: "os adultos agiram como se o mundo fosse perfeito e como se eles próprios fossem semideuses, nós crianças não éramos nada além de escória....Novamentee, novamente, depois de alguns dias, EVen depois de algumas horas, algo aconteceu que não deveria ter sido permitido, algo miserável, deprimente, e envergonhando.Novamentee, novamente, no meio das decisões e votos mais nobres e firmes, caí abruptamente, inescapavelmente, em pecado e maldade,em maus hábitos comuns. Por que foi assim? " (PP. 7,8) *Italics acrescentou.

*Italics acrescentou.

†Itálico adicionado.

‡Quando a minha infância, por vezes, desperta o meu coração, é como uma moldura dourada, em tons profundos em que predomina uma riqueza de castanhas e Alders, uma luz matinal indescritível delicioso e um fundo de montanhas esplêndidas. Todas as horas na minha vida, em que me foi permitido um curto período de paz, esquecido do mundo, todos os passeios solitários, que eu tomei sobre belas montanhas; todos os momentos em que uma felicidade inesperada, ou amor sem desejo, me levou longe de ontem e amanhã; tudo isso pode ser dado nenhum nome mais precioso do que quando eu comparei-los com este quadro verde da minha vida mais antiga. (*Gesammelte Werke*, Vol. I, Francoforte: M. Suhrkamp, 1970, p. 218) *Exemplos devastadores deste processo são as obras de Van Gogh (ver Nagara 1967), que tão wonderfully e tão sem sucesso corteou o favor de sua mãe com todos os meios à sua disposição.

Pósfacio para a Edição 2007

Teu livro foi publicado pela primeira vez há quase 30 anos. Mesmo agora, os leitores dizem-me que trouxe em suas vidas a criança atormentada, isolada, nunca compreendida dentro delas quem tinham esquecido e abandonado décadas antes. Muitos dizem que pela primeira vez em suas vidas, eles podem sentir a situação desta criança e pode chorar sobre a dor de sua infância, de que eles não estavam verdadeiramente conscientes por um longo tempo. Eles costumam dizer: "você descreveu minha vida e minha família", e eles perguntam: "como você os conhecia?"

O forte impacto emocional deste livro pode vir do fato de que a escrita que trouxe sobre o meu próprio despertar emocional. Ele veio com a minha decisão de encontrar a minha própria história, para viver a minha própria vida, e para deixar para trás de mim tudo o que eu sentia não era realmente ME, era apenas o produto da minha educação.

Uma decisão como esta inicia um processo que precisa de tempo. Estou feliz agora que eu usei este tempo (quase 30 anos) para se tornar cada vez mais livre de formas convencionais de pensamento e de teorias que foram construídas para esconder e obscurecer a realidade da infância: a dor extraordinária que foram expostos e os necessidade de reprisa nossos sentimentos em nossos corpos, nossa inconsciência, a fim de sobreviver.

Com esta visão começou a história da minha pesquisa que incluiu tele histórias de infância de ditadores e escritores famosos que morreram muito cedo. Em todos esses casos, encontrei sem exceções os mesmos padrões: a negação do terror outrora sofrido, a idolatração dos pais extremamente abusivos, e um comportamento destrutivo ouautodestrutivo como resultado.

Minha exploração desta realidade encontrou a sua expressão em todos os meus livros, especialmente nos últimos, *o corpo nunca mentiras* e *sua vida salva* (ainda não traduzido para o inglês). Além disso, artigos e entrevistas no meu site CAn fornecer os leitores recentes de *drama* com muitas conclusões a que a minha pesquisa sobre a infância me trouxe nos últimos dez anos.

Mas, acima de tudo, minhas respostas ao correio dos leitores podem ilustrar o conceito de terapia que desenvolvi nos últimos anos. Além disso, muitas cartas no site mostram como as pessoas conseguiram superar seus sintomas físicos, enfrentando as histórias de sua infância, sentindo sua indignação, liberando-se de sua autoculpa destrutiva, e tornando-se cada vez menos dependentes dos seus pais abusivos. Isto encoraja outros a sentirem o que tentaram evitar toda a sua vida, e isso demonstra que estes esforços são eficazes, que muitas vezes ajudam a superar até mesmo doenças crônicas, e que não são de todo perigosos. As crianças uma vez espancadas que ainda vivem dentro dos adultos, muitas vezes temem ser castigados se ousam verdadeiramente ver, sem ilusões, o que seus pais fizeram a eles em seus primeiros anos de vida. Uma vez que eles entendem

que este perigo não existe mais, eles podem libertar a sua vida.

Presumo que o site dá respostas às perguntas que este livro levanta, mas sem lê-lo, sem fazer este passo, sem abrir a porta para a criança que uma vez foram, o impacto total do site pode ser perdida. A criança que você encontrou lendo *drama*, esperamos levá-lo a ler o material no site da Web, para encontrar as informações que você pode precisar hoje e para beneficiar dele.

Obras citadas

Eicke-Spengler, M. 1977.ParaDesenvolvimentoATheoryDepressão.*Psyche*31:1077 – 1125.

Ganz, H. 1966. *Pestalozzi*. Zurique: Origo.

Hesse, H. 1965. *Demian*. Nova Iorque: Harper & Row; Londres: Peter Owen.

_____. 1970. *trabalhos*recolhidos. Francoforte: M. Suhrkamp.

_____. "Infância e adolescência antes de 1900." Em*cartasetestemunhos1877 – 1895*. Francoforte: M. Suhrkamp.

_____. 1971. "o coração de uma criança." No *último verão do Klingsor*. Nova Iorque: Harper & Row; Londres: Jonathan Cape.

Jenson, J. 1995 *reafirmando sua vida: um guia passo-a-passo para usar a terapia de regressão para superar os efeitos do abuso infantil*. Nova Iorque: Dutton.

Lavater-Sloman, M. 1977.*Pestalozzi*. Zurique e Munich: Artemis.

Miller, A. 1983. *Para o seu próprio bem: o roOTS de violência em criação de crianças*. Nova York: Farrar, Straus e Giroux; Londres: virago Press.

_____. 1984. *não conhecerás: a traição da sociedade da criança*. Nova York: Farrar, Straus e Giroux, (PB) nova biblioteca americana; Londres: Pluto Press.

_____. 1986. *fotos de uma infância: 66 aquarelas e um ensaio*. Nova Iorque: Farrar, Straus e Giroux. PB Meridian/pinguim; Londres: virago Press (1995, com um novo prefácio).

_____. 1990a. *a chave intocada: traçando o trauma infantil na criatividade e na atividade de destruição*. Nova York: Doubleday, (PB) âncora de imprensa; Londres: virago Press.

_____. 1990b. *conhecimento banished: enfrentando ferimentos da infância*. Nova York: Doubleday, (PB) âncora de imprensa; Londres: virago Press.

_____. 1993. *quebrando a parede do silêncio: para se juntar à criança em espera*. (PB com um ensaio). Nova Iorque: Meridian/Penguin; Londres: virago Press.

Mueller-Braunschweig, H. 1974. psicopatologiaecriatividade.*Psyche*28:600 – 654.

Nagara, H. 1967. (São *Vicente*) . Londres: Allen e Unwin.

NOTA AOS TRABALHOS CITADOS

Para preservar o estilo associativo do drama original e manter seu conteúdo

acessível ao leitor leigo, eu tentei não sobrecarregar este livro com referências. Os profissionais interessados podem, no entanto, referir-se a tópicos específicos para os livros que escrevi nos anos desde que o *drama* foi publicado pela primeira vez: 1. a questão da *manipulação na terapia* é tratada extensivamente em *tu não saberás*, com referências específicas a várias técnicas terapêuticas which eu considero ser manipuladora.

2. a questão da *manipulação e maus-tratos na infância* é o tema principal *para o seu próprio bem*, onde eu também substanciar, com exemplos bem conhecidos, a minha opinião sobre as raízes dos crimes de série, assassinato e toxicodependência.

3. o objetivo da versão revisada do *drama* é acima de tudo para fazer as pessoas conscientes do fato de que é impossível receber ou fornecer ajuda terapêutica real, desde que o confronto pessoal, emocional com o próprio passado é evitado. Como a tendência de escapar da verdade de uma história única por meio de conceitos teóricos, religiosos, pseudocientíficos e (sempre) manipulativas continua a ser muito elegante, eu queria ser o mais claro possível sobre este ponto. Espero que as minhasdescrições de certas "terapias" e a própria experiência dos leitores com a autoterapia os torne mais atentos e mais capazes de reconhecer esses conceitos enganosos por conta própria, caso sejam expostos a eles no futuro.

Apêndice

Este é um texto que eu escrevi em 1984 que tem aparecido freqüentemente nos jornais. Eu incluí-lo aqui, porque pode revelar-se útil para o leitor que não leu meus livros anteriores.

Em 1613, quando Galileu Galilei apresentou prova matemática para a teoria copernicana de que a Terra gira em torno do sol e não o oposto, foi rotulada como "falsa e absurda" pela igreja. Galileu foi forçado a repartir, e, talvez, como resultado, posteriormente tornou-se cego. Não até 300 anos depois da Igreja finalmente decide desistir de sua ilusão e remover seus escritos do índice.

Encontramo-nos agora numa situação semelhante à da igreja no tempo de Galileu, mas hoje, para nós, muito mais se pendura no equilíbrio. Se nós decidimos para a verdade ou a ilusão terá conseqüências muito mais sérias para a sobrevivência da humanidade do que era o caso no décimo sétimo século. Há alguns anos, há indícios de que os efeitos devastadores da traumatização das crianças tomam o seu pedágio na sociedade, levando à violência inconcebível na sociedade e à repetição do abuso infantil na próxima geração — um fenômeno que ainda estamos proibidos de reconhecer. Este conhecimento diz respeito a cada um de nós e — se suficientemente disseminado — deve Lead a mudanças fundamentais na sociedade, sobretudo a um impasse na escalada cega da violência. Os seguintes pontos destinam-se a amplificar o meu significado: 1. todas as crianças nascem para crescer, para desenvolver, para viver, para amar, e para articular suas necessidades e sentimentos para sua autoproteção.

2. para o seu desenvolvimento, as crianças precisam do respeito e da proteção dos adultos que os levam a sério, amá-los, e sinceramente ajudá-los a se orientar no mundo.

3. quando estas necessidades vitais são frustradas e as crianças são, em vez disso, abusadas por causa das necessidades dos adultos por serem exploradas, espancadas, punidas, aproveitadas, manipuladas, negligenciadas ou enganadas sem a intervenção de qualquer testemunha, então a sua integridade será duradouramente prejudicada.

4. as reações normais a tal ferimento devem ser raiva e dor; uma vez que as crianças neste tipo de ambiente doloroso, no entanto, são proibidos de expressar a sua raiva e uma vez que seria insuportável para experimentar a sua dor sozinho, eles são obrigados a suprimir seus sentimentos, repress toda a memória do trauma, e idealizar os culpados do abuso. Mais tarde, não terão memória do que lhes foi feito.

5. desassociado da causa original, seus sentimentos de raiva, impotência, desespero, saudade, ansiedade e dor vai encontrar expressão em atos destrutivos contra os outros (comportamento criminal, assassinato em massa) ou contra si

mesmos (toxico dependência, alcoolismo, prostituição, distúrbios psíquicos, suicídio).

6. se estas pessoas se tornarem pais, eles muitas vezes dirigem atos de vingança por seu maus-tratos na infância contra seus próprios filhos, que eles usam como bodes expiatórios. O abuso infantil ainda é sancionado — de fato, mantido em alta consideração — em nossa sociedade, contanto que seja definido como criação de crianças. É um fato trágico que os pais batem em seu filhoRen, a fim de escapar das emoções decorrentes de como eles foram tratados por seus próprios pais.

7. se as crianças maltratadas não estão a tornar-se criminosos ou doentes mentais, é essencial que pelo menos uma vez na sua vida eles entram em contato com uma pessoa que knoWS sem qualquer dúvida de que o ambiente, não o indefeso, criança espancada, é culpa. A este respeito, o conhecimento ou ignorância por parte da sociedade pode ser fundamental para salvar ou destruir uma vida. Aqui reside a grande oportunidade para os parentes, assistentes sociais, terapeutas, professores, médicos, psiquiatras, funcionários e enfermeiros para apoiar a criança e acreditar nele.

8. até agora, a sociedade protegeu o adulto e culpou a vítima. Tem sido institada em sua cegueira por teorias, Still de acordo com os princípios pedagógicos de nossos bisavós, segundo a qual as crianças são vistas como criaturas astuto, dominado por drives ímpios, que inventam histórias e atacam seus pais inocentes ou desejá-los sexualmente. Na realidade, as criançasacabam por se responsabilizar pela crueldade de seus pais e por absolir os pais, que invariavelmente amam, de toda responsabilidade.

9. já há alguns anos, foi possível comprovar, graças ao uso de novos métodos terapêuticos, que as ex periências traumáticas reprimidasna infância são armazenadas no corpo e, apesar de permanecerem inconscientes, exercem sua influência mesmo na idade adulta. Além disso, o teste eletrônico do feto revelou um fato anteriormente desconhecido para a maioria dos adultos: uma criança responde e aprendes tanto ternura e crueldade desde o início.

10. à luz deste novo conhecimento, mesmo o comportamento mais absurdo revela a sua lógica anteriormente escondida, uma vez que as experiências traumáticas da infância já não devem permanecer envolto na escuridão.

11. a nossaensitização para a crueldade com que as crianças são tratadas, até agora comumente negado, e para as conseqüências de tal tratamento, como uma questão de curso trazer ao fim a perpetuação da violência de geração em geração.

12. pessoas cuja integridade não tenha sido danificada na infância, que foram protegidas, respeitadas e tratadas com honestidade por seus pais, serão — tanto em sua juventude quanto na idade adulta — inteligentes, responsivas, enfáticas e altamente sensíveis. Eles vão ter prazer na vida e não vai sentir qualquer necessidade de matar ou até mesmo ferir os outros ou a si mesmos. Eles vão usar o seu poder para se defenderem, mas não para atacar os outros. Eles não serão capazes de fazer o contrário do que respeitar e proteger os mais fracos do que eles mesmos, incluindo seus filhos, Because isso é o que eles aprenderam com sua própria experiência e porque é *esse* conhecimento (e não o experiência de crueldade) que foi armazenada dentro deles desde o início. Tais pessoas serão

incapazes de entender por que a geração mais adiantadas teve que construir uma indústria gigantesca da guerra a fim sentir na facilidade e no cofre forte neste mundo. Desde que não terá que ser sua vida-tarefa inconsciente para afastar a intimidação experimentada em uma idade muito adiantada, serão capazes de tratar as tentativas do horror em sua vida adulta mais racionalmente e mais creativamente.

Índice

abandono, 10, 16 – 17, 73, 91; defesas contra o sentimento de 11; grandiosidade e, 37
vício, 104; medicamento, 11, 81, 92; sexual, 92 – 94
admiração, 35 – 36
adolescentes, 63 – 64
agressão, 40
envelhecimento, 34; grandiosidade e, 37
Alcoólicos anônimos, 43
uso de álcool, 11, 43 – 44; desprezo e, 81
alienação, 13, 18, 54; depressão e, 33
Amar (paciente), 64 – 65
ambivalência, 16 – 18
amnésia, 65; em relação à puberdade, 57 – 58
raiva, 9, 28, 40; "como-se personalidade" e, 12 – 13; supressão de, 32;*Ver também*Rage
Ann (paciente), 51 – 52, 125
anorexia, 42
ansiedade, 5, 9, 40, 83
"como-se personalidade", 11 – 13
autonomia, 6, 62, 64, 113; depressão e 20; mobilidade da família e, 35

Barbara (paciente), 31 – 33
Beatrice (paciente), 40, 42
Beckett, Samuel, 38*n*– 39*n*
Bergman, Ingmar, 77 – 79
Bob (paciente), 12 – 13
terapia corporal, 121
vínculo, 29 – 30, 49; dependência e ,13
lavagem cerebral, 80 – 81
Quebrando a muralha do silêncio (Miller), 11
aleitamento materno, 47 – 50; abuso infantil e, 49 – 50

Chestnut Lodge estudo, 35
criança, infância: como adolescente, 63 – 64; poder do adulto sobre, 74 – 75; amnésia em relação à puberdade e, 57 – 58; dotado, 101; desenvolvimento saudável de 28 – 30; gelado episódio e, 69 – 72, 73; manipulação de 21 – 24; espelhamento e, 27 – 28, 37, 38; mobilidade da família e autonomia de, 35; mãe como agente social para, 103 – 6; como a posse da mãe, 31; necessidades de 27 – 30; recém-nascido, 28 – 29, 73 – 74 ; como objeto degratificação tute substi, 6 – 7; valores parentais e, 99; necessidades dos pais e, 30, 83; repressão em, 2 – 4 ; Self-Deception e, 57; verdade de, 1 – 2; amor incondicional e, 44 – 45; manipulação

inconsciente de 21 – 24
abuso infantil: capacidade de sentir e, 18; depressão e 18; exemplos de 76 – 79; e incapacidade de amamentar, 49 – 50; repressão e, 2 – 3, 92; auto e, 18 – 19; não desenvolvido e, 18 – 19
"Coração da criança, A" (Hesse), 69, 97*n*, 100, 103
compulsão ao controle, 6
compulsão à repetição, 103, 105; desprezo e, 83 – 85, 87, 89, 93 – 94; humilhação e, 93 – 94
conformidade, 40
"consistência na educação", 71
desprezo, 69 – 116; uso de álcool e, 81; Uso de Bergman de 77 – 79; lavagem cerebral e, 80 – 81; compulsão de repetição e, 83 – 85, 87, 89, 93 – 94; confrontando os pais e, 112 – 13; como defesa contra sentimentos indesejados, 75 – 76, 106 – 7; negação e, 75, 87; deslocamento e, 76; droga vício e, 81; liberdade de, 111 – 14; grandiosidade e, 107; desamparo e, 72; humilhação e, 73 – 74, 77 – 79 , 81, 93 – 94; episódio de sorvete e, 69 – 72, 73; idealização e, 74, 76, 79, 87; ideologias e,110 – 11e a experiência materna das necessidades da criança,85 – 86; luto e,110; comportamento obsessivoe,85, 87 – 89; pais e,87 – 89, 106, 112 – 13; relação paciente-terapeutanavio e,82 – 83, 89 – 91, 94 – 95; perversão e,85, 87 – 89 anos de ; poder sobre a criança e,74 – 75; repressão e,76, 83 – 85, 87 – 88; abuso sexual e,72 – 73, 79 – 80; vício sexual e,92 – 93; na terapia,82 – 95, 111 – 14; relação pai-filho inconsciente e,87 – 89
cultos, 11

Dauder, Alphonse,24 – 25
mecanismo de defesa (s): contentar e, 75 – 76, 106 – 7; negação as, 11; desrespeito como, 74; intelectualização como, 11, 15 – 16
Demin (Hesse),96 – 100,103
negação, 53, 103, 116; desprezo e, 75, 87; como defesa contra o abandono, 11; depressão e, 65 – 66; grandiosidade e, 39, 40, 65 – 66; perda do self e, 34; de sentimentos rejeitados, 40
dependência: vínculo e, 13; objeto mudado de, 105; da mãe na criança ,7 – 8; mútuos, 13; paciente-terapeuta, 20 – 21
Depravity, 95 – 99
depressão: capacidade de crescer e, 59 – 60; capacidade de amar e, 42 – 43, 50 – 52; acumulação de sentimentos ocultos e, 54 – 55; adotando novos valores e, 63 – 65; envelhecimento e, 34, 37; alienação do self e, 33; Chestnut Lodge estudo de, 35; abuso infantil e 18; confrontando os pais e, 55 – 56; negação e, 65 – 66; como negação de si mesmo, 40 – 52; exibe de brilhantismo e, 39; falso self e, 37 – 38; medo da perda de amor e, 66; grandiosidade como reverso de, 33 – 34, 37 – 40; grandiosidade ' s declínio e, 5 – 6; traços de grandiosidade em comum com, 39 – 40; Hesse, 103; hipocrisia sejaprecei e, 43; ilusão de amor e, 43; como perda de si mesmo, 33, 34; amor e, 42 – 45 , 50 – 52; relação mãe-filho e, 31; luto e, 38, 59 – 60; Narcisslegenda dos e.u. e, 66; autonomia do paciente

e, 20; fases de, durante a terapia, 52 – 56; raiva reprimido e, 43; repressão e,53 – 54; autoestima e,34, 39; função de sinal de,53; aspecto social de,62 – 66; supressão e,53 – 54, 56 – 57; grupos terapêuticos e,63; verdadeiro self e,18 – 19; amor incondicional e,44 – 45; sentimentos indesejados e,57; vitalidade em oposição,60 – 61
deslocamento, 76
Dread, 100
sonho (s), 12 – 13; repressão e, 54; da torre, 107 – 10
toxicodependência, 11, 81, 92
famílias disfuncionais, 41

Echo, 66
empatia, falta de, 71
inveja, 9, 60, 67

falso auto, 18, 61; depressão e, 37 – 38; grandiosidade e, 37 – 38, 39; Lenda Narcisus e, 66 – 67;necessidades do terapeuta e, 59 – 60
fascismo, 110
medo, 100; depravação e, 98; da perda de amor, 40, 66
sentimentos, 61; acumulação de 54 – 55; ambivalente, 16 – 17; investigação cerebral e, 118 – 20; capacidade para, 18; incapacidade de expressar, 9 – 11; luto e, 59 – 60; rejeitado, negação de, 40; repressão de 8 – 10; autoestima e, 28; e medo inconsciente dos pais, 115; compreensão de 66 – 67; indesejável, 57, 82 – 83
fixadores, 92 – 93

Ganz, H., 24*n*
criança dotada, 101
história do cérebro dourado, 24 – 25
"Grace", 41, 42
grandiosidade, 57, 87; sentimentos de abandono e, 37; realizações e, 39; envelhecimento e, 37; desprezo e, 107; negação e, 39 , 40, 65 – 66; epressãon e declínio de, 5 – 6; depressão como reversa de 33 – 34, 37 – 40; traços de depressão em comum com, 39 – 40; falso self e, 37 – 38, 39; ilusão de conquista e, 66, 107; ilusão de conStant atenção e, 39; ilusão de sucesso e, 38; Sonho da torre de João e, 107 – 10; falta de confiança e, 39; lOve vs. admiração e, 35 – 36; casamento parceiro e, 39; luto e, 38 , 59 – 60; Narcissus Legend e, 66; e necessidade de admiração, 34 – 36; autoestima e, 34 – 35, 39; auto-respeito e, 36; terapia e, 52; Self verdadeiro e, 107; metáfora Walking-on-Stilts e, 36
luto, luto, 34, 56, 61, 67, 106; ilusão e capacidade de, 60; processo de, 59 – 60;*Ver também*luto
culpa, 5, 40, 100; depravação e, 98; expectativas dos pais e, 87

ódio, 114; ilegítimo, 115 – 16
impotência, 9, 17, 67, 113; desprezo e, 72
Hermann Lauscher (hesse),102 – 3

Hesse, Hermann, 69, 86 – 87, 95 – 103
Hesse, João, 102
Hesse, marIE, 86, 101 – 2
"Poder superior", 41 – 42
humilhação, 100; compulsão de repetição e, 93 – 94; desprezo e, 73 – 74, 77 – 79, 81, 93 – 94; vício sexual e, 93 – 94

episódio de sorvete, 69 – 72, 73
idealização: desprezo e, 74, 76, 79, 87; da mãe ,17, 74; de pais, 105; de sedutor, 92; de si mesmo,5 º de ideologias, 116; desprezo e, 110 – 11
ilusão de amor, 6, 33 – 34, 38, 39, 43, 45, 66, 107; capacidade de lamentar e, 60; grupos terapêuticos e, 63
Insight, 58
intelectualização: como mecanismo de defesa, 11; procedimentos terapêuticoSS e, 15 – 16

ciúme, 9, 16, 60, 67, 72, 91
Johanna (paciente), 49 – 50
João (paciente), 107 – 10

Karl (paciente), 18

Lettres de Mon Moulin (Daudet),24 – 25
Linda (paciente), 84 – 85
Lisa (paciente), 12
solidão, 9, 33, 72, 91; de desdenhoso, 106 – 11
amor, 9, 91; capacidade de, 42 – 43, 50 – 52; admiração e, 35 – 36; depressão e, 42 – 45, 50 – 52; medo da perda de,40, 66; grandiosidade e,35 – 36; comportamento hipócrita e,43; ilusão de,33 – 34, 43; relação mãe-filho e,30 anos de ; necessidades dos pais e,8 anos de , 20 anos de ; raiva reprimido e,43; verdade e,42 – 43; incondicional,44 – 45

Maja (paciente), 43, 46 – 47
psicose maníaco-depressiva, 35
manipulação, 113; de crianças pelos pais, 21 – 24, 106; consciência da criança de 21
Mark (paciente), 90 – 91
Mary (paciente), 53 – 54
instinto materno, 48 – 49
"milagre" da cura, 41 – 42
espelhamento, 27 – 28;37, 38
Moore, Henry, 4
mãe (s): sentimentos de abandono e, 10 – 11; sentimentos ambivalentes em direção a, 16 – 17; necessidades de crianças e emocionais de 30, 83; criança como objeto degratificação do bstitute Su de, 6 – 7, 49; criança como a posse de, 31; vínculo da criança com, 13, 29 – 30, 49; e expectativas para as crianças, 6 – 8; e experiência das necessidades da criança, 85 – 86; idealização de ,17, 74; instinto materno de 48 – 49;

como ameaçador, 88 – 89 ; recém-nascido e, 28 – 29, 73 – 74; como agente social, 103 – 6;*Ver também*os pais
luto, 20, 21, 45, 105, 106; desprezo e, 110; depressão e, 38, 59 – 60 ; sentimentos e, 59 – 60; grandiosidade e, 38, 59 – 60; cura e, 38, 91; bem sucedido, 39*n*; terapia e, 14 – 15;*Ver também*tristeza, luto distúrbios narcisistas, *Ver* depressão; grandiosidade Narciso, lenda de, 66 – 67
nacionalismo, 110
Nazismo, 78 – 79
necessidade (s): para a admiração, 34 – 36; da criança, 27 – 31; dos pais, 8, 20, 30, 83; repressão de 30 – 31; supressão de, 53 – 54; de terapeuta, 59 – 60
recém-nascido, 28 – 29, 73 – 74
Nietzsche, Friedrich, 11
Não compreensão, 57
"normaAlcy-adoração", 90

obsessão, 111; desprezo e, 85, 87 – 89
Supersensibilidade, 40
Ovid, 66

pais, 38; adolescentes e, 63 – 64; raiva em, 17, 20; criança como objeto de gratificação substituta de 6 – 7; crianças e valores de 99; crianças manipuladas por 21 – 24, 106; falso self da criança e, 13; confrontando, 55 – 56, 112 – 13; desprezo e, 87 – 89, 106, 112 – 13; depressão e,55 – 56; crianças superdotados e,101; culpa e expectativas de,87; episódio de sorvete e,69 – 72, 73; idealização de,105; necessidades de,8 anos de , 20 anos de , 30 anos de , 83e respeito pelos sentimentos de criança,110; desejos sexuais de,97; *Ver também*mãe
Paula (paciente), 64
perfeccionismo, 40
perversão, 11, 111; desprezo e, 85, 87 – 89
Pestalozzi, Henrique, 23 – 24
Pedro (paciente), 17, 72 – 73
Pia (paciente), 62
sofrimento psicossomático, 56
puberdade, 57 – 58, 63

racismo, 110
Rage, 53, 60, 67, 75, 91, 106; ação política e, 105; repressão e reprimido, 43;*Ver também*raiva
racionalização, 75 – 76
repressão, 58, 105, 116; acumulação de sentimentos ocultos e, 54 – 55; de raiva, 12 – 13; de dor na infância, 2 – 4; das necessidades da criança,30 – 31; conseqüências de,8 – 9; desprezo e,76, 83 – 85, 87 – 88; depressão e,53 – 54; desentimentos,8 – 10e ilusão de boa infância,6 anos de ; função mãe e,7 – 8; de raiva,43; de vergonha,88; tabus sociais e,3 – 4; no terapeuta,8 anos de inquietude, 40

vingança, 2, 74, 113
Robert (paciente), 22

sadomasoquismo, 2 – 3
Self: abuso infantil e, 18 – 19; depressão e perda de, 33, 34; depressão como negação de, 40 – 52; saudável, 28; idealização de 5; não desenvolvida, 18 – 19
Self-Deception, 57
autoestima: depressão e, 34, 39; sentimentos e, 28; grandiosidade e, 34 – 35, 39
auto-respeito, 36
abuso sexual: desprezo e, 72 – 73, 79 – 80; memórias reprimidas de, 92
vício sexual: desprezo e, 92 – 93; humilhação e, 93 – 94
perversão sexual ,11, 111; desprezo e, 85, 87 – 89
vergonha, 5, 40, 83, 84, 100; reprimido, 88
função de sinal de depressão, 53
sociedade, 103 – 6; absurdos, 104 – 5
Split-off agressão, 40
Popa, 93
Stravinsky, Igor, 38*n*
supressão: da raiva, 32; depressão e, 53 – 54, 56 – 57
símbolos, 11

terapeutas: vocabulário abstrato de, 94; destino da infância e, 19 – 20; história da infância de 58 – 59; desprezo na relação do paciente com, 82 – 83, 89 – 91,94 – 95; dependência e,20 – 21; perturbação emocional,19 anos de ; exploração de doentes,20 anos de ; auto falso e necessidades de,59 – 60e fragilidade do processo de cicatrização,59 – 60; e manipulação na infância,22 – 23; como "fora",96; paciente AUTonomy e,20 anos de ; dependência do doente e,20 – 21; repressão,8 anos de ; buscando a mãe entre os pacientes,21 – 22; e "socializing "paciente,113; tolerância de substituição,106; amor incondicional e,45
terapia: capacidade de chorar e, 14 – 15; objetivo de, 105 – 6; sentimentos ambivalentes e, 16 – 18; memória da infância e, 4 – 8; desprezo e, 82 –95, 111 – 14 ; fases depressivas durante, 52 – 56; objetivo de, 112 – 13; Conceito de Deus e, 41 – 42; grandiosidade e, 52; defesa intelectual e, 15 – 16; necessidade de, 117; atitude despretensiosa do paciente e, 94 – 95; relação paciente-terapeuta e, 89 – 91, 94 – 95; vergonha reprisada e, 88; e revelação do comportamento sexual secreto, 88; fixações sexuais e, 92 – 93; necessidades do terapeuta e, 58 – 60; e sentimentos indesejáveis em relação ao paciente, 82 – 83; trabalhando com desprezo, 82 – 95
Tu não serás consciente (Miller), 92
WC-formação, 32
transferência, 114
verdadeiro self, 14 – 19, 39, 46, 83; "como-se personalidade" e, 11 – 12; depressão e, 18 – 19; primeira infância e acesso a, 60 – 61; grandiosidade e, 107; Hesse, 99 – 100, 103; Narcissus Legend e, 66;

grupo de pares e, 63 – 64; relação terapeuta-paciente e, 95; necessidades do terapeuta e, 59 – 60
verdade: infância e, 1 – 2; importância de, 1 – 2; amor e, 42 – 43

amor incondicional, 44 – 45
Chave intocada, o (Miller), 11

Van Gogh, Vincent, 110*n*
Vera (paciente), 43 – 46
vitalidade, 60 – 61

metáfora de andar-em-stilts, 36
Winnicott, Donald, 27
mulheres, instinto materno, 48 – 49

Exposição de Zurique de 1977, 98 – 99