

A Ferida Primal

Por Francesca Cipriani Cirelli

“Morrer no mesmo leito dos antepassados
é um costume medieval além de pouco higiênico”
(provérbio)

Parece que a psicanálise, a psicologia analítica, a teoria dos vínculos afetivos e a psicologia humanista existencial estão todas de acordo ao reconhecer que existe em nós uma ferida primal causada pela ameaça de fraturas nas relações significativas.

Esta ferida é a ameaça do não-ser e foi chamada de diversos modos por diferentes autores: aniquilamento ou abatimento pessoal, inominável terror e ânsia de desagregação, culpa fundamental, terror fundamental.

Segundo Firman e Gila¹, casal de psicoterapeutas californianos que tive o prazer de conhecer durante um seminário em Florença em 2005, a ameaça do não-ser não é inata na natureza humana, mas é originada por relações perturbadas. De fato, o fundamento do ser humano não é caracterizado por uma unidade indiferenciada, e sim por uma relação, portanto os “distúrbios psíquicos” não são causados pela incapacidade de diferenciar o eu e o outro de uma unidade originária, de uma regressão ou fixação diante de um arcaico estado de felicidade, de um conflito entre o princípio de prazer e o princípio de realidade ou da dificuldade de separação – individuação de uma matriz primária.

A maior parte dos distúrbios psíquicos é essencialmente o resultado de uma fratura na originária relação Eu – Self, causada pela falência empática de particulares Centros Unificadores. Esta fratura representa a ferida original.

Raramente a relação Eu – Self realiza-se plenamente, e isto é devido à ilusão dos vários contextos de suporte, isto é dos vários Centros Unificadores.

Também uma família aparentemente saudável pode de modo não manifesto provocar sofrimento na criança, causa das mesmas feridas inconscientes das figuras de referência. Estas feridas constituem os pontos fracos na função de espelhamento do adulto significativo, que vão criar zonas de não-ser na criança.

¹ Para mais informações, consulte o livro “A ferida primária”, de John Firman e Ann Gila, e Pagnini e Martinelli, Florença. Os dois autores “revisitaram” a teoria de R. Assagioli, criando o que, a meu ver, é uma das sínteses mais significativas atualmente proposta entre psicoterapia profunda e psicossíntese.

Se o adulto for ferido em nível do núcleo, a sua função empática de espelhamento será pervertida ou limitada e, portanto o Eu da criança refletirá a ferida. O trauma escondido não é somente consequência de um comportamento exterior, mas de preferência o resultado de um espelhamento carente que vai produzir imagens distorcidas. Parece, no entanto, que o espírito ferido do adulto só possa, inevitavelmente, criar um espírito ferido na criança, independentemente do quão bem-informados e atentos os pais possam parecer.

A ferida original representa um sofrimento humano ao qual ninguém pode se esquivar e às vezes ele é tão invasivo, e pode ter início já na vida intrauterina. O feto está em uníssono com a mãe e reage negativamente a cada atitude sua de rejeição, mesmo que ela própria permaneça inconsciente desta atitude.

Na realidade sofrimento e dor não são patológicos; são a ausência de uma adequada harmonia e de uma resposta às reações emocionais dolorosas da criança que se tornam intoleráveis e, portanto, fonte de condição traumática e psicopatológica. A ferida da criança não é causada pelo sofrimento em si, mas pela falta do outro empático e, portanto, da ameaça de não-ser.

Enquanto a dor provoca stress ao organismo e, às vezes, também uma ameaça de morte, a ferida primal implica aniquilamento e senso de não-ser.

Cada nível de crescimento é auxiliado por um Centro Unificador externo, isto é, por algo fora de nós que tem a função ao suporte da relação Eu - Self.

A experiência com o centro externo influencia o desenvolvimento de um Centro Unificador interno que termina com o executar de muitas das funções do externo. O Centro interno, por exemplo, pode ser experimentado como uma presença interior real (como quando uma pessoa interiormente sente o encorajamento e o conselho de um pai ou de um guia).

Quando um Centro Unificador externo entra em falência como o “outro empático”, a conexão Eu – Self é perturbada, a linha de oxigênio que nos liga à fonte do ser é ameaçada e devemos enfrentar uma impetuosa queda pelo universo, um mergulho no nada, uma aparente rejeição por parte da Fonte do Ser.

Esta contradição em nível consciente é intolerável, em consequência da qual o sujeito opera, como mecanismo defensivo, uma cisão da psique entre um setor negativo e um positivo. Começa, portanto a viver em dois mundos distintos, um feito de traumas e um de segurança e não permite que um interfira no outro. Esta cisão é muito profunda, e de fato não cindimos somente o Centro Unificador (ex: mãe boa/mãe má), mas até o próprio senso do Eu.

Quando caímos por influência do Centro Unificador negativo, nos sentimos maus, indignos e odiados, e por isso assumimos uma identidade negativa; quando, ao contrário nos sentimos conectados com o Centro Unificador positivo, percebe-mo-nos bons, dignos e amados, e assumimos uma identidade positiva. Estas duas identidades vão formar a personalidade positiva e a personalidade negativa.

O trauma do não-ser rompe a continuidade do ser, mas não interrompe realmente a conexão Eu – Self. Ele, porém, leva o indivíduo a cindir as experiências de dor e beleza, de trauma e de idealização e quanto mais que o setor negativo se desenvolva por causa de falências empáticas, mais se tem necessidade de um setor positivo de compensação. Portanto em nós está presente uma Sombra negativa tanto quanto uma Sombra positiva (ex: se na psique está presente uma memória de abandono inconsciente está ao mesmo tempo uma inconsciente esperança de união perfeita). Por conseguinte, além da repressão do negativo está presente uma proporcional repressão do positivo.

Também se o setor negativo parece mais correlato com a ferida original e o positivo mais atinente com a relação Eu – Self, na realidade ambos os setores estão condicionados pelo mesmo trauma, representam ambos distorções da relação Eu – Self e não existiriam no seu isolamento se não fosse pela ferida original. Ambos os setores são componentes da nossa experiência autêntica e a inautenticidade nasce da separação entre os dois aspectos da experiência.

Somente quando os dois setores se relacionam e se lança uma ponte entre os dois, emerge a ameaça do não-ser e a própria ferida. E é precisamente naquele momento que a pessoa pode começar a curar a cisão presente na personalidade global.

Estes setores “positivo” e “negativo” da personalidade podem ser definidos respectivamente: inconsciente superior e inconsciente inferior.

O modelo da personalidade de Firman e Gila é do tipo anular: significa que em cada idade psíquica pode apresentar-se a ameaça do não-ser.

O aniquilamento pessoal é impensável, inadmissível e aterrador: provoca sentimentos de vazio, isolamento, abandono, ansiedade de desagregação, falsidade, vergonha, culpa, indignidade, exílio etc. Esta experiência tende a ligar-se à experiências análogas no tempo, criando na personalidade cadeias contínuas de memórias similares.

O homem em certo sentido prefere enfrentar a “danação” mais que confrontar-se com o não-ser, com a não relação.

É interessante comparar as descrições das experiências de aniquilamento com aquelas suscitadas pelas qualidades transpessoais produzidas pelo inconsciente superior (verdade, beleza, vitalidade, espontaneidade, alegria, felicidade, luz, amor, confiança, sabedoria etc.). O contraste é impressionante e há um abismo que separa estas duas experiências da vida humana.

De qualquer maneira o fundamento é dado pelas feridas relacionais e não tanto pelo inconsciente superior ou inferior. Estas defesas servem para manter a cisão primária, sepultando assim a ferida original e esta dolorosa alternância entre positivo e negativo que é preferível ao não-ser.

A ferida original é uma fratura na conexão Eu – Self provocada por um centro unificador não empático, portanto para evitar a experiência de aniquilamento devemos nos tornar isto que nos é pedido (por ex: ao contrário de ser “eu” devo me tornar aquele

que é destinado a salvar a mãe de uma vida privada de significado ou de um matrimônio difícil)

Esta falta de conexão empática leva a um transtorno violento, no desabrochar do senso do eu no espaço e no tempo e a uma mutilação da personalidade autêntica.

Escondemos a nossa natureza e nos tornamos isto que o ambiente pede: uma personalidade de sobrevivência o Falso Eu, que representa a tentativa de criar algum sentido de si diante de uma potencial caída no poço da não existência.

A personalidade de sobrevivência para existir deve ser correlata a um Centro Unificador de sobrevivência, isto é, deve ter a própria relação objetal da qual extrai a existência. O Centro Unificador de sobrevivência é o depósito das regras familiares construtivas (por ex: “não se fala nunca da família com estranhos”, “não se externa a felicidade porque o perigo está na esquina”). Desobedecer o Centro Unificador de sobrevivência pode dar lugar ao desespero, senso de inadequação, medo da punição, ou seja pode fazer nascer uma “culpa de sobrevivência”. Isto porque em cada família está presente um contrato de sobrevivência, no qual contratamos “vender a alma” (ou ao menos cindi-la) para conseguir sobreviver.

Se começamos a transgredir o contrato de sobrevivência cria-se um estado de tensão com o relativo Centro Unificador e experimentamos culpa e vergonha. Tentando romper o contrato perturbamos a nossa linha de oxigênio e encontramos-nos diante da mais profunda ameaça do não ser.

Cada passo em direção a uma maior autenticidade pode ser visto como uma traição a algum voto sagrado, a ruptura de um tabu tribal, a violação do contrato de sobrevivência.

Quando estamos conectados com o Centro Unificador de sobrevivência acontece uma coisa muito estranha: caímos em transe.

Um sujeito hipnotizado pode até experimentar o livre arbítrio, mas o exercício de consciência e vontade é na realidade fortemente condicionado pelo hipnotizador. Só que diferente da hipnose, o centro unificador de sobrevivência não nos hipnotiza por um tempo limitado; podemos ser concebidos, nascidos e amadurecidos totalmente imersos neste transe fundamental e impregnante. Dado que o Centro Unificador de sobrevivência interno está dentro de nós, o transe pode durar a vida inteira.

Exemplificando, quando uma paciente inicia a análise dizendo “tive a melhor mãe da terra!” (e em seguida descobre-se o contrário) compreende-se que foi uma sugestão pós-hipnótica. O transe é assim impregnante e potente porque se o eliminamos infringe-se a continuidade do ser. Admitir que a própria mãe não é a melhor da terra significa experimentar-se fora do Centro Unificador materno, alijar-se do ambiente de sustento e da verdadeira fonte de existência, sós e abandonados a enfrentar um potencial nada, a pessoa se encontra diante da morte vudu. Que segue a infração de um tabu tribal.

O Centro Unificador autêntico ao contrário, representa o centro que reflete bastante fielmente o Eu, assim como favorece a liberação da personalidade autêntica.

Nisso está presente uma consciência e um senso de íntima conexão com um outro empático que nos vê, nos conhece e nos aceita por aquilo que somos. Enquanto o Centro Unificador de sobrevivência impõe feridas, exigindo que depois sejam escondidas, o Centro Unificador autêntico aceita estas feridas e procura curá-las. Quando estamos conectados com o centro unificador autêntico não sentimos mais necessidade de esconder e compensar nossas feridas, mas podemos reconhecê-las e aceitá-las como parte da experiência de vida. Esta crescente abertura é indicada por Assagioli como uma expansão do inconsciente médio, onde não experimentamos necessariamente uma maior harmonia e beleza, mas um maior “senso de si mesmo”. Esta expansão do inconsciente médio é uma restauração da cisão original.

Neste modelo, isto que é primário não é a raiva e a angústia, mas a ferida que as causaram.

Reconhecer a centralidade da ferida original diz respeito aos problemas psíquicos e naturalmente não nos libera da responsabilidade das nossas reações a esta ferida.

Não somos responsáveis pela ferida (insight crucial para cura), mas temos a plena responsabilidade pelas nossas reações a esta ferida e, portanto, por todo dano causado a si mesmo e aos outros se reagirmos com ansiedade, dor e raiva.

Compreender que a um nível fundamental somos vítimas é diferente do censurar os outros pelas nossas condições de vida e justificar comportamentos que vão da dependência agressiva à violência física.

Aceitar a ferida não significa entrar no papel de vítima, mas entrar em contato com uma realidade fundamental a partir da qual se inicia o processo de cura.

Em psicoterapia podem-se enfrentar os abismos das feridas do inconsciente inferior, reviver recordações de abuso infantil, desidentificar-se das múltiplas diferentes subpersonalidades, deslocar-se às alturas do inconsciente superior e fazer tudo isto mantendo intacta a personalidade de sobrevivência! A terapia pode ir avante para sempre sem nunca alcançar o núcleo da identidade pessoal. Winnicott sublinha como o Falso Eu pode por vezes simular o Verdadeiro Eu de modo perfeito.

Em psicossíntese a relação empática entre terapeuta e paciente é fundamental. Através da empatia o paciente pode experimentar os primeiros sentimentos de abandono, solidão, ansiedade, impotência e raiva, sem dever proteger os pais destes sentimentos, porque com a ajuda do terapeuta dar-se-á conta que os sentimentos não morrem.

Os níveis infantis do adulto não incluem uma compreensão adulta das dificuldades dos cuidadores e como terapeutas não devemos constranger o paciente nesta direção.

Cabe ao paciente conectar-se com a correta intensidade da dor e da raiva presentes na pessoa fraca e dependente que foi traída. Isto não significa responsabilizar os pais pelas próprias dificuldades existenciais, mas trata-se de conectar-se às verdades

experienciais das próprias raízes infantis, recontatando a direcionalidade da própria personalidade autêntica.

O terapeuta pode também respeitar o aspecto adulto do paciente em relação ao emergir das feridas infantis. Também convalidando a perspectiva adulta deve porém solicitar que à criança seja permitida a plena e livre experiência do próprio ponto de vista. Esta intervenção permite o desprender-se da experiência infantil e molda a conexão empática entre adulto e criança com um poder saneador.

O modelo proposto por Firman e Gila é um modelo concêntrico: cada coisa que vivemos permanece dentro de nós. Superar não significa perder; tudo isto que superamos temos dentro de nós, sem reprimi-lo ou cancelá-lo.

O modelo circular representa também uma consciência que se expande com o passar do tempo, porque “compreende” sempre mais coisas. Podemos nos permitir sentir a criança que está dentro de nós e colocar-nos em relação com ela, sem considerá-la uma regressão, mas uma inclusão.

Empatizar com as primeiras feridas significa também evitar a tentação de idealizá-las. A ênfase não é colocada sobre “curar a criança ferida”, porque poderia tratar a criança como um objeto a ajustar; o objetivo é ao contrário o de sanar a relação interrompida com a criança ferida.

A nossa empatia espiritual é o único modo para entrar em contato com a outra pessoa que está em transe. As técnicas não fazem entrar em contato com o transe. Com a empatia espiritual tornamo-nos Centros Unificadores espirituais, ligamo-nos diretamente à fonte e assim o eu pode emergir.

O processo consta de duas fases principais que se permeiam: no primeiro estágio emerge o eu (“quem sou eu?”), no segundo emerge o Eu (“onde estou indo?”).

Para Firman e Gila as fases da cura, que acontecem de maneira natural e se o paciente se sente amado, são:

- Fase 0 › sobrevivência, na qual o paciente não está consciente de quem é verdadeiramente, funciona automaticamente e experimenta um senso de vazio.

- Fase 1 › reconhecimento, no qual o paciente começa a perceber sob a personalidade de sobrevivência, ainda que em um primeiro momento pode ser desconcertante, porque quem pensava ser originalmente esvanece. Existe uma potente luta entre sobrevivência e autenticidade.

- Fase 2 › aceitação, na qual o paciente dever-se-ia perguntar: “posso aceitar isto que aconteceu?” (por ex: “posso aceitar que seja um nível dentro de mim que foi abusado?”)

Quando nos identificamos com a sobrevivência pensamos em ter algo que não está em nós (por ex: os genes, a bioquímica) e assim fazendo protegemos nossa família. Através da reflexão de um Centro Unificador autêntico podemos chegar à consciência de sentir-nos assim por causa das relações familiares pregressas. Mas a maior parte das

peçoas aceita que há algo que não está em si mesmo, porque a personalidade de sobrevivência procura enquadrar a ferida.

- Fase 3 › síntese, na qual descobrimos que a nossa vocação vem da ferida.

Em psicoterapia o sujeito poderá desenvolver um Centro Unificador interno autêntico e empático a partir do qual pode olhar com amor todos os aspectos de si, os negativos e os idealizados, os seus limites e as suas potencialidades e “refletir” totalmente a sua verdade (autêntico princípio saneador das suas feridas).

Uma das vantagens da psicossíntese é reconhecer e convalidar ambas as dimensões e portanto confrontar-se com a cisão traumática entre os dois setores. A Psicossíntese favorece a reflexão da pessoa na sua globalidade, afirmando o senso de um eu capaz de enfrentar seja as alturas ou as profundezas da experiência humana.