

Copilul interior

Să rezumăm: fericirea constă în a deveni tu însuți, adult, individuat, psihologic autonom, defuzionat față de matricea maternă. Ea îi zâmbește celui ce se bucură de o interioritate proprie, desigur la distanță de pulsione, de moștenirea transgenerațională și de normele societății, dar totuși legată de ele. Toate aceste procese de separație-legătură au funcția de-a proteja subiectul de haos, de confuzia locurilor și a funcțiilor și îi permit astfel să se simtă întreg și viu în casă/sine datorită liberei circulații libidinale.

Dar atunci de ce faptul de-a fi tu însuți, acest parcurs a priori atât de simplu, devine problematic? Ce e mai firesc, în fond, decât să fii cel ce ești? Dată fiind importanța sa decisivă, din moment ce ipotechează fericirea, de ce îndeplinirea sa este la unii contrariată?

Ajungem aici în miezul problemei majore legate de fericire, sau mai exact la ceea ce face apariția ei spinoasă: culpabilitatea. Aceasta există în principal sub două modalități: conștientă și inconștientă. Prima ia forma familiară a „sentimentului de culpabilitate“, declanșându-se când Eul, deliberat sau prin inadvertență, a încălcat o interdicție, a comis o greșală, a depășit o limită exterioară pe care trebuia să o respecte, în caz contrar riscând pedeapsa – să fure, să agreseze, să ofenseze pe cineva etc. Uneori este vorba de încălcarea unei reguli

schimbătoare în timp și în spațiu, sau de la o cultură la alta, de exemplu interdicția de-a consuma carne de porc la musulmani și la evrei. În alte momente, încălcările vizează o lege universală, precum crima și incestul.

Sentimentul conștient de culpabilitate, de esență laică sau religioasă, este provocat și întreținut de Supraeu, una dintre cele trei instanțe ale aparatului psihic, aflat în dublă relație cu pulsivitatea și cu Eul. Acest sentiment joacă un rol eminent pozitiv. Contrar ideilor preconcepate, el nu este destinat să reprime subiectul împiedicându-l să se bucure. Dimpotrivă, rolul său este acela de a modera ardoarea pulsională și să susțină autonomia psihică a Eului, ajutându-l să experimenteze fericirea. De asemenea, prin toată această susținere, îl încurajează să țină cont de reguli și de limitele legii, dar și să se controleze, să aibă răbdare și o toleranță mai mare la frustrare, pentru a nu ajunge la perversiune. Perversul se crede, într-adevăr, deasupra legilor, permițându-și să se bucure cu răceală, eliberat de orice scrupul și de orice sentiment de vină, și deci fără niciun respect pentru suferința altuia.

Jena provocată de această primă formă de culpabilitate se dovedește, la urma urmei, limitată, din cauza aspectului ei conștient permițând să se obțină iertarea datorită recunoașterii și acceptării sancțiunii. Pe deasupra, toate societățile umane „închid ochii“ sau „permit“, dacă se poate spune așa, implicit, cu mai multă sau mai puțină severitate sau indulgență, o anumită abatere față de codul oficial de comportament.

A doua formă de culpabilitate este inconștientă și nu este consecutivă, contrar primei, nici încălcării unei interdicții, nici prejudiciilor aduse altcuiva.

Ea invadează și infectează, ca un virus agresiv, spațiul psihic al celui care a fost nu autorul, ci victima sau martorul unei maltratări, al unei nedreptăți. Aici este vorba de culpabilitatea imaginară, fără

vină, a victimei inocente. Copilul maltratată se consideră, în mod ciudat, vinovat de agresiunea pe care o suferă, când nu este iubit, când este nedorit, abuzat sexual sau respins deoarece nu corespunde idealului părintesc fantasmă.

În egală măsură, uneori fără să fi fost vizat personal, el este martorul ocular, spectatorul neputincios al unei drame care îi afectează pe cei apropiați: neînțelegerea conjugală, divorțul, boala, depresia sau moartea unui părinte, a unui frate mai mic sau a unei surori mai mici. Copilul se crede vinovat, ca și cum orice lucru negativ care s-a întâmplat în sânul triumphiului ar fi din vina sa, provocat de prezența lui nefastă și mortificatoare. În consecință, el se consideră nedemn de-a fi iubit, de „neiuibit“.

Pentru inconștient, terenul fuziunilor și confuziilor, simplul fapt de-a asista la o faptă rea este sinonim cu participarea activă, cu complicitate. De altfel, termenul „a observa“ înseamnă deopotrivă a privi și a îndeplini, a executa, a practica. La fel, termenul „a asista“ înseamnă a privi, a fi prezent, dar și a ajuta.

În realitate, cu cât copilul e mai mic, cu atât captează, prin antenele lui de mic marțian, lăsându-se impregnat, tot ce agită și poluează atmosfera familială. Cu cât este mai mic, cu atât mai puțin își poate diferenția interioritatea (dorință, intenție) de cea a celorlalte persoane din anturajul său, care sunt incluse, înrobite în el, în sufletul lui. Culpabilitatea inconștientă a victimei inocente este deci ațâțată când copilul este confruntat cu un „imposibil intern“, adică atunci când este neputincios să îndeparteze, să neutralizeze un rău care îl afectează pe el sau care îi afectează pe apropiații lui. El se consideră „nul“, „incapabil“, nu „la înălțimea situației“, învinovățindu-se pentru „neputința“, pentru „micimea“ lui în fața încercării. El nu poate face nimic, într-adevăr, pentru ca părinții să nu fie dezamăgiți de sexul său de băiat sau de fată, sau pentru ca mama să nu fie deprimată, sau pentru ca tatăl să nu își părăsească familia, sau pentru ca

fratele mai mic să nu fie handicapat. El se consideră în acest context propagatorul catastrofelor, al bolilor și al morții. Deprimatul este vinovat pentru că se consideră incapabil, în timp ce perversul este incapabil să se imagineze vinovat.

În fond, ceea ce îl perturbă pe micul om, indiferent că este victima neubirii sau martorul unor suferințe, este legat de oprirea suferită de aprovizionarea sa narcisică, indispensabilă creșterii lui. El suferă de o penurie de dragoste când se crede respins, dar și când, de exemplu, mama, bolnavă sau deprimată deoarece a fost părăsită de soț sau este în doliu în urma pierderii cuiva drag, devine indisponibilă, absentă, întrerupând aprovizionarea narcisică a copilului.

Această carență de dragoste maternă creează la el o depresie infantilă precoce (DIP), care va constitui frâna majoră în calea devenirii de sine, unicul obstacol ulterior al fericirii adultului. DIP este ceea ce induce teama de-a nu exista, incertitudinea de-a fi psihologic viu și întreg. Libidoul fiind împiedicat să circule liber prin casă/sine, anumite sectoare ale identității sunt delibidinalizate, colmatate, dezintegrate față de totalitate. Totuși, DIP este parțial colmatat, îndepărtat, din fericire, dat fiind că prezența sa ar risca să împiedice, într-un mod profund și durabil, maturizarea psihologică și intelectuală. Refularea îndeplinește în acest caz o funcție pozitivă și salutară.

Depresia infantilă precoce este astfel amortizată, îndepărtată, de două tipuri de mecanisme de apărare concomitente, discrete în copilărie, dar amplificate la vârsta adultă: ispășirea și căutarea inocenței.

Ispășirea constă în autopedepsire, în autoflagelare în scopul de a-ți domoli culpabilitatea imaginară. Ea se traduce la copil prin tulburări fizice sau psihologice diverse: agitație, coșmaruri, insomnii, oboseală, enurezie, anorexie, întârziere școlară. Unii vor fi „antrenați“ să comită „prostii“ ca să fie sancționați. Ispășirea se manifestă la adult prin înclinația sa de a se îmbolnăvi fizic, de a fi torturat deangoase, de-a se pune în mod repetat și masochist în situații penibile de

eșec, de conflict sau în poziții de șap ispășitor, în domeniul sentimental sau profesional. Totuși, cu cât Eul se autoflagelează, cu atât culpabilitatea se încinge, în loc să se domolească, deoarece pentru inconștient nu există greșeală mai gravă decât aceea de-a te maltrata.

Căutarea inocenței îl determină pe copilul cu carențe de dragoste și de siguranță să se erijeze în „copil terapeut“, adică în părinte al părinților săi ca să îi îngrijească, să îi însenineze, pentru ca ei să poată, deveniți din nou disponibili, să îi dăruiască energia necesară împlinirii sale. Acest mecanism îl ajută deopotrivă să relativizeze imaginea negativă, chiar dăunătoare, pe care o are despre sine, făcându-l să fie sigur de nevinovăția și de bunătatea lui.

El va avea atunci tendința de-a fi timid, retras în sine, neliniștit, uneori prea cuminte, perfect și „model“, într-un loc și un rol de adult care nu sunt ale lui.

Această atitudine se accentuează evident odată cu vârsta. Adultul va avea tendința de a-și hipertrofia latura Saint-Bernard sau Maica Tereza, terapeut universal, altruist, afabil, străduindu-se să se dovedească ireproșabil, niciodată egoist sau antipatic. În rezumat, pentru a-și domoli culpabilitatea de-a fi fost lipsit de dragoste în copilărie, el va căuta, pe de o parte, să fie maltratat, interzicându-și inconștient fericirea, și pe de alta, să se răscumpere sacrificându-se pentru ceilalți, sau încercând să repare stricăciunile imaginare pe care își închipuie că le-a provocat. Această voință terapeutică, această înverșunare de-a se arăta bun și de-a voi să îi facă fericiți pe ceilalți sunt destinate în fond să îi contrabalanseze imaginea proastă de sine pentru a-i atenua certitudinea că este nedemn și nemeritos.

Nu este totuși vorba, în acest context, de un dar, de o dragoste dezinteresată, de o dorință gratuită de-a veni în ajutorul altcuiva, ci de o căutare a dragostei, de o nevoie de-a te face iubit, recunoscut, pentru a obține forța necesară ca să îndepărtezi DIP. Ciudat e că cu cât subiectul luptă împotriva acesteia, cu atât se scufundă în nisipu-

rile mișcătoare ale agitației, fiind adesea un subiect obositor, „înghițitor de energie“, „aspirator“ din cauza unei insațiabile așteptări narcisice infantile de complimente și de recunoaștere. „Adultul“ rămâne, într-adevăr, imatur, ținut în copilăria sa, legat de culpabilitatea inconștientă de-a fi fost odinioară victima sau martorul suferinței. DIP îl împiedică să aibă încredere în el, adică să se simtă viu și întreg, să se diferențieze, să devină el însuși, autonom în casa/sinele lui, în pace și siguranță. E dificil să te desparți de o copilărie albă, care nu a fost trăită deplin la vremea ei.

Numai dragostea permite separarea locurilor, a destinelor, a dorințelor și identităților. Diferențierea nu se mai poate realiza corect când a existat o fractură, o ruptură în relația fuzională la începutul vieții.

Orice adult riscă să se găsească în fața dificultății de-a fi el însuși, actor al vieții sale și al destinului său, deoarece odinioară nu a fost considerat ca atare, la locul lui, în dorință, dar luat drept altul, într-o funcție de terapeut, pentru a trata depresia părintească. El a fost uneori „canibalizat“ de mamă – care s-a atașat de el ca de o parte indisciabilă a ei înseși –, utilizat pentru a umple un vid intern. O mamă care și-a întrerupt deliberat sarcina sau a suferit avorturi spontane poate aștepta de la copilul următor ca el să întrupeze ființa ideală pe care nu a putut-o aduce pe lume, absorbită de culpabilitatea ei de-a fi eșuat și suferit.

În alte momente, copilul foarte iubit, care nu a suferit nicio violență și nici nu a fost martorul vreuneia, se pomenește cu sarcina de a-și însenina părinții înlocuind, întrupând un frate mai mic sau o soră mai mică, decedat/ă prematur. În sfârșit, el poate fi silit să renunțe la ființa sa profundă părăsindu-și casa/sinele, deoarece părinții au avut nevoie să se întrupeze în el. Atunci i se cere insidios să trăiască sau să evite, în numele și în locul lor și pe seama lor, ceea ce ei înșiși nu au putut experimenta sau eluda la vremea lor. În toate aceste cir-

cumstanțe, ulterior, adultul, luat drept altul, instalat într-un loc și într-o funcție care nu sunt ale lui, va fi împiedicat să devină el însuși și îi va fi greu să vrea fericirea, nu fiindcă îi va lipsi ceva sau cineva în realitate, ci fiindcă va fi alienat, redus la un rol de aspirator și de burete, pentru a-și scăpa familia de depresie.

DIP și culpabilitatea oprește deci accesul la fericire împiedicând libidoul să circule liber și fluid prin totalitatea casei/sinelui și a livezii identității plurale. Energia vitală este atunci irosită de subiect în exterior, investită excesiv în anumite sectoare ale existenței sale – dragoste fuzională, sexualitate desfrânată, muncă înverșunată, corp, bani, copilul idolatrizat –, într-un mod imatur, adică rigid, pesimist, anxios și dependent. Toate aceste bucăți de viață vor părea fărâmițate, clivate unele de celelalte, neintegrate într-o totalitate și vor fi puternic investite și idealizate nu în registrul dorinței și al gratuității dorinței, ci în cel al nevoii, al remediului, al protezei presupuse a salva subiectul, a-l face fericit într-un mod concret, eliberându-l de starea de rău.

Tocmai excesul, ambalarea, exagerarea, lipsa de control servesc drept indicatori ai carenței originare în dragoste, luându-și totodată sarcina de a o compensa. Din cauza acestei defecțiuni a termostatuului, subiectul este aruncat din pod în pivniță și viceversa, adică prins în supralicitare („tot mai mult“) sau în epuizarea depresivă („nu mai pot“). El se identifică cu munca sau cu rolul de mamă, fără să îndrăznească să existe altfel, prin și pentru el însuși, în mod spontan, natural, încrezător în posibilitățile sale. Meseria sau copiii, exagerat investiți, devin centrul, sensul și sprijinul unei existențe îngustate, sărăcite psihologic. Numai că, nefind el însuși, nesprijinit de coloana vertebrală a interiorității sale, el riscă să se prăbușească aidoma unui castel din cărți de joc la cea mai mică încercare, de exemplu dacă trebuie să își schimbe meseria sau când copiii, ajunși adulți, părăsesc căminul familial. Serviciul și copiii îi procurau în realitate subiectu-

lui iluzia că era bun și util, viu și întreg, într-un corp substanțial. Dar, cum în acest caz nu era vorba de o convingere naturală, profund dobândită, orice îndepărtare apare ca un cataclism, în termeni de viață și de moarte.

Asta înseamnă că depresia infantilă precoce, îndepărtată până acum din câmpul vorbirii și al conștiinței, dar păstrată intactă în cacombele inconștientului, erupe ca un vulcan cu prilejul șocului provocat de o supărare, purtătoare a aceleiași semnificații inconștiente ca ne iubirea suferită în copilărie.

DIP poate rămâne astfel adormită ani de zile, uneori douăzeci, treizeci sau patruzeci de ani, pentru ca apoi să reapară sub efectul vreunui factor declanșator. Atunci, trecutul exhumat inundă inevitabil prezentul.

Altfel spus, când ești tu însuși, autonom psihologic și diferențiat de dorința altcuiva, te bucuri spontan de viață, de neprețuita senzație de-a te simți întreg și viu. Drept urmare, fără a avea nevoie de nimic și de nimeni, purtat de dorință, te bucuri de cel ce ești și de ceea ce ai, la distanță de nostalgia lui „dinainte“ și de utopia lui „mai târziu“.

În schimb, când nu ești tu însuși, fiind șubred în locul și în funcția ta, să te bucuri fie și doar de clipa prezentă se dovedește problematic. Subiectul, continuu nesatisfăcut de toate, dar mai ales de el însuși, se epuizează în supralicitare, râvnind la alții sau imitându-i și riscă să cunoască într-o bună zi extincția depresivă, să plesnească precum un balon prea umflat, cu ocazia unui eșec sau a unui ghinion care i se par întru totul dramatice.

DIP-ul copilului interior menține adultul în contextul unei funcționări expiatoare și masochiste, punctate de complicații familiale, sentimentale sau profesionale. Adultul care adăpostește în adâncul lui un copil odinioară nefericit, rănit riscă, din cauza existenței unei puternice culpabilități în el, să ațâțe latura sadică, de „călău“ a celorlalți, încurajându-i inconștient să îl maltrateze, având tendința de-a

se comporta ca o pradă desemnată, ca o victimă hărțuită, temătoare, susceptibilă, crispată și „ștergând zidurile“, ceea ce atrage animozitatea prădătorilor în loc să îl protejeze de ei. I se mai întâmplă, fără să își dea seama, din cauza sentimentelor sale de lipsă de merit și de nedemnitate, să refuze să fie iubit, să respingă darurile și semnele de afecțiune pe care totuși nu încetează să le ceară cu lăcomie.

El face chiar în așa fel încât să „dea“ peste oameni cu probleme, complicați și instabili. Unii „întâlnesc“ mereu în calea lor tirani perverși care, detectându-le punctul slab – culpabilitatea –, nu ezită să îi hărțuiască, făcându-i să creadă, pe deasupra, că e din vina lor! Toate acestea din cauza dificultății lor de-a se exprima, de-a stabili niște limite, de a-i pune pe ceilalți la punct, de teamă să nu rănească, să nu displacă și să nu fie respinși.

Alții, în absența oricărei probleme existențiale reale și serioase, drogați de angoasă așa cum alții sunt de alcool, se sforțează să găsească „ce nu merge“, tocmai fiindcă dacă totul e bine, li se pare ciudat, anormal. Ei au un presentiment inefabil al nenorocirilor și al catastrofelor, ca și cum ar fi uzurpat o clipă de fericire la care nu aveau dreptul. Această autoflagelare bazată pe aprehensiuni iraționale și nemotivate îi împiedică în definitiv să fie fericiți, când de fapt ar avea totul ca să fie.

Culpabilitatea și DIP îl determină, pe deasupra, pe subiect să uite de sine, să nu se mai ocupe de el însuși, privându-se de banii săi, puși deoparte sau irosiți impulsiv, să se sacrifice pentru alții, care i se par mai merituoși și mai vrednici. Toate aceste atitudini, ținând de cele două mecanisme de apărare, care sunt ispășirea și căutarea inocenței, servesc la domolirea culpabilității.

Paradoxal, toate eforturile depuse pentru a ocoli DIP vor duce, mai devreme sau mai târziu, la reproducerea scenariilor de viață celor mai temute, urâte și evitate, respectiv situațiile de conflict, rupturile, rănila și decepțiile.

Culpabilitatea inocentului și DIP constituie deci singurele obstacole adevărate ridicate în calea fericirii. Cu cât te zbați contra lor, cu atât le consolidezi, comunicându-le energia ta. Iată de ce fericirea nu se poate reduce la consum, la satisfacerea deplină a dorințelor și nevoilor, chiar dacă nu mai există – ceea ce este însă de neconceput – niciun decalaj între realitate și idealul propriu. Corpul nu poate deci să se erijeze în sursă unică de fericire. Importantă este cereala și nu pleava. Numai starea profundă a copilului interior, anterior, permite sau interzice accesul adultului la fericire. Ea este cea care decide, ca demon sau înger păzitor, în funcție de importanța DIP și a globalității inconștiente, să acorde sau să refuze fericirea. Aceasta este, așadar, înainte de toate o problemă de împăcare dintre trecut și prezent, dintre copil și adult!

GEORGES

Georges are 53 de ani, este vicepreședintele unei asociații caritabile importante și se declară chinuit și nefericit de când a fost acuzat pe nedrept de deturnarea unei sume de bani „derizorii“, pe care o neagă energic: „Nu-mi place să fiu bănuț pe nedrept. Am respectat întotdeauna legea. Sunt pe deplin nevinovat. Toată viața m-am luptat pentru alții, pentru binele și fericirea lor, dezinteresat, fără să cer nimic în schimb. Nu mai suport ofensa asta!“

Dar de ce Georges este atât de dramatic rănit în amorul-propriu de un lucru pe care singur îl consideră „absurd“? De ce are nevoie să se creadă ireproșabil? De ce se sacrifică pentru alții?

Georges și-a pierdut tatăl la vârsta de 6 ani, într-un accident de mașină. Are o soră cu doi ani mai mică. „N-am suferit cu adevărat din cauza decesului tatălui meu. Nu îl mai vedeam, asta era tot. Dimpotrivă, eram nefericit pentru mama. Plângea des în fața fotografiei de mireasă, în brațele tatii. Săraca, nu și-a mai dorit niciun