

Espiritismo

[Siga-nos no Twitter](#)



Depressão

"Na raiz psicológica do transtorno depressivo ou de comportamento afetivo, encontra-se uma insatisfação do ser em relação a si mesmo, que não foi solucionada. Predomina no Self um conflito resultante da frustração de desejos não realizados, nos quais impulsos agressivos se rebelaram ferindo as estruturas do ego que imerge em surda revolta, silenciando os anseios e ignorando a realidade. Os seus anelos e prazeres disso resultantes, porque não atendidos, convertem-se em melancolia que se expressa em forma de desinteresse pela vida e pelos seus valiosos contributos, experienciando gozos masoquistas, a que se permite em fuga espetacular do mundo que considera hostil, por lhe não haver atendido as exigências.

Sem dúvida, outros conflitos se apresentam, e que podem derivar-se de disfunções reais ou imaginárias da libido, na comunhão sexual, produzindo medos e surdas revoltas que amarguram o paciente, especialmente quando considera como essencial na existência o prazer do sexo, no qual se motiva para as conquistas que lhe parecem fundamentais.

Vivendo em uma sociedade eminentemente erótica, estimulada por um contínuo bombardeio de imagens sonoras e visuais de significado agressivo, trabalhadas especificamente para atender as paixões sensuais até a exaustão, não encontra outro motivo ou significado existencial, exceto quando o hedonismo o toma e o leva aos extremos arriscados e antinaturais do gozo exorbitante.

Ao lado desse fator, que deflui dos eventos da vida, o luto ou perda, como bem analisou Sigmund Freud, faz-se responsável por uma alta cifra de ocorrências depressivas, em episódios esparsos ou contínuos, assim como em surtos que atiram os incautos no fosso do abandono de si mesmo. Esse sentimento de luto ou perda é inevitável, por ferir o Self ante a ocorrência da morte, sempre considerada inusitada ou detestada, arrebata a presença física de um ser amado, ou geradora de consciência de culpa, quando sucede imprevisivelmente, sem chance de apaziguamento de inimizades que se arrastaram por longo período, ou ainda, por atos que não foram bem elaborados e deixaram arrependimento, agora convertido em conflito punitivo. Ainda se manifesta como efeito de outras perdas, como a do trabalho profissional, que atira o indivíduo ao abismo da incerteza para atender a família, para atender-se, para viver com segurança no meio social; outras vezes, a perda de algum afeto que preferiu seguir adiante, sem dar prosseguimento à vinculação até então mantida, abrindo espaço para a solidão e a instalação de conflito de inferioridade; sob outro aspecto ainda, a perda de um objeto de valor estimativo ou monetário, produzindo prejuízo de uma ou de outra natureza...

Qualquer tipo de perda produz impacto aflitivo, perturbador, como é natural. Demora-se algum tempo, que não deve exceder a seis ou oito semanas, o que constitui um fenômeno emocional saudável. No entanto, quando se prolonga, agravando-se com o passar do tempo, torna-se patológico, exigindo terapêutica bem elaborada. Podem-se, no entanto, evitar as conseqüências enfermigas da perda, mediante atitudes corretas e preventivas.

Terapia profilática eficaz, imediata, propiciadora de segurança e de bem-estar, é a ação que torna o indivíduo identificado com os seus sentimentos, que deve exteriorizar com freqüência e naturalidade em relação a todos aqueles que constituem o clã ou fazem parte da sua afetividade.

Repetem-se as oportunidades desperdiçadas, nas quais se pode dizer aos familiares quanto eles são importantes, quanto são amados, explicitar aos amigos o valor que lhes atribui, aos conhecidos o significado que eles têm em relação à sua vida... Normalmente se adiam esses sentimentos dignificadores e de alta magnitude, que não apenas felicitam aqueles que os exteriorizam, mas também aqueles outros, aos quais são dirigidos, gerando ambiente de simpatia e de cordialidade. Nunca, pois, se devem postergar essas saudáveis e verdadeiras manifestações da afetividade, a fim de serem evitados futuros transtornos de comportamento,

quando a culpa pretenda instalar-se em forma de arre-pendimento pelo não dito, pelo não feito, mas, sobretudo pelo mal que foi dito, pela atitude infeliz do momento perturbador... Esse tipo de evento de vida-a agressão externada, o bem não retribuído, a afeição não enunciada - pode ser evitado através dos comportamentos liberativos das emoções superiores.

Muitos outros choques externos como acidentes, agressões perversas, traumatismos cranianos contribu- em para o surgimento do transtorno da afetividade, por influenciarem os neurônios localizados no tronco cere-bral próximo ao campo onde o cérebro se junta à me-dula espinal. Nessa área, duas regiões específicas en-viam sinais a outras da câmara cerebral: a rafe, encar-regada da produção da serotonina, e o locus coeruleus, que produz a noradrenalina, sofrendo os efeitos cala-mitosos dessas ocorrências, assim como de outras, desarmonizam a sua atividade na produção dessas valio-sas substâncias que se encarregam de manter a afeti-vidade, propiciando a instalação dos transtornos de-pressivos.

Procedem, também, dos eventos de natureza perinatal, quando o Self, em fixação no conjunto celular, experienciou a amargura da mãe que não desejava o filho, do pai violento, dos familiares irresponsáveis, das pelejas domésticas, da insegurança no processo da gestação, produzindo sulcos profundos que se irão manifestar mais tarde como traumas, conflitos, transtor-nos de comportamento...

A inevitável transferência de dramas e tragédias de uma para outra existência carnal, inculpados que se encontram nos refolhos do Eu profundo - o Espírito viajor de multifários renascimentos carnis - ressumam como conflito avassalador, a princípio em manifestação de melancolia, de abandono de si mesmo, de descon-sideração pelos próprios valores, de perda da auto-estima...

Pode-se viver de alguma forma sem a afeição de outrem, sem alguns relacionamentos mais excitantes, no entanto, quando degenera o intercâmbio entre o Self e o ego o indivíduo perde o direcionamento das suas aspirações e entrega-se às injunções conflitivas, tom-bando, não poucas vezes, no transtorno depressivo.

Esse ressumar de arquétipos profundos, em forma de imagens arquetípicas punitivas, aguarda os fatores que se apresentam nos eventos de vida para manifes-tar-se, amargurando o ser, que se sente desprotegido e infeliz.

Incursa a sua consciência em culpa de qualquer natureza, elabora clima psíquico para a sintonia com outras fora do corpo somático, que se sentem dilapida-das, e sendo incapazes de perdoar ou de refazer o pró-prio caminho, aspiram ao destorço covarde e insano, atirando-se em litígio feroz no campo de batalha men-tal, produzindo sórdidos processos de parasitose espi-ritual, de obsessões perversas.

Quando renasce o Self assinalado pelas heranças pregressas, no momento em que se dá a fecundação, por intermédio do mediador plástico ou perispírito, im-primem-se, nas primeiras células, os fatores necessári-os à evolução do ser, que oportunamente se manifes-tarão, no caso de culpa e mágoa, de desrespeito por si mesmo, de autocídio e outros desmandos, em forma de depressão. A hereditariedade, portanto, jamais descar-tada, é resultado do processo

de evolução que conduz o infrator ao clima e à paisagem onde é convidado a reparar, a conviver consigo mesmo, a recuperar-se...

Pacientes predispostos por hereditariedade à incur-são no fosso da depressão carregam graves procedi-mentos negativos de experiências remotas ou próximas, que se fixaram no Self, experimentando o impositivo de liberação dos traumas que permanecem desafiado-res, aguardando solução que a psicoterapia irá propor-cionar.

Uma catarse bem orientada eliminará da consci-ência a culpa e abrirá espaços para a instalação do oti-mismo, da auto-estima, graças aos quais os valores re-ais do ser emergem, convidando-o à valorização de si mesmo, na conquista de novos desafios que a saúde emocional lhe irá facultar, emulando-o para a individuação, para a conquista do numinoso.

Em razão do largo processo da evolução, todos os seres conduzem reminiscências que necessitam ser tra-balhadas incessantemente, liberando-se daquelas que se apresentam como melancolia, insegurança e recei-os infundados, desestabilizando-os. Ao mesmo tempo, estimulando-se a novas conquistas, enfrentando as di-ficuldades que os promovem quando vencidas, desco-brem todo o potencial de valores de que são portado-res e que necessita ser despertado para as vivências enriquecedoras.

O hábito saudável da boa leitura, da oração, em convivência e sintonia com o Psiquismo Divino, dos atos de beneficência e de amor, do relacionamento fraternal e da conversação edificante constitui psicoterapia profilática que deverá fazer parte da agenda diária de to-das as pessoas.

Joanna de Ângelis, do livro Triunfo Pessoal, por Divaldo Franco.

[Continua aqui](#)

//