



Massimo Ruggiano¹

Trauma, possível Experiência de Renascimento

¹ Italiano de Bagnacavallo (Ra). Sacerdote consagrado da Igreja Católica em 1985. Desde 2004 se engaja em projetos de solidariedade no Brasil e na Argentina e em Projetos de Integração entre Psicologia e Espiritualidade (Psicologia e dimensione spirituale, editado por U. Ponziani, Bologna, Il Mulino, 2004). Atualmente, é pároco e vigário episcopal da caridade na diocese de Bolonha, Itália. massimoruggiano1@gmail.com

Resumo: O presente artigo discute a integração entre a Espiritualidade e a psicologia e relata uma experiência de “Criança substituta”. O trauma desempenha frequentemente o papel de quebra do padrão em que nos entrincheiramos para nos protegermos. Abre-nos, através de uma longa provação, a novas dimensões. Tudo isto para nos fazer chegar ao nosso eu profundo e nascer de novo. A gestação do eu acontece sempre através de muitos partos até a descoberta do tesouro que somos. Sabemos, no entanto, que isto não é automático. Mas como nenhum de nós existe em si, mas ligado ao mundo e aos outros, temos a disposição múltiplas parteiras prontas a acompanhar este nascimento. O trauma pode ser uma ocasião, uma oportunidade, e sem a presença do outro, esmaga.

Palavras-chave: Espiritualidade; Trauma; Experiência de renascimento.

Trauma, possible Rebirth Experience

Abstract: This article discusses the integration between Spirituality and psychology and reports an experience of “Substitute Child”. Trauma often plays the role of breaking the pattern in which we entrench ourselves to protect ourselves. It opens us, through a long ordeal, to new dimensions. All this to make us reach our deep self and be born again. The gestation of the self always takes place through many births until the discovery of the treasure that we are. We know, however, that this is not automatic. But as none of us exists in itself, but connected to the world and to others, we have at our disposal multiple midwives ready to accompany this birth. Trauma can be an occasion, an opportunity, and without the presence of the other, it crushes.

Keywords: Spirituality; Trauma; Renaissance experience.

Integração entre a Espiritualidade e a Dimensão Psicológica

Gandhi diz: "Se não se vê Deus na humanidade, é inútil procurá-lo noutra lugar". O ser humano é o mais acessível para mim e tenho necessariamente de passar por ali para O conhecer.

A partir de que janela olho para o mundo? Da única que possuo. A minha. Se o vidro da minha janela estiver limpo, vejo bem o panorama à volta da minha casa, mas se o vidro estiver deformado, vejo tudo distorcido. Isto aplica-se ao olhar que cada pessoa tem sobre si mesma, sobre os outros e sobre o mistério de Deus. Os "olhos" são os mesmos.

"A necessidade primária do ser humano... é... salvar a sua vida e o seu progresso na existência, mantendo intacta a sua eficácia pessoal. Uma vez estabelecida uma lógica interpretativa pessoal, uma teoria sobre si mesmo e o mundo, que provou adaptar-se aos ambientes primários, será profundamente necessário mantê-la em todos os seus aspectos. Muitos comportamentos, quase sempre inconscientemente, serão elaborados para perseguir a coerência interna, visando objectivos de salvaguarda e manutenção da própria estrutura"(U. Ponziani "Psicologia e dimensão espiritual" p.186).

Somos guiados por uma sobrevivência psicológica, uma espécie de manutenção que aprendemos com a vida, na qual conseguimos obter uma homeostase suficiente e mais ou menos um equilíbrio. Só uma "quebra" deste equilíbrio pode criar espaço para ao outro e à dimensão espiritual que escondem em si o acesso à relação com o divino.

Etty Hillesum , judeia holandesa no campo de concentração, experimentou em si mesma a passagem da dimensão sensual e psicológica para a dimensão espiritual em cujas profundezas descobriu a relação com o divino.

Ela fala precisamente de desenterramento, no sentido de que Deus está dentro da dimensão humana, não acima do humano. É um plano espiritual que intersecta o plano humano num determinado ponto. Portanto, ele está dentro e não fora. Jesus diz que o reino de Deus está no nosso meio e ao mesmo tempo mais além. No meio porque atravessa o humano, além porque é outra dimensão. Por esta razão, para que a dimensão espiritual surja, é necessária uma brecha que quebre a tendência de manter intacta a estrutura defensiva. É necessário um Tu que quebre o monopólio do Eu, caso contrário o outro, tanto Deus como o próximo, torna-se uma prótese do Eu e o ser humano não atinge a sua maturidade, o seu eu relacional, no qual se realiza.

O trauma desempenha frequentemente este papel: quebra o padrão em que nos entrincheiramos para nos protegemos e abre-nos, através de uma longa provação, a novas dimensões. Tudo isto para nos fazer chegar ao nosso eu profundo e nascer de novo. A gestação do eu acontece sempre através de muitos partos até à descoberta do tesouro que somos. Sabemos, no entanto, que isto não é automático. Mas como nenhum de nós existe em si, mas ligado ao mundo e aos outros, temos a disposição múltiplas parteiras prontas a acompanhar este nascimento. O trauma pode ser uma ocasião, uma oportunidade, e sem a presença do outro, esmaga.

Por esta razão, é fundamental conhecer-se bem para conhecer Deus, de modo a não sobrepor os dois níveis e chamar a Deus o que é apenas uma projecção de nós mesmos.

As duas dimensões têm próprias línguas que, no entanto, se cruzam; é necessário ter um bom conhecimento de si mesmo e um discernimento e conhecimento saudável de ambas. Por outro lado, Deus revela-se "através" e não directamente. A Bíblia diz que quem vê Deus morre. Ele não pode ser contido pelo ser humano, mesmo o ser humano seja a realidade que Ele escolheu para se revelar.

Cada um de nós é um universo que esconde dentro de si o contacto com o mistério que o gerou. Deus está escondido na relação humana e é aí que Ele deseja ser encontrado. E quando entro no mistério da pessoa humana, o que é que eu vejo? A beleza do bordado das duas dimensões, mas também o risco de projectar em Deus aquilo que não queremos ver de nós mesmos, consciente ou inconscientemente, sobrepondo o nosso rosto ao Seu, ou seja, espiritualizando os nossos males. Isto é projecção que se torna manipulação, que infelizmente é contagioso. Nesta condição diz Ponziani que psicologicamente falando: "...cada influência externa, cada ideia ou ideologia, cada proposta religiosa terá de ser subordinada às características do nosso modo de vida e inexoravelmente curvada às inevitáveis tendências de coerência interna com a teoria fundamental da nossa vida e com os objectivos de salvaguarda que inconscientemente nos propusemos.... só no caso que uma experiência de readaptação encontra os dados da propria experiência que fais temblar toda a estrutura cognitiva, cognitiva e emocional ao mesmo tempo, poderemos testemunhar uma verdadeira revolução científica, capaz de minar a lógica privada e abrir o caminho a mudanças reais e substanciais na nossa forma de ser e de interpretar a nossa existência na Terra". (U. Ponziani idem p. 191).

Aqui reside a novidade. Será possível sair de nós mesmos, o seja, experimentar um encontro com aquele que nos pode libertar da necessidade de satisfazer as nossas necessidades essenciais e não simplesmente ter tendência para nos mantermos? A mudança substancial só

pode vir de fora, ou seja, de algo que vem de fora e nos leva para fora, onde poderemos encontrar-nos, feitos para "não estar sozinhos". A nossa identidade esta na relação e descoberta traves da relação. Precisamos de saltar com um pára-quedas nunca antes utilizado, de dar um salto. Padre Epicoco diz-nos "...a diferença entre a voz do ego psicológico e a voz do Espírito no coração do homem pode ser entendida como uma diferença, pensando no facto de que o ego psicológico, quando fala, tenta sempre encontrar tranquilidade, certezas (a propria homeostase). Tenta sempre encontrar controlo sobre as coisas. Enquanto a voz do Espírito, no coração do homem, é uma voz que desestabiliza, uma voz que convida ao risco, que não dá respostas, mas que cria inquietação...". (Epicoco "Telemachus não estava errado" p. 46)

É como estar na praia, os nossos pés descansam em segurança em terra, os nossos olhos vêem o mar. Aproximamo-nos e com os nossos dedos dos pés deixamos a água acariciar-nos. Percebemos que a água tem uma consistência diferente da terra seca, uma boa sensação mas, ao mesmo tempo, uma ligeira insegurança. Uma voz diz-nos: "caminhe sobre ela"!

Eh não, não posso! Tenho de deixar de confiar no que estava anteriormente sob o meu controlo, tenho de abandonar todas as referências que tinha antes em terra firme. E então? Aqui está o Espírito! Esta é a mudança substancial em direcção d'aquilo que é verdadeiramente outro para mim. Antes sentia-o simplesmente como uma eco na sensação de insatisfação que não encontrava em mim qualquer realização, mesmo quando alimentava o meu desejo. Agora saio de mim mesmo e me encontro.

A minha verdadeira identidade está fora de mim e precisa, para ser satisfeita, da força centrífuga de uma voz forte que me chama e me leva para fora. As brechas que me desestabilizam e desestruturam vêm de acontecimentos inesperados na vida em que o mistério de Deus está muitas vezes escondido, ou no encontro com outros que, sendo diferentes de mim e olhando o mundo de outra perspectiva, interrompem o raio de acção do meu ego. Somos feitos para o outro, mas por medo da mudança, mantemo-lo à distância. Somos um pouco incongruentes, mas felizmente a vida leva-nos, se formos flexíveis, ao nosso verdadeiro eu.

Metodologia

Ajudar a pessoa a reler sua própria história, à luz da percepção das sensações desagradáveis vivenciadas, que indicam que uma luta se trava dentro de si entre o desejo da verdade e a evitação da verdade. A releitura ocorre por meio da “comparação” da história de um personagem bíblico com a sua. Olhemos juntos para a história do personagem bíblico escolhido pela pessoa, destacando a viagem humano-psicológica e as etapas da sua vida, e depois escrevemos em paralelo as nossas próprias etapas pessoais. Isto ilumina a própria experiência e dá a possibilidade de vislumbrar os momentos de encontro com o mistério de Deus vivido pelo personagem bíblico, e como isto também acontece na própria vida sem que se tenha consciência disso. Como diz um salmo: "As tuas pegadas permaneceram invisíveis". Isso ajuda a pessoa a colocar sua vida em um plano superior, vendo-se à distância e sentindo-se parte de um horizonte mais amplo de sentido, onde os obstáculos muitas vezes se mostram como oportunidades de crescimento conduzidas por uma mão invisível.

Durante o percurso a pessoa escreve as etapas de sua vida enquanto as etapas do personagem bíblico escolhido são enfrentadas, descobrindo assim sua própria história pessoal de salvação. Por vezes, quando é possível, são criados momentos de partilha comunitária em pequenos grupos relativamente às emoções libertadas pela descoberta do trauma na própria história, isto é de uma riqueza inestimável. Ajuda a descobrir uma pertença a uma humanidade comum e a transformar a fractura de identidade provocada pelo trauma numa oportunidade de crescimento e consciência que leva, em muitos casos, a ajudar outros que se encontram enjaulados. Nos encontros em grupo as emoções vivenciadas são comunicadas por meio da abordagem da terapia comunitária sistêmico-integrativa do prof. Adalberto Barreto

A verdade é libertadora e a mentira, em vez disso, aprisiona, que a vida não está à mercê do acaso. Libertação progressiva do sentimento de culpa que muitas vezes acompanha as experiências traumáticas, esse trauma oculta dentro de si uma possibilidade de renascimento por meio de feridas que se tornam descobertas de outras dimensões do eu que antes estavam congeladas. A metodologia que utilizo na minha abordagem tenta manter unida a espiritualidade e a dimensão psicológica, porque como um amigo meu e psicólogo, Stefano Guarinelli, diz "o espiritual é também (e sempre) psicológico" (p.16).

Bíblia e transgeracional

- As origens traumáticas da Bíblia

"A Escritura bíblica tem sido uma forma de terapia face a acontecimentos trágicos, porque nos permitiu relê-los reforçando o potencial de vida, um aspecto que sabemos ser fundamental para a elaboração do luto". (Giovanni Cucci comenta "Santa Resiliência. Origens Traumáticas dos Textos Bíblicos" por D. M. Carr). A hipótese deste estudioso, David. M. Carr, é que os textos bíblicos tiveram origem como resposta ao sofrimento do povo de Israel, um sofrimento comunitário, como memória colectiva de traumas dentro de um grande recipiente, como a história da salvação redentora. O trauma individual corre o risco de ficar congelado na memória e, incistificando-se, determina as reacções da pessoa sem a libertar. "A Escritura bíblica pode ser considerada uma grande história de salvação em trauma" (G. Cucci).

Trauma muda os nossos parâmetros de leitura da realidade e abre significados nunca antes vislumbrados e que tocam outras dimensões da vida. "A característica desconcertante da narrativa bíblica é mostrar a resiliência que se manifesta no trauma, no momento em que é vivida no seio de uma comunidade capaz de viver a partilha". Muitos textos bíblicos foram escritos à distância, depois séculos, sobre acontecimentos traumáticos na história de Israel transmitidos oralmente (como o livro do Exodo), escritos gracias a eventos subsequentes semelhantes aos acontecimentos traumáticos (o exílio em Babilonia). Tal escrita tornou-se uma reinterpretação através de um presente com características semelhantes à história passada, permitindo assim um recipiente capaz de ler e sustentar através traumas antigos os traumas presente. O elemento extra que permitiu a resiliência escondida dentro do trauma foi a capacidade de partilhar e de ler comunitariamente. Na minha experiência através da releitura da vida de alguns personagens bíblicos, experimentei a verdade desta abordagem sem ainda ter conhecido estes últimos estudos esclarecedores. O que está profundamente dentro da Palavra é revelado na releitura da vida das pessoas e faz florescer o tesouro muito rico que ela esconde.

- Trauma Transgeracional na Bíblia

Na minha história pessoal, que vou contar no final, dei por mim a viver num anel de conjugação entre o trauma intergeracional e o trauma transgeracional. Por causa disto, o impulso para profundizar o trauma transgeracional nasceu poderosamente em mim, caso contrário não teria sobrevivido psicologicamente, e encontrá-lo na Bíblia foi uma revelação para mim e uma descoberta do significado e transformação da minha vida. Eu nasci de novo e renasci. Como diz Pablo Neruda: "Para nascer, nasci". Que verdade! Agora alguns breves acenos desta dimensão na Bíblia.

Deus "visita a culpa dos pais nos filhos" (Êxodo 20,5), ou seja, "a visitação de Deus na sucessão de vidas". O termo culpabilidade no livro da Bíblia indica tanto a culpa como as consequências dessa culpa. O termo pecado no mesmo texto também significa "trauma que gera paralisia", algo que afecta profundamente a identidade da pessoa. Visitar em hebraico significa observar cuidadosamente, pesar, o que pode levar a uma intervenção de Deus a favor ou a uma sanção, mas é ainda uma visita que orienta para um processo de salvação. Na visitação Deus estabelece a culpa de uns e a inocência de outros. De um ponto de vista individual, portanto, orientar-se para a própria salvação significa distinguir dentro de si mesmo o que sofreu e não é meu, que carrego nos ombros, do que é meu. Todos nós temos uma parte inocente em nós e uma parte que é responsável tanto pelo que escolho como pela forma como utilizo o que recebi, mesmo que não seja culpado. As escolhas humanas têm sempre uma dimensão transgeracional e visitar, significa da parte de Deus, ser o primeiro testemunho. (Sonnet "Gerar é narrar" p.141) Nas narrativas bíblicas onde a relação entre gerações é evidente, pretende-se manifestar a dimensão transgeracional das escolhas humanas e também a responsabilidade ética de cada um.

Se não houvesse transmissão também não haveria evolução, mas neste processo o que poderia dificultar, abrandar ou mesmo parar a viagem, é a intensidade do trauma. O que os relatos bíblicos destacam é a "distribuição" das consequências do trauma entre as gerações. Hoje, nós, condicionados pelo ritmo acelerado imposto pelo mercado da tecnologia e pela sensação de onipotência infundida por uma certa ciência, iludimo-nos de que podemos resolver problemas dentro do tempo da nossa vida, como se fosse eterno. Em vez disso, creio que devemos compreender-nos dentro de um horizonte temporal mais amplo do qual somos um pequeno elo que deve desempenhar o seu papel.

Experiência de "Criança Substituta"

Quando eu tinha 7 anos de idade vim a saber acidentalmente que havia um irmãozinho que viveu 4 horas e depois morreu. Tiveram de desenterrá-lo para o colocar num ossuário comunitário. Naquele tempo, esta notícia não teve qualquer efeito sobre mim. O que tinha acontecido, se instalou em mim, e teve de esperar uma longa gestação de cerca de 40 anos antes de bater na minha consciência e de se revelar. A inquietação que carregava tinha cavado um sulco que estava finalmente a vir à superfície. Uma memória distante fez espaço dentro de mim: lembro-me da saia da minha mãe ao nível da minha cabeça, e a minha mãe usava a saia abaixo do joelho, por isso eu era muito pequeno e estávamos diante de uma pilha de terra com uma grande cruz em cima. A mim pareceu-me grande.

O meu irmão Massimo, cujo nome eu carregava, foi aí enterrado.

Por volta dos meus 42 anos a memória e a imagem do meu irmão morto começou a emergir nos meus sonhos, empurrando-me para uma busca da verdade que o vazio em que eu estava imerso exigia uma força invulgar para trazer à luz. A minha mãe não podia suportar a ausência, por isso ela e o meu pai procuraram imediatamente outro filho e um ano depois eu nasci. O luto não elaborado pela minha mãe em particular, derramou-se sobre mim, fui inconscientemente encarregado de elaborar um luto que não era meu. Mesmo quando era criança lembro-me que todas as noites a minha mãe acordava com gritos, ela dizia simplesmente que tinha tido um pesadelo. Ela nunca falou sobre este trauma. Como sabemos, o não falado transmite o trauma mais do que o falado. Uma sensação de vazio habitava nas minhas entranhas, a aura do medo da minha mãe de me perder rodeava a minha existência, mesmo si ela tentava não a deixar pesar, mas não a conseguia controlar totalmente.

Tudo isto, como já disse antes, inicialmente entrou nos meus sonhos, mas saiu com força quando comecei a viajar na América Latina. Talvez a duração da viagem, o tempo longe de casa, tenha causado à minha mãe uma dor que já não podia ser contida. Cada vez que saí de lá, houve soluços e gritos imparáveis.

Comecei a minha busca movido pelo desejo inconsciente de me encontrar comigo mesmo através de viagens que tinham surgido casualmente como oportunidades na minha vida. O encontro, através de um livro de uma psicóloga de Israel que escreveu um texto "Velas da memória", com a situação em que os filhos dos sobreviventes da Shoà estavam imersos, trazendo os nomes de familiares que tinham morrido nos campos de concentração, cujos pais nada tinham comunicado da sua história para os proteger do drama, mas que, através do não

dito, tinham no entanto transmitido o trauma. Tal como aconteceu com a minha mãe que, traumatizada, nada me tinha dito, dominada pelo medo de me perder.

Depois no Brasil, num projecto para jovens, órfãos e outros, tirados da rua, dos quais senti a sensação de abandono que eu via nos seus rostos e a reviver em mim um velho sentimento de abandono. Na Argentina, onde conheci as mães da Plaza de Mayo e especialmente os netos resgatados pelas avós da Plaza de Mayo, que estavam a iniciar uma difícil viagem de reconstrução da propria identidade quando descobriram que eram filhos de desaparecidos e não filhos daqueles que os tinham roubado após o assassinato das suas mães. Com eles senti-me irmão e reconheci os sinais da minha velha ferida. Até ao momento em que descobri o nome pelo qual me sentia definido: criança substituta.

A verdade estava a sair do fundo do meu coração e finalmente veio à superfície. Antes eram sentimentos de incompletude, de vazio e falta sem saber o quê, não sei se foram os acontecimentos que me revelaram a minha antiga ferida ou se foi esta ferida que criou as ocasiões para que os acontecimentos viessem à minha procura.

Naquele dia encontrei-me novamente, juntamente com todos os desconfortos e feridas que esta condição carregava. *Com estes amigos, encontrámo-nos para iluminar o caminho do outro em busca da sua identidade. Cada um destes rostos foi uma revelação para que a história profunda de cadaum fosse iluminada. Verdadeiramente, sem o outro, ninguém se pode tornar ele próprio.*

A partir desse momento, as feridas começaram lentamente a acalmar e a tornar-se aberturas que permitiram alguns dos mais belos encontros da minha vida e a sensibilizar-me de uma forma curativa para as feridas de outros.

Uma das descobertas mais belas que fiz é que o trauma não é a parte mais pesada, mas a impossibilidade de encontrar lugares onde eu possa contar sobre ele é a parte mais pesada. O outro que me ouve e me acolhe é a minha cura, é a minha possibilidade de transformar a minha ferida numa possibilidade de curar.

Referências

CARR, David M. “Santa Resilienza. Le origini traumatiche della Bibbia” ed. Queriniana, 2020.

EPICOCO, Luigi Maria. “Telemaco non si sbagliava” ed. San Paolo, 2018.

GUARINELLI , Stefano “Il prete immaturo. Un itinerario spirituale” Ed. Dehoniane Bologna, 2013.

GUCCI, Giovanni. Civiltà Cattolica 17aprile/1 maggio, pp 119-129, 2021.

PONZIANI, Umberto Ponziani. A cura. “Psicologia e dimensione spirituale”, ed Il Mulino 2004.

RUGGIANO, Massimo. “Em busca da identidade. Sem você eu não sou eu” ed Libertas , 2015.

RUGGIANO, Massimo. “Senza te, chi sono io?” ed Across Alive, 2017.

SONNET , Jean Pierre “Generare è narrare” ed Vita e pensiero, 2014.