

Apuntes para un confinamiento de salud

Uno, dos, tres, cinco, ocho, once... Contar sería tortura porque si se alarga la distancia de confinamiento, el tiempo sería más largo. Resulta imposible no contar pero entre menos se tenga un conteo cualitativo será mejor. Meses atrás venía investigando a cerca de los campos de concentración. Investigué en libros, películas, poemas. El hombre en realidad lo que quiere es exterminarse a sí mismo, al otro. Los sentidos de otredad cambian constantemente, pues si por una parte se refiere a la otredad como parte de sí mismo y complemento, también es amenaza, peligro.

Ya lo diría Octavio Paz, “El hombre, siempre inacabado, solo se completa cuando sale de sí y se inventa”⁽¹⁾. El otro en uno mismo servirá para encontrar otro significado de nosotros. Pues si hay un sentido de peligro en el exterior, de modo interno significa autoconocimiento.

¿Poder, instinto, maldad, pecado? Ya no importa que día de confinamiento es hoy. No estoy encerrado. Estoy protegido de este modo. A cada generación le ha tocado vivir sucesos descomunales como guerras, desastres naturales, otras pandemias. Esto superó la realidad de nuestro ahora. Un mundo distópico de pronto real. Algo nos tocó, algo cambiará en la percepción de prioridad. Aun así, ya lo diría Víctor Frankl: “Lo único que no me puedes quitar es la forma en que elijo responder a lo que me haces. La última de las libertades es elegir la actitud de uno en cualquier circunstancia”⁽²⁾. Sea cual sea la circunstancia elegir una actitud de sentido más que de positivismo irreal. Aún falta educación social para respetar las medidas de prevención. Esas medidas de sana distancia, auto-lavado de manos, mejora de alimentación ante casos de diabetes y obesidad nos ayudarían.

Nuestra fortaleza mental está a prueba y con ello hay que aceptar esta situación de salud y no cargarla sino aminorar las preocupaciones con la información. El miedo se acaba con la información, no información amarillista sino con la colaborativa para tomar decisiones de comportamiento ante esta pandemia.

Si vemos oportunidades de protección social este es el tiempo de llevarla a cabo. Pues si en un ambiente hostil antes de las pandemias, ciertas posturas eran frívolas, ¿Ahora se acentuarán más? Pues las pestes muestran los verdaderos rostros de la humanidad. Indiferencia, soledad, angustia, hambre, abandono, abuso. Una pandemia muestra un panorama actual y es menester como individuo aislarnos de los ideales o compartir puntos de encuentro, coincidir como individuo y luego como sociedad por el momento para sobrevivir y luego correr y vivir. Si la vida según Gabriel García Márquez, no es la que se vive, sino la que se recuerda, es momento de recordar los buenos momentos que tuvimos en el pasado para creer que hay esperanza. Sí. Mañana será otro día. El sol sale cada mañana y estamos allí será una dicha. Por ahora es tiempo de priorizar. Reubicar mis fortalezas. No es solo acudir a la psicología, sino valorizar la espiritualidad, orar, comer y trabajar. Al fin, dar gracias es una actitud de fortaleza, sobre todo ante estas circunstancias.

“Las plagas, en efecto, son una cosa común pero es difícil creer en las plagas cuando las ve uno caer sobre su cabeza. Ha habido en el mundo tantas pestes como guerras y sin embargo, pestes y guerras cogen a las gentes siempre desprevenidas”, diría Camus. Y es que nadie prever enfrentar una crisis de salud. En lo personal, tenía planeado un viaje a Chihuahua. Ahora no me lamento por no hacerlo. Me acomodo a las circunstancias. Y comienzo a encontrar modos de fortalezas. Esta es nuestra lucha, tendernos lazos frente a estas circunstancias de riesgo. Los cambios son abismales ante las guerras y las pandemias. Los horarios, el trabajo, la economía, los paseos, ahora los saludos, el amor, el odio, las urgencias, las revanchas, las historias. Son hechos que cambian como heridas o como un beso que nos hace dar: lo mejor o peor de nosotros mismos.

“Ella se defendía diciendo que el amor, antes que nada, era un talento natural. Decía: “o se nace sabiendo o no se sabe nunca”, ya lo diría García Márquez en la novela El amor en los tiempos del cólera. Nacemos para amar. Esa es una prioridad infinita, aprendices de toda la vida, trastabillando por las actitudes cotidianas, encerrados en nuestra propia memoria y dibujar alas para ir a un país donde nuestra infancia vuelve a su reino.

Referencias

- (1) Paz, Octavio. *Cuadrivio*. México. Joaquín Mortiz. 1991, p.90
- (2) Frankl, Víctor. *El hombre en búsqueda del sentido de vida*. Editorial Herder
- (3) Camus, Albert. *La Peste*. Editorial Mirlo Pocket.