



*La capacidad para no desanimarse y para mantener el buen humor es sinónimo de la misma voluntad de sobrevivir*

Ya en el pasado, con la ayuda de la gran literatura, por ejemplo con **Manzoni** y **Boccaccio**, hemos adquirido una cierta experiencia en epidemias y aislamiento. En el libro [Los Novios](#) de **Alessandro Manzoni**, los capítulos XXXI y XXXII están dedicados específicamente a la rápida propagación de la peste, que golpeó duramente Italia entre los años 1629 y 1631, mientras que en el *Decamerón* de Giovanni Boccaccio, en el relato de los diez días de cuarentena de algunos jóvenes en las afueras de Florencia, se recuerda una condición de aislamiento y resiliencia ya experimentada en 1300.

La literatura moderna también nos ha proporcionado dos "profecías" que, de alguna manera, han anticipado lo que estamos viviendo. La novela de suspense de 1989 *Los ojos de la oscuridad*, del autor estadounidense **Dean Koontz**, trata de un arma biológica china peligrosa (el virus Wuhan-400), y que sorprendentemente "predice" dónde y cómo se propaga el virus desarrollando síntomas parecidos a los de la gripe y matando a quienes lo contraen en poco tiempo. También la más reciente *End of the Days* (2008) escrita por la vidente **Sylvia Browne**, en el que se describe el invierno de 2020 como una época en la que

"será obligatorio usar máscaras y guantes quirúrgicos debido a una enfermedad gripal muy potente".

El cine también ha contribuido a imaginar escenarios similares: las películas *Pandemia* y *93 Días*, ambas de 2016; la primera, dirigida por **John Suits**, y la segunda, dirigida por **Steve Gukas** y dedicada a la lucha contra el Ébola en Nigeria, son un ejemplo. *Contagion*, la película de 2011 de **Steven Soderbergh**, fue también tan premonitoria que hoy día se les ha pedido a algunos los actores protagonistas que produjeran vídeos con mensajes de prevención.

Parece, por tanto, que la ciencia-ficción ha dado "advertencias" sutiles sobre una probable pandemia mundial. Tampoco han faltado teorías de conspiración sobre el tema. Otras no son teorías sino verdaderas profecías: el líder de Microsoft, **Bill Gates**, dijo en [una conferencia de Ted Talk](#) en 2015: "Si algo matará a 10 millones de personas en las próximas décadas, es más probable que sea un virus altamente contagioso que una guerra. No se trata de misiles, sino de microbios". Además también están las "viejas profecías de todos los tiempos" que cobran vida: **Nostradamus** ha vuelto a la escena de la imaginación colectiva. En la web algunos usuarios han reconocido que entre los 24 cuartetos sobre la plaga publicados entre las profecías de Nostradamus en 1555, está la C. II Q. 65, que revela la llegada de una terrible epidemia en Italia y más precisamente en Lombardía del 4 de marzo al 1 de julio. De todas formas sabemos bien que los versos de Nostradamus son tan crípticos que pueden ser fácilmente interpretados *ad hoc*.

Mientras tanto, en internet se difunde un meme que se ha hecho muy popular: 1720 Peste, 1820 Cólera, 1920 Gripe española, 2020 Covid. ¿Qué puedo decir? ¿Que no me encontrarán en la próxima! En realidad tal vez sea esta extraña ironía la que siempre nos ha salvado. Y si nuestra libertad comienza con la ironía, al menos según **Víctor Hugo**, ¿necesitamos que los medios de comunicación nos digan qué y cómo pensar?

La capacidad para no desanimarse y para mantener el buen humor es sinónimo de la misma voluntad de sobrevivir. Por eso, lo que marca la diferencia es siempre una actitud positiva, sobre todo, en comparación con el talante depresivo de muchos de los mensajes que nos invaden cada día.

El pensamiento positivo está ciertamente relacionado con la longevidad. Diversos estudios científicos han demostrado cómo el optimismo puede también afectar a la salud física de una persona. Así, la *Division of Adult Psychiatry* con un estudio realizado con sujetos en un arco de tiempo entre 1960 y 2000, ha demostrado que el optimismo

equivale a una mayor salud física y mental.

¿Quizás sólo estamos redescubriendo lo que antes dábamos por descontado?

Todo se detiene en el exterior, pero en el interior nuestras almas viajan recorriendo kilómetros: redescubrimos la importancia del amor y del afecto, el valor de tener una familia a nuestro lado, construimos recuerdos inestimables con nuestros hijos y amigos, redescubrimos el placer de las cosas hechas en casa, la alegría de las cosas pequeñas, un momento de relax, el placer de ver una película juntos, comprendemos el valor del tiempo... que es el regalo más precioso que se pueda hacer. Un regalo que seguramente no se puede conservar pero que se puede gastar bien.

También hemos visto que, *sin quererlo* -imaginemos *si quisiéramos*- podemos resolver el problema del tráfico y la contaminación, el desperdicio de alimentos, la ludopatía y los inmigrantes, hemos mejorado la lucha contra la evasión fiscal y la trazabilidad de los pagos, hemos visto que podemos fomentar la digitalización y la alfabetización informática, dar un fuerte impulso al comercio electrónico, el uso del teletrabajo y la educación online.

Las dificultades pueden causar divisiones, pero casi siempre unen... y tienen la fuerza de desencadenar grandes y pequeños gestos de solidaridad de los que podemos encontrar pruebas concretas hoy en día. Empezando por Nápoles en el llamado "Panaro Solidale" (Cesta del pan solidaria), en el que quien tiene ofrece y quien no tiene puede coger, dio rápidamente la vuelta al mundo, o el vídeo del entrenador personal español en Sevilla que se ofreció a entrenar a los inquilinos de los balcones cercanos, desde el tejado de su edificio. También encontramos la iniciativa de **Lara** y **Ste**, verduleros de Carcare (Savona), que invitan a los que no pueden pagar a llevarse lo que necesiten o el anuncio de un tal **Carlo D'Amico**, decorador de interiores, que en la puerta de su casa en Milán, se ofrece a llevar las compras a los ancianos para evitar que salgan.

La creatividad que surge de las dificultades es como la flor que nace en la roca, así es la esperanza. Una energía que ya ha estimulado el nacimiento de muchas iniciativas virtuosas para afrontar juntos la cuarentena: como hizo *Getty Images* con el reto "Recrear el arte en casa", que propone reconstruir algunas de las obras de arte más famosas con una foto amateur. Porque, admitámoslo, la belleza salvará al mundo... un mundo extraño, que corre rápido, que llena nuestros días y agendas con muchas cosas que hacer pero no todas realmente importantes. "Hemos continuado imperturbables, pensando en mantenernos siempre sanos en un mundo enfermo".

Hasta que un día todo se detiene, conocemos la cuarentena y su alto precio y entendemos que "todos estamos en el mismo barco". Quedarse en casa nos enseña también el valor del descanso, del silencio, de sentirnos bien con nosotros mismos. Nos enseña todas las cosas que antes podíamos llamar "aburrimiento" pero que hoy representan momentos preciosos para reflexionar, para elaborar ideas, para mirar mejor dentro de nosotros mismos.

De este modo, comprendemos que no estamos solos y que todos somos iguales. Somos una comunidad y no sólo un saludo apresurado o un apretón de manos en un encuentro casual. Estamos aprendiendo a ser más solidarios y sociables con los demás, a no mirar a otro lado, a mirar a nuestro vecino a la cara, a respetar la fila, a lavarnos mejor las manos, a cumplir realmente las leyes y a dar menos importancia al fútbol. ¿Pero cuánto tiempo lo recordaremos? "¿Cuánto tiempo es para siempre?", preguntó Alicia al Conejo Blanco: "A veces sólo un segundo".

Os dejamos un pequeño regalo, un vídeo que *Familyandmedia* ha producido en exclusiva para vosotros, queridos lectores, para daros en estos largos y difíciles días de cuarentena una sonrisa y una esperanza. Volveremos a abrazarnos y a amar la vida aún más que antes. Viva la vida, viva el amor. [Disfruten de la visión: pulse aquí para acceder al video.](#)

**Dario Nuzzo, en [familyandmedia.eu/es](http://familyandmedia.eu/es)**