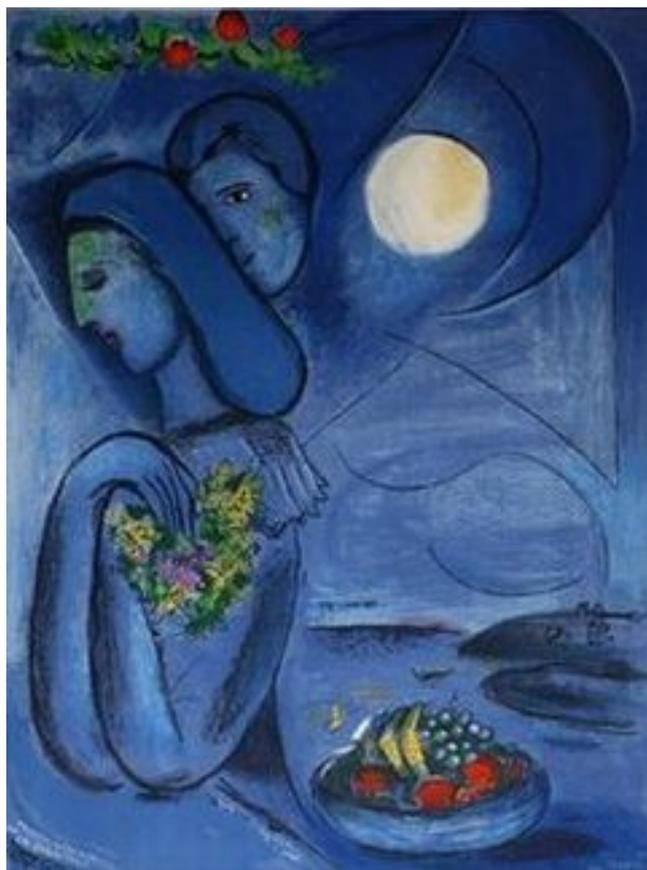


El amor en tiempos del Coronavirus

Publicado: Miércoles, 13 Mayo 2020 01:26

Escrito por Enrique Rojas



Es un buen momento para pensar en grande y actuar en pequeño. Y este actuar en pequeño es darse más que nunca a los de nuestra casa, intentando hacer la vida agradable a los más cercanos...

El mundo se ha parado. Nunca nos había pasado algo igual en los últimos setenta años. Ha aparecido un virus, un microorganismo insignificante, que nos damos cuenta de él cuando ya es un poco tarde. Este virus ha sido capaz de parar más de medio mundo produciendo una serie de emociones, hasta ahora no vividas de esta forma: incertidumbre, miedo, temor, angustia, terror, pánico... a la infección y, en definitiva, como anticipación de lo peor, a la muerte. El coronavirus ha supuesto un antes y un después en la vida. En un mundo en donde casi todo está asegurado (el coche, la vivienda, la salud, etc.) nuestra propia vida está en juego.

Y de pronto nos encontramos encerrados en casa, con los seres que más queremos, en una estrecha convivencia a la fuerza, privados de libertad de movimientos por miedo a contagiarnos. En la vida profesional intensa hay personas que no tienen tiempo para nada y en estos momentos hay gente que no tiene nada para el tiempo. Se trata de espigar tareas apetecibles que estaban como a la espera y que ha

El amor en tiempos del Coronavirus

Publicado: Miércoles, 13 Mayo 2020 01:26

Escrito por Enrique Rojas

llegado el momento de ponerlas en marcha: desde coger un libro que teníamos aplazado, hasta ordenar cosas personales que no estaban en su sitio, pasando por una cierta invitación a la reflexión personal.

Nos hemos visto forzados a detener nuestra vida y, casi sin darnos cuenta, hacemos balance existencial, arqueo de caja, haber y debe de nuestra vida. Y muchas veces las cuentas no salen. Nos vamos de excursión hacia atrás en donde recapitulamos todo lo que hicimos, submarinismo del pasado y nos adentramos en los vericuetos de nosotros mismos y pastoreamos hechos e intenciones. Nos damos cuenta de cuantas cosas positivas que no valoramos mientras la vida circula de forma normal. Esto produce desasosiego, inquietud. Vivencias, hitos, acontecimientos de nuestra travesía personal que aparecen como en panorámica. Una cosa es pararse a pensar sobre la vida propia porque uno quiere, porque toca y otra bien distinta es hacerlo de forma obligada o a la fuerza. Es la primera vez desde que existen las nuevas tecnologías, en donde no tenemos que ir corriendo o haciendo nuestras tareas con la prisa de la vida actual.

Y asoma, casi sin darnos cuenta, el silencio. Que no es una simple ausencia de palabras, sino que le dejamos entrar y se convierte en un silencio profundo, en el que están contenidas todas las palabras: sereno, refrescante, lleno de vida, sustancial. Lo mismo que en el color blanco están contenidos todos los colores, en el silencio están almacenadas todas las palabras. Ese silencio no es ausencia o vacío, sino invitación a la plenitud. En estos días se han agotado todos los adjetivos sobre lo que está pasando. No hay palabras, decimos a veces. Y un tropel de imágenes se ponen de pie y se atropellan delante de nosotros. Pasamos de la disipación a la concentración; de andar desparramados a explorar cómo van nuestras cosas. Es un silencio como un río, con dos brazos: uno es prudencia y otro, fortaleza. Decían los escolásticos que la prudencia era la cochera donde se guardaban la justicia, la fortaleza y la templanza. La fortaleza es firmeza ante la adversidad.

Porque no olvidemos que cada uno tiene tres vidas: la pública, la privada y la oculta. De la misma manera, la personalidad de cada uno tiene tres formas distintas de mostrarse: lo que uno enseña a los demás (la imagen), lo que otros creen que uno es (la conducta), y lo que realmente soy (la verdad sobre mí mismo). En este tiempo, esta última faceta es la que aparece, la que convive con nosotros mismos y la que asoma con los más cercanos. Por eso es un buen momento para pensar en grande y actuar en pequeño. Y este actuar en pequeño es darse más que nunca a los de nuestra casa, intentando hacer la vida agradable a los más cercanos, pues la convivencia es siempre lo más complejo. Silencio, balance y fortaleza.

Y en medio de todo esto tenemos que tener cuidado con el síndrome por exceso de información del coronavirus: esa cantidad de noticias que constituyen un verdadero bombardeo, un aluvión de datos, cifras y detalles, que produce muchas veces una paralización personal, una especie de bloqueo psicológico, por el que el miedo se apodera de nosotros, no sabiendo uno qué hacer. Pero al mismo tiempo y de forma paradójica, parece como si uno necesitase más información de la que ya tiene; es como una contradicción servida a la carta. Quiero esto y lo contrario. Quiero saberlo todo, pero no quiero saber nada. Es un paisaje psicológico en donde el miedo y la adicción van de la mano. Es algo kafkiano, valleinclinascos, salpicado de luces y sombras. Por eso, estos días la salud psicológica consiste en saber dosificar la cantidad de información que sobre el coronavirus se nos sirve en bandeja.

Leo unas declaraciones del Dr. **López Goñi**, catedrático de Microbiología, en que subraya una serie de puntos muy claros: que ya sabemos cómo detectar al virus, que más del 80% de los casos son leves, que la gente se cura, que no afecta a menores de edad y que hay muchas investigaciones en marcha que auguran ya un prototipo de vacuna... y sugiere que estar en constante alerta en relación con el virus es un error.

Hagamos de estos días un momento para aprender a gestionar la incertidumbre y no pretender tenerlo todo controlado. Toda vida tiene un fondo incierto. Y este virus nos lo recuerda con intensidad.

Y termino. Me recuerda lo que está sucediendo estos días, con el pasaje del libro de **Daniel** (2, 31-35) en donde el rey **Nabucodonosor** tuvo un sueño que ninguno de los sabios, magos, adivinos y astrólogos de su tiempo supieron interpretarlo: apareció ante él una estatua gigantesca, de extraordinario esplendor y con un aspecto terrible; su cabeza era de oro puro; el tórax y los brazos de plata; el abdomen de bronce; las piernas de hierro y los pies parte de hierro y barro... y de pronto, sin intervención humana alguna, una piedra alcanzó a la estatua y empezando por los pies lo pulverizó todo... el barro, el hierro, el bronce, la plata y el oro se derrumbaron y fueron arrebatados por el viento, sin que quedara rastro de ellos. La piedra se terminó convirtiendo en una montaña gigantesca.

Creíamos que el cisne negro, la catástrofe económica, vendría de la mano de una guerra entre las grandes potencias y, sin embargo, ha sido un microorganismo lo que ha puesto en jaque a la sociedad moderna. Pero esto lo dejamos para el próximo artículo.

Que seamos capaces de edificar nuestro proyecto de vida sobre una base sólida, pues si no los vientos y tempestades de la existencia se lo

El amor en tiempos del Coronavirus

Publicado: Miércoles, 13 Mayo 2020 01:26

Escrito por Enrique Rojas

llevarán todo por delante. Sabiendo que la libertad va siempre unida a la verdad. Frente a la pretensión utópica de la idolatría de una libertad sin restricciones y al relativismo narcótico, propongo los valores que nunca pasan de moda y elevan la dignidad del ser humano.

Enrique Rojas es psiquiatra

Fuente: abc.es.