

COVID-19: EL EXTRAÑO VISITANTE

Magdalena Calvo. (APM)

Madrid 29 de marzo de 2020

Covid-19 ha venido para quedarse con nosotros y recordarnos la indefensión, el dolor y el desamparo del ser humano. Su aspecto entre celeste y marino nos hace evocar a un ser de otra galaxia como si fuera una experiencia irreal.

Me gustaría mencionar en primer lugar que estamos viviendo una situación traumática, me refiero a la inmediatez de los acontecimientos, a la merma de la vida cotidiana, al efecto sorpresa y al temor a algo insólito, siniestro y desconocido por nosotros. El miedo al contagio, a la muerte, sin previa despedida en el peor de los casos y a la pérdida de la estabilidad económica, están provocando angustias que hemos de encarar y frente a las que no estábamos preparados ni física ni psíquicamente. El ser humano necesita un tiempo para poder elaborar y asimilar todas las emociones que despiertan en nosotros estas vivencias. Tenemos que procesar y poner palabras, hacer un trabajo de duelo por la pérdida de un tipo de vida que se ha puesto en cuestión. Como en todos los duelos, los psicoanalistas insistimos en que hay que recorrer un camino y que el proceso llevará tiempo. Estamos universalmente sometidos a una idea relacionada con la velocidad y el acceso instantáneo, a no soportar ninguna demora y a tratar de suprimir rápidamente el dolor y la frustración de la vida privilegiando la permeabilidad, adaptabilidad veloz y la liquidez en los afectos como lo denominó Zygmunt Bauman (2003). Pero tendremos que aceptar la herida narcisista y la pérdida de la omnipotencia que supone no conocer ni controlar nuestro mundo como pensábamos, al igual que nos ocurre a veces con nuestras emociones y con nuestro inconsciente

En un momento como el que estamos viviendo las redes sociales y la posibilidad de comunicarnos son un privilegio. Son una forma de permanecer unidos, acompañados, de salir del aislamiento y para algunos de una gran soledad. Enviar mensajes e información es fundamental. Pero hay que regular los tiempos de conexión y la mirada compulsiva una y otra vez a las noticias que nos llegan, unas veraces, otras tóxicas. Dentro de este apartado se observa que existen algunos perfiles que son más sensibles al uso de estos medios. Nos encontramos también con más conflictos en ciertas edades, como en los niños y en los adolescentes que tienen gran vitalidad y necesidad de expansión. Los padres y educadores se enfrentan con una ardua tarea de contención, de habilitar límites y de poner palabras a la angustia de los niños.

Pero los tiempos de crisis son también tiempos de oportunidad. Éste puede ser un momento importante para pensar, hablar más con los amigos, con los hijos, pasar momentos en familia y aceptar con el paso de los días esta realidad tan dramática. Esta encrucijada nos obliga a cuestionar nuestros parámetros de vida. Habrá un antes y un después en nuestra existencia. Parfraseando a Donald Winnicott, esta vivencia puede brindarnos la oportunidad de estar en contacto con nuestra intimidad, a solas con nosotros mismos, o a solas en compañía de otro, y recuperar esta experiencia singular e inefable extraviada en el fragor de nuestra forma vertiginosa de conducirnos.

Los acontecimientos de estos días pueden despertar nuestros sentimientos de empatía e identificarnos con otros colectivos, recuperar esa memoria individual y colectiva tan frecuentemente aletargada. ¿Seremos capaces, a partir de ahora, de compadecernos de grupos humanos que llevan confinados media vida, seres prisioneros en su cuerpo o en su mente? Tenemos muy cerca hechos dramáticos, columnas de desplazados bloqueados en las fronteras, millones de personas asediadas en campos de refugiados y el confinamiento de las guerras. Tenemos a Siria respirando entre ruinas después de 10 años de contienda, una guerra que se ha perpetuado. Muchos aquí y allá vagan sin posibilidad de un refugio, no pueden guarecerse en casa, porque no la tienen, no tienen un hogar, son los desheredados de la tierra.

La visita de Covid-19 también está mostrando lo más generoso del ser humano, la compasión, la solidaridad, la fraternidad y la creatividad. Un clamor unánime nos aproxima aplaudiendo al atardecer, trabajando de una forma u otra para la comunidad y atendiendo y acompañando a nuestros pacientes sin rendirnos. Eros está presente por encima del dolor y la desesperanza. Dejemos hablar a los poetas, dice Sigmund Freud, ellos ponen en palabras nuestros sentimientos.

Mario Benedetti: No te rindas

No te rindas. Aun estás a tiempo de alcanzar y comenzar de nuevo, aceptar tus sombras, enterrar a tus muertos, liberar el lastre, retomar el vuelo.

No te rindas que la vida es eso, continuar el viaje, perseguir tus sueños, destrabar el tiempo, correr los escombros y destapar el cielo.

No te rindas, por favor no cedas, aunque el frío queme, aunque el miedo muerda, aunque el sol se esconda y se calle el viento, aún hay fuego en tu alma, aún hay vida en tus sueños, porque la vida es tuya y tuyo también el deseo, porque lo has querido y porque te quiero...