

La vida antes y después del Covid-19



Todos tenemos que lidiar con un virus desconocido que nos ha cambiado la vida pero que al mismo tiempo nos devolvió la oportunidad de pensar, de pensar con calma, de tomarnos el tiempo de hacerlo. Los latinos llamaron "otium" al tiempo para dedicarse a la actividad intelectual, a la meditación y al estudio. Cicerón consideraba que la posibilidad de tener tiempo para sí mismo era muy importante y sostenía que la ociosidad era la característica del hombre libre. Para Séneca solo las personas que dedican su tiempo a la sabiduría pueden vivir los ociosos.

Hoy, la lentitud, la calma, el estudio, la reflexión ya no encuentran espacio. Todos estamos inmersos en esa "liquidez" que nos hace deslizar frenéticamente de una actividad a la otra como si "llenar" la vida con compromisos nos hiciera más completos, más seguros de quiénes somos, más

satisfechos. Inactividad, lentitud han sido hasta ahora sinónimos de aburrimiento ya que se hacia todo lo posible para escapar de ellos para evitar estar a solas con nosotros mismos.

Pero con la llegada del Covid-19 todo esto ha cambiado. Tenemos tiempo para conocernos mejor o al menos para pensar en las prioridades de nuestra vida.

Todos estamos de acuerdo en que habrá una forma de vida diferente después de esta pandemia. Muchas certezas y muchos hábitos tendrán que cambiarse ya que han recibido un shock. Todos nos encontramos vulnerables. Hemos aprendido que es imposible hacer planes o pronósticos. Muchas creencias han caído. Solíamos sentirnos ciudadanos del mundo global y ahora nos hemos visto obligados a parar y pensar en nuestro pequeño mundo.

Estamos en una situación límite en la que el virus se está convirtiendo en un "invitado" con el que tendremos que vivir durante mucho tiempo y con el que el hombre, o más bien la humanidad, tendrá que lidiar. Las relaciones personales, en primer lugar, la salud pública y luego las relaciones entre los estados tendrán que cambiar.

Reconsiderar una responsabilidad ética global

Cuando el problema es complejo, el compromiso ético se refiere a un despertar de las conciencias para promover proyectos concretos que favorezcan cambios igualmente concretos. La salud siempre ha sido un punto clave para la persona y para toda la comunidad. Invertir en lo que lo preserva y lo protege es crucial. Sin embargo, no es un aspecto aislado. Reflexionar también sobre la visión de la salud ambiental, de las relaciones, de nosotros mismos, de la nuestra existencia y de la muerte. Esto exige una conversión ética. En otras palabras, la suposición de que nuestro conocimiento es siempre parcial; es esencial. Todo esto implica un compromiso de aceptar y procesar la frustración que se deriva de ello porque siempre tenemos que replantear y en estas circunstancias más.

Sin embargo, esta pandemia, por ejemplo, nos deja una visión diferente de la muerte porque, a menudo, una persona está bajo la ilusión de ser inmortal. Hasta ayer la muerte era como un hecho ajeno, una excepción, un castigo y, por lo tanto, algo que no será para mí. ¿Y hoy?

Aquí, entonces, la reflexión vuelve a ser el arma que puede ayudarnos a enfrentar esta situación inesperada, catapultada en nuestras vidas.

Para ayudarnos en este "ejercicio", nos guiaremos por las especulaciones del monje Anselm Grün (1945), de la abadía de Münsterschwarzach del cual acaba de salir un libro, traducido en más de treinta idiomas: *Cuarentena. Cómo lograr la armonía en casa*, Herder Editorial.

Anselm Grün, junto con el filósofo Simon Biallowons, *“nos propone las claves de lo que ayuda en situaciones como estas: consejos y sugerencias para todos, ya sea soltero, vivas en familia o tengas un piso compartido. Nos muestra cómo evitar las peleas y gestionar el tiempo, cómo crear espacio libre y descubrir nuevos objetivos y rituales comunes. Resulta ser fundamental en el corazón de la reflexión a la luz del tiempo, sin embargo, a la luz de la crisis. La lectura de este texto dará respuestas concretas y calmantes a la experiencia cotidiana en tiempos difíciles”*. (Editorial de la Sinopsis).

Seguramente, habla un experto. ¡Los monjes han vivido en aislamiento voluntario durante 1500 años! ¿Cuáles podrían ser las claves, según el monje, para vivir esta pandemia "bien"? ¿Cuáles son las reflexiones que debemos tener el coraje de hacer, dado que ya no es posible procrastinar?

- «¿Cómo nos entendemos como seres humanos en esta sociedad?, ¿dónde encontramos el sentido de nuestras vidas?, ¿qué huella queremos dejar en nuestro mundo?».
- «Soportarlo, soportar tanto a los otros como a uno mismo, tanto la vida en común como también la soledad, constituye todo un arte. Hemos descubierto a este respecto muchos tesoros que también debemos redescubrir nosotros mismos».

- «La escucha de uno mismo y de los otros es esencial para la compenetración con la propia alma y con los otros. Quien no escucha, no siente y está desprovisto de toda apertura a la emocionalidad, lo cual se muestra de modo especial en el caso de una estrecha vida en común».
- «Tenemos la tarea, pero también la oportunidad, de verificar el equilibrio y, si es necesario, de trabajar en él: en el equilibrio propio y en el de los que están con nosotros. Y algo nos ayuda en esto: la preocupación adecuada ante la preocupación incorrecta. Precisamente ahora».

«Me protejo para protegerte»

Grün nos empuja a vivir de una manera auténtica, a "ser solidarios con los otros, atentos a la naturaleza, sensibles con nosotros mismos". Y viene a llamarnos a la responsabilidad humana: "Me protejo para protegerte". Los fuertes deben volverse más fuertes, para ayudar a las personas más débiles y las débiles, por lo tanto, pueden estar seguros de que recibirán ayuda. Transformarnos en mejores personas y transformar nuestra sociedad en una sociedad más justa, hoy es posible, es una oportunidad que nos brinda esta pandemia. ¡Todos tenemos la tarea de participar en este desafío!

Dra. Laura Tortorella
Coordinadora del Departamento de Bioética y del Secretariado de Investigación
Universidad Quetzalcóatl – Irapuato, Guanajuato. México.