

Aprenentatges de la Covid-19 (2)

Dm, 2/02/2021 per Josep Gallifa

[Universitas](#)

El grup de recerca Psicologia, Persona i Context va organitzar fa uns dies una taula rodona, o millor dit una típica quadrícula de cares via Zoom, a la que ja ens anem acostumant, però que també va esdevenint una forma d'arribar a la gent. El tema va ser els aprenentatges que podem extreure de la situació que vivim amb la Covid-19. Va moderar i conduir el debat la periodista i professora universitària Dra. Assumpta Sendra. Recullo algunes de les interessants aportacions de cada ponent i unes reflexions finals:

Daniel Arbós des de l'entorn científic-sanitari, va exposar els esforços que s'estan fent des dels entorns sanitaris, expressant una certa decepció perquè la "recepta" (aïllament, mascareta) ha estat la mateixa que fa 100 anys. On està -deia- el benefici dels avenços tecnològics? Va manifestar que des de la perspectiva de la prevenció de contagis, malgrat tot el coneixement que tenim, som incapaços de detectar i aïllar els casos. Aprenentatges positius han estat el treball conjunt en el coneixement compartit del virus per saber com tractar els malats, de manera que la supervivència ha millorat molt. Va exposar també un sentiment de reconciliació per l'admiració pel desenvolupament de les vacunes en menys d'un any. Hi ha el repte de que les vacunes arribin arreu. Això ens fa veure que no podem oblidar la recerca i recordar que en els hospitals no es pot afectar el tractament d'altres malalties, va dir, així com també que hem vist un auge de l'anti-ciència que ens hauria de fer reflexionar com a societat.

Sergi Corbella des de l'àmbit psicològic, va explicar que era una falsa ficció la "nova normalitat", que no era normalitat si hi ha d'haver distància física, no poder abraçar, etc. En tot cas és normalitat alterada per les circumstàncies. El primer impacte des de la psicologia és una certa cura d'humilitat. Ningú podia esperar que estiguéssim on estem. Hem vist que s'ha allargat i d'aquí sorgeix un concepte - deia el Dr. Corbella-: l'ésser humà té una gran capacitat adaptativa però també quan hi ha una amenaça amb incertesa, aquesta incertesa es converteix en tòxica. Ens adaptem a viure amb una amenaça constant, i això té conseqüències emocionals i psicològiques. Hi ha qui es sent ansiós, deprimit, qui recorre al consum d'alguna substància,... I s'han donat una àmplia quantitat de reaccions emocionals conseqüència de tot el que hem viscut. Quan la incertesa, sensació amenaça, fragilitat, duren es posen a prova els recursos personals. Es pot preveure doncs que hi haurà una quarta onada que no serà d'un virus sinó de les conseqüències emocionals del que estem vivint. Cal una tasca de prevenció com més aviat millor, d'aprendre a com gestionar la incertesa, per generar serenitat. La millor eina és l'afecte de les persones que tenim a prop, cuidant i estant a prop dels que estimem.

Anna Berga des de l'àmbit sociològic, va exposar que estem immersos, en una crisi que marcarà un abans i un després, tant a nivell biogràfic com socialment. Poques vegades es té la oportunitat de viure un moment socialment històric i que marca una generació. A més és el primer esdeveniment històric que ha impactat a escala totalment planetària -va dir- i no sortirem de la mateixa manera. La Covid ha posat de manifest els efectes de la mundialització, que ara s'han manifestat de manera descarnada, doncs el virus s'ha propagat pel nostre mode de vida. Va constatar que estem interconnectats i hauríem de treure l'aprenentatge que no es veritat

que no vagi amb nosaltres el que passa a l'altra punta del planeta. Va insistir en la importància de repensar els valors socials: els valors de la solidaritat, del sentit de formar part d'un col·lectiu, la importància de poder obeir regles pel bé comú,... Estem a temps de prendre decisions. A nivell de països els que van ensortir-se'n millor, van ser els que van anteposar el benestar de les persones i la seva salut a altres qüestions, i en molts casos les líders polítiques que estaven al davant van ser dones: Aprenguem -va concloure- una altra manera de fer política. També ajuda a mitigar la incertesa que tinguem uns models de confiança social. Hi ha una crisi preocupant, és important la generació de models en els que hi hagi uns lideratges en els que es pugui confiar, va dir la Dra. Berga.

Manuel Almendro des d'una òptica de la psicologia de la consciència va desenvolupar la idea que en la Modernitat hi va haver una ruptura entre la ment dual egoica i la consciència. La ment dual instrumentalitza la naturalesa i altres essers vius al servei d'un, i d'aquí ve -va explicar- l'origen de la destrucció de l'ecosistema. Estem doncs -es va preguntar- davant la necessitat de superar aquesta ment dual? Això seria un canvi de civilització. De la consciència de l'insondable, universal, unitària, mística, la supra-consciència, que està més enllà de la ment dual, del temps i l'espai, i que transcendeix la relació subjecte-objecte -va dir- ja van parlar-ne les diverses tradicions, entre elles va citar la mística cristiana. Hi ha en els temps actuals una apertura a la consciència. Una aspecte li ha cridat l'atenció en aquest sentit: els pacients parlen que la pandèmia "els hi ha obert el cor". La OMS per la seva banda parla de "One Health", de que és necessària una salut a nivell de persones, animals, plantes, horitzontal i vertical. Veu doncs com a important la trobada entre orient i occident, entre la saviesa intemporal de les tradicions i la ciència. Té esperança en la psicologia de la consciència, en la meditació, ioga, espiritualitat, en el "fes en tu el canvi que vols veure en els demés", doncs tal vegada estem davant d'un repte, un salt evolutiu, de l'"homo sapiens" a l'"homo espiritual", sempre que no sigui el negoci del segle XXI, va dir el Dr. Almendro; estem doncs davant un canvi de consciència, un canvi en la forma de la relació entre els essers humans i la natura. Va recordar Pàniker que fa ja 40 anys parlava que la incertesa és consubstancial a la vida, cal que la persona s'obri a l'interior, també que s'acompanyi a sí mateixa, que s'obri a la consciència interior. Ha desaparegut la "hipnosi" -digué- de que viurem sempre en el mateix moment. L'acceptació de la incertesa necessita consciència i hi ha -va dir- una part positiva de la incertesa.

Amb aquesta darrera intervenció podem reflexionar com en la pandèmia la consciència i l'espiritualitat s'obren camí, a vegades potser sense referència a una tradició. És el que es coneix com a espiritualitat sense una tradició religiosa. Tanmateix, segurament aquesta necessitat detectada de cerca de sentit obri uns nous temps que poden servir a molta gent per recuperar i re-connectar amb la pròpia tradició, en el nostre cas la tradició cristiana. Estem veient, tal vegada, aquest fenomen de la necessitat de recerca de sentit i de recuperar la pròpia tradició en les enquestes recents a casa nostra en les que més gent s'identifica com a catòlica. És de moment només una dada però ben segur que hi ha un dinamisme que l'explica.

Hi van haver molts altres aspectes en la taula rodona proposats per la moderadora Assumpta Sendra sobre els que ens podríem estendre. Diguem només que amb aquesta visió bio-psico-social-espiritual, es donen diverses dimensions de consciència i formes de protegir i fer evolucionar la vida. L'avenç en totes elles es pot denominar també com a desenvolupament integral humà. La Covid-19 pot

estar ajudant, malgrat tot, a donar centralitat a aquest desenvolupament.