

## Auto-gestión

Jens Bücher

Desafiar, o perder, esta es la cuestión: si es más noble en la mente sufrir pandemia y pobreza escandalosas, o enfrentar un mar de problemas y oponiéndose derrotarlos.

Hamlet, Shakespeare - hoy

Incertidumbre en cosas fundamentales, pérdidas de seguridad y de confianza en la vida, la reaparición de ollas comunes, angustia a mitad de noche, niños con hambre, la convivencia alterada, frío, la dependencia de la caridad de samaritanos, negociantes inescrupulosos ganando pesos inmundos, políticos tratando de ganar aquí o allá otro pedazo de poder, plutócratas blindando su riqueza de la gente y de sus propias conciencias, generales y almirantes estudiando opciones innombrables, una prensa vendiendo horrores llamativos en vez de estudiar y publicar soluciones efectivas - en fin, la catástrofe muestra su cara con toda claridad.

El mar de problemas que enfrenta el individuo es grande. Están en el afuera los problemas de la existencia y en la intimidad de cada uno los problemas del desánimo, de la frustración, de la depresión y de la parálisis.

Afortunadamente los seres humanos somos los herederos de una larga historia de triunfos sobre la dificultad. Hemos sobrevivido durante miles, durante millones de años la adversidad, el hambre, la sed, el peligro y la cercanía a la muerte. Somos el resultado triunfante de tropiezo tras tropiezo, en nuestra esencia está la capacidad de enfrentar lo aparentemente imposible, de levantarnos después de la caída, de adaptarnos, de esforzarnos y de unir nuestros esfuerzos generosamente con los de otros, de buscar, de hacer y hacer de nuevo, de actuar hasta encontrar la salida. Esta nuestra situación difícil, la del año 2020 y quizás de los siguientes, esta situación probablemente no será más que una más en esta larga historia de encuentros con lo difícil que los seres humanos hemos sabido solucionar.

El daño que nos concierne viene de afuera: pandemia y pobreza, y su efecto dentro de nosotros puede dañar nuestra capacidad de respuesta. Debemos proteger y defender nuestro espacio interno: el daño ha de quedar afuera y no contaminar o debilitar nuestras capacidades en general (salud, optimismo, compromiso), nuestra asertividad existencial y nuestra capacidad de desplegar nuestros muchos recursos personales. De nuestra intimidad debemos permitir que emerja esta capacidad de vida (fitness) como una gran ola de entusiasmo, creatividad, fuerza, resistencia, y que inunde nuestro entorno.

Aceptar la realidad en toda su crudeza es sin duda un paso importante: el peligro de morir por un virus, el peligro de morir de hambre o frío, el peligro que emerja la violencia, el pandillaje, la guerra entre nosotros, el peligro que el desánimo dé al suelo con nuestras ganas de ir al encuentro de la dificultad. Sin realismo, sin un osado ver lo que está delante nuestro, no encontraremos soluciones efectivas.

La dependencia: hemos sido educados a ingresar al mundo socio-cultural y conocer, aceptar, contribuir a y cuidar nuestras múltiples dependencias. Es hora de aprender aceleradamente a pensar, sentir y actuar independientemente para beneficio nuestro y de los otros.

Hay mujeres que a los pocos días de iniciada la crisis supieron de todo esto y se largaron a hacer: iniciaron grupos de ayuda, crearon redes, salieron a ver quienes sufrían más duramente las nuevas

condiciones, juntaron víveres y dinero y repartieron según su mejor saber. Otras mujeres (ahora cesantes) se iniciaron en actividades nuevas, creativamente buscaron satisfacer nuevas demandas, no se dejaron estar.

A diario se conocen nuevos (o renovados) servicios y productos, desde reparto domiciliario a enfermería, desde pan a ropa, desde producción agrícola en jardines y balcones hasta tratamientos online de disfunciones, dolores o inicios de enfermedad, desde profesionales que se independizan hasta académicos que se acercan a la realidad del diario vivir (con hijos y responsabilidades olvidadas). Los que pueden entran vía internet a estudiar cosas postergadas o novedosas, a relacionarse con personas en otros continentes, a conocer, a indagar y a ofrecer. La creatividad, largamente olvidada o refrenada por condiciones artificiales, vuelve a florecer. Y qué hablar de la generosidad: parece crecer y desarrollarse en todas partes.

Quizás esta crisis da pie a la larga para grandes cambios socio-culturales. Quizás madure otro modo de relacionarnos, de interactuar, de cuidar al otro y la naturaleza. Quién sabe hasta dónde alcance, está por verse.

Hay enfermos que enfrentados a su cáncer hacen grandes cambios en sus vidas, sus prioridades existenciales, sus costumbres y preferencias, y descubren un mundo nuevo, de mayor riqueza, amplitud y profundidad, con sentido de vida a cada ciclo de respiración (¡y sanan!). Estos ex-enfermos dicen a menudo: gracias a que tuve cáncer ahora vivo de veras. Quizás la crisis a la que estamos enfrentados nos lleve a una re-evaluación de nuestras prioridades y costumbres, a un nuevo modo de vivir, y terminemos diciendo igualmente: gracias a esta pandemia y a esta pobreza aprendimos a vivir mejores vidas.