

Los Súper Héroes

Marilucía Castellanos de Maestres

Caracas, Abril 7 2020

Ayer recibí un video que me inspiró para escribir esta nota, cuyo sentido es mas catártico que otra cosa. Me conmovieron los protagonistas y lo que trataban de hacer, reflejaban en cierta medida una parte de la realidad que estamos viviendo. Todos estaban confinados en un improvisado cuarto de trabajo. Se trataba de mis nietos Lukas de 3 años vestido de Hombre Araña, sentado en su mesita coloreando con cuidado a su ídolo. Matías de 5 años convertido en otro Súper Héroe producto de su imaginación, creado adhoc, tenía una especie de aro de cartón como protegiendo su espalda, metido dentro de la camiseta, un par de audífonos enormes en su cabeza y su tableta. Estaba sentado al lado de su papá quien con una barba de varios días y en franela trataba de concentrarse para realizar, con otra persona, un trabajo, en la Computadora. Todos se esforzaban para realizar su labor. Esa escena, estoy segura que se repite en miles de hogares del mundo actualmente y refleja la realidad que todos estamos viviendo en el planeta. Confinamiento, reorganización familiar, laboral, de espacios y tiempos. Todos haciendo el mayor y mejor esfuerzo para salir adelante de esta coyuntura que nos golpeo con el Corona Virus.

Así estamos todos, reorganizándonos, reinventándonos, buscando respuestas y recursos e implementando acciones. En el fondo tratando de poner un poco de orden al desorden que genera la realidad abrumadora de muerte, que acecha si nos contagiamos y podríamos morir como a muchos otros les ha sucedido.

De un día para otro, muchos cambios se han generado en nuestras vidas sumados a los problemas del país que venimos padeciendo desde hace mucho tiempo.

Son tantos y tan complejos los problemas que se producen con esta mezcla sui géneris, que es muy difícil pensar sobre soluciones posibles. No se puede pensar y menos comprender, no hay respuestas ante todas las preguntas que se nos plantean. Nuestra mente se encuentra sobrecargada de información, con dudas, interrogantes y calles ciegas. ¿Qué hacer? ¿Buscar Súper Héroes afuera, como mis nietos? ¿Qué nos digan que y como hacerlo, obedeciendo ciegamente como niños impotentes ante la realidad que sobrepasa nuestra capacidad para resolverla? En efecto este tipo de realidades abrumadoras gatilla mecanismos de regresión a estados mentales y emocionales que nos hacen vivir nuevamente el miedo, la desprotección y la invalidez de pasadas etapas infantiles cuando no contábamos con recursos suficientes para encararlas. Esta realidad nos ha obligado a ser, como niños obedientes, sin otra salida posible porque ignoramos a lo que nos estamos enfrentando.

Nuestra capacidad para “pensar pensamientos” se halla en un estado parecido a la hibernación: dormida para pensar, pero en funcionamiento para descargar los elementos Beta de aquello que no podemos pensar. Nuestro aparato mental necesita de un espacio sosegado y contenido, de un tiempo sin cronómetros para despertarse y ser productivo. En estos momentos contamos con la observación atenta, dissociando los acontecimientos de su carga emocional, para ir organizándolos en la medida de lo posible, en el archivo de nuestra mente para ser utilizados, mas tarde, por el pensamiento en unión a las emociones para poder pensar.

Para no quedar sumidos en una parálisis general, por el impacto de los acontecimientos de esta realidad, tomamos energía de las

emociones como la ansiedad y la angustia, descargándola en forma de acción pero no, de manera desorganizada, sino focalizada hacia la resolución de problemas que nos garanticen la sobrevivencia.

Creo que en estas circunstancias que vivimos, ese actuar, ese resolver problemas diarios en el confinamiento de la casa como por ejm: limpiar y ordenar, cocinar, correr, caminar, tocar un instrumento etc pudiera estar cumpliendo una función de desahogo y al mismo tiempo de contención emocional. Las emociones al ser descargadas en una acción focalizada y con propósito utilitario, se contienen mejor para poder ser pensadas a posteriori. En lugar de sobrecargarnos de información, muchas veces contradictoria sobre el virus que nos produce angustia, es mejor aprovechar esa energía y ponerla al servicio de trabajos que impliquen acción y provecho.

La amenaza real y abrumadora de muerte, del Corona Virus, tiene una carga traumática de tal magnitud y en tantos niveles, que pienso es difícil medirla en estos momentos, solo lo sabremos por las secuelas que dejara en cada uno de nosotros y en la sociedad. Una de estas cargas fue la manera sorpresiva, invasiva y global con que se presentó, sin que nadie estuviera preparado para ello. Así es como se presentan la mayoría de las tragedias. Otra son los retos, que por ser tan grandes pueden lucir inalcanzables. Hay que hacer cambios indispensables, transformaciones necesarias, renunciias impostergables, costosos duelos a nivel personal, social y global. Esto nos deja más dudas y preguntas sin respuestas.

Además siendo nosotros una generación coyuntural, donde se esta dando el parto doloroso de los nuevos tiempos ya no contamos con la juventud que nos abre el espacio y el tiempo para amainar el dolor, todo lo contrario estamos casi de salida, en un parto con fórceps donde será improbable conocer la criatura, teniendo que procesar a nivel personal y psíquico todo lo que esto conlleva. Difíciles

momentos que nos impone la vida para hacernos más incomprensible su sentido, ya que sólo con el amor no es suficiente.

Me conmueve y me inspira la lucha en que todos estamos metidos. Me da ánimo el ser observadora y al mismo tiempo protagonista del esfuerzo que hacemos para seguir adelante. Para seguir trabajando, estudiando, aprendiendo, comunicándonos, escuchándonos, ayudándonos: en resumen, viviendo en el aislamiento y adaptándonos a esta compleja realidad.

Los niños inspirados en sus Héroes para sentirse fuertes. Los padres siendo héroes para sobrevivir en el confinamiento y la incertidumbre tratando de dar seguridad y confianza a sus hijos. Las madres como pivotes del hogar, sosteniendo y administrando las tensiones que todo esto genera. Los abuelos mirando desde lejos un futuro incierto y sin embargo dando la certeza que siempre estarán allí para ayudar. ¿No somos todos Súper Héroes?

.

