

COVID 19 - COM ENS AFECTA PSICOLÒGICAMENT?

Un confinament com el que hem passat enguany és una pèrdua de llibertat personal, és una pèrdua d'hàbits en els quals molts se senten sostinguts i és, també, una obligada (i per tant poc assimilada) sortida de la zona de confort.

Després ha vingut el pseudodesconfinament. En dic pseudo perquè em sento encara una mica engabiada, perquè hi ha hàbits saludables d'abans que no he pogut encara recuperar i perquè em sento insegur davant les continuades anades i vingudes dels pics del coronavirus, ara aquí, ara allà.

Per escriure aquest article he parlat amb persones del poble amb qui confio i poso en valor el seu criteri. He volgut debatre amb elles les nostres mirades sobre com perceben l'efecte que ha causat als santfeliuencs la ressaca psicològica d'aquesta experiència vital important que ens ha portat, a nivell mundial, a viure una irrealitat, a viure sense el ritme establert fins ara.

En totes les xerrades hi ha hagut constants referències a les grans ciutats, ens sentim privilegiats al poble perquè ens sentim més lliures, més nosaltres i amb més sentiment de pertinença. És a dir, hem estat d'acord en què tenim consciència que la irrealitat també està present a les nostres vides, però de forma més lleugera.

També que aquest nou estadi creat en aquest convuls desconfinament ens ha apropiat més en el que és propi, a hàbits nous o antics però de l'entorn proper i per tant, ens ha allunyat dels hàbits de fora, dels de ciutat.

Una d'elles m'explica com enguany no ha anat a la platja per vacances perquè s'ha sentit més segura a Sant Feliu i està molt contenta de la seva decisió. També em diuen que amics i parents de ciutats volen venir cap aquí i que, els diuen que elles no vagin cap allà. Hi ha una clara visió que al poble s'està més segur respecte al virus.

Als pobles, l'impacte del virus ha estat inferior, també és inferior la densitat de població, i per tant, el risc de contagi. A més, són superiors les oportunitats d'estar al aire lliure (amb el desestrès que comporta); és superior també la sensació de refugi, per tant, tot i que també sentim latent a les nostres vides els efectes del sentit d'irrealitat viscut, ens queda més lleuger, com més assimilable. Hem acordat

també que seria una sorpresa immensa si ara ens tornessin a confinar al poble, us ho imagineu?

Ens hem apropiat al medi perquè ens hem creat una nova manera de fer. Anem poc o gens al cinema o al teatre de grans ciutats, anem menys que abans a les seves grans superfícies, esquivem les aglomeracions i per tant, optem per inventar-nos noves dinàmiques que tenen a veure, lògicament, amb les disponibilitats del poble. Tot plegat fa, doncs, que ens sentim diferents als d'abans però potser més autèntics?

Percebem també un cert "tantmefutisme" respecte a al tema social, al que fan els polítics dels diferents parlaments, com si no anés amb nosaltres. Hem après a no connectar gaire amb les notícies dels mitjans perquè les hem entès com a catastròfiques i cerquem la realitat en la nostra pròpia mirada (aquella que ara cerca els ulls dels altres per damunt la mascareta), sense exagerats condicionants que tenen a veure amb la realitat d'altres llocs, no la nostra.

A la fi l'impacte psicològic que està tenint en nosaltres, al poble, aquesta experiència del coronavirus està molt relaxada respecte als llocs on la densitat de població és superior. Hem decidit viure, en general, adaptant-nos al medi, fent ús de la nostra intel·ligència més reptiliana?

I hem après que podem viure sense tantes necessitats com abans.

Als pobles, en general, la gent vivim la realitat amb més confiança, amb menys pors. Als pobles, la gent gran sempre ha sigut pacient, la gent madura sempre ha tingut molts recursos i els joves són prudents.

Ens anirà bé veure com treballem l'experiència de la vinguda de forasters als nostres pobles, ens anirà bé conscienciar-nos que això no s'ha acabat i que va per llarg. Ens anirà bé, si necessitem ajuda, demanar-la i no callar per por al què diran i ens anirà bé ajudar-nos amb generositat. I sento que traiem molt bona nota en l'adaptació a una situació gens coneguda abans i que ens ha trasbalsat les vides. ENHORABONA!!

Xanos Rius

Acompanyo les persones a Viure Lliures de culpes i pors

(www.xanosrius.com)

"Ens anirà bé veure com gestionem l'experiència de la vinguda de forasters al nostre poble"



Imatges del cap de setmana del pont del Pilar