

EXTRAÑAR EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Marlene Martínez Garduño

Esto nos vino a mover y a conmover, bien se dijo, y acarreó tormentas para unos. Para muchos otros, tambaleó el instante en que se creían estables. También han dicho que se trabaje con las emociones como si fuese una tarea sencilla. Entonces en medio de esto te das cuenta de lo que sientes ahora, y te sientes como si no supieras nada. Como si dentro de ti las emociones se agitaran al mismo tiempo. El miedo, la ansiedad, la tristeza, e incluso la ira, y en cambio, otras emociones te faltan porque un día se dejó de hablar, se dejó de compartir, de escuchar, de escribir y de leer para el otro. Un día se dejó de demostrar y por ahora solo a la distancia hay una oportunidad.

Así, se encuentra uno, como partiendo de cero. Descubriendo asuntos nuevos, asuntos que tuviste cerca de ti pero ni los conocías, y creíste que todo estaba bajo control. Pero lo único cierto en toda esta incertidumbre son tus emociones a flor de piel. Ves palabras de aliento, verdaderas y falsas noticias, observas tu celular y te das cuenta de que un vaivén se desborda para pensar en los unos, en los otros, en los tuyos y en ti. Por un momento todo se detiene... a considerar que algo te hace falta, en el aquí y en el ahora.

Extrañar, ¿a caso una de los sentimientos difíciles de manifestar? ¿Seguiremos haciendo que no nos falta nada? ¿Cómo si no necesitáramos a nadie durante este tiempo? Tan fácil sentirlo y tan complejo manifestarlo o reconocerlo, complicado como tantas historias de vida hay. Porque para cada uno extrañar es diferente según se incline la balanza de las preferencias y las prioridades. Se extraña abrazar, platicar e ir a un café, tal vez el empleo, los ingresos y “cuando nos iba mejor”. Ya y de acuerdo con las múltiples personalidades habrá quiénes recuerden a los amigos, un lugar para bailar o ir al cine. Algunas personas extrañaran hasta las palabras no dichas. En el caso de los docentes, manifiestan que extrañan las aulas con los alumnos, las actividades en clase, las risas, los recreos, las sonrisas, o las selfies y todos estos sentimientos para al fin preguntarnos, en tiempos de contingencia ¿Qué extrañamos? ¿A quién? ¿A quiénes?

En esta pandemia en la que todos hemos sido sacudidos ¿será más sano escucharlo o decirlo? Ambas cosas tienen su importancia. Para empezar, reconocer que extrañamos algo o a alguien nos permite focalizar nuestra meta al terminar esto, al final de cuentas es bueno saber qué haremos el primer día en que se levante la contingencia. Respecto a escucharlo ¿es saludable escuchar que alguien te extraña? ¿Es bello saberlo? ¿Te da a conocer que eres importante para alguien durante este tiempo? Para decirlo, no se expresa un “te extraño” a menos que sea a alguien verdaderamente importante en nuestras vidas, pero en otros casos, ¿Por qué nos cuesta tanto trabajo manifestarlo? Extrañar en tiempos de pandemia no es sencillo, porque toda nuestra amplia gama de prejuicios y caparazones no nos permite reconocer que necesitamos de algo o de alguien.

Como puedes ver, trabajar con nuestras emociones para descubrirnos y saber cómo manejarlas puede costar muchísimas desveladas ¿Qué sentimos en esta emergencia sanitaria? ¿Miedo? ¿Vulnerabilidad? ¿Ansiedad? ¿Soledad? El día de hoy y en mitad de esto, tal vez lleguemos a concluir que siempre es mejor conocer lo que somos y que no fue necesario un distanciamiento para valorar lo que verdaderamente extrañamos.

Abril 2020