



## CORONAVIRUS DISEASE; COVID-19

### CUANDO WHATSAPP NOS SORPRENDE

Continuamos con nuestro Boletín-COVID, a la espera de... Mejor, digamos que con esperanza, sin más.

*Según leemos, WhatsApp es una aplicación de mensajería instantánea para teléfonos inteligentes, en la que se envían y reciben mensajes mediante Internet, así como imágenes, vídeos, audios, grabaciones de audio (notas de voz), documentos, ubicaciones, contactos, gifs, stickers, así como llamadas y video-llamadas con varios participantes a la vez, entre otras funciones. WhatsApp se integra automáticamente a la libreta de contactos, lo que lo diferencia de otras aplicaciones, ya que no es necesario ingresar alguna contraseña o PIN para acceder al servicio.*

Claro que, ¿qué recibimos? Pues supongo que muchas cosas interesante y, por supuesto, mucha, muchísima basura y estupideces variadas. Pero la vida es sorprendente y también puede serlo algo que recibimos entre la basura. Es el caso de algo que recibí hace unos días, iba de lectura-maestro-discípulo. Se lo transcribo tal cual lo recibí:

**«HE LEÍDO MUCHOS LIBROS, PERO ME HE OLVIDADO DE LA MAYORÍA. ENTONCES, ¿CUÁL ES EL PROPÓSITO DE LA LECTURA?»**

Esta fue la pregunta que un alumno le hizo una vez a su Maestro. El Maestro no respondió en ese momento. Sin embargo, después de unos días, mientras él y el joven alumno estaban sentados cerca de un río, dijo que tenía sed y le pidió al joven que le trajera un poco de agua con un colador viejo y sucio que había en el suelo. El alumno se sobresaltó, porque sabía que era un pedido sin lógica. Sin embargo, no pudo contradecir a su Maestro y, habiendo tomado el cedazo, comenzó a realizar esta absurda tarea. Cada vez que sumergía el colador en el río para traer un poco de agua para su Maestro, ni siquiera podía dar un paso hacia él, ya que no quedaba ni una gota en el colador.

Lo intentó y lo intentó decenas de veces pero, por mucho que trató de correr más rápido desde la orilla hasta su Maestro, el agua siguió pasando por todos los agujeros del tamiz se perdió en el camino.

Agotado, se sentó junto al Maestro y dijo: “No puedo conseguir agua con ese colador. Perdóname Maestro, es imposible y he fallado en mi tarea”. “No -respondió el anciano sonriendo-, no has fallado. Mira el colador, ahora brilla. Está limpio. está como nuevo. El agua, que se filtra por sus agujeros, la ha limpiado”. “Cuando lees libros -prosiguió el viejo Maestro-, eres como un colador y ellos son como agua de río. No importa si no puedes guardar en tu memoria toda el agua que dejan fluir en ti, porque los libros, sin embargo, con sus ideas, emociones, sentimientos, conocimientos, la verdad que encontrarás entre las páginas, limpiarán tu mente y espíritu, y te convertirán en una persona mejor y renovada. Este es el propósito de la lectura”.

En primer lugar, podemos decir aquello de ¡qué bonito!, ¡es precioso!, etc. Tal vez haya quine no lo vea así. El caso es que, más allá de coladores, aguas, maestros y discípulos, cabría pensar en una frase bien conocida y que como retintín se oye cada vez con más frecuencia (antes justo del abandono). Me refiero a la psicoterapia. “A mi ir al psicólogo no me sirve para nada”, “es muy fácil decirlo pero...”, “hablo y hablo, llevo seis meses y todo igual, dice que es lento”, etc.

En una ocasión, un psiquiatra me preguntó si conocía algo de la costa gallega y que si me gustaba la forma que tenían algunas de las rocas de sus playas. Continuó preguntando: ¿sabes cómo se han hecho esas formas? Por la fuerza del agua, respondí algo precipitadamente. Y él corrigió: “por la fuerza no, por la constancia”, “es cuestión de tiempo y paciencia”, apostilló.

La psicoterapia, en muchas ocasiones es como el agua que pasa por el colador y que nos parece que se escapa, que el colador (nosotros) siempre sigue igual. Al cabo de un tiempo vamos descubriendo que el colador (nosotros) brillamos más gracias al paso del agua (la psicoterapia) por nuestra persona, la limpia, la purifica, la hace brillar con nuevos destellos. La clave está en no abandonar, así el terapeuta seguirá haciendo de agua, como esa agua que también llega a dar forma a unas rocas, no por imposición, no por la fuerza sino por la constancia, por el día a día.

Gracias a WhatsApp podemos leer esta historia, por esa vía llegó. A veces, lo que vale la pena queda enmascarado entre mucha basura. En ocasiones, muchas personas se dedican a eliminar toda esa basura, es lógico, nos llena el dispositivo con bobadas. Sin embargo, en ocasiones (muy pocas) hay algo valioso sobre lo que

reflexionar. En una era como esta de la inmediatez, abogar por la paciencia, la constancia, la perseverancia resulta difícil. La sociedad demanda respuestas rápidas para todo, no podemos esperar. Pero el ser humano es contradictorio. Ahora que la vacuna llega “pronto” empezamos por decir que es demasiado rápido, y cuando nos dan una noticia sobre “algunos trombos” parece que la humanidad esté condenada a morir “trombóticamente”. Así somos. O demasiado tarde o demasiado pronto. Esperaba la vacuna, pues ahora no me vacuno. No hay tiempo para la reflexión, nos movemos al hilo de la noticia y de la reacción inmediata, no “esperamos” a que las cosas se consoliden, se sepan, queremos la vacuna ya o no la queremos, queremos una terapia que resuelva ya o no la queremos, no soportamos la espera en nada. El mando a distancia fue un instrumento que nos enseñó a cambiar de canal de TV de forma rápida y sin esfuerzo. Es el modelo que, desde hace muchos años, se consolidó.

Así que lean, tengan paciencia, reflexionen y, si necesitan un tratamiento psicológico, no esperen milagros. Por cierto, con las dietas tampoco. Es lo que hay.