

Pandemia: czy i jak się zmienimy? Oczami niewidomego

Data publikacji: 13.04.2020 17:14

Izolacja, brak kontaktów i utrata dotychczasowego życia. Czy doświadczenie pandemii nauczy nas czegoś, czy znajdą w nas jakieś trwałe, pozytywne zmiany, a może szybko zapomnimy o tym przeżyciu? Może nadarza się czas aby o tym trochę pomyśleć.



Fot: Pixabay.com

Pandemia pokazała nam jak prowizoryczne jest nasze życie. To, co znaliśmy do tej pory, zmieniło się w ciągu kilkunastu dni. Na moment zamarł świat, potem zmuszeni zostaliśmy przystosować się do nakazów i obostrzeń podjętych po to, aby minimalizować ryzyko zarażenia koronawirusem. Wielu z nas zaczęło odczuwać uczucie niepewności – ile osób jest chorych, kto jest zdrowy, a kto zarażony. W myślach pojawiają się nam pytania: kiedy wygaśnie pandemia, czy czeka nas kryzys gospodarczy i ogromne bezrobocie.

Koronawirus spowodował, że musieliśmy w bardzo krótkim czasie nauczyć się żyć inaczej. Izolacja, do jakiej zostali zmuszeni zarażeni, panujący stan zagrożenia sprawiły, że musieliśmy stworzyć sobie nowe sposoby na przetrwanie tej sytuacji. Kto się przystosował nie odczuwa obecnie tak wielkiej złości i frustracji.

Spółeczeństwo wdg Mnie możemy obecnie podzielić na dwie grupy. Pierwsza to osoby, które czują się świetnie, zniknęła presja w stosunku do nich polegająca na tym, że muszą być bardzo społeczni, wychodzić, bawić się, rozwijać. Teraz mogą spokojnie przebywać w domu. Druga grupa to Ci z nas, którzy traktują domy głównie sypialnie i sensem życia jest obcowanie z ludźmi, życie w grupie, poszukiwanie nowych doznań. Teraz zamknięci w „czterech ścianach” przeżywamy silną złość.

Podczas tych ostatnich tygodni otrzymaliśmy od życia szansę nauczyć się akceptować to, na co nie mamy wpływu, godzić się z tym i żyć dalej. Możemy teraz zmienić tryb życia i być bliżej tych, którzy są dla nas najważniejsi. Obecna sytuacja może stać się okazją dla nas, żebyśmy zatrzymali się i żyli zgodnie ze swoimi najważniejszymi potrzebami, którymi są: bezpieczeństwo, miłość, bliskość, uznanie, szacunek. Informacje o osobach zmarłych w wyniku pandemii przypominają nam, że jesteśmy krusi i wrażliwi. Zauważając to możemy pochylić się nad sobą i drugim człowiekiem oraz przyznać się do naszej słabości.

Pojawiają się zdania, że konsekwencje izolacji społecznej będą dużo gorsze niż samego koronawirusa. Wiele osób może teraz umrzeć na przewlekłe choroby, których jest mnóstwo i częstotliwość zachorowań na nie jest obecnie większa. Konsekwencją, która się może wśród nas pojawić to również depresja, zamknięcie się w sobie, poważne problemy psychiczne, próby samobójcze. Ważnym jest abyśmy w wyniku trwającej pandemii nie musieli z tym właśnie się mierzyć na własnej skórze.

Na koniec słowa, które znalazły się na jednym z portali: **„Istnieje duża szansa, że po pandemii świat będzie spokojniejszy i wolniejszy. Ludzie będą dla siebie bardziej życzliwi, uważniejsi na potrzeby swoje i innych. Będzie to świat, w którym ludzie zaczną cenić nie dobra materialne, a to, co teraz jest na wagę złota – czas i uważność na drugiego człowieka. To daje bezpieczeństwo i sprawia, że nie czujemy się samotni we współczesnym – jakże trudnym do życia – świecie”.**