

ERNO PARRA PARRA, PSICÓLOGO:

«Es motivo para la vergüenza vivir cómo la ‘nueva normalidad’ está implicando retornar al punto de partida»

ENTREVISTADO POR:

EDGAR ABARCA LACHÉN



Foto: Nacho Rivera.

En la obsesión por olvidar todo lo que con enorme esfuerzo hemos construido y perder una oportunidad irreplicable para salir fortalecidos, la sociedad dispone de baluartes dispuestos a evitar que eso ocurra.

Erno Parra (Madrid, 1965), activista de derechos humanos desde hace más de 30 años, forma parte de esos profesionales abnegados que luchan por el cambio, en su caso, a través de la ayuda y el consuelo. Psicólogo y bombero en Madrid, especializado en la atención y *consuelling* psicológico a personas en situación de vulnerabilidad y exclusión social, es un amante de su profesión en compromiso constante con los procesos de cambio social desde una perspectiva humanista. Persona pausada, reflexiva y generosa, ha vivido en las trincheras de la tragedia sanitaria experimentando el dolor y la angustia.

Dice que la vida es una sucesión de duelos, de pérdidas que nos van construyendo. ¿Qué hemos construido en estos meses?

La vida es una sucesión de pérdidas, que nos construirán en el caso de que vayan acompañadas de sus duelos. Por lo tanto, habría que pensar en lo que se podría haber construido o se construirá. Creceremos si se aprende a convivir con la incertidumbre, si somos capaces de relativizar y de ordenar las prioridades o si tomamos conciencia de nuestra vulnerabilidad.

En su *Tetralogía de la ejemplaridad*, Javier Gomá reflexiona acerca de la conciencia de nuestra propia finitud. Como infectado de COVID, ¿ha sentido miedo?

Sí, claramente. Sin haber tenido una sintomatología grave he «in-corporado» la vulnerabilidad, la he hecho formar parte de mí y espero conservar un espacio para ella.

Sentirla me ha llevado a un estado de conciencia que me hace relacionarme con la salud como algo dinámico e impredecible. A veces llega con la apariencia de un don que siempre permanecerá, pero hoy la identifico como un jardín al que hay que cuidar y prestar atención, y que siempre estará en relación con el entorno en el que se desarrolle.

Esta vulnerabilidad me ha dado mucha más claridad a la hora de distinguir entre lo que es importante y lo que no lo es. Y la consecuencia es que me resulta más fácil orientar mi brújula y me «obliga» al compromiso con la vida, con la cotidianeidad en la que encuentro todo eso que es importante.

Por último, hay una dimensión social que me acerca a la conexión con el «otro vulnerable» facilitando el vínculo. Además se produce una deconstrucción de la individualidad; es fácil reconocer que somos lo que somos porque la evolución nos llevó a ser comunidad y en consecuencia nuestra supervivencia será colectiva o no será.

Como bombero sabe que la catástrofe es parte del origen de nuestra cultura. En *El Nombre de la Rosa*, Eco refleja el castigo de Dios con el mito del Diluvio. Erupciones, terremotos, pestes, incendios, violencia, enfermedades. ¿Saldremos fortalecidos?

Está en nuestra mano que pueda ser, pero no lo vamos a encontrar como un regalo ni será una consecuencia cierta de la recuperación. Creo que salir fortalecidos va de la mano con la idea de la resiliencia, que incorpora esa recuperación, pero que también implica el crecimiento en la adversidad. Para conseguirlo necesitamos buscar el cambio a nivel individual y hacer que se manifieste en mi relación con los demás para que la resiliencia deseada sea también colectiva.

Se han producido situaciones dramáticas: abuelos sin el cariño de sus nietos o personas mayores abandonadas a su suerte. La muerte ha destrozado a familias enteras. ¿Qué mecanismos nos hacen sobrevivir a tanto dolor?

Creo que son diversos. Se observan algunos que tienen que ver con la distracción, voluntaria o involuntaria, que nos hace no conectar con emociones que nos resultan difíciles de gestionar. Otros se apoyan en la esperanza que se construye cada día. Y otros se han generado reelaborando los vínculos que nos unen a las personas que fallecen o a las que tenemos lejos. Este proceso implica ir más allá de lo físico.

Bares, vacaciones, fútbol, obsesión por restablecer lo perdido. ¿Es normal esto de la nueva «a-normalidad»?

Es normal y arriesgado, se pretende recuperar un cierto orden, buscando la seguridad de la que antes se disponía. Se olvida, en muchos casos, que todo ha cambiado. No se incorporan nuevos modelos de relación con el consumo, con los estudios, el trabajo, la movilidad. Es eso de cambiar todo para que todo siga igual. Además, de forma, se nos pone frente a la visión de lo que la sociedad considera importante, y no parece muy esperanzador.

Supongo que vivir el duelo requiere de altas dosis de introspección. ¿La sociedad moderna, que potencia cada vez más el individualismo frente a la comunidad, nos proporciona herramientas para afrontarlo en momentos como este de aislamiento?

No, la sociedad moderna nos lo pone muy difícil. La introspección que se precisa ha de suponer un proceso acompañado, donde podamos compartirnos y recibir el apoyo social que nos hace sentir fuertes.

En este momento, además, nos encontramos con que es la comunidad la que ha de repensarse y reconstruirse, y si no aparecen los encuentros necesarios difícilmente podrán darse de forma plena.

Cientos de grupos de adolescentes sin mascarilla y playas atestadas de gente. ¿Es posible que la memoria histórica sea selectiva o que el ser humano padezca de Alzheimer selectivo como forma de protección?

Realmente es algo común que aparezca, a nivel individual y colectivo, con la particularidad de que suele suponer un coste que consiste en que no lo habremos incorporado a nuestro crecimiento biográfico. No aparecerá un aprendizaje relacionado con el afrontamiento de situaciones similares, ni a través de conductas ni a través de la gestión emocional que podríamos llevar asociada.

La memoria será selectiva, construida de acuerdo a unos valores y una interpretación. Y de lo que quede en ella dependerá el grado de crecimiento al que podamos llegar.

Camus plantea en La Peste que las peores epidemias son las morales. En tiempos de coronavirus, ¿vamos sobrados de solidaridad?

En términos generales pienso que no, pero no lo digo desde el pesimismo. Creo que se confirma la idea de que en tiempos de crisis los humanos somos capaces de lo mejor y de lo peor. Y desde la acción de minorías comprometidas veo posibles vías de modelado e influencia que activen conductas altruistas a desarrollar en el seno de la comunidad. No obstante, el conformismo y la individualización construyen una fuerza poderosa que va en contra de estas minorías.

¿Qué le sugiere esta frase del periodista Jorge Bustos?: «Quizá lo propio de los periodos de decadencia sea la predilección por la vía negativa hacia el conocimiento».

Me recuerda esos momentos de «diálogo» en los que el argumento propio se apoya en la destrucción de los argumentos del otro. Es un formato complicado para la construcción del conocimiento o para generar alternativas compartidas. Impide observar problemas o retos generando sinergias y no se accede al potencial que acompaña a las acciones de un grupo cohesionado.



Green Grouping SOLINGENIA
ENERGÍA SOLAR FOTOVOLTAICA

Somos líderes en energía solar fotovoltaica desde 2007 con más de 70 instalaciones en Aragón y Cataluña

Reducimos su factura energética

LE REALIZAMOS UN ESTUDIO SIN COMPROMISO

info@greengrouping.com • 974 990 000

Nos encontrarás en:
Avda. Cinca 12, Barbastro • C/ del Parque 2, 3º dcha. Huesca

Autoconsumo industrial
Granjas aisladas de la red
Bombes y riegos

Punto de Servicio endesa

Resiliencia, empoderamiento, autoayuda. ¿Palabrejas que nos invitan a pensar que el hombre moderno es cada vez más frágil?

Quisiera pensar que no, quiero pensar que estas palabras han acompañado al desarrollo de planteamientos que algunas personas han compartido antes, al ser capaces de observar su vulnerabilidad y la del otro. Me gusta pensar que aunque el medio social y cultural no lo facilite, siguen actualizándose modelos que permiten a la persona tomar conciencia de su papel en la vida para comprometerse en la obtención de eso que se ha dado en llamar «la mejor versión posible de uno mismo».

Manipulación política e incluso científica por parte de los medios. El cáncer de la infoxicación a la que estamos sometidos es patológica. ¿Hay quimioterapia para salvarnos?

La hay y se llama esperanza. Pero sin engaños, no se trata de la esperanza ñoña, esa que fundamenta esperas pasivas. La esperanza en la que confío es la esperanza realista. Costa y López se refieren a ella como el horizonte que contemplamos mientras trabajamos para alcanzarlo. Y ese horizonte consiste en el hecho de que la masa se convierta en ciudadanía comprometida.

¿Es mejor creerse las noticias falsas o las mentiras oficiales?

Es mejor vacunarse... con el pensamiento crítico.

Malcolm Gladwell opina que hemos inflado la importancia de la política. ¿La desafección hacia nuestros políticos está justificada o es un mal que nos merecemos?

En esta disyuntiva echo de menos una tercera opción de respuesta.... Las dos respuestas anteriores son ciertas. Creo que la desafección hacia nuestros políticos está justificada, salvo excepciones, no representan esos valores que tendrían que apreciarse entre quienes lideran una democracia avanzada. Se la han ganado por méritos propios. Pero a su vez nos lo merecemos, porque los hemos elegido y porque, en términos estadísticos, son la muestra de una población, sus valores y

Erno Parra Parra

Licenciado en Psicología. Bombero profesional en la Comunidad de Madrid. Miembro supervisor de la Asociación de Counselling Humanista Española. Formador en diversos cursos y post-gradados en las áreas de la intervención social, counselling, atención al duelo e intervención psicológica en emergencias. Profesor e investigador en el Grupo Farmacoterapia Social de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad San Jorge. Lleva más de 10 años colaborando como voluntario en el Centro de Escucha de los Religiosos Camilos. Durante las primeras semanas de la pandemia colaboró en el teléfono de atención de 24 horas del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.

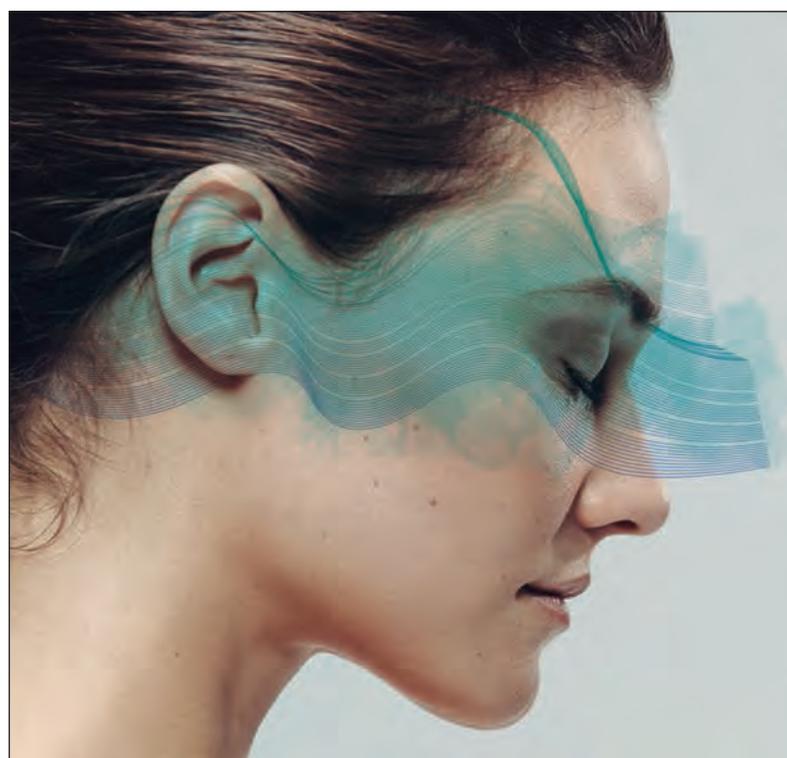


Foto: Nacho Rivera.

conductas no me parecen más reprobables de lo que tendrían que serlo en organizaciones o instituciones que también deberían ser ejemplares.

«El mejor sistema sanitario del mundo» con más grietas de las que quisiéramos: ¿qué más tiene que ocurrir para que exijamos un cambio?

La verdad es que pensar en esta pregunta me produce inquietud. Por un lado, resulta extraordinariamente llamativo cómo se ha ido desmontando ladrillo a ladrillo, sin una respuesta colectiva, permitiendo que se rompiera el contrato social que determina la existencia de ese sistema sanitario. Y por otro lado, una vez que la realidad ha explotado ante nosotros,



**QUIERO VERTE,
OÍRTE, SENTIRTE.**

**Revisión
VISUAL Y AUDITIVA**
Pide cita gratuita.



Natural Optics
SAN RAMÓN
Corona de Aragón, 3
22300 BARBASTRO (Huesca)
Tel. 974 31 28 67
www.naturaloptics.com/sanramon
sanramon@naturaloptics.com
Síguenos en Facebook 

nos mantenemos en esa dejación de funciones, ignorando el hecho de que no hay gestos que nos hagan mirar a un futuro distinto con optimismo.

Con una ciencia y una educación maltratada, ¿aspiramos a la inmunidad del rebaño o realmente ser un rebaño sin inmunidad?

Si esta situación no se revierte no iremos más allá de ser rebaño. En ocasiones la (ausencia de) respuesta colectiva parece marcar un camino en el que la búsqueda del «soma» que describía Huxley es nuestra única aspiración. Como contrapeso a planteamientos vitales individualistas donde el vacío es el auténtico protagonista de nuestras vidas.

A lo largo de la historia, la soledad ha sido fuente de melancolía y cierto desequilibrio pero también motivo de inspiración para pensadores y artistas. ¿Podríamos aprender y salir fortalecidos de lo vivido?

La soledad puede convertirse en una oportunidad para el crecimiento. Ofrece un espacio para el autoconocimiento, para encontrarnos frente al espejo. Quizás incluso se podría entender como una condición necesaria para el desarrollo personal, es desde donde podemos observar qué somos y lo que es importante para cada uno de nosotros. Cuando llega sobrevenida hay que hacer las paces con ella, escuchar sus mensajes y aceptarla como una herramienta que se pone a nuestra disposición.

Según Pinker, los problemas son solucionables y pese a todo seguiremos progresando. ¿Usted es también de los que ve el vaso medio lleno?

Comparto la esperanza en el futuro, pero no puedo considerar el vaso medio lleno. Puedo preciar cambios, preocupado porque algunos de ellos no nos llevarían de forma directa al progreso. Y ante ello, lo que queda es la ciudadanía responsable, la búsqueda de sinergias y la confianza en el poder que tienen las minorías cohesionadas y comprometidas, esas minorías activas a las que se refiere Moscovici y a las que se atribuye un importante papel en el cambio social.

Yuval Noah Harari plantea en *Sapiens* que la felicidad depende de la correlación entre las condiciones objetivas y las expectativas subjetivas, llegando a la conclusión de que la gente no es mucho más feliz hoy que en épocas pasadas.

Estoy de acuerdo, e incluso me permito aportar que en estos momentos nos enfrentamos a circunstancias que pueden hacer que la felicidad se convierta en un objetivo inalcanzable. El progreso no ha hecho que las condiciones objetivas alcanzables sean suficientes, nos encontramos viviendo en un modelo socio económico donde el consumo y la apariencia dibujan un horizonte que cada vez queda más lejano. Este modelo nos individualiza y se encarga de generar un vacío que sólo parece que se llena cuando estamos en la rueda del hámster, mientras producimos para consumir.

Aplaudimos efusivamente a los sanitarios y a un sistema que los protege con bolsas de basura. Nos olvidamos de todos esos «trabajos de mierda» de Graeber que han estado dando la cara.

De forma colectiva hemos topado con mecanismos de protección perversos. Detrás de los aplausos interpreto la necesidad de agarrarnos a algo, la necesidad de no sentir la vulnerabilidad que supone estar confinado ante un riesgo del que no sabemos mucho y que vivimos como extremadamente peligroso. Las herramientas son percibir, ahora sí, el poder de lo colectivo y confiar en una herramienta, el sistema de salud.

Pero para que este esquema funcione debemos obviar lo que lo ponga en duda. No miraremos las carencias y el abandono en la sanidad pública y hablaremos de heroísmo. Y no miraremos hacia esos «Trabajos de mierda» porque evidenciaría que no existe el poder de lo colectivo, y que vivimos en un contexto en el que la polarización entre privilegiados y excluidos es cada vez mayor.

Creo que, desde un punto de vista social, es motivo para la vergüenza vivir cómo la «nueva normalidad» está implicando retornar al punto de partida en nuestro mundo de valores y prioridades.



Mármoles ZAMORA

Avda. Pirineos, 67, naves 22-23 • BARBASTRO • Tel. 974 311 477 Fax 974 313 052

marmolesjamora@gmail.com

Reenviamos información sin tiempo de digerirla, nos creemos las noticias más extravagantes sin contrastarlas. Hemos aplanado la curva epidemiológica. ¿Qué hacemos con la neuronal?

Espero que no lleguemos al punto del «no retorno». Pero no sólo hablamos de una pérdida de competencias. Además se puede observar cómo hay una renuncia implícita (y explícita en ocasiones) a confrontar informaciones, y a posicionarnos ante ellas en función de nuestro juicio. Se incorporan y se difunden sin filtro, sin darnos la oportunidad de demostrar esa reflexividad con la que muchas veces se identifica a los humanos. Nos cosificamos.

¿Cómo puede paliar la sociedad (nosotros) el dolor de la pérdida de toda esa masa anónima y abandonada (los otros)?

Re-descubriendo y cuidando los vínculos de los que en realidad no podemos escapar. Uno de los mensajes de la reciente pandemia nos dice que no estamos solos, no existe un nosotros ni un ellos. Hemos podido comprobar como la seguridad o la salud no son conceptos que se puedan aislar en un grupo al margen del que podamos considerar el otro. Donne nos recordaba que ningún hombre es una isla y que por eso no hemos de preguntar por quién doblan las campanas, porque cuando lo hacen es también por cada uno de nosotros.

Como añadido se puede desarrollar otro tipo de vínculo, el que determina que el destino de distintas especies en un lugar al que llamamos Planeta Tierra va a ir de la mano. Levantar la vista de lo inmediato puede hacernos tomar conciencia de que no hay futuro para «nosotros» sin que tengamos en cuenta el futuro de los «otros».



Edgar Abarca Lachén

Farmacéutico titular.
Profesor Formulación Medicamentos Individualizados en el Grado de Farmacia. Coordinador del Programa de Aseguramiento de la Calidad del Medicamento Individualizado (PACMI). Director del Título de Experto en Formulación de Medicamentos Individualizados. Director del Título de Experto en Formulación de Medicamentos Individualizados en Pacientes Especiales (Geriatría, Pediatría y Cuidados Paliativos), Universidad San Jorge (Villanueva de Gállego, Zaragoza). Director Científico Sociedad Española del Medicamento Individualizado - LASEMI.

L. Sampedro.

De la zona del miedo a la de crecimiento. ¿Cuál es la lección de esta pandemia?

La lección fundamental debería ser que no nos podemos permitir olvidar. No podemos olvidar que somos vulnerables a nivel individual y colectivo, que somos seres interdependientes, que hay una relación inescapable con un entorno que destruimos y al que no atendemos y que la globalización nos ha de hacer mirar más allá de nuestros pies. No habrá seguridad si ésta no es global.

Siglos de Tradición y aceite de oliva virgen extra

Tienda: Plaza San Antonio, 2 | 974 31 19 27
Almazara: Pol. Ind. Valle del Cinca, 17 | 974 31 27 12

www.aceitesanantonio.com