**Αγαπητοί φίλοι**

**Σας προωθούμε τις σκέψεις περί ωριμότητας-ενσυναίσθησης-συμμόρφωσης**

**ως κοινωνικό πρόταγμα για την αντιμετώπιση του** **COVID-19**

**της ιατρού, μικροβιολόγου Μαρίας Σκούταρη,**

**φίλης και υποστηρίκτριας της οργάνωσης.**

**ΚΟΙΝΟ\_ΤΟΠΙΑ** [**www.koinotopia.gr**](http://www.koinotopia.gr/)

**Άξιον Εστί**

**Πόσο θα αλλάξει ο κόσμος μας ;**

Πανδημίες και μικρότερα ενδημικά κύματα από διάφορους λοιμογόνους παράγοντες περιγράφονται από την εποχή του ανθρώπου τροφοσυλλέκτη. Ιστορικές και ανθρωπολογικές μελέτες αναφέρονται σε χαρακτηριστικά, όπως, η νοσηρότητα, η διάρκεια και οι επιπτώσεις ενός πανδημικού κύματος σύμφωνα με τη δομή και τα κοινωνικά δεδομένα κάθε εποχής.

Οι πανδημίες έχουν αποδεκατίσει πόλεις, φυλές, λαούς, και έχουν αλλάξει την πορεία των εθνών. Οι επιπτώσεις είναι άμεσες, έμμεσες και εξελίσσονται σε βάθος χρόνου.

Σήμερα πλέον η διαχείριση του φαινομένου είναι επιστημονικά δεδομένη και δεν επιδέχεται εμπειρικές προτάσεις και πειραματισμούς. Η επιδημιολογική επιτήρηση επιβάλλει μέτρα που απαιτούν από τον ενήλικα πολίτη ΩΡΙΜΟΤΗΤΑ-ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗκοι-ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗ. Η μάχη δεν είναι μάχη χαρακωμάτων, δεν εγείρει αισθήματα πατριωτικά, δεν έχει εθνική έξαρση, διάθεση αυτοθυσίας, ενθουσιασμό, δεν οδηγεί σε καταστάσεις που εμψυχώνουν και ανεβάζουν τα επίπεδα αυτοεκτίμησης.

Αντίθετα απαιτεί αποσυνάθροιση, αποδόμηση του κοινωνικού ιστού, αποδιοργάνωση των εργασιακών συνθηκών, κατάλυση της κουλτούρας του κάθε λαού και περιοριστικά μέτρα. Η αιφνίδια κοινωνική αποδιάρθρωση είναι ισχυρότατο πλήγμα για τον πολίτη που καλείται πλέον να αντισταθεί στην προσωπική του κατάρρευση κινητοποιώντας μηχανισμούς αμύνης σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο.

Η ΩΡΙΜΗ ΣΚΕΨΗ θα τον βοηθήσει να κατανοήσει τις νέες ανάγκες και να προσαρμοστεί στις αλλαγές της καθημερινότητας. Η προσαρμοστικότητα της ανθρώπινης φύσης είναι απεριόριστη φθάνει να πιστεύει στην ορθότητα των πράξεων του. Η ώριμη σκέψη επιβάλλει αυτοσυγκράτηση και έλεγχο των συναισθημάτων. Οργή, αγανάκτηση, θυμός, και πράξεις βίας δε χωράνε σε τούτη τη μάχη.

Απαραίτητο άυλο όπλο είναι η ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ. Οι πράξεις πρέπει να στοχεύουν στη εξυπηρέτηση και στη βοήθεια του συνόλου. Εγωισμοί, ανοησίες και μαγκιές μόνο στην απόρριψη θα μας οδηγήσουν.

Εξ ίσου ισχυρό όπλο είναι η ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗ στους νέους κανόνες κοινωνικής συμπεριφοράς. Έχει νόημα να κατανοήσουμε τα οφέλη που μας προσφέρουν και όχι να

βρούμε το 'παραθυράκι' διαφυγής.

Οι μετά την πανδημία επιπτώσεις είναι εξ ίσου σοβαρές. Οι μελέτες των ιστορικών δεδομένων έχουν οδηγήσει στη δημιουργία μοντέλων και σχεδιασμό δράσεων που θα μας βγάλουν από τα ατομικά και κοινωνικά αδιέξοδα.

Όταν θα έχει εκλείψει ο φόβος του θανάτου καλούμαστε να διαχειριστούμε μία νέα κατάσταση με δικά της χαρακτηριστικά. Θα βρούμε μπροστά μας τις νέες συνθήκες επανεκκίνησης της κοινωνικής ζωής, των εργασιακών σχέσεων, της οικονομίας.

Κοινωνίες τραυματισμένες με πολίτες ταλαιπωρημένους είναι επιρρεπείς σε παθογένειες. Ποιές θα είναι οι οικογενειακές σχέσεις ; ποιοι θα έχουν εργασία ;

πως θα είναι η παιδεία ; πόσοι θα έχουν τα στοιχειώδη για επιβίωση ;

Εδώ θα δοκιμαστεί η δυναμική της κάθε κοινωνίας. Η ομαλότερη και ταχύτερη επάνοδος στηρίζεται στους άξονες που χαρακτηρίζουν τον υπεύθυνο πολίτη την ΩΡΙΜΟΤΗΤΑ την ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ και τη ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗ. Μετά την κρίση της πανδημίας οι ομάδες που θα χρειάζονται στήριξη θα είναι διευρυμένες. Θα εμπεριέχουν άτομα και οικογένειες που πενθούν για αγαπημένα πρόσωπα που έχουν φύγει χωρίς την τιμή της εξόδιας ακολουθίας, άτομα που έχουν δαιμονοποιηθεί που νοιώθουν την απόρριψη, άτομα καταθλιπτικά με ψυχαναγκασμούς και έντονα σημεία μετaτραυματικού στρες, άτομα που οδηγούνται σε εκρηκτικές αντικοινωνικές συμπεριφορές. Η εφαρμογή των οδηγιών που θα προτείνει η επιστήμη είναι ο ασφαλέστερος τρόπος για να βγούμε από τη στενωπό της πανδημίας.

Η προσωπική προσπάθεια ας είναι η ελάχιστη συνεισφορά για τις ανθρώπινες απώλειες. Η εκατόμβη των νεκρών δημιουργεί ΧΡΕΟΣ, μας καθιστά υπεύθυνους για τη σύσταση και εφαρμογή νέου αξιακού κώδικα που θα μας οδηγήσει στη λύτρωση από το δράμα και στη συνέχιση της εξέλιξης των κοινωνιών. Το οφείλουμε στους νεκρούς.

Μαρία Σκούταρη

Ιατρός Μικροβιολόγος