



Instituto para o Desenvolvimento Educacional, Artístico e Científico

## Ezio Okamura

Comecei a quarentena em 24 de março de 2020, ou seja, estou em regime de distanciamento social presencial há catorze dias. Estou no Jabaquara, São Paulo, Capital.

Estou numa casa de cerca de cento e cinquenta metros quadrados. Comporta *living*, sala de estar, de refeição, cozinha, quatro dormitórios e dois banheiros. A área de serviço é externa e há quintal. Estamos nela: minha mãe, eu e duas cuidadoras que em revezamento cobrem as vinte e quatro horas do dia.

Descrevo a seguir a minha rotina de cada dia. Ela começa, em geral, com uma oração e meditação (às vezes podem acontecer no início da noite, quando não feitas de manhã), pequeno almoço, conversa *on line* com minha mulher, atividade física, uma olhada no noticiário via *internet*, nos *e-mails*, nos registros de banco etc. Depois do almoço, algumas vezes faço uma pequena caminhada na vizinhança, virtualmente sem transeuntes mesmo em épocas de não Covid-19. Por vezes fico explorando pequenos objetos, papéis antigos, que há muitos nesta casa, outras vezes tiro uma soneca. Tomo café da tarde. Em alguns dias, algumas atividades da manhã são feitas à tarde. Depois vem o banho, o jantar, uma espiada na televisão. Olho *YouTube*, olho *Netflix*. Depois durmo.

Tenho dedicado mais atenção e tempo para a atividade física, fazendo alongamentos, exercícios de respiração, tomando



## **Instituto para o Desenvolvimento Educacional, Artístico e Científico**

banho de sol etc. Tenho conversado mais com minha mãe, coisa que não seria possível se não fosse presencialmente. Tem sido uma oportunidade de fazer tarefas ou atividades diferentes do habitual. Como achar uma foto esquecida e evocar recordações agradáveis, ou mesmo elaborar uma reinterpretação de determinados episódios que emergem da memória. Tem sido uma oportunidade para adquirir novos hábitos, principalmente na higiene para proteção contra este novo vírus.

Sinto-me tolhido na minha liberdade de ir e vir. A falta de contato presencial traz prejuízos emocionais, a falta de mais calor humano, de abraçar, rir ou mesmo ficar triste junto.

Não conheço pessoalmente ninguém que tenha se contaminado com o coronavírus. Mesmo assim sinto receios e medos de contaminação, raiva e tristeza por causa da forma como tem sido administrado o Brasil. Fico pensando até quando irá esta situação, que parece se prolongar cada vez mais diante da passividade da sociedade e das instituições frente ao descalabro promovido pelos atuais detentores do poder executivo...

A minha fé em Deus tem sido fundamental para reinterpretar os acontecimentos da situação atual. Tem sido possível ressignificar muitas das minhas atitudes, comportamentos, reações, pensamentos e sentimentos nas orações que tenho feito a favor dos amigos, dos meus familiares e de mim mesmo.

Após as orações, me vem frequentemente sensação de bem estar, de renovação de energia para o dia que começa. É claro que não acontece isso fatalmente. Diante dos resultados dessas ressignificações tenho tido oportunidades de reformular



## **Instituto para o Desenvolvimento Educacional, Artístico e Científico**

alguns hábitos e distorções de interpretação dos acontecimentos. Agradeço esses resultados das orações. Há coisas que parecem impossíveis de resolver a nível pessoal e fora do pessoal, mas o fato de colocar na mão de Deus e tomar algumas medidas concretas tem renovado minha espera Nele. A meditação tem sido de resultados bastante limitados.

A quarentena fez com que eu adiasse a volta para minha casa em Portugal. Havia marcado a passagem para fins de março. Remarquei para fins de maio. Ainda não sei da viabilidade.

A quarentena não me trouxe prejuízos materiais, mas trouxe de outros tipos. Por exemplo, me ocorre que não posso fazer caminhadas com a frequência a que estava acostumado. Ela também provocou uma pobreza na afetividade, já que o isolamento não permite contatos face a face. Não posso beijar e nem abraçar ninguém.

Penso que o isolamento social é necessário nessa fase da pandemia em que o índice de contágio ainda é muito alto. Além disso não há até agora qualquer medicamento suficientemente seguro e eficaz para curar a doença e nem mesmo a vacina, que seria a solução ideal. O diagnóstico através de testes é muitas vezes falho também... É necessário refletir sobre os objetivos do isolamento social para concordar com ele: além de funcionar como uma forma de evitar o contágio, ele permite o tratamento necessário para pequenos grupos por vez, o que é muito interessante dentro das atuais deficiências dos recursos hospitalares. Quanto menores os recursos e quanto pior a sua qualidade, tanto maior o período de isolamento... e maior o período de sofrimentos trazidos pelo isolamento.



**Instituto para o Desenvolvimento Educacional, Artístico e Científico**

Os investimentos na área da saúde e de pesquisas estão muito aquém de eventualidades como as que estamos vivendo. Em verdade não há tanto interesse por parte do grande capital, dos financistas, e nem determinação política de governantes para investimentos na área da saúde porque não há visibilidade de retorno das eventuais inversões. Mas agora, com a pandemia instalada, vale a pena investir. Já imaginou o retorno que trará aos laboratórios ou às indústrias que apresentarem medicamentos e vacinas eficientes? O coronavírus já era conhecido, mas não a sua variedade ou sua família. Além disso já se sabia a proximidade de uma pandemia de alguma doença, não necessariamente essa Covid-19...

Quando a quarentena acabar, talvez retomemos alguns hábitos de higiene que foram praticados no passado e que foram esquecidos aos poucos. Até quando permaneceremos com os renovados hábitos? Passaremos para gerações futuras? As manifestações físicas para demonstrar afetos talvez voltem aos poucos... A cooperação e solidariedade entre países, que mostram a verdadeira face de hipocrisia e do egoísmo político e nacionalista, merecem reflexão e talvez profundas mudanças em organizações como a União Europeia e outras semelhantes.

Escrever este registro como legado para gerações futuras foi uma excelente oportunidade de reflexão sobre certos aspectos das relações interpessoais, da emocionalidade pessoal e sobre certos aspectos da organização humana.

Muito obrigado!

\*\*\*