

LA RESILIENCIA ¿VIRTUD O TÉCNICA?

José Teódulo Guzmán Anell, S J

En estos tiempos aciagos de recesión económica, miedo y angustia por la pandemia, zozobra por la inestabilidad del empleo y temor a la muerte, se ha puesto de moda hablar y ofrecer todo tipo de consejos respecto a la resiliencia. Pero ¿qué es la resiliencia?

La resiliencia ¿es resistencia? En cierta forma sí lo es. Alguien ha dicho-no recuerdo quién- que una persona resiliente no es la que tiene todo bajo su control, sino la que sabe navegar con la corriente manteniendo el equilibrio de la barca. Las personas resilientes suelen tener además bastante sentido del humor cuando enfrentan dificultades y problemas para llevar a cabo los proyectos personales que se habían propuesto realizar en su trabajo y en su vida personal.

Otra característica de la resiliencia es tener calma y paciencia mientras se halla la solución a la situación adversa, para lo cual puede ayudar no encerrarse en casa, sino salir al aire libre y hacer algún tipo de ejercicio corporal y respirar profundamente para oxigenar nuestros órganos vitales. Y al mismo tiempo compartir con personas que puedan comprendernos y apoyarnos para superar las situaciones adversas con resultados positivos.

Las figuras resilientes abundan en la literatura y en la historia, aunque también podríamos encontrarlas en nuestro ámbito familiar o social reciente. Sin embargo, no bastaría con traer a la memoria el nombre y la figura de tal o cual personaje, sino descifrar los factores que influyeron para que fuera una persona resiliente. Esta capacidad no es innata, sino que debemos ir la construyendo y ejercitando a medida que nos vamos desarrollando como personas en el espacio y en el tiempo donde nos ha tocado vivir.

La resiliencia es igualmente virtud y fortaleza interior, la cual debe cultivarse y ejercitarse cotidianamente. En el evangelio de San Lucas encontramos un ejemplo de esto cuando Jesús exalta las cualidades de Juan el Bautista. Dice textualmente San Lucas:

“Cuando los mensajeros de Juan se alejaron, (Jesús)se puso a hablar de Juan a la gente: “¿Qué salisteis a ver en el desierto? ¿Una caña agitada por el viento? ¿Qué salisteis a ver, si no? ¿Un profeta? Sí os lo aseguro, y más que profeta”. Y vaya si no. Juan el Bautista es un magnífico ejemplo de persona resiliente en todos los aspectos: física, psicológica y espiritualmente. Cuando el rey Herodes lo encarcela porque Juan le echa en cara públicamente su adulterio con Herodías, la mujer de su hermano, Juan resiste en la cárcel de Maqueronte, y no se queja de que Jesús no lo vaya a visitar ni lo defienda. Más aún, les ordena a sus discípulos que se unan al grupo de seguidores de Jesús. Juan nunca se retractará de haber denunciado el adulterio de Herodes y lo pagará con su decapitación posteriormente, como regalo a una bailarina.

Otro ejemplo de resiliencia es Job, quien se lamenta de la lepra que está carcomiendo su cuerpo y reclama a Yaveh Dios que lo haya puesto a prueba en esa forma, pero con la ayuda y consejos de sus amigos, se sobrepondrá a la enfermedad y logrará recuperarse.

Considero que actualmente es de suma importancia que los docentes de todos los niveles de enseñanza, desarrollen en los estudiantes una actitud y un hábito de resiliencia, que les dote de herramientas para enfrentar los retos de la vida personal y social. Si antes de atravesar un bosque nos invade el miedo a los peligros que podemos encontrar, nunca lograremos conocer y admirar las bellezas naturales que encierra. Las conquistas de tierras desconocidas, montañas escarpadas y mares profundos solo fueron posibles gracias a hombres y mujeres que fueron capaces de enfrentar con valentía todos los obstáculos que se les presentaron y alcanzar con inteligencia y decisión las metas que se habían propuesto, con la convicción interior de que podían lograrlo.

La virtud se acrisola cuando experimentamos nuestra propia fragilidad y la superamos con la ayuda de Dios y de nuestros amigos. Nuestra capacidad de resistencia es como la de un arco, se dobla para acertar en el blanco, pero no se rompe.