

01/6

Una mirada esperanzada al herido de la parábola y al agente de pastoral (Resiliencia).

José Carlos Bermejo, mi¹,
 Director del Centro de Humanización
 de la Salud de los Religiosos Camilos

Si dejamos que las parábolas -como los cuentos- “nos pillen”, nos podemos llevar gratas y saludables sorpresas. Yo, en este caso, no me centraré en otro personaje más que en el herido de la parábola. De él sabemos poco o nada de su pasado, quizás intencionadamente para no disponernos ante él con prejuicios, por más que pudiéramos incluso atrevernos a calificarle de osado por ir solo por aquel camino.

1/

Estímulos iniciales.

Al inicio de la reflexión, me he sentido estimulado por diferentes evocaciones. En primer lugar, me viene a la mente la frase de **Gustavo Gutiérrez**:

De él sabemos algo del presente: “se dejó cuidar”, cosa que no hay que dar por descontado como actitud en la condición humana, y menos cuando el cuidador es un extraño realmente extraño (samaritano). Y poco o nada sabemos del futuro, a no ser que quedó -quién sabe cuánto tiempo- hospedado para ser ayudado.

¿Qué hipótesis para el futuro del herido de la parábola? ¿Será una víctima que vivirá del aprovechamiento de haber sido ayudado? ¿Será un traumatizado por “el golpe” (el trauma)?

¿Será un hombre que, con ocasión de la experiencia vivida, salga crecido y aproveche lo vivido para crecer (resiliencia)?

Y yo, agente de pastoral de la salud, ¿estoy llamado a dejarme provocar solo por la figura del buen samaritano para seguir la indicación final: “vete y haz tú lo mismo” o quizás me puedo también identificar con el herido y escuchar igualmente al final: ahora que te has visto cómo el herido se ha dejado ayudar, tú también, por muy agente de pastoral que seas, “vete y haz tú lo mismo”, es decir, déjate ayudar y querer en tus propias heridas y vulnerabilidad como persona, como agente de pastoral, como miembro de la iglesia, como equipo de pastoral de la salud, como parte de la iglesia...

“Déjate cuidar” y crece con ocasión de tu vulnerabilidad, que la tienes. Este será el enfoque de esta reflexión que me llevará al tema de la resiliencia.

1. Podéis seguir su blog: <http://josecarlosbermejo.es/blog>

2. Citado en Guccini L., “La via della debolezza e del perdono”, en: *Testimoni* 1992:20, p. 22

3. Darley, J. M., & Batson, C. D., “From Jerusalem to Jericho: A study of situational and dispositional variables in helping behavior”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1973: 27, pp. 100-108.

“Prójimo no solo es aquel que me encuentro en el camino, sino aquel en cuyo camino yo me pongo”.

Y enseguida me pregunto: ¿Y... cuál es el primer camino que recorro yo cada día, por la mañana? Descubro que es el que me lleva al espejo, a encontrarme conmigo mismo. Me dejaré interpelar por esto para reflexionar sobre el herido de la parábola cayendo en la cuenta de que yo también me puedo identificar con él.

En segundo lugar, me ha venido a la mente la reflexión de **Carl Jung** que decía admirar a los cristianos por identificar a Cristo con el pobre y al pobre con Cristo y por afirmar que cuando se da pan al pobre se le da a Cristo mismo; pero a la vez se sorprendía de la dificultad observada en reconocerse a sí mismo como Jesús en los momentos de necesidad, cuando nos sentimos desnudos, extraños a nosotros mismos, los cristianos que ayudamos a los demás, cuando tenemos hambre de afecto y nos resistimos a reconocerlo².

Y en tercer lugar, me ha venido al recuerdo el conocido estudio realizado en Estados Unidos³ por los psicólogos **John Darley** y **Daniel Batson**, quienes se propusieron investigar si la religión tiene algún efecto sobre el comportamiento de ayuda al prójimo. Así, sus sujetos de investigación fueron 67 seminaristas del **Princeton Theological Seminary**. A la mitad de los seminaristas se les brindó la historia del buen samaritano y se les pidió que realizaran un sermón sobre la misma. La otra mitad de los seminaristas tuvo la tarea de preparar un sermón sobre las oportunidades de trabajo. Además, a los participantes en el experimento les brindaron tiempos diferentes de realización del sermón así que algunos realizaron la tarea con prisa y otros no. Posteriormente, en el camino que conducía al edificio donde debían pronunciar su sermón, una persona se dejó caer en un callejón simulando un accidente. Las condiciones se habían arreglado

para que algunos jóvenes tuviesen el tiempo justo para llegar al sitio donde debían dar el sermón mientras que otros tenían suficiente tiempo de forma que no estaban apresurados.

Posteriormente a las personas se les pidió que llenaran un cuestionario donde se les preguntaba cuándo fue la última vez que vieron a una persona en apuros y la ayudaron. Cuando los seminaristas no reconocían haber visto recientemente a una persona demandante de ayuda o si afirmaban que no la habían ayudado, se desarrollaba una entrevista posterior para analizar las causas de este comportamiento. Los resultados fueron muy interesantes: los seminaristas que preparaban su sermón sobre la ayuda al prójimo no se detuvieron a ayudar a la persona en apuros más veces que el resto de los seminaristas que hablarían sobre las oportunidades de trabajo. Sin embargo, el factor que se perfiló como verdaderamente importante para brindar ayuda fue el tiempo: el 63% de los jóvenes que no estaban apresurados ayudaron al necesitado, este número disminuyó al 45% cuando tenían una prisa intermedia mientras que aquellos que estaban apresurados generalmente no ayudaron a la persona “accidentada”.

¿Qué nos dicen estos resultados? A mí, en esta ocasión me provocan para que realmente me deje “pillar” por la parábola en algún rincón nuevo para mi vida personal y ministerial.

2/

El posible futuro del herido.

En efecto, la parábola no nos dice nada del futuro del herido, pero nosotros, al identificarnos en esta reflexión con él, nos preguntamos: ¿qué futuro para nuestras heridas? ¿Nos dejamos

querer y cuidar por extraños samaritanos o somos **“funcionarios de la ayuda”** como agentes de pastoral de la salud que somos y además nos instalamos en **“lamentorreas”** que justifican algunos de nuestros malestares personales, ministeriales, institucionales? ¿Cabe la posibilidad de que crezcamos con ocasión de nuestras propias adversidades de sanadores heridos?⁴

Para ilustrar la posibilidad de crecimiento en la adversidad, de resiliencia, de lo que en estos últimos años se está reflexionando más, afortunadamente, a nivel psico-espiritual, nos sirve la metáfora de las palmeras.

Las palmeras se doblan. Esta metáfora de las palmeras, que dejan pasar los fuertes vientos, se doblan y agachan su cabeza, pero se recobran y siguen creciendo después de las tormentas, robusteciendo así su tronco su resistencia, es utilizada para hablar de la resiliencia. Es un tipo de respuesta general de fortaleza ante la crisis⁵.

Inicialmente, la palabra usada ahora tanto en el ámbito de la psicología y la espiritualidad, procede de la física para identificar la cualidad de algunos materiales para resistir y recuperarse ante el embate de una fuerza externa.

La resiliencia personal consiste en tener la capacidad de afrontar la crisis, reconstruirse y no perder la capacidad de amar, de luchar, de resistir; antes bien, potenciar los recursos interiores para luchar.

Es el arte de no dejarse arrastrar por el impacto de un mar embravecido en medio de la tempestad personal en la que experimentamos nuestra embarcación amenazada, quizás sin rumbo.

La persona resiliente se mantiene y logra un nuevo rumbo aún más interesante y consistente que antes de la tormenta. No se deja arrastrar hacia donde el oleaje golpea y donde parece querer hundir la embarcación.

La persona resiliente no es invulnerable, no niega la crisis, no es impasible ante la adversidad.

En el interior de la persona resiliente, bajo la aparente debilidad (la palmera que se dobla), hay una fortaleza. **Ramón y Cajal** decía que:

“Los débiles sucumben no por ser débiles, sino por ignorar que lo son”.

De hecho, es sabido cómo mucho de nuestro sufrimiento con ocasión de las crisis que experimentamos, tiene su raíz no en lo que nos hiere sino en la manera en que elegimos manejar y vivir esa herida.

Sabemos, por ejemplo que bajo la aparente debilidad del que llora, suele esconderse la fortaleza de quien ama. O como diría el gran médico **William Osler**,

“La herida que no encuentra su expresión en lágrimas puede causar que los órganos lloren”.

Y eso es enfermar.

Si nuestra forma de gestionar los sentimientos ante las crisis como agentes de pastoral de la salud influyen en la potencialidad resiliente, nuestra forma de pensar tiene igualmente su influjo.

Nuestra respuesta mental ante las adversidades personales, ministeriales e institucionales, puede ser manejada de una manera positiva, optimista, de tal modo que, de la dificultad, salgamos reforzados.

Quizás nos hemos olvidado de la expresión de Pablo cuando dice:

“Cuando soy débil, entonces soy fuerte”(2 Cor 12,10).

4. Brusco A., “El sanador herido”, en Bermejo J.C., Alvarez F., “Diccionario de bioética y pastoral de la salud”, San Pablo, Madrid 2009.

5. Bermejo J.C., “Resiliencia”, PPC, Madrid 2010.

6. Frankl V.E., “El hombre en busca de sentido”, Herder, Barcelona 2011.

La resiliencia personal consiste en tener la capacidad de afrontar la crisis, reconstruirse y potenciar los recursos interiores para luchar

Es obvio que el cultivo de la vida interior, de la capacidad reflexiva, de la capacidad trascendente, de la referencia a lo más genuinamente humano, de la sabiduría del corazón, de los valores, es la mejor plataforma para atravesar las tempestades y salir fortalecidos de ellas.

La inteligencia emocional subraya algunos de estos elementos, tales como el autoconocimiento, el autocontrol emocional, la capacidad de motivarse a sí mismo, como competencias intrapersonales susceptibles de ser desarrolladas, además de las competencias interpersonales.

Lao Tsé decía:

“Conocer a otros es conocimiento, conocerse a sí mismo es sabiduría”.

Y así podemos encontrar dentro de nosotros mismos esas potencialidades de soñar despertos sin ser ingenuos, de desear y trabajar por el bien en medio de lo que a primera vista nos hace mal.

No es una actitud dolorista la que esconde la resiliencia. No se trata de una actitud ensalzadora del dolor en sí mismo, que no dejaría de ser un posicionamiento enfermizo ante la adversidad. Aunque, ¿quién sabe qué querían decir nuestros antepasados cuando utilizaban palabras como resignación! Es posible que en la intención del que exhortaba piadosamente a adoptar esta actitud, estuviera una propuesta activa, aunque hoy tenga para nosotros una clara connotación de pasividad y derrotismo.

De hecho, algunos diccionarios recogen aspectos positivos como la paciencia y la conformidad ante las adversidades, sin connotación de pasividad. Otros, refieren además de conformidad y paciencia ante obstáculos y adversidades, la variable tolerancia. Diríamos que es más bien la proactividad -y no la pasividad- la que es capaz de indicar la potencialidad resiliente.

La persona proactiva es aquella que toma la iniciativa, toma las riendas de su propia vida, se siente responsable incluso ante lo que no puede cambiar, se siente libre ante aquello en medio de lo paradójicamente **“se siente esclavo”**.

Desde la perspectiva de la logoterapia⁶, diríamos que la disposición de buscar un para qué a todo lo que nos ocurre, aunque no comprendamos el porqué, forma parte de esta voluntad de crecer en las crisis.

Esta voluntad es lo contrario de la indiferencia o la apatía, que nos impide, en tantas ocasiones, comprometernos con nosotros mismos y con los demás. Esta voluntad de sentido no lanza hacia afuera las causas de la vulnerabilidad del agente de pastoral identificado ahora con el herido, sino que se deja interpelar por el modo como ejerce la libertad que consiste en dar una respuesta personal.

¿Qué hago yo, sanador, pero también vulnerable, con mis soledades, mis dificultades relacionales, mis problemas familiares, mis incomprendimientos ministeriales, mis problemas en la iglesia, la imagen que siento que damos o que nos devuelven? ¿Qué hago con mi necesidad de ayuda? La resiliencia, en último término, es el resultado de múltiples procesos que contrarrestan las situaciones nocivas o de crisis.

Se trata de una dinámica en la cual se podrían señalar algunos elementos tales como: la defensa y la protección de uno mismo, el equilibrio ante la tensión, el compromiso ante lo que sucede, la responsabilidad activa, el empeño por la superación, la capacidad de dar un sentido y reorientar la propia vida en la crisis, la visión positiva en medio de la negatividad, la capacidad creativa de reacción.

Nietzsche lo diría así:

“Lo que no me destruye, me hace más fuerte”.

El doctor **Gerónimo Acevedo**, autor de “**El modo humano de enfermar**”, dice que el verbo madurar solo puede conjugarse en gerundio, algo en lo que pensamos menos los que por vocación hemos consagrado nuestra vida a conjugar este verbo en imperativo: exhortar a madurar. Entre sus expresiones, nos encontramos esta:

Cuida tus pensamientos porque se volverán palabras.

- **Cuida tus palabras porque se volverán actos.**
- **Cuida tus actos porque se volverán costumbres.**
- **Cuida tus costumbres porque forjarán tu carácter.**
- **Cuida tu carácter porque formará tu destino.**
- **Y tu destino será tu vida.**

Quizás sea este uno de los objetivos del acompañamiento hecho de relaciones de ayuda: fomentar la resiliencia en la crisis, pero como bien nos ha recordado el psicoanálisis, difícilmente podremos ayudar a los demás si no partimos de una experiencia de haber sido ayudados, de habernos reconocido vulnerables y haber buscado mediaciones para afrontar nuestras “**sombras**”.

3/

Desarrollar las posibilidades resilientes.

¿Mantengo un cierto equilibrio emocional en los vaivenes de la vida? ¿Veo las dificultades solo como tales o también como posibilidades de aprender, de mejorar, de hacerme más fuerte?

¿Me quedo anclado o encuentro nuevas formas de satisfacer mis necesidades del momento? ¿Cómo interpreto lo que me pasa? ¿Cuánta importancia le doy? ¿Sé relativizar?

¿Me veo a mí mismo como alguien capaz de superar los momentos adversos o como alguien frágil e inseguro? ¿Quién es el responsable de lo que me pasa en la vida? ¿Los demás, el mundo, Dios, yo...? ¿Puedo encontrar caminos alternativos y probar formas diferentes de actuar? ¿Me dejo ayudar como el herido de la parábola?

Plantearse estas y otras posibles preguntas, reclama una serie de elementos propios de la resiliencia, tales como: el equilibrio ante la tensión, el compromiso y el desafío, la superación, la significación y valoración que hacemos de lo que nos sucede, la visión positiva de uno mismo, la responsabilidad ante la vida, la creatividad...

La capacidad de los sujetos para sobreponerse a períodos de dolor emocional -la resiliencia- nos interpela la propia responsabilidad en la gestión de las actitudes y estilos de vida, también ante lo inevitable. Al evocar la responsabilidad -capacidad de dar una respuesta personal- surge un planteamiento que de compromiso por llevar una vida sana en la que nos dejemos querer y cuidar.

En este sentido, América Latina va por delante. La **Organización Panamericana de Salud** es más proactiva en la consideración de la importancia del autocuidado, de la vinculación saludable en el grupo y en la comunidad, de los estilos de vida saludables. Se entiende que toda medida preventiva exitosa depende de una sociedad que facilite el equilibrio entre el desarrollo personal y las conductas de riesgo, lo cual requiere la activación de programas encaminados a fortalecer los factores de protección y la resiliencia.

Cuando en el ámbito psicológico, en los años 70, **Michael Rutter**, directamente inspirado en el concepto de la física (que es la capacidad de los materiales para volver a su posición original tras ser deformados al aplicar una fuerza sobre ellos), introdujo el término resiliencia como la capacidad de los sujetos para sobreponerse a tragedias o períodos de dolor emocional, como resistencia al sufrimiento e incluso resultar fortalecido por el mismo, quizás no era

consciente de cuánto podía generar líneas de reflexión para la salud.

Quizás tampoco **Boris Cyrulnik**, que amplió el concepto de resiliencia observando a los supervivientes de los campos de concentración, los niños de los orfanatos rumanos y los niños de la calle bolivianos. Él mismo, con tan solo seis años escapó de un campo de concentración, el resto de su familia murió; pasó a ser un niño huérfano y su propia historia le llevó, siendo ya neuropsiquiatra, a interesarse por el fenómeno de la resiliencia. Fue capaz de retomar un tipo de desarrollo después de una herida traumática, fue capaz -con sus palabras- de “**volver a la vida**”.

¿Se puede educar la resiliencia? ¿Crecerá el herido de la parábola o será una víctima instalada en el mero victimismo? ¿Creceré yo en mi adversidad como agente de pastoral dejándome ayudar o soy funcionario de la ayuda y negador de mi necesidad? La respuesta es claramente sí: se puede educar la resiliencia. Se empieza por la familia y se sigue por la escuela y el hospital y... La escuela que es capaz de brindar afecto y apoyo, establecer y transmitir expectativas elevadas, y brindar oportunidades de participación significativa, aporta condiciones que alientan el afrontamiento exitoso ante la crisis.

Será útil cultivar el optimismo y construir relatos de esperanza, no solo promover las malas noticias y hacerse “**correvediles**” del caso del telediario que amplifica lo negativo y no hace noticia de lo positivo.

Las investigaciones sobre resiliencia no dejan lugar a dudas, se construye a través de relaciones personales afectivas y seguras. Un alumno que se sienta marginado, invisible o estigmatizado, probablemente tendrá un comportamiento inadecuado, habrá internalizado la sensación de “**yo no puedo**” y se descolgará de la institución escolar.

Por el contrario un alumno que sienta que la escuela es un ámbito afectivo, que tiene sensación

de pertenencia y que se siente reconocido, probablemente se esforzará y se comprometerá con la institución escolar.

La resiliencia se forja, por otro lado, cuando las personas se abren a nuevas experiencias y actúan de forma interdependiente con los demás. De ahí que diversas investigaciones encuentren que las personas resilientes se caracterizan por su competencia social, su capacidad para resolver problemas de forma creativa, por su autoestima, su optimismo y por un deseo de independencia. Si esto es así educa a la resiliencia la capacitación en estas habilidades interpersonales tan útiles para la vida.

Una de las aportaciones más interesantes del enfoque de la resiliencia tiene que ver con el protagonismo de los actores pues reformula las relaciones de poder, considerando al otro, no como beneficiario de una ayuda, sino como co-responsable y autor de su aprendizaje, de sus acciones, en definitiva de su vida.

Mirarnos así es considerar que una crisis, una enfermedad, una desgracia, es una herida que se inscribe en nuestra historia, no un destino ante el que nada podamos hacer más allá de lamentarnos. No en vano dice un proverbio chino: “**Cuando sopla el viento del cambio, unos edifican muros y otros construyen molinos**”. Y así también dice **William A. Ward**:

“**El pesimista se queja del viento, el optimista espera que cambie, el realista ajusta las velas**”.

Por eso, nos negamos a aceptar definitivamente la sentencia “**de tal palo, tal astilla**”, porque constituye la negación de posibilidades de crecimiento, de novedad en el modo como atravesamos y salimos de las crisis.

Es posible y hermoso creer en la libertad y apostar por ella. Lo es para quien está limitado por

la propia vulnerabilidad, como lo es para quien acompaña en la vulnerabilidad ajena y quiere que sus relaciones sean de ayuda. Pensar en posibilidades marca claramente la diferencia en relación a pensar en limitaciones o determinismos⁷.

No es ingenuidad mirarse a sí mismo y mirar al otro habitados por la firme esperanza de que algo bueno -y quizás nuevo- cabe esperar de uno mismo y de los demás.

En el contexto de la teoría del trauma, se afirma que el segundo golpe es más fuerte que el primero. El primero es el hecho, la enfermedad, la crisis. Para curar el primer golpe es preciso que el cuerpo y la memoria consigan hacer un trabajo lento de cicatrización. El segundo golpe es el significado que le atribuimos a los hechos, a la enfermedad, a la crisis.

El modo como interpretamos y narramos este hecho nos revela responsables. Para atenuar el sufrimiento que produce el segundo golpe hay que intervenir en la idea que uno se hace de lo ocurrido. El relato de la propia angustia refleja tanto nuestra herida como el significado que le damos. Por eso, una persona a la que amputan una extremidad, por ejemplo, puede llegar a ser un atleta o una eterna víctima, porque no es solo la amputación sino el significado y la actitud adoptada ante ella lo que marca el modo de vivirlo.

Pero una vez más hemos de decir que el significado atribuido al propio mal, está también influido por el modo como la persona es mirada y aprende a interpretarse a sí mismo y su mundo. Su temperamento se mueve tensionalmente entre el influjo externo y la libertad interior.

Boris Cyrulnik⁸, conocido autor de trabajos sobre resiliencia, que escapó de niño de un campo de concentración, autor de **“Los patitos feos”**, refiere que todos podemos reaccionar de este modo: vemos a un niño, nos parece gracioso, habla bien, hablamos alegremente con él, y de pronto nos dice: **“¿sabes? Nací de una viola-**

ción, poresomiabuelamehadetestadosiempre”. ¿Cómo podríamos mantener la sonrisa? Nuestra actitud cambia, nuestra mímica se apaga, arrancamos a duras penas algunas palabras para luchar contra el silencio.

Y cuando volvemos a ver al niño, lo primero que nos vendrá a la mente serán sus orígenes violentos. Pues bien, de este modo de mirar al niño también dependerá la interpretación que él haga de sus dificultades y adversidades. Por eso decimos que hay que golpear dos veces para que se produzca el trauma y que el segundo golpe (el del significado asignado al primero), es más fuerte. Hoy, esto nos interpela a nosotros: ¿qué golpe damos como segundo a los que como agentes de pastoral experimentamos como **“primeros”**?

4/

Protectores de resiliencia.

Nos preguntamos de qué factores dependerá que el herido de la parábola crezca con ocasión de la adversidad experimentada o viva del victimismo. Nos preguntamos de qué dependerá que nosotros, como **“heridos de la parábola”** tal como la estamos escuchando, crezcamos en nuestra vulnerabilidad personal, ministerial e institucional, o nos instalemos en la lamentación. Sin duda, la vida espiritual es un protector de resiliencia. Pero no solo⁹.

Así es, la resiliencia es ese conjunto de características de una persona que consigue que el trauma por el que pasa no le destruya. Es posible incluso, salir de él reforzado. No es que los traumas ayuden a crecer por sí mismos, sino que, ciertas personas y en ciertos contextos, consiguen crecer en medio de las crisis. Si bien el concepto de crecimiento postraumático no es idéntico al de resiliencia, son conceptos afines y próximos.

7. Forés A., Jordi G., “La resiliencia. Crecer desde la adversidad”, Plataforma, Barcelona 2008.

8. Cyrulnik B., “Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida”, Gedisa, Barcelona 2006.

9. Rivas Lacayo R.A., “Saber crecer. Resiliencia y espiritualidad”, Urano, Barcelona 2007.

10. Rocamora A., “Crecer en las crisis. Cómo recuperar el equilibrio perdido”, Desclée de Brouwer, Bilbao 2006.

Beethoven, cuando ya estaba sordo, siguió componiendo. Eso es la resiliencia. Convertir los obstáculos en rocas para apoyarse y seguir ascendiendo, en lugar de en simples piedras donde tropezar, es lo que hacen tantas personas son capaces de hacer con su propia vulnerabilidad.

Sí, es posible construir molinos cuando sopla el viento, mientras otros construyen muros para intentar pararlo, como dice el proverbio chino. Es posible aceptar las cosas tal como vienen, pero también podemos hacer todo lo posible para que las cosas sucedan tal como nos gustaría aceptarlas.

Erickson decía que cada dificultad tiene el potencial de convertirse en una oportunidad. Testimonios de personas que atraviesan así las crisis, conocemos todos.

Contar con apoyo adecuado -quizás hoy diríamos un coach o un counsellor, o un director espiritual para el mismo agente de pastoral-, el propio temperamento personal y la significación cultural que cada uno atribuimos a nuestras crisis, son los tres elementos fundamentales para favorecer actitudes resilientes en medio de las crisis.

En efecto, hay personas que tienen un carácter personal caracterizado por la libertad, que no se resignan al fatalismo, que no leen sus experiencias en términos victimistas, que están habitadas por el dinamismo de la esperanza en medio de las tribulaciones.

Hay personas que son capaces de recordar las crisis y los traumas como experiencias, como vaivenes del viento que piden ajustar las velas, en lugar de dejarse llevar incontroladamente en su dirección.

Hay personas que saben mirar de manera resiliente porque saben no obcecarse en una mirada negativa, saben tomar perspectiva suficiente e incluso relativizar y cuestionarse si lo que está sucediendo bajo apariencia de negatividad será realmente así o podrá convertirse en oportunidad.

La fecundidad del concepto de resiliencia está en saber dirigir la mirada hacia un abanico enorme de posibilidades

Como hay personas también capaces de utilizar bien la memoria de los traumas y no regodearse en la miseria, sino aprender del pasado. Por haber, hay personas que hasta tienen sentido del humor en medio y después de las propias crisis. La fecundidad del concepto de resiliencia está en saber enfocar, saber dirigir la mirada hacia un abanico enorme de posibilidades.

Pero no es solo una cuestión de personalidad¹⁰. Vivir resilientemente las crisis depende también del significado que atribuimos a las desgracias. En efecto, a veces los significados y las palabras con que interpretamos nuestras crisis pueden ser incluso más violentas que los golpes. La representación de lo que nos sucede puede ser más doloroso que la misma realidad.

Es conocido este cuento:

“Un hombre anda por el pueblo diciendo: **he perdido la mula, he perdido la mula, estoy desesperado, ya no puedo vivir. No puedo vivir si no encuentro mi mula. Aquel que encuentre mi mula, va a recibir como recompensa... mi mula**”. Y la gente a su paso gritaba: **“Estás loco, definitivamente estás loco, ¿perdiste la mula y ofreces como recompensa la propia mula? Y él contestó: “Sí, porque a mí me molesta no tenerla, pero más me molesta haberla perdido”...**

Así es, con frecuencia, la interpretación de la desgracia vivida duele más que la misma desgracia. La persona resiliente es capaz de dar una interpretación positiva, que no le hunde, sino le hace rebotar para salir airoso de la crisis.

Y el tercer elemento, además de la personalidad y la significación cultural, favorecedor de la resiliencia, es la figura del tutor. Un tutor de resiliencia es alguien, que acompaña en el arte de provocar un renacer del desarrollo psicológico tras el trauma.

Casi siempre se trata de un adulto que encuentra a la persona en crisis y que asume para él el significado de un modelo de identidad¹¹. No se trata necesariamente de un profesional. Un encuentro significativo puede ser suficiente, para algunas personas. He aquí el valor de las relaciones de ayuda. El herido encontró un samaritano y un hospedero.

En efecto, las relaciones de ayuda, habitadas por una mirada positiva de la vida, conscientes y acogedoras de la dimensión negativa experimentada por las personas a las que acompañan, pueden hacer milagros con un sano acompañamiento.

Pueden ayudar en el manejo de la memoria¹²; pueden convertirse en lugar donde apoyar el ancla en medio de la tempestad, infundiendo así esperanza; pueden ayudar a identificar los recursos positivos existentes en medio de la crisis y potenciarlos; pueden ayudar a mirar con perspectiva y realizar ese trabajo de des-centramiento necesario para atravesar el sufrimiento.

La mirada resiliente es, sencillamente, más humana. Y es que quien tiene la cualidad de la humanidad y la comparte con sus relaciones de ayuda, mira, siente, ama y sueña de otra manera. La riqueza de humanidad será capaz de transformar y cualificar la propia sensibilidad personal. Y así, el agente de ayuda saldrá también beneficiado: acompañando en medio de la adversidad e iluminando nuevos caminos, aprenderá a descubrir su propia resiliencia.

5/

Extraños samaritanos.

Probablemente tengamos que leer más las interrelaciones de la parábola del Buen Samaritano e identificarnos más con el herido que necesita

de la compasión de alguien, porque en muchos aspectos estamos ciegos, discapacitados, malheridos por limitaciones que nos hacen vivir en un mundo que no es consciente suficientemente de cuanto nos rodea. Sí, y esto precisamente como agentes de pastoral de la salud.

Escribiendo sobre la relación entre la compasión y la empatía¹³, he evocado el libro Los límites del perdón, en el que **Simon Weisenthal** relata un interesante ejemplo de compasión.

Durante la segunda Guerra Mundial, en un campo de concentración, se ordena a un judío que acuda a la habitación de un miembro de las SS. Simon Weisenthal es conducido al lecho de muerte de ese alemán, quien le relata las torturas que ha infligido a los judíos y por las que siente grandes remordimientos.

Su intención es pedir perdón a un judío como representante de todo su pueblo. Wiesenthal, cuyo estado es tan lamentable que tan solo es capaz de sentir indiferencia, con un gesto de su mano espanta una mosca del rostro ensangrentado del alemán. ¡Qué extraña reacción compasiva de un samaritano solicitado con el objeto de pacificar la propia conciencia! ¿No es esto compasión y coraje de pedir ayuda?

Es conocido el caso de **Thim Ghénard**¹⁴. Cuando tenía tres años, la madre de Tim lo ató a un palo de la electricidad y lo abandonó en medio del bosque. Dormía desnudo en la casita de su perro cuando tenía cuatro años. A los cinco, precisamente el día de su aniversario, su padre le propinó una paliza brutal que lo desfiguró (le rompió las piernas y la nariz). No sabe casi ni hablar.

A los siete años, ingresa en un orfanato y padece maltrato por parte de la institución. A los nueve años, también el día de su aniversario, fracasa en su intento reiterado de suicidarse.

A los once entra en el correccional después de ser acusado injustamente de incendiar el granero de una granja donde estaba acogido.

11. Rojas Marcos L., “Superar la adversidad. El poder de la resiliencia”, Espasa, Madrid 2010.

12. Gruhl M., “El arte de rehacerse: la resiliencia”, Sal Terrae, Santander 2009.

13. Bermejo J.C., “La empatía terapéutica. La compasión del sanador herido”, Desclee de Brouwer, Bilbao 2012.

14. Ghénard Th., “Más fuertes que el odio”, Gedisa, Barcelona 2010.

15. Belda R.M., Bermejo J.C., “Cartas desde los márgenes”, PPC, Madrid 2012.

A los doce se fuga. A los trece años es violado por un señor elegante de los barrios parisinos; a los catorce es prostituido en Mont-parnasse.

Hoy Thim Guénard (1958), además de ser autor del libro “**Más fuerte que el odio**” es padre de familia con cuatro hijos. Se dedica a cuidar niñas y niños abandonados y maltratados.

Ha creado la asociación Altruisme. También es apicultor y colaborador del Tour de Francia de ciclismo. ¿No es esto resiliencia, crecimiento auténtico en quien habría cabido no esperar nada bueno por la cantidad de heridas recibidas en su biografía?

Pero yo quiero rendir homenaje también a algunos presos a los que recientemente he escuchado en la prisión. Han asesinado, violado, abusado de menores... Sin embargo hay también muchas hermosas semillas de esperanza en las reflexiones que han compartido conmigo.

No olvidaré aquel que me contaba que, cuando vivía en la calle como “sin hogar” fue solo una prostituta quien le hospedaba periódicamente en su humilde casa para que se lavara la ropa, se duchara, cenara caliente y durmiera en una cama, para seguir luego pidiendo a la puerta de la iglesia; todo a cambio de nada¹⁵.

Nunca olvidaré al violador de tantas mujeres que, en la cárcel, es tutor de quienes buscan el suicidio como salida y se dedica a promover el deporte dentro de la prisión, además de ser referente de animación.

Son extraños samaritanos que hoy, me hacen pensar en la parábola desde otro ángulo, identificándome con el herido y preguntándome por el perfil del cuidador por el que yo me dejaría ayudar en mis necesidades.