

## LA RESILIENCIA Y FORTALEZA

«Cuando era pequeño mi padre me enseñó a hacer un barrilete. Al ir a remontarlo en un momento también me enseñó a hacer una pirueta con el barrilete. Y me dijo: “Si algo no está tan bien haciendo esta pirueta se puede romper. Al momento agregé *“Pero no importa. si se rompe, hacemos otro”*... *“Si se rompe, hacemos otro”* ...»<sup>1</sup>

La palabra “resiliencia” procede del latín *resilio* (saltar hacia atrás o rebotar).

*Resiliencia*, es el fenómeno físico por el que los cuerpos retornan a su forma inicial después de haber sido sometidos a una presión que los deforma (como un almohadón, después de haberse desinflado por el peso de la persona que se ha sentado encima de él, vuelve a recuperar su forma original cuando aquélla se levanta). Ha sido traspasado al plano psicológico para indicar la capacidad de los sujetos para sobreponerse a tragedias o períodos de dolor emocional. Cuando un sujeto o grupo humano es capaz de hacerlo, se dice que tiene resiliencia adecuada, y puede sobreponer a contratiempos o, incluso, resultar fortalecido por los mismos.

«La resiliencia es la capacidad **innata o adquirida** para afrontar lo adverso, en una forma saludable, no solo de prevención, sino también y, **fundamentalmente**, de recuperación, y aún más, se puede, aprovechando las características de una experiencia, ser **fortalecidos** para más adelante, o frente a otras dificultades o frustraciones»<sup>2</sup>.

Trataremos entonces de explicar la virtud de la resiliencia para poder sobreponernos a las dificultades que hemos tenido, o prepararnos para las que puedan venir. En este caso se trata de la virtud de la fortaleza.

### Fortaleza

Es una de las cuatro virtudes cardinales. Un hábito es una cualidad que puede ser buena o mala. y se dá por repetición de actos. Lo contrario, o la repetición de cualidades malas sería un vicio. La virtud viene de “vir”, que en latín que es “fuerza, virilidad”. Una cantidad de actos buenos me generan una virtud, una cantidad de actos malos me generan un vicio. Cantidad en cuanto a número o a intensidad.

Las cuatro virtudes cardinales son: *prudencia* (en cuanto a la inteligencia: qué tengo que hacer aquí y ahora), *fortaleza* (que hace virtuoso el apetito irascible), *templanza* (apetito concupiscible) y la *justicia* (voluntad).

Según Santo Tomás «La virtud es algo que hace bueno al que obra y hace buena su obra».

Entonces la virtud de la fortaleza es un hábito que me hace bueno y hace buena mi obra, que informa el apetito irascible.

---

<sup>1</sup> Del blog *El Verbo era la Luz*, <https://verbo.vozcatolica.com/la-ultima-carta/>

<sup>2</sup> DR. EDUARDO A. GARZUZI, “Resiliencia en la vida y en la educación”, *Diálogo* 37, año 2004.

Distinción entre apetito irascible y concupiscible:

El apetito concupiscible es todo lo que tiene que ver con los placeres. Lo que refrena al apetito concupiscible es la *templanza*.

Cuando tengo que adquirir un bien arduo, difícil, hace falta la virtud de la *fortaleza* para sobrellevar los obstáculos. Ahí también entra la ira moderada, virtuosa.

La virtud de la fortaleza es muy importante, porque siempre en nuestra vida hay dificultades, cruces, peligros, enemigos, y si no tenemos la virtud de la fortaleza sólo vamos a tratar de adquirir las cosas más placenteras, pero hay muchos bienes que no son placenteros de entrada e implican renuncia y sacrificio.

«Podemos, pues, definir la fortaleza como “aquel hábito que robustece el apetito contra los máximos peligros de la vida corporal de modo tal que no desista en la búsqueda del bien arduo en conformidad con el bien debido”».

El Catecismo de la Iglesia Católica la define así: «La fortaleza es la virtud moral que asegura en las dificultades la firmeza y la constancia en la búsqueda del bien. Reafirma la resolución de resistir a las tentaciones y de superar los obstáculos en la vida moral. La virtud de la fortaleza hace capaz de vencer el temor, incluso la muerte, y de hacer frente a las pruebas y a las persecuciones. Capacita para ir hasta la renuncia y el sacrificio de la propia vida por defender una causa justa»<sup>3</sup>.

### **Temores y audacias**

«A la virtud de la fortaleza pertenece remover el impedimento que retrae la voluntad de seguir a la razón»<sup>4</sup>.

«la fortaleza se refiere a los temores y las audacias, cohibiendo los temores y moderando las audacias»<sup>5</sup>.

### **Negación absoluta del sufrimiento**

Para ser fuertes es necesario tener un sano sentido de la realidad. No puedo vivir creyendo que no va a haber dificultades, que es un poco lo que se vive en el mundo de hoy que no se enfrenta la cruz, que no se quiere sufrir. Eso no es real, eso es mentira.

España es el país del mundo con mayor consumo de tranquilizantes en el 2022<sup>6</sup>.

La realidad es que no se puede evitar el sufrimiento.

«Queremos la promesa de una vida sin dolor, y eso no es posible. Queremos ser siempre felices y tenerlo todo bajo control, pero eso está muy lejos de la realidad, y muy lejos de la vida de un cristiano. No podemos olvidar que la cruz es lo que nos acerca a Dios. Si me alejo de la cruz me alejo de Dios, quien se aleja de la cruz porque lo quiere tener todo bajo control, y hace de

---

<sup>3</sup> *Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 1808.

<sup>4</sup> *Summa Theologiae* II-II q. 123 a. 3 in c.

<sup>5</sup> *Ibidem*.

<sup>6</sup> Cf. *Antorcha*, nº 4, Diciembre 2023, 10.

la salud mental su pilar, inevitablemente se aleja de Dios *ipso facto*, y al hacerlo, hace imposible una buena salud mental». (Elena Calleja)

El Papa Benedicto XVI resaltó que «esa es la locura de la cruz: la de saber convertir nuestro sufrimiento en grito de amor a Dios y de misericordia para con el prójimo; la de saber transformar también unos seres que se ven combatidos y heridos en su fe y su identidad, en vasos de arcilla dispuestos para ser colmados por la abundancia de los dones divinos, más preciosos que el oro»<sup>7</sup>. (Benedicto)

### Los actos propios de la Fortaleza:

#### a) Atacar o acometer

No siempre esto es *lo que la prudencia* prescribe que corresponde hacer aquí y ahora. La fortaleza, en cambio, realiza el mismo acto del acometer pero en cuanto *imperado* por la prudencia. Para perfeccionar este acto, la fortaleza se sirve muchas veces de la pasión de la ira moderada (es decir, “puesta a su servicio”); como explica Santo Tomás: «en esto utiliza la ira con preferencia a otras pasiones, porque es propio de la ira revolverse contra lo que causa tristeza, y así colabora directamente con la fortaleza en el acto de atacar»<sup>8</sup>.

#### b) Resistir:

El resistir es definido por el Aquinate lo define como «permanecer incommovible ante los peligros»<sup>9</sup>, y es el *actus principior* (más importante) de la fortaleza. No significa que sea siempre y cada vez más valioso que el acto del ataque, sino tan sólo que es el resistir el “lugar propio”, como dice Pieper, de la fortaleza<sup>10</sup>.

Este acto es más difícil que el arremeter, porque generalmente el acometer supone que quien ataca es más fuerte, mientras que el que resiste generalmente lo hace porque no puede eliminar el peligro de raíz atacando, por tanto supone –siempre hablando de modo general– una posición inferior o más débil. Además porque quien tiene que resistir es porque *tiene el peligro encima*, mientras que quien ataca lo ve en cierto modo alejado de sí (razón por la cual, después de armarse de valor) se abalanza sobre él. Finalmente porque resistir suele implicar *una acción de tiempo prolongado*, mientras que el atacar puede ser un acto repentino y fugaz. Por eso suele ocurrir aquello que notaba Aristóteles: que algunos se lanzan rápidamente a los peligros, pero cuando están en ellos se retiran; los verdaderamente fuertes hacen lo contrario manteniéndose firmes en el peligro, dure lo que dure<sup>11</sup>.

La resistencia es el acto de la fortaleza más necesario en nuestros días en que todo parece claudicar ante un avance irrefrenable del mal. «Resistir firmes en la fe», nos manda Pedro (2Pe 5,9; cf. Ef 6,16); la gran lucha de nuestro tiempo se registra en el campo de batalla de la

<sup>7</sup> BENEDICTO, 14 de set 2012, Líbano.

<sup>8</sup> *Summa Theologiae* II-II, 123, 10, ad 3.

<sup>9</sup> *Summa Theologiae* II-II, 123, 6.

<sup>10</sup> Cf. PIEPER, *Las virtudes fundamentales*, op. cit., p. 200.

<sup>11</sup> Cf. *Summa Theologiae* II-II, 123, 6 ad 1.

“conciencia”; la claudicación o la victoria se dan en la conciencia de cada hombre y de cada mujer; y ese es el Harmagedón en donde se luchará el último combate (cf. Ap 16,16).

### Placer al alma

En ambos actos, pero especialmente en el resistir, la fortaleza pone de manifiesto un aspecto común a todo hábito: el *causar deleite al alma*. Esto hay que entenderlo bien...

La fortaleza está infinitamente lejos de estas perversiones y simulacros. El placer que produce la fortaleza consiste, en su grado más elemental, en el no dejar que el alma sea absorbida por los dolores.

**Lc 9,51:** «...endureció su rostro en su decisión de ir a Jerusalén...».

Ribadeneira resume así la fortaleza de Ignacio: «fue en los altos pensamientos que tuvo excelente, y en acometer cosas grandes extremado, en resistir a las contradicciones y dificultades fuerte y constante...; nunca se dejó vencer ni se desvió un punto de lo que una vez aprehendía ser de mayor servicio y gloria de Dios, aunque se le opusiese la potencia y autoridad de todos los hombres del mundo»<sup>12</sup>.

Esta es una versión más "católica" de un poema de un origen no muy católico:

No te des por vencido ni aun vencido,  
No te sientas esclavo siendo esclavo.  
Trémulo de pavor piénsate bravo  
y arremete feroz si estás herido.  
Ten el tesón del clavo enmohecido  
que ya viejo y ruin vuelve a ser clavo,  
no la cobarde estupidez del pavo  
que amaina su plumaje al primer ruido.  
Sé como el fuerte, que al penar no gime o llora.  
Si caes vuelve a intentarlo, lucha y reza.  
¡que muerda y vocifere vengadora!  
ya rodando en el polvo tu cabeza.

---

<sup>12</sup> I. CASANOVAS (S.J.), *San Ignacio de Loyola. Fundador de la Compañía de Jesús*, Balmes, Barcelona 1980<sup>3</sup>, 345-346.

De nosotros se debería poder decir:

*“No hay a su pie risco vedado;  
sueño no ha menester, quejar no quiere;  
donde le llevan va; jamás cansado;  
ni el bien le asombra ni el desdén le hiere,  
sumiso, valeroso y resignado  
obedece, pelea, triunfa y muere”  
... y resucita.*

¡Ave María y adelante!