

Cuerpos resilientes: la discapacidad en busca de sentido

Resilient bodies. Disability in search of meaning

Dr. Arturo Rico Bovio¹ 

Dr. Edgar Adrián Maldonado Vargas² 

RESUMEN

La resiliencia es un concepto clave de nuestra época. Presenta las disposiciones anímicas favorables, indispensables para superar las situaciones traumáticas que llegan a producirse en la vida humana. Los autores de este ensayo encuentran que estas enseñanzas y prácticas son aplicables a las personas que experimentan alguna discapacidad severa y proponen incorporar este recurso a las estrategias para empoderar y dignificar a quienes sufren carencias que limitan su percepción y participación en el contexto social donde viven. Para fundamentar esta actitud más allá de un voluntarismo individualista, la incorporan en el marco de una teoría de las necesidades y capacidades humanas que asume el análisis existencial de Frankl y su búsqueda de sentido, entre otros autores, que a su juicio vienen a fortalecer la línea de la resiliencia ante la vivencia de la discapacidad.

Palabras clave: resiliencia; necesidades; capacidad; discapacidad; sentido de la vida.

ABSTRACT

Resilience is a key concept of our time. It presents the favorable mood dispositions, indispensable to overcome the traumatic situations that occur in human life. The authors of this essay find that these teachings and practices are applicable to people who live with severe disabilities and propose to incorporate this resource into strategies to empower and dignify those who live deficiencies that limit their perception and participation in social context where they live in. To substantiate this attitude beyond an individualistic voluntarism, they incorporate it into the framework of a theory of human needs and capacities, which assumes the existential analysis of Frankl and his search for meaning, among other authors, who in their opinion come to strength the line of resilience to the experience of disability.

Keywords: resilience; needs; capacity; disability; meaning of life.

¹ Universidad Autónoma de Chihuahua, Chihuahua, México. Académico Emérito Investigador de la Facultad de Filosofía y Letras. Doctor en Filosofía por la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM (Universidad Nacional Autónoma de México). Correo electrónico: aricobovio@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6840-9625>

² Universidad Autónoma de Chihuahua, Chihuahua, México. Instructor y capacitador para personas con capacidades diferentes. Doctor en Educación, Artes y Humanidades por la Facultad de Filosofía y Letras de la Universidad Autónoma de Chihuahua. Correo electrónico: adrianmv27@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2228-2008>
DOI: <https://doi.org/10.15517/8kgwsg86>

Recepción: 9/11/2024 Aceptación: 16/6/2025

Planteamiento preliminar

Los cuerpos humanos, al igual que los demás cuerpos vivientes, somos impulsados por factores innatos que denominamos “necesidades”³. Las hay biológicas (de soporte y crecimiento), sociales (de comunicación y conocimiento), personales (de búsqueda de nuestro propio camino) y espirituales (de pertenencia y participación en grupos mayores)⁴. La dirección que tomen nuestras acciones para satisfacerlas no siempre es espontánea como en otras especies, sino que depende del uso de las capacidades con que contamos, particularmente de las sociales que dan origen a las lenguas y a través de ellas a las diversas interpretaciones de la realidad y de nosotros mismos. Los resultados varían, pueden ser opuestos entre sí e incluso perjudiciales, porque son resultado de creencias que a menudo carecen de fundamentos objetivos.

En los cuerpos humanos es difícil poner un límite preciso entre su cara externa, visible, y la interna que está conformada por reacciones físicas, químicas, biológicas, impulsos genéticos, emociones e ideas. Optamos por considerarlos sistemas complejos, cuyas diversas facetas o aspectos detectables son el resultado del empleo de diferentes recursos corporales⁵.

Desde la Antigüedad hasta hoy, con tratamientos distintos según cada Cultura, de la mano con las dinámicas económicas que marcan las pautas de la productividad en sus fases agrícola, comercial, industrial y postindustrial, las limitaciones físicas o mentales que afectan a algunos de los miembros de la población han sido abordadas socialmente para justificar su exclusión o un trato discriminatorio, sea de rechazo o de sobreprotección. La defensa de los derechos humanos de los llamados “discapacitados”, los estudios que la Psicología ha realizado de las “capacidades diferentes” y el abordaje educativo de la diversidad humana a través del paradigma de la dignidad, que es de aplicación igual para todos, han contribuido a

³ Abraham Maslow. *El hombre autorrealizado* (Barcelona: Kairós, [2002](#)). 51 y sigs.

⁴ Arturo Rico Bovio. *Muerte y resurrección del cuerpo* (México: Plaza y Valdés, [2017](#)), 65-71.

⁵ Arturo Rico Bovio. “Las coordenadas corporales. Ideas para repensar al ser humano”. *Revista Filosofía, Universidad de Costa Rica*, [2005](#), 89-96. La idea del cuerpo como totalidad tiene como su principal antecedente a Maurice Merleau-Ponty y su *Fenomenología de la percepción*.

generar nuevos enfoques de las condiciones distintas de los seres humanos, que resaltan la importancia de fomentar la autoafirmación de quienes afrontan situaciones de excepción que han favorecido su trato desigualitario, a través de estrategias para lograr un desarrollo pleno y autosuficiente.

Esta población ha ido en incremento en México en los últimos años. Según datos recabados por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, [2000](#)), se registró una población general en el país de 97'483,412, de los cuales 1'795,300 pertenecían a la población con discapacidad; en el año 2010 la población total aumentó a 112'336,538 y la con discapacidad a 5'739,000 (INEGI, [2013](#)). En el 2020, de una población total de 126'014,024 habitantes, se reporta una población referida con limitaciones de 13'669,930, y con discapacidad de 7'168,178 (INEGI, [2020](#)). Cabe resaltar que estas cifras, que de por sí son alarmantes, no incluyen a personas que viven con una o múltiples discapacidades, pero que no suelen ir a solicitar su credencialización, por lo que no se cuenta con un registro fidedigno de la cifra exacta que en realidad existe. Seguramente se incrementarían los datos si estas personas acudieran ante las instancias pertinentes, situación que por su misma condición se dificulta. También hay que considerar el posible sesgo involuntario que se dé al censo levantado por los entrevistadores de la institución, debido a múltiples factores, como la rapidez con que se lleva a cabo, la falta de un diagnóstico adecuado de las personas censables, el desconocimiento o la normalización de cierto tipo de condición por la misma persona que vive la discapacidad o por el familiar que es entrevistado en el momento de llevarse a cabo este ejercicio, etc.

Como antecedente de esta investigación realizamos un estudio en torno al binomio capacidad-discapacidad humana y sus alcances, que aún se encuentra inédito. Para abordar el tema de las discapacidades propusimos un modelo de las capacidades humanas, en estrecha relación con las necesidades naturales biofísicas, sociales, personales y espirituales. No vamos a repetir lo que allí planteamos; sólo retomaremos el concepto de capacidad-discapacidad propuesto, para evidenciar por qué la resiliencia es un recurso o habilidad indispensable para enfrentar las discapacidades severas que se generan por razones genéticas, por accidentes sufridos a lo largo de la vida o por obra de la pérdida de facultades que propicia el envejecimiento.

Aprovechamos la experiencia personal de uno de los autores de este ensayo, que ha vivido desde temprana edad con una retinitis pigmentaria severa y en aumento, que no le ha impedido dedicarse a apoyar a personas que tienen diversos tipos de discapacidades; aportará sus vivencias sólo lo necesario para ilustrar el tema de la resiliencia que nos ocupa, guardando en todo momento la secrecía profesional.

Iniciamos el ensayo con el examen del concepto de “resiliencia” propuesto por Boris Cyrulnik, psiquiatra y neurólogo francés, quien aunque no es el creador de esta noción fue uno de sus principales divulgadores, particularmente con sus libros *Por qué la Resiliencia* y *Los Patitos Feos*. Se refirió en ellos a la actitud positiva que adoptan algunas personas que atraviesan por situaciones radicales de pérdida, separación, ruptura, que afectan su vida de manera drástica, ante las cuales muestran disposición para superarlas y que, como suele decirse metafóricamente, “vuelven a la vida”, siguen adelante ante la adversidad.

Cyrulnik se centró específicamente en los traumas del nacimiento y de la infancia, debidos a la pérdida o distanciamiento de la madre respecto de su hijo en una etapa temprana, cuando el nuevo ser requiere de los mayores cuidados afectivos y físicos indispensables para su supervivencia y sano desarrollo. Habló de los “nichos”, que constituyen las distintas circunstancias y contextos que rodean a las personas⁶. También aportó categorías como el *oxímoron*, que describe una especie de ambivalencia en los niños resilientes que pueden sentir culpa cuando superar el trauma implica negar al ser querido que es declarado culpable de la herida⁷. No obstante, consideramos que sus reflexiones pueden aplicarse a quienes viven con alguna discapacidad severa, sea por razones genéticas (como es el caso de uno de los autores de este ensayo), por causa de un accidente o debido al deterioro de las facultades que ocurre con el paso de los años.

Nos apoyaremos para fortalecer el concepto de resiliencia en Víktor Frankl, otro autor representativo de la psicología humanista contemporánea, particularmente en su obra *El hombre en busca de sentido*, porque su tratamiento psicológico-filosófico de la vida humana, como un nivel de existencia que requiere de la persecución de metas personales, viene

⁶ Boris Cyrulnik, *Escribí soles de noche. Literatura y resiliencia* (Barcelona: Gedisa, [2020](#)), 14 y sigs.

⁷ Boris Cyrulnik. *La maravilla del dolor. El sentido de la resiliencia* (Buenos Aires: Granica, [2007](#)), 21-23.

precisamente a impulsar el desarrollo de la actitud resiliente ante las situaciones límite más extremas.

Cyrulnik, punto de partida de nuestra investigación, asevera que para superar una situación traumática se deben reunir todas las condiciones que permitan iniciar un nuevo desarrollo. Ninguna especialidad puede, por sí sola, explicar el retorno a la vida. Hace falta, por tanto, asociar a investigadores de diferentes disciplinas, sumar sus datos y teorías, para descubrir e integrar los factores heterogéneos que hacen posible el proceso del neurodesarrollo. Así lo haremos al referirnos a otras teorías en torno al ser humano, como las de Abraham Maslow y su Tercera Vía, a fin de buscar una mejor respuesta al problema de la discapacidad.

Resiliencia y discapacidad

Para adentrarnos en esta temática es menester que exponamos en primer término la postura que venimos trabajando, dado que existen abordajes diferentes de las discapacidades humanas que no es el caso de examinar aquí. En nuestra opinión, para hablar de discapacidad, entendida como una capacidad que se encuentra disminuida o con la que no se cuenta, que puede ser sensorial, motriz, psíquica o mixta, debemos voltear a mirar su contraparte positiva, a examinar primero la gama de capacidades con que contamos y cuál es su función en nuestra vida. Se trata de una extensa red de recursos y facultades con que estamos dotados naturalmente. Unas operan en automático, como la circulación sanguínea y el sistema digestivo; otras están latentes y pueden ser activadas voluntariamente o mediante el aprendizaje social a partir de la toma de consciencia de nuestras necesidades, detectadas e interpretadas desde nuestra experiencia o reconocidas y reguladas culturalmente.

Las capacidades naturales son susceptibles de ser o no utilizadas, de emplearse bien o mal para el propósito buscado; la práctica puede fortalecerlas o debilitarlas, como sucede con las diversas formas de la motricidad. Se da el caso de que estén ausentes desde el nacimiento o que se pierdan por enfermedad, accidente o en el proceso del envejecimiento, donde algunas de las facultades sensoriales, motrices y mentales se ven mermadas. Cada quien está dotado de ellas de manera diferente como notas distintivas de su singularidad.

Cuando destacan y son reconocidas socialmente se les denomina “talentos”⁸, pero también hay carencias que cada sociedad valora de modo diferente. En algunos pueblos de la Antigüedad, según lo testimonian los textos homéricos, la ceguera era señal de que su portador tenía el don de ver el futuro. Además, los avances tecnológicos que llegan a substituir o paliar carencias físicas y mentales, mediante prótesis o extensiones de las capacidades existentes, a menudo cambian la apreciación de las discapacidades. Se podría considerar que éstas se hacen perceptibles, se les da un nombre, cuando se tornan en problemas individuales y colectivos a los que debemos dar solución.

En nuestras actitudes ante la vida, en las decisiones que tomamos en su trascurso ante circunstancias adversas, la disposición hacia la resiliencia y su promoción se vuelven prioritarias, especialmente para las personas que viven con alguna discapacidad severa. El resultado a obtener es salir adelante de las limitaciones y vicisitudes que se presentan según el tipo de discapacidad y las condiciones en que fue generada. No es igual el trato que requieren los que nacen con facultades disminuidas o ausentes a quienes las adquieren por razones de enfermedad, accidentes viales o por el abuso de sustancias que afectan el proceso sináptico cerebral. En todos los casos es indispensable desarrollar la capacidad de adaptación a las circunstancias no ordinarias que la persona vive, fomentar el establecimiento de nuevas habilidades que favorezcan y faciliten el proceso de incorporación a la vida cotidiana en el grupo de que se forma parte.

“Adaptación y resiliencia van necesariamente unidas”, señalan Cyrulnik y Anaut⁹. Efectivamente, no es que el ser resiliente se produzca de manera inmediata, diríamos mágica, generando un cambio radical en la vida de quien experimenta una carencia que le dificulta integrarse a las dinámicas del grupo social donde se ubica. La resiliencia es una disposición favorable para afrontar la adversidad, adquirida mediante el trabajo consigo mismo o misma o como resultado de una personalidad propositiva; en ambos casos puede requerirse de un entrenamiento para encontrar y desarrollar habilidades sustitutivas de las facultades menoscabadas o perdidas. Existen terapias y procesos físicos y mentales, a menudo

⁸ Arturo Rico Bovio, *Muerte y resurrección del cuerpo* (México: Plaza y Valdés, [1990](#)), 89-94.

⁹ Boris Cyrulnik y Marie Anaut. *¿Por qué la resiliencia?: lo que nos permite reanudar la vida*. (Barcelona: Editorial Gedisa, [2016](#)), 11.

acompañadas por un asesor o un terapeuta, con el objeto de alcanzar una adecuada adaptación a las condiciones difíciles que presenta cada tipo de discapacidad.

Destacamos que nuestra postura es sistémica; cuando nos referimos a un ser humano discapacitado no lo hacemos sólo mediante dar nombre a la discapacidad de alguien, sino tomando en cuenta los distintos aspectos que conforman su personalidad y su ambiente. La simplificación y abstracción con que se suele referir a personas como “sordos”, “ciegos”, “down”, “minusválidos”, entre otros términos, es posible gracias al uso clasificatorio del lenguaje y al empleo de recursos sensoriales y motrices diferentes: físicos, mentales y sociales, pero su uso como etiquetas diferenciadoras en las prácticas sociales, conduce con frecuencia a la discriminación deshumanizante. El cuerpo humano que somos es un todo y no conviene abordarlo de manera segmentada, salvo para fines prácticos e inmediatistas. Aunque la discapacidad a considerar sea física, sensorial, motriz o psíquica, se trata de un sistema que funciona en conjunto y así debe ser examinado para buscar la superación de sus limitantes y favorecer su empoderamiento. En el mismo sentido afirman Cyrulnik y Anaut¹⁰:

La visión occidental, que escinde la condición humana en un cuerpo separado del espíritu, únicamente puede dar a esta pregunta una respuesta mágica. Pero si nos entrenamos para razonar en términos sistémicos, se comprende sin dificultad que el ser humano no está hecho de pedazos.

Tal es nuestro punto de partida. Para desarrollarlo requerimos de una visión de conjunto del ser humano, que sintetizamos a través de concebir al cuerpo como una estructura compleja en constante transformación, dotada de un grupo articulado de necesidades que lo impulsan (Maslow, *Motivación y personalidad*) y de una amplia gama de capacidades de toda índole, que tienen como cometido satisfacerlas, aunque permiten diversos y hasta contradictorios usos (Rico Bovio, *Las fronteras del cuerpo. Crítica de la corporeidad*).

El concepto de “capacidad” es empleado por nuestra cultura occidental con tanta naturalidad que a menudo le ha faltado un examen riguroso. Desde los inicios del filosofar en Grecia los pensadores se han ocupado de proponer las facultades que nos caracterizan, con énfasis en las que se estima son distintivas del ser humano. Dos notas, entre otras, han

¹⁰ Ibid., 10.

sido las más destacadas: la racionalidad y la libertad. Pero su catálogo se ha seguido ampliando con nuevas investigaciones sobre el ser humano.

Martha Nussbaum y Amartya Sen han trabajado este concepto en relación a las políticas públicas y a los derechos humanos. Nussbaum da una definición más o menos compartida por ambos¹¹. Apunta: “¿Qué son las capacidades? Son las respuestas a la pregunta: ¿Qué es capaz de hacer y de ser esta persona?” y más adelante cita a Sen y agrega: “La capacidad viene a ser...una especie de libertad: la libertad sustantiva de alcanzar combinaciones de funcionamiento”. Posteriormente Nussbaum desenvuelve estas definiciones y plantea diez capacidades centrales que sólo enunciaremos¹²: 1. Vida; 2. Salud física; 3. Integridad física; 4. Sentidos, imaginación y pensamiento; 5. Emociones; 6. Razón práctica; 7. Afiliación; 8. Otras especies; 9. Juego; 10. Control sobre el propio entorno. No es nuestro propósito examinar críticamente su concepto, que la autora ubica dentro de una perspectiva liberal; sólo señalaremos que su enfoque resulta de poca utilidad para abordar el tema de las discapacidades humanas, porque de lo que se ocupa es de esclarecer los ámbitos en los que se debe asegurar la libre decisión de los ciudadanos. Tal vez la diferencia entre su teoría y la nuestra proviene de que reflexionan desde un mundo desarrollado y centrado en el progreso económico, mientras que nosotros pensamos desde el Tercer Mundo y sus carencias, que son examinadas por medio de las ciencias sociales y con el reconocimiento de la existencia de necesidades naturales humanas.

Por capacidad entendemos: *un atributo innato del ser humano que tiene la facultad de activarse y potencializarse de manera consciente o inconsciente, que permite responder a una necesidad intrínseca*. Se trata de facultades sensoriales, motrices, comunicativas, psíquicas, mixtas, que aplicamos en el proceso de detección de nuestras urgencias naturales y en la localización de aquello que consideramos va a satisfacerlas; algunas operan automáticamente, como las digestivas, otras las desarrollamos de manera individual, como el uso de nuestros sentidos y la motricidad que desplegamos para buscar algo o para interactuar con nuestros semejantes; unas más requieren de los otros para adquirir información o construir accesorios corporales que nos permitan resolver nuestras búsquedas.

¹¹ Martha Nussbaum, *Crear capacidades. Propuesta para el desarrollo humano* (Barcelona: Paidós, 2016), 42.

¹² Ibid., 53-55.

A este último tipo de recursos los denominamos “extensiones corporales”, porque son medios que amplían, regulan o limitan nuestras capacidades naturales¹³.

Las habilidades son los grados de desarrollo, de entrenamiento, que alcanzamos al ejercitar nuestras capacidades, al guiar o fortalecer su uso. Es importante destacar la plasticidad del cuerpo humano, porque es parte de lo que se debe considerar al enfrentar las discapacidades que se pueden sufrir en la vida, cuando experimentamos un menoscabo de nuestras facultades naturales por causas genéticas, algún traumatismo, el deterioro por el paso de los años o por el abuso o mal uso de algunas facultades, como en el caso del alcoholismo y la adicción a otras drogas, que provocan una secuela de daños corporales.

Adoptamos como un concepto más detallado de la resiliencia el propuesto por González Arratia¹⁴:

Es la capacidad para adaptarse y ajustarse a través de la combinación y/o interacción entre los atributos del individuo (internos) y su ambiente familiar, social y cultural (externos), que lo posibilitan para superar el riesgo y la adversidad de forma constructiva.

Aunque la autora dedica su libro al estudio de la resiliencia en los niños y adolescentes, en la revisión que hizo de los teóricos de la actitud resiliente formuló esta definición que por su generalidad abarca también los casos de discapacidad severa y las situaciones límite que llegamos a vivir, los cuales exigen un esfuerzo mayor para sobreponerse a las condiciones que merman nuestras facultades, que requerimos superar para seguir adelante. Tal fue la aportación del creador de la logoterapia, Viktor Frankl, médico confinado en un campo de concentración durante la Segunda Guerra Mundial.

La discapacidad en busca de sentido

Frankl fue un médico neuro-psiquiatra judío-vienés que vivió las atrocidades de los campos de concentración nazis durante la Segunda Guerra Mundial. El testimonio que da de esa etapa de su vida en su libro *El hombre en busca de sentido* no sólo es un documento importante para mostrar el sufrimiento y la degradación que sufrió el pueblo judío en esta

¹³ Arturo Rico Bovio, *Las fronteras del cuerpo* (México: Joaquín Mortiz, [1990](#)), 89-101

¹⁴ Norma Ivonne González Arratia, *Resiliencia y personalidad en niños y adolescentes. Cómo desarrollarse en tiempos de crisis* (México: Ediciones y Gráficos Eón, [2016](#)) 31.

etapa oscura del Siglo XX, sino la base para comprender el espíritu y los alcances de su propuesta.

Antes de la guerra Frankl ya había desarrollado una teoría psicoanalítica de corte existencial, en diálogo y ruptura con sus maestros Freud y Adler¹⁵. El manuscrito, listo para su publicación, se perdió cuando fue detenido y llevado al primero de varios campos de concentración. Reescribió y guardó pequeños apuntes taquigráficos para no olvidar sus tesis y lo reescribió y publicó cuando fue liberado en el libro titulado en español *Psicoanálisis y existencialismo*.

Narra Frankl de su cautiverio que convertidos los prisioneros en meros números, tatuados en su piel y cosidos en su ropa¹⁶, vivían precariamente, mal alimentados y vestidos, dedicados la mayor parte del tiempo a cavar y tender durmientes para el ferrocarril en las tierras heladas, esperando a cada momento que se les nombrara para ser transferidos a otro campo, lo que con frecuencia significaba terminar sus días en los crematorios de Auschwitz. Reducidos a condiciones infrahumanas de hacinamiento, hambre permanente, harapos y calzado insuficiente, insalubridad y contagios sin ayuda médica; sujetos a golpes y maltratos, incluso de otros presos que eran seleccionados como *kapos*, prisioneros con ciertos privilegios, usualmente más duros, hasta sádicos, que los guardias de la S.S. Muchos judíos morían a causa de debilidad extrema o de enfermedades; otros se lanzaban sobre las alambradas eléctricas para suicidarse.

Frankl y otros presos (algunos también médicos), sobrevivieron gracias a diversas estrategias adoptadas, a menudo crueles y faltas de solidaridad humana. Frankl puso a prueba sus tesis filosófico-psicológicas enunciadas y enriquecidas con las experiencias-límite vividas. Partió de la aseveración de que “el hombre se trasciende a sí mismo, es un ser autotranscendente”¹⁷. En todo momento de su existencia y a partir de la aceptación de lo vivido, no por resignación sino por un acto de libertad de elección que le da otro valor, todo ser humano es capaz de redirigir positivamente su vida. No se trata de encontrar un sentido ya determinado de la vida, una respuesta única; asevera que:

¹⁵ Guillermo Pareja, *Víktor E. Frankl. Comunicación y resistencia* (México: Premia Editora, [1987](#)), 23-25.

¹⁶ Víktor Frankl, *El hombre en busca de sentido* (México: Herder, [2023](#)), 35. Él fue el número 119.104.

¹⁷ Frankl, *El hombre en busca de sentido*, 156.

Debemos aprender por nosotros mismos, y enseñar a los hombres desesperados, que en realidad *no importa lo que esperamos de la vida, sino que importa lo que la vida espera de nosotros...*tenemos que dejar de preguntar por el sentido de la vida y en su lugar percatarnos de que es la vida la que nos plantea preguntas, cada día y a cada hora¹⁸.

Situado en la perspectiva del análisis existencial, Frankl persigue construir un diálogo personal con su interlocutor o paciente, para llevarlo a la convicción de que cada quien debe responsabilizarse de sí mismo o de sí misma. El pasado es inamovible, el futuro no existe. “Si todo está almacenado en el pasado, es importante decidir, en el presente, que es lo que queremos eternizar haciéndolo formar parte del pasado”¹⁹. Caer en la cuenta de que en esto descansa nuestra responsabilidad, nos permite conjugar un “optimismo del pasado”, con un “activismo del futuro”, porque somos nosotros quienes decidimos qué guardamos en nuestra memoria y cómo lo hacemos.

Asumir de manera resiliente una discapacidad severa

A partir de las perspectivas que abre nuestra propuesta del binomio capacidad-discapacidad, consideramos que deben adoptarse sus dos modalidades: el enfoque negativo de la carencia, aspecto al que se ha puesto más interés a lo largo de la historia, lo que ha generado el marginar, rechazar, agredir, el percibirnos como cuerpos que deben ser reparados o rehabilitados. A éste habría que completarlo y rectificarlo con el tratamiento positivo, con la práctica de reconocer la gama infinita de capacidades con las que contamos, cada quien de manera diferente, que pueden desarrollarse y favorecer múltiples habilidades que podemos adquirir para ensanchar nuestro campo de acción.

Hoy en día no podemos pretender que el entorno se adapte a nosotros, ya que el diseño urbano se generó a partir de exigencias económicas y políticas, pensando en una población promedio. Aunque las políticas públicas producto del reclamo social tratan de adecuar el medio urbano a la evidencia de que cada vez hay más personas con discapacidad (o son más

¹⁸ Ibid., 106.

¹⁹ Frankl, *Psicoterapia y humanismo. ¿Tiene un sentido la vida?* (México: Fondo de Cultura Económica, [2022](#)), 127.

visibles), el actual no está habilitado para una sociedad formada por diferentes, ni se ha establecido un proceso permanente de educación para que toda la población participe en su construcción y cuidado. Quienes vivimos con alguna discapacidad severa no podemos esperar que todo se nos facilite y que baste con pedir y estirar la mano ante las autoridades competentes o los grupos sociales de servicio. Si fuera así, seguiríamos sosteniendo el modelo asistencialista. En su lugar habría que poner la “voluntad de sentido” de Frankl, que propone que ante las “tensiones” o pruebas que nos presenta la vida, optemos por elegir libremente “misiones” que agreguen sentido a nuestra temporalidad²⁰.

Ciertamente debemos defender nuestros derechos y luchar por la igualdad y la equidad. Lo ideal sería que algún día ya no tuviéramos que hacer ajustes razonables en ningún ámbito: ni en la escuela, ni en el trabajo, el esparcimiento o el entorno urbano, porque sería ya una realidad, una nueva normalidad que previera la diversidad humana, donde no tendríamos que solicitar alguna adaptación para una condición particular de discapacidad severa, porque estarían todas previstas y cubiertas. Para una discapacidad visual, por ejemplo, cualquier trabajo tendría la tiflotecnología²¹ adecuada o los materiales y espacios adaptados para cubrir sus necesidades; si fuera motriz, todas las edificaciones contarían con elevadores, rampas con la inclinación adecuada, suficientes espacios azules para estacionar los automóviles en lugares cercanos. Se contaría con todo lo necesario para no preocuparse por ello; así sería con cada una de las distintas discapacidades. Esto por ahora es sólo un horizonte deseable por el que vale la pena luchar.

Es perentorio seguir empleando la designación “personas con discapacidad” y con esa bandera pugnar para que se efectúen las adaptaciones necesarias de los espacios públicos y privados. Los recursos con que contamos para satisfacer nuestras necesidades naturales fueron generados a partir de las interpretaciones y dictados de las minorías gobernantes. Son selectivos, están sujetos a las leyes del mercado y no cubren los reclamos de toda la población; menos aún los de los grupos vulnerables, actualmente denominados de atención prioritaria. Logradas las habilitaciones básicas necesarias, el entorno ya no presentaría barreras para el aprendizaje o la participación en los diversos ámbitos de la vida (los “nichos”

²⁰ Frankl, *Psicoterapia y humanismo*, 109.

²¹ Técnicas y recursos para ayudar a orientarse a quienes padecen ceguera o discapacidad visual grave.

de Cyrulnik²²): personal, social, educativo, laboral, deportivo, etc., debido a que las condiciones requeridas serían parte de nuestra cotidianidad. La planeación social debería anticipar el hecho de que las capacidades motrices, sensoriales y cognitivas de todo ser humano tienden a disminuir y faltar con el inevitable paso de los años. Desde una perspectiva dinámica de la vida humana, que reconoce que las necesidades y las capacidades cambian en su trayecto, debemos realizar un balance periódico de sus múltiples aspectos, en busca de un punto de equilibrio en donde hagamos uso del mayor número de capacidades que nos sea posible, sin evadir la realidad de nuestras condiciones de discapacidad, que ni nosotros ni las autoridades podemos o pueden pretender que no existen.

No sólo hay que aprender a ser resilientes, a desarrollar una actitud propositiva ante las rupturas y pérdidas personales que alteran nuestra vida. Es necesario no caer en una zona de conformismo, de buscar la sobreprotección familiar, de pretender que te lleguen sin esfuerzo las ayudas del gobierno, las despensas, las becas, incurriendo en una postura asistencialista, sin poner algo de nuestra parte, sin hacer lo que nos corresponde como a cualquier otro ciudadano. Es indispensable concientizarnos de que al igual que los demás debemos cumplir nuestras obligaciones cívicas y familiares, buscar ser lo más autosuficientes e independientes posible. Debemos hacernos responsables de nosotros mismos. Decía Frankl: “el mundo es...una crónica personal que hemos de dictar. Y esta crónica es dramática, ya que día a día la vida nos plantea preguntas, somos interrogados por la vida y hemos de responder²³. Como todo se almacena en el pasado, “es importante decidir, en el presente, qué es lo que queremos eternizar haciéndolo formar parte del pasado”. Cada quien es dueño de lo que resuelve, aún en las circunstancias más adversas y por lo mismo asumir voluntariamente nuestras limitaciones como retos forma parte de un cierto heroísmo existencial al que todos podemos aspirar, estemos o no desprovistos de determinadas capacidades físicas o mentales.

Por supuesto que si vivimos con una discapacidad severa, no podemos pretender estar en condiciones de hacer todo por nosotros mismos. Ni la infraestructura urbana, ni los medios de transporte, ni las escuelas, entre otros espacios públicos y privados, están preparados para

²² Cyrulnik, *Escribí soles de noche. Literatura y resiliencia*, 14 y sigs.

²³ Frankl, *Psicoterapia y humanismo*, 126-127.

brindarnos la independencia y autosuficiencia que quisiéramos; como esto todavía no es posible, debemos sensibilizar a las demás personas, especialmente a aquellas que fungen como nuestra red de apoyo, de la importancia de contar con su cooperación y ayuda.

A la par de perseguir nuestras metas personales, debemos seguir luchando para que las instancias de gobierno construyan o adecuen estructuras urbanas más accesibles, no sólo por cumplir con las normas legales y las recomendaciones internacionales, sino a fin de que sean realmente funcionales para toda clase de usuarios, con o sin discapacidad. Debemos fomentar el pensamiento crítico y la disposición solidaria de todos los sectores sociales, tanto las autoridades como los empresarios y los ciudadanos de a pie. Es necesario tomar consciencia de la condición vulnerable y finita de la existencia humana y de que todos, a raíz de un accidente, una enfermedad o el paso de los años, podemos llegar a vivir en cualquier momento una discapacidad grave; pensarlo nos sensibilizará, nos hará más empáticos para comprender las circunstancias y retos que experimentan quienes ya están viviéndolas y para que, con una convocatoria adecuada, podamos participar todos en la implementación de soluciones óptimas para quienes carecen de alguna capacidad que les dificulta la convivencia y plena realización.

Conclusiones: El cuerpo resiliente construye su sentido

Lo planteado en las páginas precedentes deja ver un horizonte complejo que requiere de mayores y más profundas reflexiones, tanto filosóficas sobre la condición humana, como pragmáticas, puesto que presenta una problemática social, la de las personas con discapacidad, la manera como son tratadas o excluidas de las prácticas sociales cotidianas. Debemos por tanto cerrar nuestra exposición con algunas conclusiones provisionales y de carácter general que aspiran a convocar el interés y la participación de otros investigadores.

Es difícil hacer generalizaciones sobre el tema de la discapacidad, dada la gran diversidad de discapacidades físicas y mentales posibles, que plantean a quienes las viven obstáculos a superar que afectan distintas áreas de sus vidas. Por eso optamos por señalar un concepto general de las capacidades humanas, que está en deuda con la teoría de Maslow sobre las necesidades humanas.

Así como existen necesidades naturales y pseudo-necesidades que genera la mercadotecnia, para hacernos desear objetos y servicios que no son indispensables, hay discapacidades circunstanciales que provoca el mercado de la tecnología, como en el caso de los dispositivos digitales que no sabemos emplear adecuadamente. Lo que aquí examinamos son las discapacidades naturales que provienen de la pérdida o ausencia de facultades que son propias de nuestra especie. Partimos de la convicción humanista de que cada quien debe procurar hacerse responsable de su vida y acudir a la solidaridad de nuestros semejantes sólo cuando así se requiera. Postulamos que la resiliencia y la búsqueda de sentido son dos actitudes complementarias que conviene estimular entre quienes viven con alguna discapacidad severa.

Luthar, Cicchetti y Becker afirmaron que la resiliencia es un «proceso dinámico de adaptación positiva en un contexto de adversidad significativa»²⁴. Muchas clases de “adversidades” se nos presentan en nuestros días, pero es la actitud positiva que asumamos ante ellas la que nos permitirá ser resilientes, reconfigurar nuestras problemáticas y enfocarnos en las posibles soluciones. Tales situaciones diarias y comunes para la mayoría de los seres humanos representan un mayor reto para quienes vivimos con alguna discapacidad severa y todavía más cuando se trata de una condición de discapacidad múltiple. No tener empleo es un reto frecuente para muchos en este mundo competitivo en que vivimos, que se agrava para quienes somos ciegos, sordos, con carencias motrices o con facultades mermadas. Ser resiliente es una disposición positiva que favorece la búsqueda de soluciones para sobrevivir y desarrollarnos como seres humanos plenos.

En el 2014 se celebró en París el Primer Congreso Mundial sobre la Resiliencia. Asistieron investigadores de 24 países para compartir sus experiencias y ampliar la aplicación de esta noción a otras áreas además de la infancia. Sus trabajos fueron reunidos y publicados bajo la coordinación de Cyrulnik y Anaut en diversos volúmenes. En uno de los ensayos compendiados, bajo el título de: *Resiliencia y adversidad en el trabajo en los trabajadores sociales*, sus autores señalaron:

²⁴ Citado por Boris Cyrulnik y Marie Anaut, *Resiliencia y adaptación: La familia y la escuela como tutores de resiliencia* (Barcelona: Editorial Gedisa, [2018](#)), 59.

Este concepto describe la capacidad de un individuo, una familia o una comunidad para hacer frente a la adversidad, sea esta personal, social o laboral. Es un proceso dinámico que se desarrolla durante un tiempo y puede evolucionar de acuerdo con los períodos o las circunstancias²⁵.

Nos interesa el enfoque personal de la resiliencia, porque al igual que el niño que experimenta una ruptura radical al verse separado de su madre, la persona con discapacidad vive de una manera propia y única dicha condición. Diversos aspectos de nuestra personalidad y de las circunstancias que vivimos concurren para facilitar o dificultar el empleo de la resiliencia en nuestras vidas: una autoestima alta o baja, el contar o no con un proyecto de vida, la positividad o el pesimismo, el nivel de autoconocimiento y aceptación de uno mismo, el saber que se cuenta con el apoyo de otros, la etapa de nuestra existencia en que nos encontramos. Importa conservar en todo momento una disposición de lucha continua por el empoderamiento y la dignificación; cada paso dado en esta dirección y el compartir con los demás nuestros pequeños o grandes triunfos, pueden contribuir a modificar las malas lecturas que tiene el imaginario colectivo en torno a la población que vive con discapacidad.

Más adelante los investigadores se refieren a otro teórico de la resiliencia:

Grotbert (1994) define estos recursos en términos de *Yo soy* —basados en la fuerza interior—, *Yo puedo* enfrentarme a los conflictos y resolverlos, y *Yo tengo* un apoyo exterior que me apoya con sus consejos. Estos factores de resiliencia pueden reforzarse de forma individual, pero en circunstancias negativas deben combinarse para hacer posible una respuesta resiliente integrada²⁶.

Somos cada quien un resultado único de esas particularidades, que se organizan en torno a nuestras necesidades, capacidades, límites personales y habilidades desarrolladas; el rumbo a seguir lo debemos elegir nosotros mismos, para seguir luchando por nuestras metas y anhelos. Conviene compartir nuestras experiencias en torno a la discapacidad, para servir como temas de reflexión para aquellos que aún no intentan asumir su diferencia y superar la adversidad que les tocó vivir.

²⁵ Boris Cyrulnik y Marie Anaut (2018), 59.

²⁶ Ibid.

Los compiladores de ese volumen señalan en otro capítulo:

¿Hay que recordar que la resiliencia es un proceso, no reducible a un estado, que se apunala con recursos individuales del sujeto, pero contextualizados con los del ecosistema psicoafectivo y social en el que éste evoluciona? ...Por tanto, no existe una resiliencia, sino más bien múltiples procesos, lo cual demuestra la riqueza creativa de los seres humanos frente a situaciones de adversidad²⁷.

Por otra parte Ruiz-Román et al., señalan que la resiliencia positiva, más que un simple aprender a sobrevivir, es una búsqueda constante de superación y ponen como ejemplo a la Terapia Cognitiva Basada en la Atención Plena (MBCT)²⁸, lo que coincide con los planteamientos de Cyrulnik y Frankl.

Entre Cyrulnik y Frankl existen similitudes biográficas importantes. Ambos eran miembros de familias judías, la primera francesa y la segunda austriaca. Los dos vivieron el Holocausto y perdieron en él a sus padres. También estudiaron Neurología y Psiquiatría, aunque en distintas instituciones. Tenían una diferencia de edad de casi 30 años, de modo que vivieron la Segunda Guerra Mundial en distintas etapas vitales: Cyrulnik desde su infancia y Frankl como adulto.

Decía Frankl que entre los prisioneros de los campos de concentración se destacaba una actitud contrastante entre los que vivían lamentando su desgracia y recordando lo que habían perdido y quienes por el contrario se aferraban a la esperanza de un futuro, a sabiendas de que ese día o el siguiente podrían morir y no obstante se ocupaban de pensarlo y diseñarlo según sus expectativas. Los primeros morían pronto, víctimas de la depresión, del tifus, que era la enfermedad del hacinamiento y la insalubridad o por decisión suicida. Los segundos fueron el grupo resistente, donde un mayor número alcanzaron el tiempo de la liberación, del fin de la guerra. La regla se aplica también a las personas con discapacidad que en lugar de dedicarse a la autoflagelación se fijan metas de auto-superación, de empoderamiento. Es aquí donde convergen la resiliencia y la busca de sentido, porque el planteamiento de Frankl amplía y fortalece las actitudes resilientes de quienes sufren una discapacidad grave. Tener

²⁷ Op. cit., 71-72.

²⁸ Cristobal Ruiz-Román et al. Evolución y nuevas perspectivas del concepto de resiliencia

una razón para vivir (y para morir) elegida libremente, donde hay uno o varios destinatarios de nuestros actos, nos fortalece y justifica.

A partir de su experiencia límite de los horrores de la guerra y la confinación, el psicoanalista-filósofo vienés concluye: “al hombre se le puede arrebatar todo, salvo una cosa: *la libertad humana –la libre elección personal ante las circunstancias- para elegir el propio camino*”²⁹. Páginas después añade: “La historia nos brindó la oportunidad de conocer la naturaleza humana quizá como ninguna otra generación. ¿Qué es, en realidad, el hombre? Es el ser que siempre decide lo que es”³⁰.

En adición a las enseñanzas que nos brindan Cyrulnik y Frankl para aplicarlas al problema personal y social de las discapacidades, incorporamos la Teoría de las necesidades de Maslow y otros autores, en estrecha relación con el enfoque de las capacidades humanas. Consideramos que las complementa al incorporarles una visión sintética del ser humano, que señala los impulsos y recursos naturales que permiten orientar la búsqueda y realización del sentido de la vida humana.

Es indispensable conocer las necesidades naturales biológicas, sociales, personales y espirituales que compartimos todos por ser integrantes de una misma especie, así como sus matices específicos en cada ser humano, para no caer en la trampa de adoptar las pseudo-necesidades que inculcan las estrategias del mercado. La cultura del consumo no nos impulsa a ser y a crecer como los seres únicos que somos, sino según modelos impuestos socialmente, que nos conducen a adoptar actitudes de competencia y discriminación que contrarían nuestros impulsos naturales de solidaridad y apoyo mutuo.

Angélica Taboada, en una reseña del libro de Daniel Calmels *La discapacidad del héroe. Diferencia y discapacidad en las narraciones dedicadas a la infancia*, comenta la manera como en los cuentos para niños y en otros relatos, incluso en mitos como el referido a Hefestos o Vulcano, se ha promovido la idea de la discriminación de los diferentes, que a menudo se encuentra asociada con discapacidades³¹. Sucede que comúnmente los humanos

²⁹ Frankl, *El hombre en búsqueda de sentido*, 95.

³⁰ Op. cit., 115.

³¹ Taboada. Reseña del libro de Daniel Calmels: *La discapacidad del héroe. Diferencia y discapacidad en las narraciones dedicadas a la infancia*. Inclusión: miradas desde la investigación educativa del siglo XXI. En: Educ@ción en Contexto, Vol. III, N° Especial, Diciembre, [2017](#). ISSN 2477-9296.

buscamos a los semejantes para sentirnos seguros, para autojustificarnos y quien rompe con esta similitud perturba nuestra tranquilidad, porque requiere de un trato distinto.

Si cada ser humano es una corporeidad única, a la que le tocó participar en un cierto momento de la historia, dotados con estas categorías filosófico-humanistas deberíamos buscar las oportunidades para crecer a partir de nuestras diferencias, con respeto y apoyo a los proyectos de los demás. Las únicas condiciones que pediríamos son de que no se dañe a nadie y que se contribuya a mejorar y hacer más habitable este mundo plural. Esto apunta a promover sociedades igualitarias y equitativas, resilientes, donde se revalore a la discapacidad como una diferencia más que busca construir su propio camino y no como un factor de exclusión. Donde cada persona, sin importar si padece o no alguna discapacidad, decide, como dice Frankl³², elegir aquello que guardará celosamente de su vida para testimoniarlo con su muerte.

En un texto muy luminoso Cyrulnik, quien tuvo la oportunidad de conocer la obra de Frankl, señaló como un factor importante de la resiliencia el construir un relato positivo de la adversidad que a alguien le tocó en suerte vivir. “Todo cambia. Todo puede ser reformulado cuando se sabe producir un relato”³³. Construir la narración de nuestras carencias y sus opciones, puede ser un buen punto de partida para diseñar aquello que queremos alcanzar, aquello por lo que vale la pena vivir y morir.

Referencias

- Cyrulnik, Boris. *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Editorial Gedisa, Barcelona 2005.
- Cyrulnik, Boris. *La maravilla del dolor: el sentido de la resiliencia*. Granica, Buenos Aires 2007.
- Cyrulnik, Boris. *Escribí soles de noche. Literatura y resiliencia*. Editorial Gedisa, Barcelona 2020.

³² Frankl. *Psicoterapia y humanismo*. ¿Tiene un sentido la vida?, 128.

³³ Cyrulnik, Boris. *Escribí soles de noche. Literatura y resiliencia*. (Barcelona: Editorial Gedisa, [2020](#)), 120.

- Cyrulnik, Boris y Marie Anaut (Coords.). *¿Por qué la resiliencia?: lo que nos permite reanudar la vida*. Editorial Gedisa, Barcelona 2016.
- Cyrulnik, Boris y Marie Anaut (Coords.). *Resiliencia y adaptación: La familia y la escuela como tutores de resiliencia*. Editorial Gedisa, Barcelona 2018.
- Frankl, Viktor. *Psicoterapia y humanismo. ¿Tiene un sentido la vida?* Fondo de Cultura Económica, México 2022.
- Frankl, Viktor. *El hombre en busca de sentido*. Herder, México 2023.
- González Arratia, Norma Ivonne. *Resiliencia y personalidad en niños y adolescentes. Cómo desarrollarse en tiempos de crisis*. Ediciones y Gráficos Eón, México 2016.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Consultado en: https://www.inegi.org.mx/sistemas/olap/proyectos/bd/censos/cpv2000/ptl.asp?s=est&c=10261&proy=cpv00_pt. México 2000
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. *Las personas con discapacidad en México: una visión al 2010* / Instituto Nacional de Estadística y Geografía. México 2013.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. *Censo de Población y Vivienda 2020*. Consultado en: <https://www.inegi.org.mx/programas/ccpv/2020>
- Maslow, Abraham. *Motivación y personalidad*. Ediciones Díaz de Santos, Madrid 1991.
- Maslow, Abraham. *El hombre autorrealizado*. Kairós, Barcelona 2002.
- Merleau-Ponty, Merleau. *Fenomenología de la percepción*. Editorial Planeta, España 1994.
- Nussbaum, Martha. *Crear capacidades. Propuesta para el desarrollo humano*. Paidós, Barcelona 2016.
- Pareja, Guillermo. *Viktor E. Frankl. Comunicación y resistencia*. Premia Editora, México 1987.
- Rico Bovio, Arturo. *Las fronteras del cuerpo. Crítica de la corporeidad*. Joaquín Mortiz, México 1990.
- Rico Bovio, Arturo. *Las coordenadas corporales. Ideas para repensar al ser humano*. *Revista de Filosofía de la Universidad de Costa Rica*. Recuperado a partir de: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/filosofia/article/view/7449>. Costa Rica 2005.
- Rico Bovio, Arturo. *Muerte y resurrección del cuerpo*. Plaza y Valdés Editores, México 2017.

Ruiz-Román, Cristobal et al. Evolución y nuevas perspectivas del concepto de resiliencia: de lo individual a los contextos ya las relaciones socio-educativas. *Educatio Siglo XXI*. Vol. 38, N° 2, pp, 213-232. Universidad de Málaga. Consultado en: <https://doi.org/10.6018/educatio.43298>. Málaga (España) 2020.

Taboada, Angélica. Reseña del libro de Daniel Calmels: *La discapacidad del héroe. Diferencia y discapacidad en las narraciones dedicadas a la infancia*. Inclusión: miradas desde la investigación educativa del siglo XXI. En: Educ@ción en Contexto, Vol. III, N° Especial, Diciembre. Caracas (Venezuela) 2017. ISSN 2477-9296



Esta obra está disponible bajo una licencia <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>