

Las fortalezas liberadoras: libres para liberar
(Libertad, paz, activismo, concientización, y resiliencia)
R. Esteban Montilla, Ph.D.

Este cuento de la India ilustra el anhelo que tienen los seres vivos de existir en libertad. Érase una vez un loro que vivía en una jaula grande y hermosa. Había sido comprado en un mercado persa por un comerciante de Cachemira que pensó que sería un buen regalo para sus hijos. Efectivamente, el loro era muy querido y admirado por toda la familia. Todos ellos hablaban de su belleza, inteligencia y picardía. Sin embargo, el loro no era feliz en tanto estaba lejos de los suyos y se sentía prisionero. El loro les explicaba a los miembros de la familia de la tristeza y la melancolía que experimentaba, pero, éstos no le escuchaban su pesar. Para animarlo le traían juguetes raros, manjares excelentes, le acariciaban y le aturdían con palabras lindas, pero nadie le abría la jaula. Él, consistentemente, pensaba en la manera de cómo liberarse y salir de allí. En la misma casa había un joven adolescente quien era un criado que también habían traído de un campo para que trabajara allí con esta familia de Cachemira. Este joven estaba en la misma condición de prisión razonó el loro y puede entenderme mejor. De manera que se le ocurrió pedirle al joven un gran favor y cuidadosamente le susurró: ahora cuando vayas a Persia con el amo te ruego que pasees al bosque y cuéntales a los míos de la situación en la cual estoy. Háblales de mi tristeza, descríbeles mi jaula y pídeles consejo. A la vuelta, prométeme que me dirás su respuesta, cualquiera que ésta sea. El adolescente le aseguró que así lo haría y, también, aprovechó para comentarle al loro acerca de su anhelo por enviar y recibir noticias de sus familiares.

El joven salió con su amo y el resto del grupo. Era un viaje largo, pero, de mucha alegría para este adolescente porque era su primer viaje, estaba emocionado por la oportunidad de conocer otros mundos y, también, por admirar la belleza de esos lugares. Al llegar, pudo disfrutar de las bondades de ese nuevo país pero no se le olvidó la promesa que le había hecho al loro. En cuanto pudo se fue al bosque, levantó su cabeza hacia la cimas de los árboles y el arco iris de plumas, contó las desgracias del hermano lejano e intentó comprender los consejos que los suyos podían darle. Al terminar de contarles el joven se sorprendió al ver que tres loros cayeron muertos y se dijo para sí mismo. De seguro la pena y la emoción han matado a estos loros ancianos sin poder darme ningún consejo para mi amigo el loro de la casa de mi amo. A su regreso a Persia el adolescente le contó al loro que había ido al bosque y le había contado su situación a sus familiares pero que él estaba muy triste porque al terminar de contarles tu tristeza y desgracia tres loros cayeron muertos a mis pies. El loro le preguntó ¿Cómo se murieron? Bueno, le respondió el joven, al terminar mi historia les pedí que si tenían algún consejo para ti y, en ese momento, cayeron muertos al suelo. Es por esto que no te enviaron ningún consejo. Sin embargo, el loro le dijo ¡Muchísimas gracias! Veo que cumpliste escrupulosamente con la misión. ¡No te desanimes, ama la libertad y la libertad te amará!

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu

Al salir el joven de la sala el loro cayó sobre su pecho, pico abierto, los ojos cerrados y las patas replegadas sobre su vientre tricolor. Luego uno de los hijos notó la situación del loro y llamó al resto de la familia. El papá sacó el loro de la jaula, le puso agua en su pico y le sopló sobre sus plumas pero éste seguía sin vestigios de vida. Entonces el hombre, llorando junto al resto de la familia, lo depositó sobre un montón de hojas dispuestas para ser quemadas, mientras murmuraba una oración fuerte. Apenas había tocado el loro las hojas cuando, en el mismo instante en que las manos se abrieron, batió las alas y salió volando, llevado por el viento que soplaba hacia Persia.

Esto es un cuento que apunta a esa necesidad y derecho de todo ser humano del tener *libertad* para ser, para pensar, para socializar, para creer, para movilizarse, para sentir y para actuar. *La libertad* o *eleutheria* como fortaleza hace referencia a esa realidad existencial del ser humano de tener el derecho y la capacidad para elegir lo que considere mejor para su vida. Este escoger, sin embargo, se entiende mejor cuando se considera desde la perspectiva de vida compartida que nos caracteriza. En este sentido, nuestro elegir está directamente relacionado con las expectativas de la sociedad en la cual existimos y nos movemos. Entonces, el decir que somos seres libres tiene sentido en la medida en que comprendemos los motivos que orientan nuestra toma de decisiones y, con ello, nuestras actuaciones dentro de un contexto relacional con otros seres humanos. En tal comprensión, existe una importante confirmación acerca de la necesidad de reconocer que nuestra naturaleza humana está dotada de condición social; por tanto, la libertad puede explicarse a partir de ese contexto relacional como seres sociales y, así, cobra sentido el compromiso de resguardar las libertades de todos y de todas. Somos libres para vivir en relación con los demás de manera digna, responsable y justa.

El loro del cuento anhelaba ser libre, soñaba con su libertad, exploraba maneras de ser liberado pero su emancipación fue posible a través del espíritu de colaboración con otros miembros de la sociedad en la cual existía. Anhelar ser libre es importante, pero la libertad, es un fenómeno multidimensional que requiere algo más que añorar, en tanto precisa la intervención de otras personas. Bajo esta perspectiva colectivista la libertad humana tiene sus límites al estar supeditada al respeto de la naturaleza libre de todos los seres humanos. Esta realidad también nos invita a entender que la libertad plena solo es posible en conexión con las demás personas. Hay seres humanos que anhelan ser libres pero no lo logran porque las fuerzas sociales externas que suprimen sus libertades son mucho más poderosas que sus deseos. Me refiero a familias, a parejas, a comunidades y sistemas de gobiernos que de manera consciente deciden limitar las libertades de las personas y, en su lugar, oprimen y aprisionan. La libertad implica tanto el querer como el poder para hacer las cosas (Filipenses 2:13).

A este punto conviene aclarar los distintos tipos de libertades que por derecho han de gozar los seres humanos. *La libertad psicológica* hace referencia a ese derecho que tienen

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu

los seres humanos de expresar lo que piensan, lo que sienten así como también de comportarse según sus preferencias. Ahora, como seres humanos con inteligencia social hemos aprendido que expresar nuestros pensamientos tiene mucho que ver con el contexto donde nos desenvolvemos. De manera que, cuidadosamente, escogemos enunciar lo que pensamos en función de las personas frente a nosotros, de la realidad social en la cual estamos y del estado emocional que estemos experimentando. De allí que la libertad psicológica también conoce sus fronteras.

Al expresar mis ideas además de validar mi derecho como ser pensante, también, estoy diciendo a mis semejantes que me gustaría dialogar. En otras palabras, así abro el camino para la discusión, el compañerismo y el ejercicio de mi poder. Con eso también estoy diciendo que el mundo es un mejor lugar cuando se promueve la diversidad de ideas, cuando se discuten con respeto las diferentes lógicas y se dialogan las diferentes posturas. Claro está al exponer nuestras ideas hemos de estar listos para recibir las reacciones de nuestros escuchas o personas lectoras, en tanto las mismas, pueden enriquecer nuestro pensar al desafiarlos o afirmarlos. Además, la apertura y exposición de pensamientos con nuestros semejantes es también un sistema de protección para nuestra sanidad psicológica, siendo que, la retroalimentación recibida nos puede asistir en el proceso de discernir entre aquellas ideas fantasiosas, irracionales e ilógicas y las realidades concretas donde existimos.

Esta *libertad psicológica* en términos de ser libre para expresar mis emociones también considera que mi entorno social tiene mucho que ver con la vía que escoja para compartir mis sentimientos con las demás personas. Igualmente, la inteligencia emocional desarrollada a través del curso de la vida nos permitirá medir la realidad del contexto socio-cultural y, en función de ésta, decidir la manera como demostrar nuestros afectos. Por ejemplo, somos libres de expresar nuestra ira antes las injusticias que enfrentamos pero la vía para hacerlo ha de considerar la dignidad y la realidad de la otra persona o grupo. Es por esto que la libertad psicológica conoce sus linderos. Lo mismo podemos ver en el campo de la conducta humana donde mis comportamientos y acciones han de estar supeditados al contexto existencial. En esta vida compartida nos movemos dentro de grupos y sociedades que, con tropiezos y sabiduría en conjunto, han delineado normas para un mejor convivir. Estas normas se hacen del conocimiento de las comunidades a través de la tradición oral, de los códigos de conducta y a través de los reglamentos y leyes que se adoptan como un todo.

La *libertad social* se refiere a ese derecho que tenemos como seres humanos de escoger con quien relacionarnos, con quien convivir y con quien compartir nuestras vidas. Se parte de que tenemos la estructura biológica, cognitiva, emocional y social necesaria para poder elegir con quien socializar. Esta libertad social, sin embargo, también conoce sus confines al reconocer que en la consulta con las personas más allegadas a nosotros hay gran sabiduría. De allí que por lo general se toma en cuenta las observaciones

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu

hechas por nuestros seres queridos en referencia al tipo de relaciones que mejor proyecta y llena nuestra existencia así como también la de nuestro grupo. Como seres sociales con capacidades selectivas y no simplemente seres gregarios podemos aún hasta escoger quien es nuestra familia, nuestra comunidad y nuestra sociedad.

Esto lo ilustra Jesús de Nazaret en una narrativa difícil de entender porque en ocasiones tendemos a idolatrar las instituciones sociales aun cuando éstas sean opresivas. Él les dice a sus discípulos y discípulas que la familia misma puede llegar a ser un estorbo al desarrollo integral de la persona (Mateo 4:18-22; 8:22; 10:21-22; Lucas 9:62; 12:51-53; 14:26-27). Existen unidades familiares que funcionan a través del dominio, el sometimiento total y la privación de oportunidades. Jesús de Nazaret se revela contra ese modelo de familia y sugiere una institución familiar comunitaria con una estructura de igualdad, fraternidad y libertad (Marcos 3:35). Es en esa misma línea que Él les animó a que se movieran por encima de las jerarquías (Mateo 23:8-9) porque en la comunidad de creyentes todos son iguales y no hay ni puede haber sometimiento servil de unos a otros (Mateo 5:48; 6:9). Al observar que las instituciones sociales siguen una dirección contraria al bienestar total nuestro y, además, asumen posturas que silencian nuestras voces y privan nuestras libertades, entonces, somos capaces de optar seguir afiliaciones más saludables.

La libertad espiritual tiene que ver con esa capacidad y derecho que tienen los seres humanos de satisfacer sus necesidades de conexión con lo ulterior, con el resto de la creación y con lo que trasciende de acuerdo a sus gustos, preferencias y personalidad. Se parte entonces de que el ser humano es libre para adoptar sistemas de creencias, valores y principios cónsonos con sus anhelos así como también la observación de prácticas y rituales correspondientes a sus predilecciones. Esta libertad espiritual también implica el poder afiliarse a una comunidad de fe que la persona considere de mayor beneficio para su existencia y la de los suyos. Empero, como las demás libertades ésta también conoce sus límites en tanto se existe dentro de una sociedad que sigue un set de reglas acordadas por el grupo mayor los cuales fueron inspirados en el respeto a los derechos y libertades de sus cohabitantes. En este aspecto ninguna persona puede esconderse detrás de sus prácticas religiosas y convicciones espirituales para quebrantar la dignidad de sus semejantes. Los sistemas de creencias y opiniones religiosas excluyentes, totalitarias y opresivas que violan los elementales derechos humanos lejos de ser respetadas han de ser denunciadas antes la comunidad global y las autoridades internacionales.

La libertad corporal involucra la autonomía que se tiene como persona para usar su cuerpo de la manera que se crea más conveniente. Las personas son libres para escoger seguir o no las indicaciones prescritas de los profesionales de la salud. Cada persona tiene el derecho de escoger el estilo de vida más acorde a sus deseos y necesidades. Esta libertad va desde los más simple como el escoger una dieta alimentaria o un plan de

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu

ejercicios hasta lo más complejo como lo es el rechazar un tratamiento médico que pueda salvarle la vida a la persona. Esta libertad corporal conoce también sus fronteras siendo que las sociedades donde se existe pueden tener normas que regulan el uso y manejo del cuerpo humano. Por ejemplo, ciertas culturas limitan las partes del cuerpo que se pueden exhibir a los demás miembros de la comunidad. Otras sociedades tienen normas específicas que regulan las actividades sexuales de sus ciudadanos.

La libertad política hace referencia al derecho de cada persona de usar sus conocimientos y habilidades para influir sobre su destino y el destino de su grupo. Esta libertad implica el ser libre para tomar parte activa en los procesos de elección de las personas que lideran la sociedad, el ser libre para escoger una ideología de su preferencia, el ser libre para afiliarse a un partido político concorde con sus sistemas de valores, el ser libre para seleccionar un sistema de gobierno que la persona considere lo mejor para sí y para su grupo, el ser libre para generar los recursos necesarios para su subsistencia, comodidad y recreación, el ser libre para existir con calidad de vida, el ser libre para mudarse, movilizarse y transitar libremente de acuerdo a sus realidades existenciales, el ser libres para moverse y existir dentro de una comunidad donde haya seguridad, el ser libres para escoger una formación educativa que vaya conforme a las aspiraciones de la persona, el ser libres para comunicar sus ideas, opiniones y percepciones de la vida a través de cualquier medio de comunicación disponible a la humanidad, el ser libres para expresar y celebrar sus preferencias culturales; en fin ser libres para soñar y vivir los sueños, para vivir la vida bajo una soberanía auténtica y para construir una sociedad más justa, equitativa e inclusiva.

Esto es ser libres de las presiones e interferencias de los sistemas de poderes (Estado, Iglesia, Empresa) en el desempeño de la vida pública y privada que se escoja seguir. Este es un tipo de libertad que ha ameritado una larga lucha por el respeto de estos derechos fundamentales del ser humano. En muchas ocasiones los individuos escogidos para representar el sueño de sus ciudadanos se les ha olvidado que fueron puestos allí para servir como garantes de la libertad y como generadores de oportunidades de participación para cada miembro de la sociedad. Uno de los grandes logros de las mujeres y hombres que han luchado por garantizar las libertades humanas se dejó plasmado en la Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948). En esta declaración -éticamente vinculante-, se enfatiza que nuestra morada terrenal puede ser más placentera y plena cuando se reconocen la dignidad intrínseca de cada ser y los derechos de igualdad propios de todo ser humano.

Al mencionar los distintos tipos de libertades queremos hacer énfasis en que el ser humano alcanza su plenitud existencial de manera más amplia cuando se desenvuelve en un medio que promueva el libre ejercicio de todas sus facultades. Sin embargo, a través del curso de nuestras vidas nos enfrentamos a muchas jaulas que nos mantienen prisioneros. El origen de estas prisiones varía desde nuestras propias construcciones

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu

hasta aquellas edificadas por la familia, la iglesia, el estado y otras estructuras sociales. En ocasiones somos esclavos o esclavas de nuestros impulsos egoístas, de sistemas de creencias derrotistas, de la ignorancia, de las ilusiones, de los condicionamientos cognitivos, de las predisposiciones biológicas, de las posturas fatalistas, del odio y de la arrogancia. En otras circunstancias somos cautivos de grupos de poder que nos usan y explotan para el logro de sus intereses mercantilistas. En cualquier caso, somos llamados a ser libres para vivir en amor, en paz, en armonía y para servir a la humanidad. Este camino a la liberación no es tan fácil siendo que se precisa de todas nuestras fuerzas interiores, de las redes sociales que nos apoyan y de la fortaleza divina. En esto cabe recordar la postura de Freire (2000) al decir que nadie se libera solo; nos liberamos siempre juntos.

La libertad en cada esfera de la vida parece ser el mensaje central de las instrucciones de Jesús de Nazaret (Lucas 4: 18-19). En sus enseñanzas consistentemente se alude a la naturaleza liberadora de Dios al decir que en la presencia divina no existe la alienación, la opresión ni la coerción. “Donde está el Espíritu del Señor, allí hay libertad” (2 Corintios 3:17). El medio emancipador que Dios usa es el amor mediante el cual nos libera de las prisiones emocionales, de las celdas cognitivas que hemos construido a lo largo de nuestro ciclo vital, de los patrones relaciones asfixiantes, de las conductas destructivas y derrotistas, de la insensatez y de la ignorancia así como también de los yugos que los sistema de poder nos imponen.

Según los escritos apostólicos Dios pone en nosotros tanto el deseo para ser libres como la capacitación necesaria para lograrlo (Filipenses 2; 13; Romanos 8:14-15). Es así como llegamos a ser libres para vivir una vida que importa y que hace la diferencia. “Cristo nos libertó para que vivamos en libertad. Por lo tanto, manténganse firmes y no se sometan nuevamente al yugo de esclavitud... Les hablo así, porque ustedes han sido llamados a ser libres; pero no se valgan de esa libertad para dar rienda suelta a sus pasiones. Más bien sírvanse unos a otros con amor” (Gálatas 5: 1, 13). La libertad del ser humano es un constante esfuerzo en tanto las fuerzas opresoras, internas o externas, continuamente nos asechan. La invitación es a estar vigilantes y al pie de lucha para mantener nuestras libertades. “Para la libertad fue que Cristo nos hizo libres; por tanto, permaneced firmes, y no os sometáis otra vez al yugo de esclavitud” (Gálatas 5:1).

Boff (2000), propone que la liberación es la acción que libera la libertad cautiva y, a través de ésta, se rescata la autoestima, se recupera la identidad negada, se puede construir una nueva historia y se puede edificar una humanidad comprometida con la justicia y la compasión. Amartya Sen (1999) por su lado sugiere que la libertad realza la habilidad que tienen las personas de ayudarse a sí mismos y de influir en el desarrollo y los destinos del mundo. Esta liberación integral que afecta la dimensión personal, pero que se expresa de manera más plena en el plano comunitario, es la que conduce a una vida y cultura de paz.

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu

La paz es una palabra que hace referencia a un sentimiento interno de armonía y a la convivencia fraternal de los seres humanos que pueblan este mundo. En el aspecto interior subjetivo uno dice estar en paz cuando se tiene congruencia entre nuestros pensamientos, sentimientos, valores y acciones. Respecto a la paz interpersonal hablamos de ésta al gozar de relaciones humanas marcadas por el respeto y la mutualidad. En cualquiera de estas dos dimensiones de la paz el medio para lograrla está altamente conectado con la capacidad de dialogo, el perdón, la reconciliación y el entendimiento holístico del funcionamiento del ser humano.

En este sentido *la paz* es el resultado de un modo de vivir caracterizado por la comprensión, el respeto a los derechos humanos, la congruencia existencial y la justicia social. La paz como una experiencia que recibimos pero que también creamos, por su naturaleza dinámica, precisa de una constante renovación y el continuo devenir de un mejor mañana. Se recibe la paz en cuanto es como un descubrimiento o un darnos cuenta que no es necesario recurrir a las fuerzas verbales o físicas para hacernos entender o progresar en la vida. Este recibir el don de la paz implica el tener un corazón y una mente abierta para asimilar la belleza de la diversidad que existe en términos de ideologías, género, sexo, etnias y demás expresiones culturales. El recibirla también nos compromete a compartirla con nuestros semejantes. “La paz les dejo; mi paz les doy” (Juan 14:27). Se crea la paz al trabajar con vehemencia en el desarrollo de un ambiente ideal donde se pueda experimentar una armonía integral y vivir con tranquilidad. Por supuesto, en el laborar hacia la creación de la paz se deja a un lado todo indicio de imposición, explotación, odio relacional y dominación en tanto estos parecen ser los elementos desencadenantes del desmoronamiento de ésta.

Cada persona tiene sus expectativas y necesidades que satisfacer en lo biológico, psicológico, espiritual y social, y, para saciarlas tiene que interactuar con sus semejantes. Estos intercambios en ocasiones pueden generar conflictos los cuales si no se manejan con sabiduría, perturban el equilibrio interior y la armonía relacional, comprometiendo así la paz. La estrategia por excelencia para el manejo de estos inevitables conflictos sigue siendo el dialogo vivificante siendo que éste les permite a las diferentes partes involucradas en el problema que vociferen y expresen sus desilusiones, opiniones y expectativas. En el caso que estos conflictos se conviertan en crisis, al desequilibrar nuestros sistemas de afrontamiento, podemos llevar el dialogo a otro nivel donde participen terceras personas que no estén directamente envueltas en la situación enfrentada.

Al seguir la postura pacifica activa que usaba Jesús de Nazaret nos comprometemos al uso del dialogo verbal y conductual por encima del debate, por encima de la agresión y por encima de la guerra. Él propuso un método basado en la educación dirigida a la reestructuración del pensamiento, a la desarticulación de paradigmas de superioridad y al desaprender conductas opresivas. “Ustedes han oído que se dijo: "Ojo por ojo y

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu

diente por diente". Pero ahora yo les digo: No resistáis con violencia al que te hace mal. Si alguien les da una bofetada en la mejilla derecha, pídanle que les pegue también en la izquierda. Si alguien los acusa ante un juez y quiere quitarles la capa, denle también la ropa interior. Si un soldado los obliga a llevar una carga por una milla, cárguenla por dos" (Mateo 5:38-41). El teólogo Walter Wink (1998) nos ayuda a entender esta propuesta singular de Jesús de Nazaret la cual nos invita a resistir el mal no con el mismo mal sino a través de una resistencia pacífica que afirme la dignidad humana. Esta es una invitación a resistir sin permitir que el mal dicte las estrategias y los términos del enfrentamiento.

"Si alguien les da una bofetada en la mejilla derecha, pídanle que les pegue también en la izquierda". En esa cultura las bofetadas de una persona de estatus superior, como se veían a sí mismos los oficiales romanos, se daban con el revés de la mano derecha y ésta tenía como intención el de insultar y humillar a una persona inferior. Era muy común durante la invasión del imperio romano el que sus soldados abusaran a los nativos conquistados. De manera que el recibir bofetadas de los soldados romanos era parte del paquete que llegaba con la ocupación del país. En ocasiones hubo judíos que se oponían respondiendo con la fuerza dándoles así excusas a los soldados para que los lastimaran hasta el punto de la muerte. El poner la mejilla izquierda era otra manera de resistir en tanto el opresor se veía obligado a pegarle al súbdito como se le golpea a un igual. Esta estrategia de resistencia intentaba neutralizar el poder humillante y deshumanizador del opresor. Esa acción desafiante de poner la mejilla izquierda no es sumisión pero tampoco una represalia violenta.

"Si alguien los acusa ante un juez y quiere quitarles la capa, denle también la ropa interior". Wink (1998) señala que en ese entonces la mayoría de los judíos comunes vivían endeudados y se veían obligados a pagar altos intereses por los préstamos que quitaban para poder satisfacer sus necesidades básicas. Los sueldos eran muy bajos, los intereses del Estado muy altos y había una tasa de desempleo muy elevada. En muchas ocasiones los campesinos perdían el lote de terreno donde sembraban, sus bienhechurías y aun más humillantes sus pertenencias incluyendo la ropa de vestir. No muy pocos se resistían a pagar estas deudas y por esto eran llevados a corte las cuales por lo general estaban dirigidas por jueces corruptos que se unían a las fuerzas opresoras. En ese contexto que Jesús de Nazaret les dice que si alguien les quiere quitar la camisa que también le den la ropa interior así saldrán de la corte completamente desnudos. En la tradición judía el desnudarse era un acto vergonzoso tanto para la persona desnuda como para los que lo miraban así. Esa acción desafiante del deudor declaraba al prestamista y al juez lo injusto de estas prácticas financieras asfixiantes que afectaban de manera negativa a las personas más desposeídas. En otras palabras la persona pobre actuando de esta manera desenmascaraba lo cruel y macabro del sistema económico de esa era.

“Si un soldado los obliga a llevar una carga por una milla, cárguenla por dos”. Había una regla escrita entre las fuerzas ocupantes romanas la cual indicaba que los súbditos estaban obligados a ofrecer servicios gratis a sus opresores. El equipo de los soldados era de gran peso y a menudo les pedían a los civiles a quienes se encontraban en la calle que les cargaran sus accesorios. Sin embargo, el código militar prohibía que se obligara a un súbdito a que llevara la carga por más de una milla. Algunas personas civiles, sobre todo aquellas que odiaban a la fuerza militar ocupante, se rehusaban a llevar la carga por esa milla y terminaban siendo golpeados por los soldados. Jesús de Nazaret sugiere otra estrategia de resistir la injusticia de estos oficiales romanos al sugerirles que acepten llevar la carga por una milla pero que además le ofrezcan hacer lo mismo para una segunda milla. Al hacer esto la persona civil afirmaba su dignidad humana y su poder de la voluntad. Para esta segunda milla la iniciativa era del súbdito quien decidía hacer el trabajo no por obligación sino por voluntad propia. Esto era una acción de protesta que le regresaba el poder a la persona oprimida. El soldado se queda desarmado y sorprendido al observar este acto de amor y de bondad. Ahora la pelota está del lado del oprimido.

Wink (1998) nos dice que el proceso transformador de Jesús de Nazaret tenía al centro de su realidad la dignificación del ser humano. Los sistemas de poderes pueden crear prácticas que son absurdas, amordazantes y humillantes, y, es nuestro deber el oponernos a éstas a través de una resistencia pacífica donde también el opresor tenga la oportunidad de ser redimido. Jesús de Nazaret fue una persona luchadora por la dignidad humana quien abogó más allá de una revolución al sugerir un estilo de manejo de conflictos y relación humana donde todos se beneficiaran. Él no estaba proponiendo una revolución donde se reemplazara un poder opresor por otro, una revolución donde se cambia los fines pero no los medios, una revolución donde un grupo pequeño gana y la mayoría pierde, una revolución que se transforme en algo semejante a lo que trató de cambiar, una revolución que solo cambió el nombre de las personas que dominaban. Él estaba proponiendo una manera de ser y existir donde tanto los oficiales como los civiles tuviesen la oportunidad de actuar con justicia, con compasión y con amor. Jesús de Nazaret propuso entonces un modelo de resistencia donde se renuncia a la pasividad, a la violencia y al deseo de eliminar al enemigo. En lugar de esto se busca resistir al mal sin emularlo, neutralizar el mal sin destruir a las personas que lo ejecutan y vencer al mal con el bien.

La ley del talión reconoce que el ser humano tiene el derecho y la capacidad de usar la fuerza para protegerse, defenderse y vengarse de las personas que le quieran hacer daño. El compromiso de renunciar al derecho de usar la violencia requiere de una ética aspiracional ulterior siendo que usar la fuerza parece ser lo más fácil y lo más convencional. El camino hacia el dialogo, la compasión y el perdón es arduo pero posible. Esta estrategia dialogal apela al uso de una escucha activa donde se le presta especial atención a las emociones, a los pensamientos, a las actitudes y a las conductas

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu

de las demás personas para buscar así una salida justa e inclusiva que beneficie a todas las personas involucradas en el asunto. Este tipo de dialogo vivificante le presta especial atención a las necesidades integrales de cada persona, sobre todo, las de los individuos más vulnerables e históricamente silenciados.

Se han propuesto muchas opciones para el manejo de los conflictos interpersonales y grupales siendo una de ellas la violencia y la guerra. Jesús de Nazaret planteó otro camino; el del perdón y de la paz activa. En los últimos siglos grandes luchadores y luchadoras por la libertad de los seres humanos han seguido esta estrategia de pacificación justa la cual además del dialogo incluye la no violencia, la justicia socio-económica, la participación comunitaria, la instalación de valores de vida tales como la veracidad, la integridad y la humildad; el fortalecimiento de la estructura familiar, la reducción de los factores de riesgos para el enfrentamiento, el desarrollo de vías recreativas saludables, la pronta disposición de denuncia a cualquier tipo de injusticia, la promoción del respeto a los derechos humanos, la suspensión de una actitud condenatoria, la evitación del cinismo, el resguardo a la seguridad de las personas y de sus propiedades, la construcción de oportunidades de participación en la sociedad, el fomento de la espiritualidad, el rechazo a todo indicio de discriminación, la apertura a la reflexión autocrítica y el compromiso ecológico.

El seguir estos pasos para conseguir la paz aunque espinosos y exigentes puede generar mucha dicha y felicidad en todas las partes involucradas (Mateo 5-7). Lamentablemente en muchas ocasiones como personas y como sociedades nos cerramos a este trabajo laborioso hacia la paz y preferimos seguir los dictados de la violencia. Estas actitudes de resistencia a caminos pacíficos pueden desilusionarnos hasta el punto de llorar y clamar junto al Maestro: “¡Cómo quisiera que hoy supieras lo que te puede traer paz!” (Lucas 19:41). Pero también es alentador ver como más y más personas, comunidades y sociedades han apostado por la construcción de un mundo donde habite la paz. Un mundo donde podamos comer, beber, caminar, recrearnos, trabajar y vivir juntos. Un mundo donde sembremos amor en vez de odio, donde practiquemos el perdón en vez de la venganza, un mundo donde el interés de una persona no esté por encima del de la comunidad, un mundo donde se respete el derecho de cada ser humano, un mundo donde se promocióne la prosperidad integral de todos los seres que lo componen, un mundo con instituciones sociales justas e inclusivas, un mundo donde cada persona pueda desarrollar sus potenciales y disponerse al servicio de los demás.

El activismo civil o la dimensión profética existencial hace referencia al compromiso fraternal que tenemos de luchar por el bienestar de cada miembro de nuestra comunidad y sociedad. En nuestras vidas compartidas e interdependientes somos “guardas de nuestros hermanos y hermanas”, por lo tanto participamos en la creación de un medio donde cada persona tenga su espacio para emitir su voz, su oportunidad para ejercer su poder y su momento para fortalecer sus redes sociales. Este activismo

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu

pacífico puede incluir los foros comunitarios y el uso de los medios de comunicación tales como el periódico, la radio, la televisión y el Internet.

Otro medio para denunciar injusticias incluye el Boycott o la intimidación no violenta el cual se remonta al siglo XIX cuando un grupo de campesinos irlandeses se le revelaron a un gerente Inglés y decidieron no recoger la cosecha en protesta por el trato indigno que este patrón les brindaba. Hoy día el Boycott es una estrategia de protesta muy eficiente e implica el llamado a no comprar un producto que provenga de compañías o países donde se explotan al personal que labora. El gran Cesar Chávez, luchador por los derechos de los hispanos en los Estados Unidos de América, usó este recurso pacífico para denunciar las injusticias hecha a las personas inmigrantes que laboraban en los campos de agricultura. Por supuesto conviene mantener en mente que el propósito de los Boycotts no es eliminar a las industrias sino generar cambios en las personas en posiciones de poder.

La huelga o la manifestación colectiva en rechazo de políticas injusta que afectan el bienestar integral del grupo constituye otra estrategia de protesta pacífica que por lo general va acompañada de los discursos y los diálogos con los sistemas de poder. Las marchas de las masas o demostraciones públicas para enfatizar un punto de vista o una injusticia que se esté cometiendo. Estas marchas pueden tener múltiples propósitos incluyendo el educar a la comunidad, la demostración de apoyo para una causa en particular o la creación de cierto capital político para usarlo como estrategia de negociación. En ocasiones las marchas combinan el uso del arte con la retórica. Otros medios de protesta pacífica envuelve la desobediencia civil al pronunciarse acerca de leyes que se consideren injustas; las campañas de divulgación pública donde se revelan hechos y datos que los grupos de poderes le escondían al público.

Otra estrategia de protesta pacífica es la renuncia a la ingesta de alimentos o huelga de hambre con el objetivo de transmitir un mensaje, denunciar una injusticia, reclamar ciertos derechos, exigir la derogación de políticas injustas, requerir la rectificación de decisiones adversas, hacer visible una causa noble que ha usado olvidada, y revelar al público asuntos de justicia social. El ayuno como una manera de protestar ha sido usado a través de las edades por grandes luchadores de los derechos humanos tales como Mohandas Gandhi y Cesar Chavez. La huelga de hambre, sin embargo, es una manera de protesta muy delicada y peligrosa en tanto el organismo al ser privado de los nutrientes que requiere puede sufrir danos irreversibles. Cualquiera sea la estrategia que usemos para abogar por nuestros semejantes, por los demás seres vivos y por la naturaleza este ejercicio profético ha de hacerse manteniendo en mente la dignidad y el respeto debido a cada persona aún aquellas que disienten con nosotros.

La concientización según la percibía Paulo Freire (1970, 2000) tiene que ver con el proceso de despertar a la realidad de la influencia que tiene el contexto socio-cultural en

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu

nuestras vidas y del potencial que tenemos para usarlo en la construcción de nuestro presente y futuro histórico. Este tomar conciencia de las fuerzas internas y externas que limitan el crecimiento y el florecimiento humano trasciende en tanto nos inspira a movilizar las fortalezas necesarias para vivir en libertad y en plenitud. La profunda reflexión consultiva sobre los factores que estorban el desarrollo integral de nuestros potenciales junto a la práctica progresiva de nuevos paradigmas cognitivos y conductuales son los pasos cardinales hacia la concientización y la liberación. Este proceso dialéctico de acción y reflexión crítica paulatinamente empodera al ser humano al punto de capacitarlo no solo para identificar las fuerzas domesticadoras y opresoras sino también para sobreponerse a ellas. El darnos cuenta tanto de nuestras limitaciones como de los potenciales es un proceso continuo que se hace más fuerte a través de la praxis y por medio de ésta emergemos con mayor consciencia de nuestra creatividad, valía y dignidad. La experiencia liberadora alcanzada a través de este proceso afecta a cada dimensión de nuestra existencia incluyendo lo cognitivo, lo emotivo, lo espiritual y lo social. En si es una liberación para vivir en comunidad de manera justa, pacífica, saludable y compasiva. Libres para liberar.

La resiliencia se refiere a esa capacidad innata que tiene el ser humano de reponerse después de enfrentar las más desafiantes y adversas circunstancias. Una de las pioneras en aplicar este concepto de la ingeniería al campo del desarrollo evolutivo de las personas fue la Dra. Emmy E. Werner quien después de trabajar con niños y niñas en situaciones de riesgo y alta vulnerabilidad por las condiciones socio económicas y salud mental de sus progenitores se pudo dar cuenta que estos jóvenes no estaban destinados al fracaso por el contrario contaban con los recursos internos necesarios para triunfar en la vida. La científica Werner y su colega Ruth Smith revelaron en su estudio longitudinal de 40 años con un grupo de casi de 700 jóvenes que la mayoría de ellos a la edad de 32-40 años tenían parejas estables, trabajos seguros, eran ciudadanos responsables en sus comunidades y llevaban buenas relaciones con sus hijos (Werner y Smith, 2001). Esta capacidad de sobreponerse a los percances y profundas limitaciones ha sido también reportada por otros científicos del comportamiento humano (Rhodes y Brown, 1991) quienes concuerdan que el determinismo infantil del siglo pasado es simplemente historia. Si bien es cierto que las experiencias traumáticas marcan nuestras vidas no necesariamente éstas tienen que definir quiénes somos y determinar nuestro destino.

Los avances en el campo de la neurobiología igualmente dan fe de la plasticidad del cerebro y de su capacidad de generar nuevas células nerviosas y nuevos circuitos neurales cuando así lo considera necesario para sanarse o expandirse (Boyd y Gordon, 2003; Siegel, 2001; Purves, 2008). Esto se puede ver de manera más evidente en el campo de la medicina de rehabilitación donde al trabajar con personas que han sufrido un Accidente Cerebrovascular (ACV) y que presentan secuelas tales como problemas para caminar, para hablar, para llevar a cabo actividades manuales, para pensar y para

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu

expresar sus sentimientos, el cerebro a través de la fisioterapia puede reparar las partes dañadas o simplemente habilitar otras regiones cerebrales que cumplan con la misma función. La misma capacidad de resurgir se puede notar en la mayoría de las personas que han sido expuestas a traumas cognitivos, emocionales, familiares y espirituales.

En esto los estudios muestran que la mayoría de las personas que enfrentan experiencias traumáticas se recuperan, y aun mas, al final muestran estar en mejores condiciones de que la se encontraban antes del evento (Tedeshi y Calhoun, 2004). Los científicos le llaman a este fenómeno Crecimiento Postraumático en tanto un gran número de las personas que deciden procesar sus experiencias enternecedoras desde los ángulos cognitivos, afectivos, espirituales y sociales y hacen uso de todas sus fuerzas resilientes terminan desarrollando una mejor apreciación de la vida, una personalidad más fortalecida, con mejores conexiones sociales, con cambios espirituales positivos y con mayor esperanza (Laufer y Soloman, 2006; Milam, 2004).

La liberación nos recuerda de nuestra resiliencia y a partir de allí haciendo uso de nuestro poder creativo, de nuestras fortalezas, de nuestro ingenio y de nuestro sistema de apoyo social nos sobreponemos a las dificultades y desafíos que enfrentamos en esta vida. Si es verdad que nacemos con ciertas programaciones biológicas y condicionamientos negativos, si es verdad que el ambiente y contexto en el cual nos desenvolvemos influye nuestro desarrollo, si es verdad que hay fuerzas sociales que limitan nuestra capacidad de elegir, pero ante la resolución y la determinación nuestra estos poderíos se doblagan para darle paso a un ser liberado con capacidad para alcanzar la excelencia existencial.

Las experiencias opresivas que hemos vivido, las condiciones adversas que hemos enfrentado en la niñez, las desilusiones emocionales por las cuales hemos atravesado, las rupturas relacionales que hemos experimentados y el sin número de pérdidas que nos ha tocado vivir no son suficientes para ahogar nuestro espíritu que ansía y busca la liberación. Ninguna de estas experiencias negativas y potestades pueden detenernos o desviarnos de la meta de vivir vidas que importan y que hacen la diferencia. Como la mitología del ave fénix resurgimos de las cenizas de la vida para existir con mayor fuerza, con mejores esperanzas, con más confianza en nuestras capacidades, con un aprecio más acorde de quienes somos, con un espíritu de celebración por nuestra herencia cultural, con prioridades distintas, con mayor compromiso social y con una renovación del carácter. Despertamos, resurgimos y convivimos para ser libres y para ser personas que liberan. Como el loro del cuento de la India, añoremos la libertad y trabajemos con ahínco para lograrla.

Paz,

R. Esteban Montilla

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu

Referencias

- Boff, L. (2000). *El águila y la gallina. Una metáfora de la condición humana*. Madrid, España: Editorial Trotta.
- Boyd, J. G. y M. Tessier-Lavinge (2003). Neurotrophic factors and their receptors in axonal regeneration and functional recovery after peripheral nerve injury. *Molecular Neurobiology*, 27: 277-324.
- Freire, P. (1970). Cultural action and conscientization. (1970). *Harvard Education Review* 40, (3), 452-477.
- Freire, P. (2000). *Pedagogy of Freedom: Ethics, Democracy, and Civic Courage*. Lanham, MD: Rowman & Littlefield Publishers.
- Laufer, A., & Soloman, Z. (2006). Posttraumatic symptoms and posttraumatic growth among Israeli youth exposed to terror. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25, 429-447.
- Milam, J. E. (2004). Posttraumatic growth among HIV/AIDS patients. *Journal of Applied Social Psychology*, 34, 2353-2376.
- Purves, D., Augustine, G. J., Fitzpatrick, D., Hall, W., LaMantia, A. S., McNamara, J., y White, L. E. (2008). *Neuroscience*. Sunderland, MA: Sinaeuer Associates Publisher.
- Siegel D. J. (2001). Memory: An overview with emphasis on the developmental, interpersonal, and neurological aspects. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*; 40, 997-1011.
- Sen, A. (1999). *Development as Freedom*. New York, NY: Anchor Books.
- Tang, C. S. (2006). Positive and negative postdisaster psychological adjustment among adult survivors of the Southeast Asian earthquake-tsunami. *Journal of Psychosomatic Research*, 61, 699-705.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1-18.
- Werner, E. E. y Smith, R. S. (2001). *Journeys from Childhood to Midlife Risk, Resilience, and Recovery*. Ithaca, NY: Cornell University.
- Wink, W. (1998). *Paz. Teología para un nuevo milenio*. Buenos Aires, Argentina: Grupo Editorial Lumen.

Las fortalezas liberadoras. Libres para liberar. R. Esteban Montilla, Ph.D. Julio de 2010.

rmontilla@stmarytx.edu