



Resiliencia: tres uruguayos que superaron la adversidad y la tragedia

30/09/2022, 16:45

Compartir esta noticia



TRANSFORMAR PROBLEMAS EN OPORTUNIDADES

PUBLICIDAD

La historia del empresario Ernesto Jara, de la directora de Vestuario de Canal 4 Florencia Risso y del músico Luciano Supervielle

ANDRÉS LÓPEZ REILLY

Este contenido es exclusivo para nuestros suscriptores.

La **resiliencia** es la capacidad del ser humano de superar las adversidades más traumáticas y extremas. E incluso de salir de ellas fortalecido.

Ernesto Jara (51) es divorciado y tiene dos hijos. Es gerente de **DSV Global Transport and Logistics** (empresa que emplea a más de 60.000 personas en 80 países) y tiene algo para contar. Hacerlo le hace bien a él y a quienes lo escuchan.

Comenzó a dar charlas de resiliencia hace más de cuatro años, pero la actividad se interrumpió con la pandemia, porque a pesar de tener muchos pedidos para hacerla de forma virtual, entiende que es una experiencia que debe ser vivida de manera presencial. “Nada sustituye la emocionalidad y energía de compartir esto cara a cara. La charla ya pasó por un montón de empresas, así como por instituciones deportivas como el Club Nacional de Fútbol, River Plate, el Club Náutico, instituciones educativas como la Ucuca y hasta por el Cuartel Centenario de Bomberos”, comenta a Revista Domingo.

Cuando tenía 22 años, junto a sus hermanas adolescentes y su hermano de solo 4 años, Ernesto emprendió un viaje de aprendizaje y superación que lo ha llevado a ser quien es hoy: un exitoso empresario (ha ocupado otros altos cargos en multinacionales vinculadas al comercio exterior como Panalpina Global Transport, Kuehne + Nagel y A.P. Moller Maersk) y es alguien a quien vale la pena escuchar.

Fue un viernes de verano de hace 29 años cuando se despertó en su cuarto sin ventanas, una especie de altillo con una claraboya que le permitía ver el cielo. Ése día estaba celeste y la luz solar lo invadía todo. “En aquel tiempo vivía con mi familia en una casa antigua y en mal estado que mis padres habían comprado con mucho esfuerzo y un préstamo bancario interminable. Mi padre era mecánico y, junto a un primo que tampoco era albañil, la fueron arreglando. Fue un verdadero proyecto de hornero donde con muy pocos conocimientos y recursos se fue logrando levantar la casa con el correr de los años”, recuerda.

Aquel día se levantó, se bañó, tomó el desayuno y saludó a su padre y madre para irse a trabajar. Tres pasos antes de llegar a la puerta, su padre le preguntó: “¿Venís a almorzar?” Ernesto trabajaba en una firma que tenía un horario de almuerzo flexible, lo que le permitía ir a comer a su casa. Su cabeza ya estaba en los planes del fin de semana, de ir a la playa y encontrarse con amigos, pero no lo dudó y le contestó que sí, que lo esperara para comer juntos.

Cuando regresó, pasado el mediodía, se encontró con lo inimaginable: sus dos padres se habían quitado la vida en el living de la casa.

Hallar una razón para seguir

Aquel grupo de hermanos comenzó a transitar una nueva vida, una nueva realidad. Y el primer tema a resolver tenía que ver con la motivación, con encontrar una razón para seguir.

—¿Cómo se sigue?

—Si hay algo que es seguro es que en esos momentos se necesita muchísima fuerza. Durante mucho tiempo fue muy difícil levantarme cada día, necesitaba de una voluntad impresionante para salir de la cama. Al abrir los ojos pensaba que había tenido una pesadilla, pero inmediatamente me daba cuenta que no, que realmente había pasado, que esa era nuestra vida y que teníamos que seguir. La fuerza salió del amor y del compromiso con mis hermanas y hermano.

A Ernesto le tocó ser el hermano mayor. Y solo tenían una certeza: el mundo que conocían, no existía más. “Ellos contaban conmigo, así como yo contaba ellos. Formamos un equipo en el que cada uno reconoció el lugar que le tocaba. Y desde ahí hicimos enormes esfuerzos y sacrificios con la convicción de que había una sola salida posible, juntos. Cada uno puso lo que podía. Y cada uno sabía que los otros tres contaban con eso”, relata.

El equipo empezó a funcionar, pero con muchísimas dificultades. Era comprensible, nadie estaba preparado para lo que les tocaba vivir. Y en un momento, una de sus patas más importantes comenzó a flaquear, haciendo tambalear aún más la “estabilidad” de todos: una de sus hermanas les comunicó que no podía soportar tanto dolor, que estaba pensando en abandonarlos en este nuevo camino que habían emprendido. Y ahí comenzó la primera gran lucha, la de convencerla y motivarla para que se quedara con ellos. “Hoy mi hermana tiene una familia hermosa”, resume.



Los padres de Ernesto eran una pareja en crisis eterna, dos personas maravillosas pero con vidas personales muy difíciles, con dificultades que arrastraban desde su propia infancia. Él cree que si hubiera existido más comunicación entre ellos y sus seres queridos, quizás podrían haber envejecido juntos.

— ¿Pudiste perdonar?

— Sí.

— ¿Cómo fue ese proceso?

— A través de entender, de darme cuenta por qué paso lo que pasó. De sanar al comprender que ése no fue un acto de desamor para con sus hijos, sino para con ellos mismos, que la vida les puso desafíos más grandes de los que pudieron manejar. Desde niño siempre fui muy curioso de las cosas del ser, me preguntaba por qué nací acá, en este tiempo, en este lugar, en esta familia. Cuando esto pasó, las preguntas se me multiplicaron, pensaba por qué me pasaba esto, por qué ocurrió en mi familia, cómo alguien podía tomar esa decisión. Pero también pensaba que la vida no podía ser eso, que tenía que haber otro propósito.

— ¿Qué aprendiste?

— Mi charla se llama **“De tal palo otra astilla”**, porque podemos amar nuestras raíces pero aprender y crecer para tomar un camino diferente. Transformar lo malo en bueno, la muerte en vida. También aprendí que lo que no se habla, no se resuelve.

Tratar de motivar a los otros

Otra persona que entiende que tiene algo para decir es Florencia Risso (35), diseñadora de moda y **jefa de Imagen y Vestuario de Canal 4**. Hace algo más de un año y medio, se animó a contar su historia, marcada desde niña por la falta del antebrazo izquierdo, producto de una malformación congénita. “Cuando arrancó la pandemia nos tuvimos que guardar. Y a mí eso me sirvió para hacer un poco de introspección, verme a mí misma y mirar las cosas que uno cree que tiene recontrasuperadas. Yo creía que esto no me importaba y que me llevaba el mundo por delante. Pero cuando me puse realmente a analizarlo, me di cuenta que era más lo que me había convencido que lo que realmente me pasaba”, confiesa Florencia a Revista Domingo. Y agrega: “Más que mi propia mirada, que también me afectaba, me afectaba la mirada del otro. Tenemos tantos prejuicios que uno está todo el tiempo escondiéndose de la mirada ajena”.

Con la irrupción de la pandemia lanzó una colección de invierno a la que acompañó con su iniciativa de compartir su experiencia de vida. Así, su Instagram comenzó a cambiar. Allí se la puede ver, por ejemplo, sosteniendo un perfume con el brazo que antes ocultaba cuando quería sacarse una fotografía. “Empecé a animarme a contar. Lo que hice fue dar ese mensaje desde una línea de ropa que había lanzado. Y dar el mensaje de que para ser modelo no tenés que ser perfecta, que no tenés por qué ser 90-60-90 y que incluso podés tener algún tipo de discapacidad. Ese fue mi primer shock, me dije: ‘Me estoy mirando frente al espejo, me falta un brazo y no me molestan las fotos, me quiero como soy’. Así fue que empecé a mostrarlo en las redes”.

madura que es hoy, antes hubo una niña y una adolescente. Una chica con sueños y temores, como cualquiera de su edad. “Cuando tenía 11 años en mi casa me ofrecieron ponerme una prótesis y yo con esa edad les dije que no, que Dios me había traído a este mundo así y que por alguna razón había sido. Creo que nací así por algo. Y esto me dio una personalidad muy luchadora, muy aguerrida. Siento que me pasó por algo. Y lo compruebo día a día. No tengo prejuicios y soy una persona de cabeza muy abierta, que todo lo que me he propuesto -con mucho esfuerzo- lo he ido logrando”, señala.

—Como mujer, diseñadora de modas y una persona activa en las redes ¿qué le dirías a una chica para la cual los estereotipos de belleza, la frivolidad y el mundo de la virtualidad son tan importantes?

—Lo primero que le diría es que la perfección no existe y que los límites están en la cabeza de uno (se emociona al responder). A veces nosotros ponemos en la mirada ajena lo que sentimos. Y quizás se trate más de nuestras frustraciones o miedos. Cuando nos aceptamos, lo demás pasa a un segundo plano. Esto no quiere decir que no haya situaciones en las que una se siente incómoda o en inferioridad. Mi mensaje es que el día que vos te convencés de todo lo que sos y lo que valés, todo lo demás deja de tener importancia.

Desde que se decidió a hablar, muchas personas se han acercado -sobre todo a través de sus redes- a contarle historias. “Son muchísimos casos, como el de una chica a la que le falta la última falange de un dedo y que tenía una depresión tremenda por eso. Hay otra chica de 16 años que tiene la misma discapacidad que yo y que me dice: ‘Tengo que conocer chicos y me pasa esto y lo otro’. Yo lo viví con 16 y lo vivo ahora con 35. Enfrentarte a conocer a un hombre es una de las situaciones más duras que vivimos, porque todo se rige por la estética. Me escriben personas más gorditas, más flaquitas, personas trans.... Nos comunicamos y yo todavía sigo hablándome con ellas. Creo que es un poco lo que vine a hacer a este mundo, a tratar de motivar a otros”, razona.



Florenzia Risso.

Apoyarse en el amor de los demás

El pianista y compositor **Luciano Supervielle** (Plátano Macho, Peyote Asesino y **Bajofondo** entre otros grupos) nació el 30 de octubre de 1976 en París (es hijo de madre francesa y padre uruguayo), aunque desarrolló su carrera artística y su familia en Uruguay. Nunca la tuvo fácil. Su hijo Julián tiene síndrome de Down y su hija Nina nació con acondroplasia, el tipo más común de enanismo. Y hace menos de tres años tuvo que enfrentar el dolor más intenso: la pérdida de su esposa, Eloísa, a causa del cáncer. “Fue una situación muy dramática, penosa, dolorosa. Cuando hablo de esto trato de no hacer de mi caso una cosa ejemplificante. Cada cual vive estas cosas de manera distinta y me cuesta mucho ponerme en el lugar de ‘si yo pude, los demás pueden’. En mi caso tuve apoyos importantes nivel familiar, de terapia, de mis hijos y de poder solventarme económicamente”, dice a Revista Domingo.

El fallecimiento de su esposa ocurrió poco antes de la pandemia, por lo que coincidió con la detención de la actividad que hubo en general en el mundo. “Se dieron esas dos cosas y estuve muchos meses sin trabajar, sin hacer música, sin siquiera sentarme al piano. Los dos grandes apoyos motivacionales que tuve para salir adelante fueron mis hijos. A la edad de 6 y 8 años, que tenían en ese momento, veían en mí un espejo enorme, porque pasábamos todos los días juntos. Y yo me di cuenta que si me veían bien, ellos también iban a estar bien”, señala. Y agrega: “Después tuve un compromiso que me reactivó (la música para el ballet La Tregua), aunque estuve a punto de renunciar a ese trabajo por todo lo que estaba

—¿En algún momento estuviste enojado con la vida? ¿O con Dios, en caso de que seas creyente?

—Son situaciones muy diferentes. Cuando nació Julián fue una sorpresa porque no esperábamos que tuviera síndrome de Down. Y eso requirió de un duelo también. No soy creyente, aunque sí me considero una persona muy espiritual. Cuando nació Nina fue muy distinto, porque durante la gestación sabíamos que había ‘temas’, por lo que de alguna manera estábamos preparados, fue mucho menos traumático.

Ver crecer a sus hijos le ha dado a Luciano Supervielle un retorno muy gratificante. “Siempre supe que con ellos puedo ser muy feliz”, asegura. Pero con el fallecimiento de Eloísa, sintió un enojo realmente muy grande. “Me pareció una situación muy injusta en la vida, para ella sobre todo. Durante dos años atravesó por un proceso muy fuerte de decaimiento en su salud. Pero bueno, la vida sigue. Hay que mirar para adelante. Hay una tristeza que te acompaña siempre, pero hay que convivir con eso. Hoy puedo decir que a pesar de todo lo que me ha pasado, soy una persona feliz”, concluye.



Luciano Supervielle.

Roberto Canessa: “Lo importante es ponerse en marcha”

Para Roberto Canessa, médico y sobreviviente de la tragedia de Los Andes, la palabra resiliencia es sinónimo de sacar fuerzas y no entregarse en la adversidad. Pero aclara a Revista Domingo: “A mí me gusta más la palabra estoicismo. El

—El estoico también es el que en algún momento dice “hasta acá puedo pelear porque hay cosas que me superan”. En el caso suyo y de Nando Parrado, que fueron en busca de ayuda, parecería que ese pensamiento no existía.

—Sí, yo me sentía totalmente superado por la cordillera. Mi compromiso no era llegar, era caminar. Tuve la sensación de que era mucho mejor morirme caminando que hacerlo dentro del fuselaje. Mi compromiso era salir. Y si Dios me ayudaba, iba a poder llegar. Y eso es lo que hago con mis pacientes, voy hasta donde puedo. No le apuesto al éxito, pero apuesto a que si no lo hacen, les va a ir muy mal. Hay que caminar en dirección correcta. Nosotros caminamos para el otro lado, pero lo importante fue ponerse en marcha.

De la creatividad al humor

Según el blog de psicólogos El Prado de España, las personas resilientes practican estos 12 hábitos:

1. Son conscientes de sus potencialidades y limitaciones.
2. Son creativas.
3. Confían en sus capacidades.
4. Asumen las dificultades como una oportunidad para aprender.
5. Practican el mindfulness o conciencia plena. Aún sin ser conscientes de esta práctica milenaria, las personas resilientes tienen el hábito de estar plenamente presentes, de vivir el aquí y el ahora con gran capacidad de aceptación.
6. Ven la vida con objetividad, pero siempre a través de un prisma optimista.
7. Se rodean de personas que tienen una actitud positiva.
8. No intentan controlar las situaciones, sino sus emociones.
9. Son flexibles ante los cambios.
10. Son tenaces en sus propósitos.
11. Afrontan la adversidad con humor. Son capaces de reírse de la adversidad.
12. Buscan ayuda en los demás y el apoyo social.

Like 0

Temas relacionados

premium

+

resiliencia

+