

## CUENTO SOBRE LA RESILIENCIA

«Una hija estaba muy molesta porque parecía que, cuando un contratiempo se le solucionaba, aparecía un problema nuevo aún más complicado. Habló de ello con su padre, que era jefe de cocina. La miró y, sonriente, cogió tres ollas.

En un puchero puso unos huevos; en otro, unas zanahorias, y en una tercera ollita, café. La joven se quedó pasmada pensando que su padre no la escuchaba, como ya era habitual, porque en lugar de proporcionarle una respuesta se ponía a cocinar.

Después de veinte minutos de cocción, el padre le preguntó a la hija. «¿Qué ves?» La chica quedó atónita. «¡¿Qué quieres que vea?! ¡Como no me haces ningún caso mientras cueces huevos y unas zanahorias y haces café... !», respondió, medio enfadada. El padre, imperturbable, la invitó a palpar los tres ingredientes. La joven, azorada, le preguntó qué quería decir. Él le respondió: «Los huevos eran frágiles antes de la cocción, y ante la adversidad (el calentamiento con el fuego) se han vuelto duros; las zanahorias, en cambio, eran duras y con el fuego se han vuelto blandas; en cambio, el café, cuando se ha calentado ha sido incluso capaz de poder transformar su contexto: el café ha transformado el agua. ¿Qué deseas ser tú, hija mía, ante las adversidades? Ojalá seas como el café y, cuando aparezcan los problemas o las adversidades, seas capaz de ser fuerte sin dejarte vencer ni aislarte, salir airosa e, incluso, mejorar tú misma logrando cambiar tu entorno».

La fiesta mágica y realista de la resiliencia infantil. J. Barudy y M Dantagnan