



La familia es el núcleo básico de la sociedad. La familia protege a cada uno de sus miembros en las áreas afectivas y económicas, principalmente a los más desvalidos (infantes, niños, adultos mayores, niños con discapacidad). Dos personas diferentes se unen y deciden compartir un mismo proyecto de vida, que es formar una familia en la que se establecerá una nueva identidad familiar y un nuevo proyecto de vida con sus propias reglas.

El proyecto de vida es un plan trazado, un esquema vital que encaja en el orden de prioridades, valores y expectativas de una persona, que como dueña de su destino decide cómo quiere vivir su vida (con madurez y sin dañar a los demás), conocer qué no le gusta y qué quiere cambiar. Para lograr el proyecto, es necesario tener objetivos que permitan alcanzar estos cambios.

La familia es el mejor lugar para aprender a conocernos y es el lugar en donde se siembran las semillas de fortaleza en los días de sol, para que nos ayuden en los momentos de tormenta. En el proceso de vida familiar, se fortalecen las alianzas, se aprenden recursos y se acumulan reservas para encarar la vida con mayor entereza y con más amor, humildad y esperanza.

Puede que el término “familias resilientes” nos llame la atención; sin embargo, no estamos ante un concepto nuevo. Salvador Minuchin, psiquiatra, pediatra y reconocido experto en terapia familiar, concibió la familia desde una perspectiva en la que todos sus integrantes se relacionan y se influyen de manera determinante entre sí, por lo que lograrla dependerá del grado de responsabilidad de cada uno de sus miembros.

La resiliencia en las familias conforma un tejido capaz de crear vínculos fuertes durante las crisis y los problemas, con los que podemos afrontar cualquier adversidad. Ahora sabemos que el desarrollo de esta competencia viene dado en muchos casos por nuestro entorno familiar que es el escenario primario en el que crecemos.

La resiliencia da fortaleza, necesaria para el bienestar físico y psicológico personal y familiar.

¿Para qué tener un proyecto de vida familiar? Porque unifica, da visión de futuro, ayuda a tener más claros los objetivos y fortalece en los tiempos difíciles para poder seguir hacia adelante. Las familias que tienen proyectos de vida familiar tienen reservas de amor, humildad y esperanza.

¿Cuáles podrían ser tus objetivos? El principal es que todos tus esfuerzos estén encaminados a ser feliz y a hacer feliz a tu familia. Los demás dependerán de las circunstancias de vida de cada persona.

Seguir la palabra de Dios y cumplir con sus sacramentos, siempre será la mejor ayuda para poder lograrlo.