

EJEMPLO DE PROCESO DE RESILIENCIA EN LA SERIE DE ANIMACIÓN JAPONESA *FRUITS BASKET*

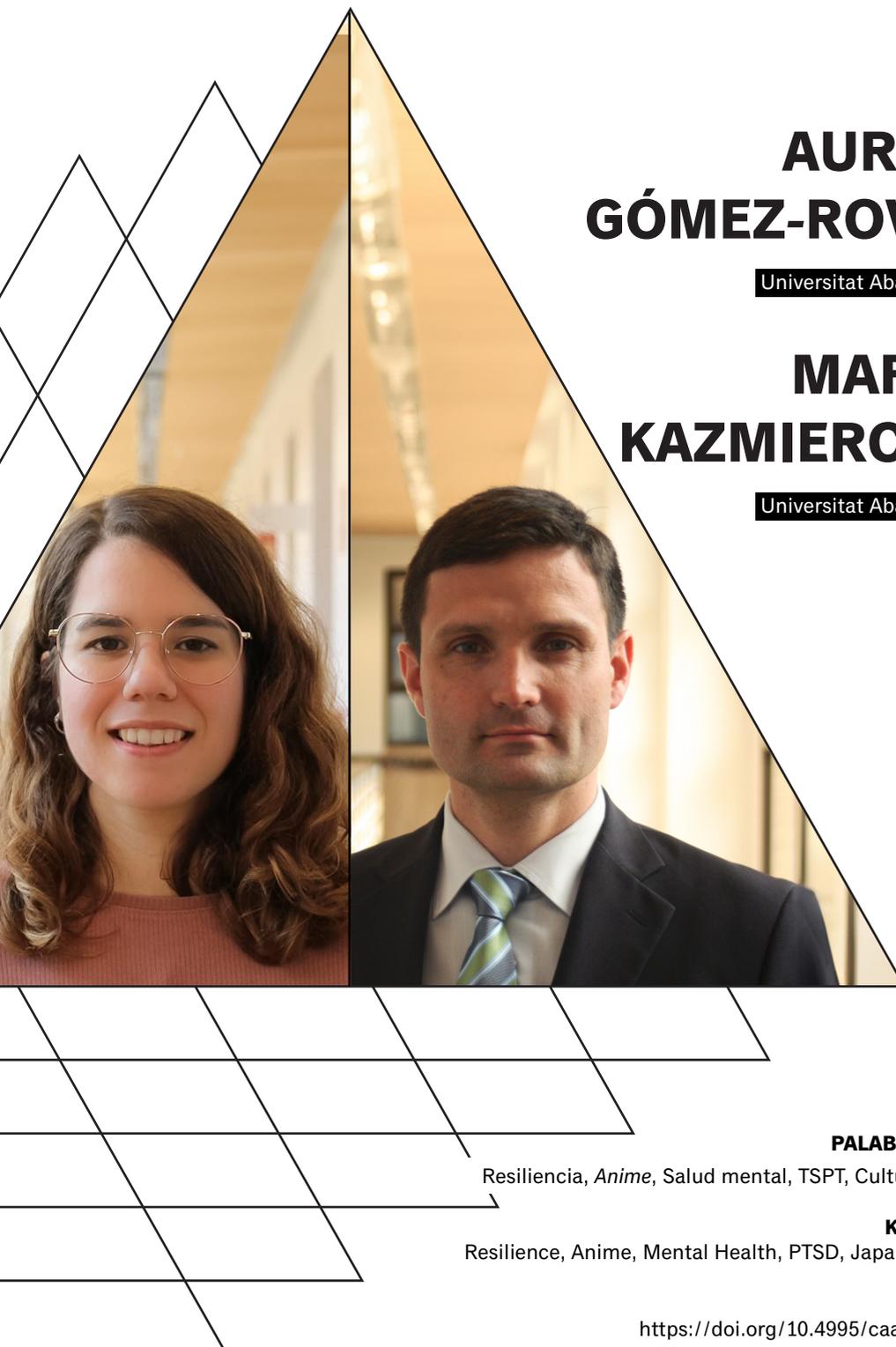
EXAMPLE OF THE RESILIENCE PROCESS THROUGH THE JAPANESE ANIMATION SERIES *FRUITS BASKET*

RESUMEN

El artículo analiza, desde las premisas de la psicología positiva y la literatura en torno a la resiliencia, la evolución de los personajes Tohru Honda y Yuki Sohma del *anime Fruits Basket* (Yoshihide Ibata, 2019-2021). Este estudio tratará la adaptación animada del manga homónimo de Natsuki Takaya como una ejemplificación simbólica del trauma familiar y de las graves consecuencias que implican para la salud mental y las habilidades sociales de los individuos. Además, la serie está basada en una leyenda japonesa a la cual se inserta un personaje original que actúa como tutor de la resiliencia y agente facilitador de la aceptación de los problemas de salud mental y particularidades en la juventud que la rodea. Asimismo, este texto presenta como arco central de los personajes la superación de las secuelas de dichos traumas sin estigmatizar ni estereotipar sus trastornos ni usarlos como tema central de la trama.

ABSTRACT

This paper analyses, from positive psychology and literature on resilience's premises, the character evolution of Tohru Honda and Yuki Sohma from the *anime Fruits Basket* (Yoshihide Ibata, 2019-2021). This study will work with the animated adaptation of Natsuki Takaya's homonymous manga as a symbolic exemplification of familiar trauma and its grave consequences in regards of mental health and social abilities of the subjects. Furthermore, the series is based on a Japanese legend to which a character has been inserted. Said character acts as both tutor of resilience and facilitating agent on acceptance of mental health issues and peculiarities of the youth around her. Moreover, this piece presents overcoming these issues as a main feature of the characters' development without falling on stigmatization or stereotypification or positioning said traumas at the centre of the narrative.



AURORA GÓMEZ-ROVIRA

Universitat Abat Oliba CEU

MARCIN KAZMIERCZAK

Universitat Abat Oliba CEU

PALABRAS CLAVE:

Resiliencia, *Anime*, Salud mental, TSPT, Cultura japonesa

KEY WORDS:

Resilience, *Anime*, Mental Health, PTSD, Japanese Culture

DOI:

<https://doi.org/10.4995/caa.2024.21353>

Biografías

Aurora Gómez-Rovira es graduada en Lengua y literatura catalanas y en Lengua y literatura hispánicas, con un máster en Teoría de la literatura y Literatura Comparada y ocho años de estudio de lengua y cultura japonesa, es investigadora en formación adscrita a la facultad de Comunicación, Educación y Humanidades de la Universitat Abat Oliba CEU. En su tesis profundiza en sus conocimientos en estudios japoneses, fijándose en la configuración del mundo cultural japonés contemporáneo a través de su origen en la era Meiji.

Marcin Kazmierczak Lach es catedrático en Didáctica de la Literatura y decano de la Facultad de Comunicación, Educación y Humanidades de la Universitat Abat Oliba CEU. Investiga el uso de la narrativa y la literariedad como herramienta de fomento de la resiliencia en estudiantes a través de los proyectos de investigación interdisciplinares y transversales en los que participa junto con el grupo “Familia, Educación y Escuela Inclusiva” TRIVIUM, de la misma universidad.

Introducción

El presente artículo analiza, desde las premisas de la psicología positiva y la literatura en torno a la resiliencia, la evolución de los personajes Tohru Honda y Yuki Sohma del anime *Fruits Basket* (フルーツバスケット, *Furūtsu basuketto*, Yoshihide Ibata, 2019-2021). Se tratará la adaptación animada del manga homónimo de Natsuki Takaya como ejemplificación, no solo de las graves consecuencias que tienen los traumas familiares sufridos a temprana edad para la salud mental, sino también del proceso de superación de dichas consecuencias, que se analizará desde la perspectiva de los estudios sobre la resiliencia.

Para el análisis comparativo de carácter temático e imagológico de la imagen del personaje resiliente y del proceso de resiliencia, se ha creado una matriz a medida que se avanza en el visionado de la obra, en la que se iban categorizando cualitativamente los rasgos pertenecientes a los síntomas de trastornos mentales tipificados en la *Guía de consulta de los criterios diagnósticos de DSM-5*, sobre todo los del trastorno adaptativo y el trastorno de estrés postraumático, así como los rasgos

pertenecientes al proceso de duelo según Bauab (2021). Paralelamente, se realizó el mismo proceso en cuanto a los rasgos pertenecientes a las actitudes resilientes que se abordarán en la segunda parte de este texto, después de presentar brevemente la obra de animación de la que parte el estudio. Posteriormente, se comentará el arco de los personajes de Tohru y Yuki poniendo el foco en las dos categorías de rasgos mencionadas anteriormente, para su análisis cualitativo descriptivo.

Finalmente, se intentará determinar si esta serie de animación puede ser un espacio seguro de representación sin estigmas ni estereotipos de los problemas de salud mental en la población infantojuvenil. Asimismo, se pretende demostrar que la original representación del proceso de superación de dichos problemas, debido al hecho de que no sean el objetivo evidente de la obra, sino que se abordan indirectamente, constituye un faro de esperanza para un espectador que pueda identificarse con los personajes, puesto que estos no se dejan definir por sus circunstancias.

01

***Fruits Basket*: introducción y sinopsis**

Fruits Basket de Natsuki Takaya es un manga japonés que se publicó entre 1998 y 2006 y consta de 23 volúmenes. Su fiel adaptación al anime se emitió en la segunda mitad de 2001, sin embargo, por aquel entonces la obra no estaba completa y, como suele suceder en este tipo de casos, dicha emisión se interrumpió. No se retomó hasta 2019, cuando se rehicieron los 25 capítulos que ya se habían adaptado, para que el estilo gráfico fuera uniforme en la totalidad de la obra. Este *remake*, que dirige Yoshihide Iбата, consta de tres temporadas de 25, 25 y 13 capítulos, que dejan sin adaptar solamente la historia de los padres de uno de los protagonistas.

El argumento de *Fruits Basket* gira en torno a una leyenda que se presenta en el primer capítulo. Según esta, siglos atrás un dios celebró un banquete con unos animales amigos suyos. Todos (perro, rata, conejo, carnero, tigre, dragón, gallo, vaca, cerdo, mono, serpiente y caballo) acudieron excepto uno, el gato, puesto que la rata le dijo que la celebración era otro día. No obstante, el dios disfrutó tanto con sus amigos que decidió hacer de ese banquete uno interminable. Con sus poderes, logró que todos ellos, incluso el gato, se fueran reencarnando durante generaciones para que la fiesta fuera eterna. Los espíritus de dichos seres y el peso de su reencarnación recayeron en el clan Sohma.¹

Siendo esta una de las principales premisas de la historia, en su inicio se presentan tres personajes. Tohru Honda, una estudiante de 16 años, vive en una tienda de campaña en un bosque cercano a su instituto mientras la vivienda de su abuelo, su

tutor legal, se renueva. De camino a clase, pasa al lado de una casa en cuyo porche se encuentran unas figuras representativas del zodiaco, de cuya leyenda es admiradora. Al detenerse a observarlas, conoce al propietario, Shigure Sohma y, minutos más tarde, coincide con su compañero de clase, Yuki Sohma, que vive en dicha casa con su primo Shigure.

Debido a la inseguridad de la ladera en la que duerme Tohru, Shigure la invita a quedarse en su casa, en la que ya vive el primo de este, Yuki, y otro primo que aparece de visita en este primer capítulo, Kyo, ambos de la edad de la chica. Al poco de iniciar la convivencia, Tohru descubre que los chicos Sohma están poseídos por el espíritu de un miembro del zodiaco: el perro, la rata y el gato, respectivamente. La motivación inicial que pone en marcha la trama recae en el deseo de Tohru de conocer a todos los miembros del zodiaco que pueda. No obstante, como se verá más adelante, esta motivación cambia al deseo de liberarlos del fenómeno, dado que comprende que los afectados, si bien lo ven como una parte constitutiva de su existencia, también lo sufren como una maldición. A todo esto, se suma el hecho de que el cabeza del clan Sohma, Akito, ha incidido en la idea de que están malditos y que le pertenecen.

Como se apuntaba más arriba, este artículo analiza el arco de personaje de Tohru Honda, que actúa como tutora de la resiliencia —entendido como la persona que presta apoyo al individuo afectado por el trauma acompañándolo en el proceso de superación sin necesidad de tener conocimientos específicos (Rubio y Puig,

2015: 107)—, y de Yuki Sohma, que realizará, como todos los demás personajes del anime, un proceso de resiliencia con la ayuda de la primera, además de desarrollar la autoaceptación que lleva a la autoestima. Dicho análisis se ha realizado a partir del visionado del anime de 2019, para la observación atenta de los personajes, y se ha comparado su comportamiento a lo largo de toda la obra con los rasgos descritos en la *Guía de consulta de criterios diagnósticos de DSM-5* y, a diferencia del estudio de North (2022), con las habilidades relativas a los pilares de resiliencia descritos en la literatura con la que trabaja el grupo Familia, Educación, Escuela Inclusiva TRIVIUM de la Universitat Abat Oliba CEU de Barcelona² en sus proyectos de investigación. Tanto el estudio como las conclusiones parten de las descripciones y comparaciones resultantes de este análisis mimético-catártico, en la línea de trabajos previos de dicho grupo, siguiendo las aportaciones previas del Jubilee Centre for Character and Virtues de la Universidad de Birmingham.³

Aunque el personaje de Tohru ya es bastante resiliente al inicio de la historia, dada su capacidad para pensar positivamente y comprometerse con los demás, la

protagonista presenta rasgos que pueden encontrarse como síntomas de trastorno de relación social desinhibida (DSM 5, 2014: 160), depresión y proceso de duelo (Bauab, 2021). En el caso de Yuki, sus dificultades para relacionarse y vivir una experiencia adolescente parecida a la de sus compañeros de clase se corresponden con los síntomas descritos para el trastorno de estrés postraumático y el trastorno adaptativo (DSM5, 2014: 161-168 y 170-171).

Siendo la motivación de Yuki aflojar las ataduras que lo unen a la familia Sohma y vivir una experiencia adolescente normal, y la de Tohru ayudar a los de su alrededor para no ser ella una carga, se puede apreciar que el proceso de superación que los une, y los hace evolucionar, es completamente circunstancial en el mundo ficticio de este anime. Asimismo, los rasgos correspondientes a los trastornos mencionados no se identifican como elementos diagnosticables en ningún momento. Se cree este hecho de máxima relevancia, puesto que el anime en su conjunto aporta una visión desestigmatizada de los trastornos mentales en niños, adolescentes y jóvenes adultos, junto con su proceso de superación exitoso sin centrar la atención en ello.

02

Resiliencia *in crescendo*

Antes de proceder con el análisis de la conducta de los personajes en clave de resiliencia, parece oportuno llevar a cabo una breve aproximación al estado de los estudios acerca de este concepto.

Desde la perspectiva de un público amplio, hace apenas una década, el concepto de la resiliencia sonaba a tecnicismo lejano y especializado. Sin embargo, ya por aquel entonces, debido a una cantidad

cada vez más notable de trabajos académicos y de divulgación,⁴ este término empezaba a abrirse paso hacia la conciencia colectiva, proceso que sufrió una aceleración insólita en la época de la pandemia de Covid-19. Entonces no solamente entró a formar parte del lenguaje corriente, sino que, además, dio paso a nuevos vocablos como el verbo *resiliari* (Rodríguez-Ponga, 2020: 237). El origen del uso moderno del término, lo encontramos en la física de los materiales, donde significa la resistencia de un material determinado a la deformación, con el aspecto implícito de la elasticidad. De ahí, fue *reciclado* en el ámbito de la psicología y, posteriormente, educación, sanidad, urbanismo, etc. (Forés y Grané, 2012: 22). En los últimos tiempos también ha sido aplicado al análisis narratológico tanto en el ámbito del relato escrito como el audiovisual, tal y como se viene llevando a cabo en los sucesivos proyectos y publicaciones del mencionado grupo TRIVIUM.

Boris Cyrulnik define la resiliencia como “la posibilidad de volver a la vida después de una agonía psíquica traumática o en condiciones adversas.” (2016: 13). Tal y como se desprende de sus trabajos y de los otros grandes expertos y colaboradores suyos como Vanistendael (2010), Manciaux (2010), etc., podríamos resumir que la resiliencia consiste en sobreponerse a traumas y contrariedades, a veces muy graves, sin perder la capacidad de proyectarse en el futuro. Hace ya más de una década Manciaux insistía, a partir de los trabajos de Emy Werner (Rubio y Puig, 2015) y otros autores, en el carácter universal y empíricamente evidenciable de la actitud resiliente en la población. Así pues, según afirmaba el psiquiatra francés:

A pesar de traumas graves, incluso muy graves, o de desgracias más comunes, la resiliencia parece una realidad confirmada por muchísimas trayectorias existenciales

e historias de vida exitosas. De hecho, por nuestros encuentros, contactos profesionales y lecturas, todos conocemos niños, adolescentes, familias y comunidades que “encajan” *shocks*, pruebas y rupturas, y las superan y siguen desarrollándose y viviendo —a menudo a un nivel superior— como si el trauma sufrido y asumido hubiera desarrollado en ellos, a veces revelado incluso, recursos latentes y aun insospechados. (Manciaux, 2010: 13)

De este modo, la capacidad de la superación del trauma constituye uno de los aspectos nucleares de la actitud resiliente. Sin embargo, como viene a matizar Stephan Vanistendael (2010: 227) no necesariamente se trata de traumas muy graves, sino que este término es aplicable a la superación de la dificultad y contrariedad en general. Así pues, podríamos hablar de dos tipos de resiliencia: la que se manifiesta ante traumas extraordinarios, como guerras, catástrofes, violencia física y psicológica, violencia de género, etc., y la que se forja en el ejercicio cotidiano de la superación de mayores o menores frustraciones, fracasos, sufrimientos, decepciones, etc.

Por otro lado, retomando la línea argumental de Boris Cyrulnik, el reto en la investigación acerca de la resiliencia hoy en día estriba no tanto en la definición del concepto. “Las que resultan más difíciles de descubrir” —según asevera— “son las condiciones que permiten iniciar un nuevo desarrollo después del trauma” (Cyrulnik, 2016: 13). En este sentido se han ido desarrollando los estudios acerca de lo que algunos investigadores han denominado como pilares de la resiliencia o factores de protección. La detección y constatación de aquellas condiciones, circunstancias o rasgos personales, que permiten a algunos sujetos afrontar el trauma con mayor nivel de resiliencia que los demás, ha sido, pues, una de las grandes aportaciones de los es-

tudios sobre la resiliencia que permite no solamente entender mejor cómo se produce el proceso de la superación del trauma, sino también, da pie a plantear programas de intervención (terapéutica y pedagógica) orientados a reforzar estos factores. A lo largo de algo más que dos décadas, diferentes autores, como los evocados más arriba, han ido ofreciendo una variedad de listados y propuestas de clasificación de los pilares o factores de resiliencia. Los objetivos de este trabajo no contemplan un estudio del estado de la cuestión sobre este debate. Así pues, partiremos del decálogo que propone el grupo TRIVIUM, y que está basado en los trabajos previos de autores como los ya citados, así como en los resultados de la experiencia propia de la implementación de programas de fomento de la resiliencia a través de los relatos literarios y audiovisuales. En esta línea, se han identificado los siguientes diez pilares (Kazmierczak y de Carlos-Buján, 2022: 49), cuyo fomento parece clave en el ámbito de la infancia y la juventud:

1. Centro interno de control: tener control de la propia vida y capacidad de tomar decisiones por uno mismo.
2. Apoyo afectivo: lazos afectivos, valoración positiva y palabras de ánimo de terceros.
3. Motivos para luchar: objetivo que motive para la acción, el deseo de alcanzarlo y la esperanza de conseguirlo.
4. Pensamiento positivo: capacidad de identificar el lado amable de un acontecimiento adverso.
5. Sentido del humor: interpretación chistosa de un suceso o situación que pueda preocupar para tomar distancia de ello.
6. Espiritualidad: capacidad de ver la

dimensión trascendente de la vida humana y entablar relación con ella.

7. Autorrelato: capacidad de construir el relato de la propia trayectoria vital, incluyendo los acontecimientos difíciles y traumáticos.
8. Narratividad: explorar el potencial de la mimesis y la catarsis.
9. Transformación estética: utilización de la belleza como catalizador para reestructurar la representación de la desgracia y convertirla en algo artístico.
10. Compromiso con los demás: capacidad de actuar con benevolencia y altruismo.

A continuación, desarrollaremos tres de los diez pilares enumerados: 1. el centro interno de control, 2. las relaciones afectivas y 3. el autorrelato. Estos tres pilares resultan especialmente relevantes en la conducta de los personajes elegidos para este artículo, tal y como se verá en el apartado siguiente.

- 2.1. El centro interno de control consiste en la capacidad de toma de decisiones ante hechos traumáticos y desconcertantes, a pesar de unas circunstancias que, objetivamente, limitan gravemente la libertad del individuo. Sin embargo, aún en tales circunstancias, el sujeto tiene la posibilidad de decidir qué actitud adoptar ante la desgracia o la dificultad. La decisión de ejercer esta libertad es un primer paso hacia la adquisición del centro interno de control. Esto permite descubrir un notable margen de actuación y, de este modo, paulatinamente encontrar las vías de salida de la situación de crisis y "reanudar la vida", en palabras de Cyrulnik. Así pues, desde la perspectiva del marco antropológico, la constatación de que es posible man-

tener el centro interno de control hasta un cierto punto, prácticamente en cualquier situación vital, constituye una de las grandes aportaciones de los estudios sobre la resiliencia a la superación de diversos determinismos filosóficos o pedagógicos. Así mismo, el fomento de la capacidad de toma de decisión y, en consecuencia, de la responsabilidad por su propia trayectoria se convierte en uno de los principales elementos que marcan el proceso madurativo hacia la resiliencia de un sujeto, como veremos en el análisis de la conducta de Tohrú y Yuki.

2.2. Respecto al apoyo afectivo, hay un relativo consenso entre los investigadores que se han dedicado a desgranar los diferentes factores de resiliencia⁵ en que este es el más importante de ellos en términos cronológicos —el que es necesario para que arranque el proceso hacia la resiliencia—. Aquí, una vez más, los estudios planteados desde el ámbito de la psicología contemporánea vienen a corroborar desde una metodología empírica las intuiciones filosóficas y éticas del mundo antiguo, especialmente de la ética de la virtud de los socráticos.⁶ Recordemos que para Aristóteles tener amigos benivolentes y desinteresados era una condición *sine qua non* para poder alcanzar la felicidad en la vida (EN, I, 7, 1097 b 9-11). Esta necesidad de tener a alguien que ofrece un apoyo afectivo gratuito e incondicional, especialmente en los tiempos de sufrimiento y penuria, es destacada al unísono por los expertos en la resiliencia. Esta fue, entre otras, una conclusión importante del fundamental estudio de Emy Werner en la isla de Kauai: “todos los sujetos resilientes tenían por lo menos una persona, familiar o no, que los había aceptado de forma incondicional, más allá de sus problemas y defectos. Necesitaban contar con al-

guien y al mismo tiempo sentir que sus esfuerzos y sus capacidades eran reconocidos y valorados” (Rubio y Puig, 2015: 159). En el contexto del pilar del apoyo afectivo, frecuentemente se habla de la figura del tutor de la resiliencia, es decir, aquella persona que proporciona el punto de apoyo y de refuerzo positivo al individuo herido. Sin embargo, merece la pena destacar que las relaciones de *tutoría de la resiliencia* no siempre tendrán carácter vertical y descendente —un sujeto fuerte y generoso ayuda a uno débil y herido—, sino que pueden producirse relaciones de *tutoría mutua* o, incluso, situaciones en que los roles pueden ir cambiando a lo largo del desarrollo de la relación, tal y como sucede, por ejemplo, en el famoso cuento popular *Hanzel y Gretel* de los hermanos Grimm.

2.3. En relación con el autorrelato, la superación de los sucesos traumáticos puede venir, entre otras maneras, a través del esfuerzo de convertirlos en un relato y expresarlo ante uno mismo y, en última instancia, ante los demás, en forma oral, escrita o con el uso de otras herramientas de expresión artística, tales como pintura, escultura, cine, etc. El carácter terapéutico del autorrelato se debe a diversos factores, uno de ellos es la distancia que permite tomar hacia uno mismo y hacia el dolor que uno siente, al transformarse a sí mismo en un personaje de un relato. Dicho sea de paso, el relato puede construirse con el uso de un estilo directo y realista o con el uso de un lenguaje figurado, donde los aspectos más dolorosos pueden expresarse mediante metáforas, símbolos o alegorías. En este sentido afirma Rojas Marcos que: “Los seres humanos somos creadores y narradores natos de historias. Con independencia de que la experiencia traumática sea de origen humano [...] o esté causada

por accidentes o fuerzas destructivas naturales, todos necesitamos elaborar el argumento de la historia, y contárnosla a nosotros mismos y también a los demás” (Rojas Marcos, 2010: 202).

Así mismo, al convertir la experiencia traumática en un (auto)relato, el sujeto traumatizado asume a la vez el rol del autor y el de protagonista de la historia, de quien depende no solamente algún que otro matiz (auto)interpretativo de lo que ya ha sucedido, sino que, al darse cuenta de su centralidad en la trama que produce y protagoniza a la vez, comprende que de-

penden de él mucho más aún los avatares de la secuela. De esta manera, lo simbólico y narrativo se empieza a entremezclar con lo real y material. La autoría y el protagonismo de un autorrelato conectan en la mente y en los afectos del sujeto creador con su trayectoria presente, con su aquí y ahora y, más aún, con su mañana y pasado mañana. Se da cuenta de que, en la vida que aún le queda, él mismo puede seguir siendo autor y protagonista de su propio relato. De este modo, el pilar del autorrelato viene a reforzar directamente el centro interno de control de la persona herida.

03

Tohru, Yuki y el poder del apoyo afectivo

Tohru Honda es una chica de 16 años, cuyo padre murió cuando tenía alrededor de unos cinco años y cuya madre murió hace menos de un año al inicio del anime. Se trata, por lo tanto, de una adolescente en proceso de duelo por segunda vez. Además, tiene antecedentes de acoso escolar y su unidad familiar consistió únicamente en su madre, dada la poca aceptación que obtuvo la relación de sus padres en su entorno. Antes de la muerte de la madre, sin embargo, Tohru ya contaba con dos amigas íntimas que conocen la experiencia de una única figura parental, que suele estar ausente, Uo-chan, y la del acoso escolar por algún hecho inexplicable inherente al acosado, Hana-chan.

Además de todas estas circunstancias traumáticas, el personaje de Tohru parte de un comportamiento basado en una autodefensa que le impide aceptar gestos de generosidad, como el de Shigure que le ofrece alojamiento sin pedir nada a

cambio. Esto refleja una baja autoestima —ya que no se siente digna de recibir afecto gratuito— que se irá superando durante la obra.

A lo largo de la mayor parte del anime, Tohru se considera a sí misma un lastre que importuna a los de su alrededor, por lo que tiene la necesidad casi obsesiva de ser útil, ya sea aportando el dinero que gana en su trabajo a medio tiempo para sus gastos estudiantiles, ya sea ofreciendo ayuda en las tareas del hogar —limpieza, colada, cocina y mantenimiento— para compensar sus gastos de manutención, aunque nadie le haya dicho que sea necesario. Así pues, considera inconcebible que alguien pueda interesarse por ella para bien o para mal. Su papel en la vida es el de ayudadora de otros, lo cual corresponde al tipo de conducta que su madre le inculcó y se muestra, en el proceso de duelo, como una actuación compensa-



Fig. 1. Shigure, Yuki, Tohru y Kyo desayunando. ©TMS Entertainment. Fuente: JustWatch.

toria. Este proceder, sin embargo, contribuirá a la superación de su trauma y a ser tutora de resiliencia de personas que también ejercerán esa figura para Tohru, cuando lo necesite.⁷

En este sentido, se podría decir que Tohru tiene bastante desarrollados casi todos los pilares de resiliencia descritos en el decálogo mencionado anteriormente. No puede evitar comprometerse con los demás (10); emprender la acción cuando su misión de ayudar a otros se encuentra con algún obstáculo (3); contar historias, sobre todo relativas a su madre o a sus dos amigas, para que otros se comprendan mejor a sí mismos (8); aceptar las circunstancias de cada uno y apoyarles con la mejor intención y palabras de ánimo de las que es capaz (2); ver el lado positivo de todo (4); reírse de sí misma (5); apreciar los pequeños placeres de la vida (9), y confiar en una trascendencia sintoísta (6).

Ella confía en que puede lograr su objetivo de cumplir los deseos de su madre de que su hija termine el instituto porque siente que su madre está con ella en espíritu. Este hecho, que en un principio la hace afrontar el reto de ser huérfana, terminará por ser un lastre en su evolución y tendrá que superarlo para tomar las riendas de su vida y afrontar su duelo. No obstante, no puede menospreciarse la motivación que esta promesa ejerce sobre esta adolescente que se considera una carga económica para los demás.

Siguiendo el ejemplo de su madre, no puede evitar querer ayudar a otros. Así pues, al entrar en la vida de los Sohma, sin pretenderlo conscientemente, ejerce una influencia positiva sanadora sobre los que va conociendo. En este sentido, toma el papel de tutora de la resiliencia de la mayoría de ellos. El caso más paradigmático es el de Yuki.

Yuki Sohma es un adolescente de 16 años que goza de una alta popularidad en el instituto. Tiene éxito en los estudios y además se le considera un joven atractivo. Él, sin embargo, no es capaz de superar la distancia con la que trata a sus compañeros, de hecho, en más de una ocasión le recriminan que use su sonrisa y disposición afable como un escudo ante los que no son Sohma. En cierto modo, este comportamiento es comprensible al conocer los eventos traumáticos que ha sufrido: su madre lo vendió al cabeza de familia como compañero de juegos cuando no tenía más de seis años para medrar dentro del clan; su padre no aparece ni en el manga ni en el anime, de lo cual se deduce que se trata de una figura ausente; su hermano mayor le mostró indiferencia cuando quiso pedirle ayuda en el pasado. Asimismo, al poder librarse del control de Akito, Yuki pudo hacer amigos en la escuela primaria que, por un descuido inocente, conocieron el secreto de los Sohma y, en consecuencia, se le ordenó a Hatori Sohma que borrara los recuerdos relativos a su clan de la mente de esos niños, para guardar la tradición (*Fruits Basket*: “Quizá deberíamos invitarnos”, Katsuhiko Bizen, 2019). En resumen, el único lazo que puede considerarse social y medianamente cercano que Yuki haya podido tener antes de conocer a Tohru es el que mantiene con Akito, su abusador.

Al inicio del anime, Yuki está en proceso de tomar las riendas de su vida. No sabe cómo hacerlo exactamente, pero determina que debe alejarse de la casa principal en la que convivía con Akito. Así pues, lleva unos pocos meses viviendo en la casa de Shigure que, aun siendo una propiedad Sohma, está lo suficientemente alejada del centro de poder para calmar su psique e iniciar esta búsqueda de libertad. Hacia el final de la historia reconoce que empezó a ver un poco de luz en esta aventura cuando conoció a Tohru, que lo aceptó con todas sus virtudes y todos sus fallos desde

el primer momento, y lo animó a seguir en su propósito y a implicarse en los sucesos del instituto. Tohru no intentó dominarlo ni sacar provecho de su relación. No se mostró indiferente a sus tribulaciones y siempre estuvo dispuesta a escucharle o a asistirlo. Este lazo afectivo, fundado en la empatía y la compasión (pilar de la resiliencia 2), convierte a Tohru en tutora de resiliencia y otorga a Yuki la herramienta para lograr su objetivo. Una herramienta con la que todos los demás personajes contaban ya antes del inicio de la obra, en mayor o menor medida, excepto él.

En varios momentos del anime, sobre todo en la primera temporada, se ven ciertos elementos detractores en su propósito, muchos de ellos provenientes de él mismo. No obstante, a medida que el lazo afectivo se refuerza mediante la actitud de Tohru, Yuki es cada vez más hábil a la hora de expresar sus opiniones, deseos y preocupaciones. Al principio lo hace solo con Tohru y en privado, luego paulatinamente va abriendo el foco de su interacción afectiva con los demás. Por fin, el cordial Yuki es capaz de ser crítico abiertamente y no limitarse a amoldarse a las necesidades y decisiones de los demás, sin embargo, es capaz de reconocer que “todavía hay problemas que debo resolver”. Cosas que debo aclarar, cosas que debo reconocer y aceptar como son” (*Fruits Basket*: “Debería morir”, Takatoshi Suzuki, 2020). Por ese motivo, se reta a sí mismo a realizar actividades que nunca le habían despertado interés alguno, o simplemente le generaban rechazo, como la toma del cargo de presidente del consejo escolar, para descubrir qué otras facetas de su personalidad puede conocer a través de estas nuevas circunstancias.

Aun teniendo todavía momentos en los que el trastorno de estrés posttraumático lo domina —como podemos observar en el episodio 6 de la segunda parte— con el recuerdo que se desencadena por estar



Fig. 2. Sorprenden a Tohru llorando a solas en Fin de Año delante de la foto de su madre. ©TMS Entertainment. Fuente CBR.

en un lugar cerrado con olor a pintura—, Yuki no se rinde. De hecho, se dice a sí mismo: “no quiero que me derrote la oscuridad” (*Fruits Basket*: “Eso no es lo que quiero”, Hironori Aoyagi, 2020). Esta actitud es síntoma de que ahora no es solo más resiliente, sino que también actúa conscientemente. Además, se convierte en tutor de resiliencia de Machi, una chica a la que conoce en el consejo escolar y que sufre arrebatos de destrucción. Estos son algunos de los detalles que ejemplifican que las conexiones afectivas lo encaminan

a otro de los pilares de la resiliencia, el compromiso con los demás, mimetizando la actuación de Tohru.

Ilustrando que el proceso de resiliencia no siempre es lineal, Tohru se sume más en sus propias cargas, mientras Yuki avanza en su proceso de superación de las adversidades y de sus traumas a pasos agigantados, hasta el punto en el que se dice: “Estoy harto de culpar a Akito. Ya basta” (*Fruits Basket*: “Estás aquí, Machi”, Takatoshi Suzuki, 2020).

04

La liberación a través del autorrelato

Observando el caso de Yuki, se aprecia que cualquiera puede actuar como tutor de la resiliencia sin tener todos los problemas resueltos ni tener todas las respuestas. Es, por ejemplo, lo que ocurre en el caso de Tohru.

Como ya se ha mencionado anteriormente, en la trayectoria vital de Tohru se observan varios eventos o dinámicas traumáticas, tales como: el hecho de que jamás la eligieran para jugar cuando era pequeña, que su madre se olvidara de su existencia cuando cayó en depresión por la muerte de su marido, para más tarde, ausentarse repetidamente por temas laborales. Todos estos eventos generaron en Tohru una sensación latente de ser una carga para sus más allegados, una necesidad de justificar constantemente su existencia como persona útil, el desarrollo de un apego ansioso⁸ hacia sus seres queridos y una baja autoestima.

Durante todo el anime, Tohru transmite seguridad, calidez y cariño a todos los que la rodean, ya que suele estar sonriendo. No obstante, este hecho ha estado enmascarando un comportamiento típico de aquellos aquejados por la depresión del proceso de duelo. No es hasta que quienes la conocen mejor pueden empezar a afrontar con más entereza sus propios problemas, que señalan explícitamente que Tohru suele esconderse detrás de su afabilidad cuando algo la inquieta o preocupa. La primera persona en querer tratar este problema directamente con ella es Kyo, a quien Tohru le responde: “cuando notes que pienso en eso, necesito que finjas que no te das

cuenta” (*Fruits Basket*: “Come *somen* con tus amigos”, Takatoshi Suzuki, 2020).

La desintegración de esta máscara, que se va resquebrajando cada vez más a medida que van pasando los capítulos, es el momento en que Tohru toma conciencia de que el futuro llegará y cada uno tomará su camino. De hecho, fruto de su apego ansioso, tiene pensamientos como: “¿Se alejará así de todos algún día? ¿Y de mí también?” (*Fruits Basket*: “Lo harás, estoy segura...”, Yoshihisa Matsumoto, 2020). En la dimensión fantástica de la trama, esto se debe a la condición de Kyo como ser poseído por el espíritu del gato, cuyo trauma y proceso de sanación se analiza con más detenimiento, y desde otro prisma, en el artículo de Arivett (2022).

Asimismo, Tohru no cree poder o merecer tomar una decisión por sí misma, como la de seguir a Kyo allá a donde vaya, o decir en voz alta que, en su momento, culpó a su padre por alejar a su madre de ella: “La verdad es que pensaba que era mala persona, aunque recuerde lo bueno que era y las cosas que me daba, pensé que se llevaría a mi mamá con él. [...] Soy horrible” (*Fruits Basket*: “Fue tan tonto”, Akiko Motoyoshi, 2021). La importancia de reconocer esta parte de sí misma ante la persona en quien más confía, Kyo, marca el inicio de su liberación, al poder contar su autorrelato real. El desarrollo de este pilar de la resiliencia es vital para la evolución de Tohru como personaje y su sanación como persona, tal como explica María Teresa Signes:

Mediante el lenguaje podrá expresar sus emociones y sus sentimientos a la persona



Fig. 3. Machi (a la izquierda) se disculpa después de destrozar la oficina del consejo escolar. Yuki quita importancia a su episodio de ira y le ofrece ayudarla a recoger el estropicio. ©TMS Entertainment. Fuente: Christine's Cinema Corner

Fig. 4. Kyo abraza a Tohru tras escuchar su confesión detrás de la sábana tendida. ©TMS Entertainment Fuente: Fruits Basket Wiki Fandom.

con la que haya establecido este vínculo afectivo, proporcionado gracias al apego seguro [...]. Asimismo, en una situación traumática o de dificultad, el niño podrá, a través del lenguaje, estructurar una narración que le permitirá no solo comunicar sino también ligar su pasado con su futuro. Al ser capaz de relatar una situación compleja, no solo se enfrenta de nuevo a ella, sino que es capaz de ver las posibilidades de superación que tiene, tal y como se la puede transmitir a la persona con quien establezca su vínculo afectivo. (Signes, 2022: 85)

El toque final a este momento catártico lo aporta Kyo cuando le asegura a Tohru que, cuente lo que le cuente, "no me decepcionarás" (*Fruits Basket*: "Fue tan tonto", Akiko Motoyoshi, 2021). Así, Tohru no solo sana la herida derivada de la pérdida de sus padres, sino que también comprende que hay personas, como Kyo, que la elegirán y la aceptarán tal y como es, sin censuras ni adaptaciones. De este modo, vemos cómo el refuerzo de las relaciones afectivas fomenta su actitud resiliente.

05

El anime como faro de esperanza

En conclusión, a partir de estos ejemplos se puede afirmar que el proceso de resiliencia, tal y como se ve representado en este anime, consiste en trabajar una serie de habilidades o pilares, tales como el centro interno de control, conexiones afectivas y el autorrelato, y que dicho proceso no es lineal. Además, el proceso genera un efecto de crecimiento de la actitud resiliente ante la vida y sus vicisitudes. También, se observa que la actitud resiliente es beneficiosa para la superación de las secuelas que pueden dejar los eventos traumáticos en la psique y de mejora en la calidad de vida (QoL), tal y como respalda la socióloga forense e investigadora de la Universidad Nacional de Taiwán Wu:

This study found PTSD and depression to have a direct negative influence on 'QoL' and 'resilience' and 'hope' to have a direct positive influence on 'QoL'. 'Depression' had a negative influence on 'resilience', and 'coping' had a positive influence on 'resilience', which in turn positively influenced 'hope'. Therefore, PTSD, coping and depression had indirect influence on QoL as

well. The two most impactful variables were resilience and coping in this study. (Wu, 2011: 1911)

Es destacable el hecho de que este manga, y en consecuencia anime, no tiene como objeto principal de la trama el duelo, la depresión o el estrés postraumático en la adolescencia. Se trata de adolescentes con problemas para relacionarse más allá de su pequeño círculo, cuyo deseo es tener una experiencia vital satisfactoria. Así pues, aunque se representan tanto el trastorno como su sanación, no se diagnostican ni se tratan en terapia ni se da especial importancia a un rasgo u otro de los que conforman un síntoma de la afección que puedan padecer. De este modo, se permite no solo la visibilización, sino también la desestigmatización de fenómenos comunes en la experiencia vital.

Además, este texto no es solo interesante como ejemplo de proceso de resiliencia y objeto de estudio como el sintetizado más arriba, sino que, precisamente por las adversidades que presenta y la luz al final del túnel que ofrece, puede ser

una herramienta para el fomento de la resiliencia —en la línea de las aportaciones propuestas en el proyecto ANDREIA—⁹ para el espectador, tal y como Casallo afirma:

El interés por ver narraciones animadas se enraiza en su importancia para la (re) configuración y reconocimiento de la identidad personal y comunitaria en sociedades que no parecen ofrecer espacios satisfactorios para estos procesos y aspiraciones. (Casallo, 2023: 53)

En definitiva, como se apuntaba al inicio de este artículo, el anime puede ser además de un pasatiempo, objeto de estudio u obra de voluntad estética, también un refugio y faro de esperanza para el espectador que presencia un final feliz, aunque no perfecto, tras la vivencia de unas circunstancias difíciles. Además de mostrar que la capacidad y el potencial para superar las adversidades de manera resiliente es universal.

Referencias bibliográficas

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014. *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5*, Washington, D.C: American Psychiatric Publishing.
- AOYAGI, Hinori, 2020. “Eso no es lo que quiero”, en *Fruits Basket*, Japón: TMS Entertainment.
- ARISTÓTELES, 2014. *Ética a Nicómaco*, Barcelona: Gredos.
- ARIVETT, Erika, 2022. “Year of the Cat: Abuse, Healing, and Intergenerational Trauma in Natsuki Takaya’s *Fruits Basket*”, en *The Journal of Popular Culture*, vol. 2 núm. 55, pp. 476-497.
- BAUAB, Adriana, 2021. *Los tiempos del duelo*, Buenos Aires: Letra Viva.
- CASALLO MESÍAS, Víctor Francisco, 2023. “Hacia una fenomenología de la animación para la investigación interdisciplinaria”, en *Con A de Animación*, núm. 17, pp. 36-55.
- CYRULNIK, Boris, 2004 [2003]. *El realismo de la esperanza. Testimonio de experiencias profesionales en torno a la resiliencia*, Tomás Fernández Aúz y Beatriz Eguibar, Barcelona: Gedisa (*La résilience: le réalisme de l’epérance*, Toulouse: Éditions Érès).
- CYRULNIK, Boris, 2016 [2014]. “¿Por qué la resiliencia?”, en CYRULNIK y ARNAUT (eds.), *¿Por qué la resiliencia? Lo que nos permite reanudar la vida*, Alfonso Díez, Barcelona: Gedisa (*Résilience. De la recherche à la pratique*, Paris: Odile Jacob), pp. 13-28.
- FORÉS, Anna y GRANÉ, Jordi, 2012. *La resiliencia en entornos socioeducativos*, Barcelona: Narcea.
- BIZEN, Katsuhiko, 2019. “Quizá deberíamos invitarnos”, en *Fruits Basket*, Japón: TMS Entertainment.
- JUNG, Carl, 2009 [1954]. *Arquetipos e inconsciente colectivos*, Miguel Murmis, Barcelona: Paidós (*Von der Wurzeln des Bewusstseins*, Olten: Walter-Verlag AG).
- KAZMIERCZAK, Marcin y CARLOS-BUJÁN, Andrea, 2022. “Narratividad y otros pilares de la resiliencia: un decálogo para la Educación Primaria”, en CARREIRA

- y KAZMIERCZAK (eds.), *Sociedad, literatura y educación: propuestas para el desarrollo de una juventud resiliente*, Barcelona: Octaedro, pp. 47-66.
- LÓPEZ, Claudia y RAMÍREZ, Maritza, 2017. "Apego", en *Revista Chilena De Medicina Familiar*, vol. 6 núm. 1, pp. 20-24.
- NORTH, Vesper, 2022. *Traumas and Recovery in Takaya Natsuki's Fruits Basket*. Chapman University, MA Thesis. Chapman University Digital Commons.
- RODRÍGUEZ-PONGA, Rafael, 2020. "El nacimiento de un nuevo vocabulario: consecuencias lingüísticas de la pandemia", en KAZMIERCZAK, SIGNES y CARREIRA (eds.), *Pandemia y resiliencia. Aportaciones académicas en tiempos de crisis*, Pamplona: Eunsa, pp. 197-249.
- MANCIAUX, Michel, 2010 [2001]. *La resiliencia: resistir y rehacerse*, Fernando González del Campo Román, Barcelona: Gedisa (*La résilience. Résister et se construire*, Geneva: Éditions Médecine et Hygiène and Cahiers medico-sociaux).
- MATSUMOTO, Yoshihisa, 2020. "Lo harás, estoy segura...", en *Fruits Basket*, Japón: TMS Entertainment.
- MOTOYOSHI, Akiko, 2021. "Fue tan tonto", en *Fruits Basket*, Japón: TMS Entertainment.
- ROJAS MARCOS, Luis, 2010. *Superar la adversidad. El poder de la resiliencia*, Barcelona: Espasa.
- RUBIO, José Luis y PUIG, Gema, 2015. *Tutores de resiliencia. Dame un punto de apoyo y moveré MI mundo*, Barcelona: Gedisa.
- SIGNES, María Teresa, 2022. "Reflexiones a propósito del tutor de resiliencia: la palabra que educa, la palabra que motiva, la palabra resiliente", en CARREIRA y KAZMIERCZAK (eds.), *Sociedad, literatura y educación: propuestas para el desarrollo de una juventud resiliente*, Barcelona: Octaedro, pp. 83-93.
- SUZUKI, Takatoshi, 2020. "Come somen con tus amigos", en *Fruits Basket*, Japón: TMS Entertainment.
- SUZUKI, Takatoshi, 2020. "Debería morir", en *Fruits Basket*, Japón: TMS Entertainment.
- SUZUKI, Takatoshi, 2020. "Estás aquí, Machi", en *Fruits Basket*, Japón: TMS Entertainment.
- TAKAYA, Natsuki, 1998-2006 [2004-2008]. *Fruits Basket*, Marta E. Gallego, Barcelona: Norma Editorial (フルーツバスケット, *Furūtsu basuketto*, Tokyo: Hakuensha).
- TITUS, Craig Steven, 2006. *Resilience and the Virtue of Fortitude: Aquinas in Dialogue with the Psychosocial Sciences*, Washington, D.C: The Catholic University of America Press.
- VANISTENDAEL, Stefan, 2010. "La resiliencia en lo cotidiano", en MANCIAUX, Michel, 2010 [2001]. *La resiliencia: resistir y rehacerse*, Fernando González del Campo Román, Barcelona: Gedisa (*La résilience. Résister et se construire*, Geneva: Éditions Médecine et Hygiène and Cahiers medico-sociaux), pp. 227-238.
- WU, Hui Ching, 2011. "The protective effects of resilience and hope on quality of life of the families coping with the criminal traumatization of one of its members", en *Journal of Clinical Nursing*, vol. 20, pp. 1906-1915.

Notas

¹ La transcripción de los nombres y lugares relativos a la obra respetan su primera traducción al español, de Marta E. Gallego.

² Véase el blog del Grupo: <https://blogs.uao.es/investigacion-trivium/2018/02/20/presentacion-grupo-trivium/>

³ Véase la web del proyecto Knightly Virtues de dicho grupo: <https://www.jubileecentre.ac.uk/project/knightly-virtues/>

⁴ Entre los ejemplos paradigmáticos de los textos que contribuyeron notablemente a la divulgación de este concepto en la primera década de los años 2000, véase *El realismo de la esperanza. Testimonios de experiencias profesionales en torno a la resiliencia* de B. Cyrulnik et al. o *La resiliencia: resistir y rehacerse* de Michel Manciaux.

⁵ Siguiendo la metodología del grupo TRIVIUM, en este artículo consideramos sinónimos “factores de resiliencia” y “pilares de resiliencia”.

⁶ Para profundizar en la relación entre el concepto contemporáneo de la resiliencia y la visión clásica de la virtud de la fortaleza, véase *Resilience and the Virtue of Fortitude. Aquinas in Dialogue with the Psychosocial Sciences* de Craig Steven Titus.

⁷ Para más información sobre la concepción de este sistema de arquetipos, véase *Arquetipos e inconsciente colectivos* de Carl G. Jung.

⁸ LÓPEZ, Claudia y RAMÍREZ, Maritza, 2017. “Apego”, en *Revista Chilena De Medicina Familiar*, vol. 6 núm. 1, pp. 20-24.

⁹ Proyecto *Fomento de la resiliencia en la educación primaria: innovación y formación continua del profesorado* (ANDREIA) [PID2019-111032RB-I00] financiado por el Ministerio de Ciencia e Innovación. <https://blogs.uao.es/andreia/>