

IULIAN DINULESCU

IULIAN DINULESCU

**REZILIENȚA RELIGIOASĂ
ÎN SOCIETATEA CONTEMPORANĂ**



**EDITURA UNIVERSITARIA
CRAIOVA, 2026**

Referenți științifici:

Profesor universitar dr. Ion POPESCU

Profesor univ.dr. Picu-Nelu OCOLEANU

Copyright © 2026 Editura Universitaria

Toate drepturile sunt rezervate Editurii Universitaria

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

Dinulescu, Iulian

Reziliența religioasă în societatea contemporană / Iulian Dinulescu. -

Craiova : Universitaria, 2026

Conține bibliografie

ISBN 978-606-14-2260-9

2

316

© 2026 by Editura Universitaria

Această carte este protejată prin copyright. Reproducerea integrală sau parțială, multiplicarea prin orice mijloace și sub orice formă, cum ar fi xeroxarea, scanarea, transpunerea în format electronic sau audio, punerea la dispoziția publică, inclusiv prin internet sau rețele de calculatoare, stocarea permanentă sau temporară pe dispozitive sau sisteme cu posibilitatea recuperării informațiilor, cu scop comercial sau gratuit, precum și alte fapte similare săvârșite fără permisiunea scrisă a deținătorului copyrightului reprezintă o încălcare a legislației cu privire la protecția proprietății intelectuale și se pedepsesc penal și/sau civil în conformitate cu legile în vigoare.

Lista de abrevieri

1. PSB = Colecția «Părinți și Scriitori Bisericești»
2. EIBMBOR = Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române
3. EIBMO = Editura Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă

CUVÂNT ÎNAINTE

Volumul „*Reziliența religioasă în societatea contemporană*”, elaborat de Iulian Dinulescu, se impune prin noutatea abordării, prin rigoarea științifică și prin profunzimea reflecției teologice. El aduce în prim-plan o temă de mare actualitate, situată la intersecția dintre teologie, filozofie, psihologie și sociologie, dar interpretată cu mijloacele și în lumina spiritualității ortodoxe. Prin demersul său curajos și echilibrat, autorul reușește să integreze un concept provenit din sfera științelor moderne – cel al rezilienței – în orizontul credinței și al vieții bisericești, realizând o sinteză inedită între știință, credință și experiență duhovnicească.

Iulian Dinulescu demonstrează, cu rigoare și discernământ, că reziliența religioasă nu este un împrumut artificial și nici o adaptare superficială a unui concept modern, ci poate fi înțeleasă ca expresie a capacității omului credincios de a traversa suferința, criza și nesiguranța existențială prin raportare vie la Dumnezeu, prin rugăciune, nădejde și comuniune eclezială. Reziliența religioasă nu apare astfel ca o reacție pasivă în fața suferinței, ci ca o formă activă de participare la harul lui Dumnezeu, care poate transforma încercarea în experiență de înnoire spirituală.

Lucrarea, amplă și bine structurată, conduce cititorul de la definirea conceptului de reziliență la analiza dimensiunii sale religioase și la propunerea unor modele de aplicare în viața concretă a omului contemporan. Stilul este fluent și academic, dar în același timp păstrează o notă de sensibilitate teologică, exprimând o preocupare autentică pentru omul credincios și pentru trăirea sa spirituală într-o lume aflată sub presiunea schimbării și a incertitudinii.

Unul dintre meritele fundamentale ale acestei lucrări constă în faptul că așază reflecția asupra rezilienței într-un cadru teologic solid, ancorat în Sfânta Scriptură, în Tradiția patristică și în gândirea dogmatică a Bisericii Ortodoxe. Fără a cădea într-un discurs abstract sau excesiv teoretic, autorul evidențiază modul în care experiența biblică a suferinței, a răbdării și a biruinței asupra răului constituie un fundament autentic al rezilienței religioase, reliefând faptul că aceasta nu este doar o capacitate psihologică de adaptare, ci o realitate profund duhovnicească.

Lucrarea are o valoare de pionierat, întrucât introduce în teologia ortodoxă românească un subiect aproape necercetat – acela al rezilienței religioase – și îl tratează cu seriozitate academică, fără a pierde din vedere dimensiunea practică și pastorală. În contextul societății contemporane,

marcate de schimbări accelerate, de fragilizarea legăturilor comunitare și de multiple forme de insecuritate – sociale, culturale sau spirituale –, tema acestei lucrări capătă o relevanță aparte. Biserica este chemată astăzi, mai mult ca oricând, să ofere nu doar răspunsuri doctrinare, ci și repere de viață, sprijin și orientare pentru omul aflat în dificultate, iar volumul de față se înscrie firesc într-un astfel de efort de reflecție teologică și misionară.

Totodată, Iulian Dinulescu nu se limitează la o expunere teoretică, ci propune un veritabil „*plan al dezvoltării rezilienței religioase*”, un model practic prin care omul poate cultiva în viața sa duhovnicească virtuțile ce conduc la echilibru, curaj, nădejde și împăcare lăuntrică. Prin acest demers, lucrarea depășește cadrul strict academic, devenind și un ghid de reflecție și formare spirituală.

Dincolo de aspectul științific, cartea lui Iulian Dinulescu se remarcă prin tonul său inspirat, prin eleganța limbajului și prin dorința sinceră de a aduce o contribuție vie la înțelegerea relației dintre om, credință și suferință. Autorul dovedește nu doar erudiție, ci și sensibilitate pastorală, propunând o viziune integratoare asupra vieții creștine, în care omul este chemat să transforme încercarea în rugăciune și durerea în prilej de comuniune cu Dumnezeu.

Prin amploare, seriozitate și viziune, „*Reziliența religioasă în societatea contemporană*” reprezintă o lucrare valoroasă, care îmbogățește literatura teologică – atât românească cât și universală – și deschide un orizont nou de cercetare. Ea invită cititorul să înțeleagă că reziliența creștină nu este doar o reacție a minții, ci o lucrare a harului în inimă.

Am convingerea că această carte va contribui la îmbogățirea reflecției teologice contemporane și va oferi cititorilor un instrument de înțelegere și întărire sufletească, în duhul unei teologii vii, responsabile și ancorate în realitățile timpului nostru. Ea confirmă maturitatea intelectuală și duhovnicească a lui Iulian Dinulescu și constituie o mărturie a faptului că cercetarea teologică autentică nu se încheie în spațiul academic, ci își găsește împlinirea în viața Bisericii și în slujirea omului concret.

Încredințez această carte publicului cu convingerea că ea va aduce roade bogate, atât în planul cercetării academice, cât și în viața spirituală a celor care o vor parcurge cu atenție și deschidere. Este o lucrare ziditoare, născută din credință, cultivată prin reflecție și desăvârșită în rugăciune.

Cu aleasă prețuire și binecuvântare,
Pr. Prof. Univ. Dr. Habil. Ion POPESCU
Universitatea din Craiova – Facultatea de Teologie Ortodoxă

INTRODUCERE

Reziliența religioasă reprezintă o dimensiune esențială a experienței umane, deși mult timp nu a beneficiat de atenția pe care o merită în reflecțiile asupra modului în care oamenii și comunitățile înfruntă adversitățile majore ale existenței. Războaiele, persecuțiile religioase, bolile grave, dezastrele naturale sau pandemiile au demonstrat în mod repetat că reacțiile oamenilor în fața suferinței nu sunt determinate doar de resurse materiale sau de structuri instituționale, ci și de resursele spirituale și simbolice pe care le mobilizează credința religioasă. În astfel de momente critice, religia nu funcționează doar ca un sistem de credințe, ci și ca un cadru de interpretare a realității, ca sursă de sens și ca spațiu de solidaritate comunitară.

În societatea contemporană, marcată de instabilități geopolitice, transformări sociale accelerate și multiple crize globale, ideea de reziliență a devenit tot mai prezentă în discursul public și în strategiile de gestionare a situațiilor dificile. În sens larg, reziliența descrie capacitatea indivizilor și a comunităților de a face față presiunilor, de a se adapta schimbărilor și de a se reconfigura după experiențe traumatice sau destabilizatoare. În interiorul acestui cadru conceptual, dimensiunea religioasă a rezilienței ocupă un loc particular, deoarece credința, practicile spirituale și apartenența comunitară pot oferi resurse morale și psihologice care facilitează depășirea momentelor de criză.

Experiențele istorice și contemporane arată că, în situații de suferință profundă sau incertitudine existențială, oamenii se întorc adesea către spiritualitate în căutarea unui sens mai amplu al vieții și al suferinței. Religia oferă un limbaj simbolic prin care realitatea dureroasă poate fi interpretată și integrată într-o perspectivă mai cuprinzătoare asupra existenței. Prin intermediul credinței, suferința nu mai este percepută exclusiv ca o experiență absurdă sau lipsită de sens, ci poate fi înțeleasă în relație cu valori precum speranța, răbdarea, solidaritatea sau încrederea într-un plan divin. În acest fel, dimensiunea spirituală devine o resursă care contribuie la stabilitatea interioară și la capacitatea oamenilor de a continua să acționeze și să spere chiar și în contexte extrem de dificile.

Totodată, religia nu se manifestă doar la nivel individual, ci și la nivel comunitar. Comunitățile religioase oferă spații de sprijin reciproc, de împărtășire a suferinței și de întărire a solidarității sociale. În numeroase contexte, bisericele și organizațiile confesionale au devenit actori importanți în sprijinirea populațiilor afectate de crize, colaborând cu instituții publice sau organizații umanitare pentru a răspunde nevoilor urgente ale oamenilor. Această cooperare evidențiază faptul că dimensiunea spirituală poate

contribui la consolidarea coeziunii sociale și la mobilizarea comunităților în fața adversităților.

Importanța rezilienței religioase devine cu atât mai evidentă atunci când sunt analizate situații istorice recente, precum persecuțiile îndreptate împotriva unor comunități religioase sau experiențele colective generate de pandemii. Astfel de contexte scot la iveală atât vulnerabilitățile societăților contemporane, cât și capacitatea oamenilor de a găsi resurse interioare pentru a rezista și a continua să trăiască în condiții de presiune extremă. În asemenea împrejurări, credința religioasă poate oferi un cadru moral și spiritual care sprijină menținerea speranței, a demnității și a solidarității umane.

Deși ideea de reziliență a fost analizată din numeroase perspective disciplinare, dimensiunea religioasă a acesteia rămâne adesea insuficient explorată într-un mod sistematic și integrator. Înțelegerea deplină a fenomenului presupune depășirea limitelor unei singure discipline și valorificarea contribuțiilor provenite din mai multe domenii ale cunoașterii. Teologia, sociologia, psihologia, psihiatria, medicina, filozofia, politologia sau dreptul oferă fiecare perspective complementare asupra modului în care credințele și practicile religioase influențează comportamentele umane, relațiile sociale și capacitatea de adaptare la situații critice.

O abordare transdisciplinară permite analizarea complexă a modului în care religia se intersectează cu experiențele cotidiene ale oamenilor și cu realitățile sociale în care aceștia trăiesc. Credințele religioase, ritualurile, simbolurile și textele sacre contribuie la formarea unor structuri de sens care modelează atât percepțiile individuale, cât și comportamentele colective. În acest cadru, corpul uman, experiențele cotidiene și relațiile sociale devin spații în care valorile religioase sunt interiorizate, reinterpretate și exprimate.

Volumul de față își propune să exploreze această dimensiune complexă a rezilienței religioase și să evidențieze modul în care credința și practicile spirituale pot contribui la consolidarea capacității de adaptare a oamenilor în fața dificultăților vieții. În primul rând, este urmărită clarificarea conceptuală a rezilienței și a formei sale religioase, prin evidențierea modului în care credința în Dumnezeu și relația cu divinitatea pot deveni surse de stabilitate interioară, liniște sufletească și încredere în momente de încercare.

Un alt aspect important îl reprezintă identificarea fundamentelor scripturistice, patristice și teologice care reflectă ideea de rezistență spirituală în fața suferinței. Tradiția biblică, scrierile Părinților Bisericii și reflecțiile marilor gânditori religioși oferă numeroase exemple de perseverență, speranță și credință în contextul adversităților. Aceste izvoare spirituale evidențiază faptul că reziliența nu este doar o reacție psihologică la dificultăți, ci și o virtute cultivată prin credință, disciplină spirituală și încredere în Dumnezeu.

În același timp, sunt analizate elementele care contribuie la dezvoltarea rezilienței religioase în viața comunităților: lăcașurile de cult, textele sacre, liderii spirituali, familia și structurile de sprijin social. Acestea creează un cadru în care oamenii pot găsi sprijin, îndrumare și încurajare, contribuind la consolidarea capacității de a depăși momentele de criză. Prin intermediul acestor repere spirituale și comunitare, credincioșii pot găsi resursele necesare pentru a-și menține echilibrul interior și pentru a continua să trăiască cu speranță.

Volumul propune, de asemenea, o reflecție asupra modului în care aceste elemente pot fi integrate într-o perspectivă mai amplă de consolidare a rezilienței religioase, astfel încât credința să devină o resursă activă în depășirea adversităților. În acest sens, sunt analizate două tipuri de situații extreme: persecuțiile și violențele, pe de o parte, și pandemiile, pe de altă parte. Ambele contexte ilustrează în mod elocvent modul în care credința poate sprijini oamenii în păstrarea speranței și în reconstruirea vieții personale și comunitare.

Prin această abordare, volumul urmărește să evidențieze caracteristicile, pilonii și factorii care contribuie la formarea rezilienței religioase și să arate relevanța acestui fenomen pentru societatea contemporană. Într-o lume marcată de incertitudini și transformări rapide, resursele spirituale și comunitare oferite de religie pot juca un rol semnificativ în menținerea echilibrului interior al oamenilor și în consolidarea solidarității sociale. Astfel, reziliența religioasă apare nu doar ca o dimensiune a vieții spirituale, ci și ca o contribuție importantă la stabilitatea și bunăstarea societăților moderne.

Capitolul 1

DELIMITAREA CONCEPTUALĂ A REZILIENȚEI RELIGIOASE

În acest capitol va fi delimitată conceptual reziliența și reziliența religioasă. Astfel, vor fi evidențiate aspectele rezultate din cercetările anterioare referitoare la componenta psihologică, socială, emoțională, fizică, spirituală și religioasă a rezilienței oamenilor în contextul unor dezastre, calamități, pandemii, pandemii sau pericole la adresa umanității. Pe fondul unor astfel de șocuri, reziliența oferă răspunsuri întrucât asigură o cunoaștere prin intermediul unor repere sau modalități de reacție pe care oamenii le pot urmări, acestea fiind conceptualizate sub forma unor planuri pentru situații de urgență.

Oamenii reacționează distorsionat în raport cu realitatea pe fondul unor crize sau pericole care îi amenință întrucât se simt neputincioși și fără putere acțională, situație în care doresc să dea un sens vieții lor atunci când nimic nu mai este logic și astfel de situații le generează un puternic sentiment de nesiguranță. Astfel, datorită rezilienței oamenii înțeleg și pot aplica un set de măsuri care să le asigure starea de echilibru într-o situație care depășește parametrii sociali cunoscuți până la acel moment de ei și la care s-au raportat zeci de ani, intrând în obișnuință, iar orice abatere de la ea îi dezechilibrează psihic și emoțional.

Reziliența elimină stereotipurile descurajante și influențează pozitiv capacitatea oamenilor de a gestiona dificultățile și stresul major, fiind atât un proces, cât și un rezultat. Reziliența este o funcție de întreținere prin revenirea la nivelul funcțional anterior apariției dezechilibrului cu ajutorul unor factori rezilienți sau facilitatori, printre aceștia numărându-se personalitatea proprie fiecărui om și reperele mediului în care trăiește acesta. Reziliența reprezintă abilitatea fiecărei persoane în parte de a se adapta față de adversitățile care îi amenință viața. Prin delimitarea conceptuală a rezilienței religioase va fi urmărită evidențierea trăsăturilor fundamentale care guvernează acest fenomen.

1.1. Delimitarea conceptuală a rezilienței

1.1.1. Reziliența din perspectiva cercetărilor academice

În vederea definirii clare și corecte a rezilienței au fost realizate numeroase cercetări științifice. Aceste cercetări au avut ca scop să delimiteze conceptul și să identifice reperele în care acesta se manifestă cu efecte benefice asupra oamenilor. Prin intermediul acestor cercetări, s-au făcut progrese semnificative în înțelegerea și aplicarea conceptului de reziliență în

diverse domenii. David Fletcher și Mustafa Sarkar au contribuit semnificativ la înțelegerea rezilienței, evidențiind faptul că acest concept poate fi abordat și măsurat în mai multe feluri, dar că mare parte din definiții se concentrează pe două aspecte centrale: adversitatea și adaptarea pozitivă.¹ Studiile științifice din domeniul rezilienței pot contribui la dezvoltarea planurilor și strategiilor care să ajute oamenii să se adapteze în situații stresante. Reziliența este un concept care este puternic influențat de contextul social, comunitar și temporal în care se manifestă.² Astfel, abordările și intervențiile în domeniul rezilienței trebuie să fie sensibile la aceste aspecte. Conform lui Boris Cyrulnik, un cunoscut cercetător al rezilienței, aceasta poate fi înțeleasă ca fiind atitudinea unei persoane care reușește să-și continue viața și să se reconstruiască sau dezvolte „după o traumă” sau o experiență dificilă. În esență, reziliența presupune capacitatea de a face față și de a depăși adversitățile vieții.³

În lumina cercetărilor științifice din domeniu, s-a ajuns la concluzia că reziliența poate fi promovată și susținută prin abordarea și tratarea sa „în termeni de factori de protecție”. Acești factori pot fi atât interni – cum ar fi trăsăturile de „personalitate sănătoase”, cât și externi – cum ar fi suportul social, accesul la resurse și servicii. Prin identificarea și promovarea acestor factori de protecție, persoanele aflate în situații „nefavorabile sau adverse” pot fi ajutate să își dezvolte reziliența și să facă față mai bine provocărilor vieții.⁴

Există conexiuni esențiale dintre reziliență și procesul rezilient și implică combinarea și mobilizarea forțelor de protecție în contextul expunerii la forțele de vulnerabilitate, care pot acționa „la mai multe niveluri de influență”, inclusiv „cultură, comunitate, familie și individ”.⁵ Studiile realizate de Lena Aléx evidențiază că în fața adversităților sau dificultăților, persoana care se bazează mai mult pe capacitățile sale mentale și sociale poate să facă față mai bine și să se adapteze mai eficient la situații stresante sau provocatoare.⁶

¹ David Fletcher, Mustafa Sarkar, *Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory*, în *European Psychologist*, vol. 18, no. 1, 2013, p. 12.

² Steve Carpenter, Brian Walker, J. Marty Anderies, Nick Abel, *From Metaphor to Measurement: Resilience of What to What?*, în *Ecosystems*, vol. 4, December 2001, p. 767.

³ Boris Cyrulnik, *Prefață*, în Șerban Ionescu (coord.), *Tratat de reziliență asistată*, București: Editura Trei, 2013, p. 17.

⁴ George A. Bonanno, *Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive after Extremely Adverse Events?*, în *American Psychologist*, vol. 59, no. 1, January 2004, p. 20.

⁵ Dante Cicchetti, *Resilience under conditions of extreme stress: a multilevel perspective*, în *World Psychiatry*, vol. 9, no. 3, 2010, p. 151.

⁶ Lena Aléx, *Resilience among very old men and women*, în *Journal of Research in Nursing*, vol. 15, no. 5, 2010, p. 424.

Reziliența poate fi definită ca fiind capacitatea oamenilor de a reuși să își rezolve probleme cu care se confruntă și să se adapteze la stresori.⁷ Aceasta implică capacitatea de „a reveni din experiențele dificile” sau de a face față adversităților cu succes.⁸ Reziliența este o trăsătură comună și naturală a ființei umane, nefiind rezervată doar anumitor oameni sau unor situații excepționale.⁹ Orașul New York este un exemplu elocvent al rezilienței în fața provocărilor și dezastrelor. De-a lungul istoriei sale, New York-ul a trecut prin numeroase momente de criză și adversitate, însă orașul și locuitorii săi au demonstrat capacitatea de a reveni și de a se reconstrui în fața acestor provocări, capacitate care poate fi atribuită în parte spiritului inovator.¹⁰ Reziliența reprezintă capacitatea de „autostabilizare adaptivă și auto-organizare” a oamenilor urmare a dezechilibrelor psihice și emoționale generate de adversități.¹¹ Datele colectate din numeroase studii științifice susțin ideea că reziliența este esențială în determinarea unui „răspuns la diverse adversități”.¹² În fața unei game largi de situații stresante, răspunsul și strategiile folosite pentru a face față la stres și dificultăți trebuie să fie potrivite și eficiente în contextul specific al situației.¹³

Adversitățile care influențează profund negativ oamenii, cum ar fi traumele extreme generate de războaie, lipsei mijloacelor de trai sau catastrofelor, pot fi surse semnificative de reziliență în cazul în care oamenii reușesc să facă față și să se adapteze în ciuda acestor experiențe traumatice. Un exemplu concret este dat de genocidul din Cambodgia, unde copiii care au supraviețuit traumelor extreme provocate de Khmerii Roșii au fost extrem de traumatizați. Studiul Project Competence din SUA, care a investigat impactul acestor traume, a concluzionat că „adversitatea trăită la o scară extremă și devastatoare” poate avea efecte de lungă durată asupra oamenilor și comunităților afectate. În contextul traumelor profunde generate de genocid, oamenii din Cambodgia au devenit rezilienți prin urmărirea

⁷ David MacPhee, Erika Lunkenheimer, Nathaniel Riggs, *Resilience as Regulation of Developmental and Family Processes*, în *Family Relations – Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, vol. 64, no. 1, February 2015, p. 160.

⁸ American Psychological Association, *The Road to Resilience*, 2014, p. 1, <https://advising.u-nc.edu/wp-content/uploads/sites/341/2020/07/The-Road-to-Resiliency.pdf>, accesat la 19.10.2023.

⁹ Michele M. Tugade, *Positive Emotions and Coping: Examining Dual-Process Models of Resilience*, în Susan Folkman (ed.), *The Oxford Handbook of Stress, Health, and Coping*, New York: Oxford University Press, 2011, p. 191-192.

¹⁰ Nassim Nicholas Taleb, *The Black Swan: The Impact of the Highly Improbable*, New York: Random House, 2007, p. 147.

¹¹ David MacPhee, Erika Lunkenheimer, Nathaniel Riggs, *art. cit.*, p. 156.

¹² David Fletcher, Mustafa Sarkar, *art. cit.*, p. 12.

¹³ *Ibidem*, p. 12.

obiectivelor personale care i-au ajutat să facă față ororilor la care au fost supuși. Un aspect important al rezilienței în aceste situații traumatice a fost capacitatea oamenilor de a se angaja în diferite forme de educație, activități școlare, extra-curriculare și comunitare, și de a-și dezvolta relații și prietenii. Aceste strategii au contribuit la reconstrucția lor emoțională și psihologică și la revenirea la o viață funcțională și productivă, în ciuda experiențelor traumelor extreme prin care au trecut.¹⁴ Violența, moartea și ura sunt factori care pot afecta oamenii în mod diferit, iar reziliența este importantă pentru modul în care oamenii fac față și se adaptează la aceste experiențe dificile.¹⁵

Descrierile date de Glenn E. Richardson evidențiază evoluția conceptului de reziliență în cercetările științifice și diversitatea modurilor în care este perceput și definit acesta. Prima descriere a rezilienței se concentrează pe identificarea sau explorarea caracteristicilor și resurselor personale și contextuale care ajută la adaptarea și supraviețuirea în fața adversităților. A doua descriere subliniază natura dinamică a rezilienței și importanța adaptabilității în fața schimbărilor și provocărilor vieții. A treia descriere pune accentul pe procesul de creștere personală și dezvoltare care poate avea loc în urma experiențelor dificile.¹⁶ De subliniat că reziliența nu este importantă doar pentru reușita în viață, ci și pentru a putea supraviețui. Cercetările psihologice au investigat modurile în care reziliența poate fi amplificată și fortificată, pentru a ajuta oamenii să facă față mai bine la dificultăți și să-și mențină bunăstarea mentală și emoțională în fața provocărilor vieții.¹⁷

Înțelegerea rezilienței este strâns legată de contextul social-cultural în care se manifestă. Este considerată a fi „de natură tranzacțională”, ceea ce înseamnă că este influențată de interacțiunile și relațiile dintre om și mediul său înconjurător.¹⁸ Aceasta înseamnă că reziliența nu este determinată

¹⁴ Ann S. Masten, Jenifer L. Powell, *A Resilience Framework for Research, Policy, and Practice*, în Suniyar S. Luthar (ed.), *Resilience and Vulnerability: Adaptation in the Context of Childhood Adversities*, Cambridge: Cambridge University Press, 2003, p. 9.

¹⁵ Craig Steven Titus, *Resilience and Christian Virtues – What the Psychosocial Sciences Offer for the renewal of Thomas Aquinas' Moral Theology of Fortitude and Its Related Virtues*, Thesis presented to the Faculty of Theology at the University of Fribourg (Switzerland) to obtain a doctoral degree, Fribourg, 2002, p. 11, URL: <https://doc.rero.ch/record/3683/files/TitusC.pdf>, accesat la 11.10.2022.

¹⁶ Glenn E. Richardson, *The metatheory of resilience and resiliency*, în *Journal of Clinical Psychology. Special No.: A Second Generation of Resilience Research*, vol. 58, no. 3, March 2002, p. 307.

¹⁷ Janet L. Ramsey, Rosemary Blieszner, *Spiritual Resiliency in Older Women: Models of Strength for Challenges Through the Life Span*, Thousand Oaks, California, SUA: SAGE Publications, 1999, p. 17.

¹⁸ Mary R. Harvey, *Towards an ecological understanding of resilience in trauma survivors:*

exclusiv de caracteristicile anatomice umane, ci este influențată în mod semnificativ de contextele sociale și culturale în care oamenii trăiesc și interacționează. Oamenii sunt integrați în conjuncturi sociale complicate și în permanentă schimbare, care pot fi sau nu pot fi sensibile la adversități sau la variații în evoluție.¹⁹ David Fletcher și Mustafa Sarkar subliniază modul în care trăsăturile psihologice ale persoanei interacționează în timpul experiențelor stresante pentru a determina capacitatea sa de a face față și de a se adapta.²⁰ Gail Wagnild și Heather M. Young definesc reziliența în termeni simpli ca fiind „flexibilitate și adaptabilitate”.²¹ Din perspectivă medicală, reziliența are un rol important în promovarea sănătății și recuperarea după boli sau evenimente traumatice.²² În studiile științifice și în literatura de specialitate, reziliența este descrisă în trei dimensiuni conceptuale: trăsătura personală care influențează pozitiv oamenii în fața adversităților, capacitatea de adaptare rapidă la stresori și capacitatea de recuperare post-traumatică.²³

Cercetarea științifică asupra rezilienței, realizată de Ann S. Masten, subliniază caracterul normal și natural al acesteia, evidențiind că este determinată în general de „funcționarea sistemelor de adaptare umane de bază”. Oamenii s-au adaptat întotdeauna la fenomenele naturale sau din societate, dezvoltând strategii și resurse pentru a face față la provocările vieții. Atunci când astfel de sisteme de protecție sunt funcționale, oamenii pot să reziste mai bine în fața dificultăților și să se recupereze mai rapid după evenimentele traumatice, indiferent de severitatea acestora. În contrast, în contextul funcționării precare a acestor sisteme de protecție, reziliența poate fi compromisă, iar urmările pot fi catastrofale pentru oameni sau comunități.²⁴ Perspectiva cercetătorilor Lindsay Smith, Ruth Webber și John DeFrain asupra rezilienței subliniază caracterul dinamic al acestui proces prin care oamenii apelează la trăsăturile proprii și orice tip de resursă care pot conduce la reevaluarea pozitivă a stării personale

Implications for theory, research, and practice, în *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, vol. 14, no. 1, 2007, p. 17.

¹⁹ Ibidem, p. 17.

²⁰ David Fletcher, Mustafa Sarkar, *art. cit.*, p. 12.

²¹ Gail Wagnild, Heather M. Young, *Resilience Among Older Women*, în *Image: Journal of Nursing Scholarship*, Vol. 22, No. 4, Winter 1990, p. 254.

²² Johnson Institute for Spiritual Gerontology & Lifelong Adult Faith Formation, *Resilience... the Queen of Virtues*, Jul 31, 2019, URL: <https://www.senioradultministry.co-m/blogs/aging-the-master-teacher/resilience-the-queen-of-virtues>, accesat la 04.09.2022.

²³ Zeynep Karatas, Firdevs Savi Cakar, *Self-Esteem and Hopelessness, and Resiliency: An Exploratory Study of Adolescents in Turkey*, în *International Education Studies*, vol. 4, no. 4, November 2011, p. 84.

²⁴ Ann S. Masten, *Ordinary Magic Resilience Processes in Development*, în *American Psychologist*, vol. 56, no. 3, March 2001, p. 227.

influențate negativ de adversități.²⁵ Conform lui Aida Alayarian, reziliența poate fi definită ca fiind capacitatea unei persoane de a face față evenimentelor traumatice sau dificile fără a suferi consecințe psihologice grave și fără a dezvolta tulburări de stres post-traumatic.²⁶

Cercetările academice au evidențiat mai multe forme ale rezilienței.²⁷ Reziliența ca atitudine implică manifestarea unor trăsături și comportamente care sprijină adaptarea și recuperarea. Reziliența ca proces de descoperire și dezvoltare este un proces activ și continuu de adaptare și creștere care implică „identificarea, fortificarea și îmbogățirea” factorilor de protecție și calităților reziliente în fața adversităților și provocărilor. Reziliența ca forță motivațională internă este o abordare spirituală care implică dezvoltarea și întărirea capacităților și resurselor personale pentru a face față și a se adapta la provocările vieții.²⁸

Reziliența implică stabilirea unui echilibru ulterior perturbărilor produse de adversitatea semnificativă într-un sistem sau în viața unei persoane.²⁹ Reziliența constă în obținerea unor „rezultate bune” chiar și atunci când oamenii afectați de adversități. Prin utilizarea cercetării științifice, este posibil să se înțeleagă și să se evidențieze procesele care stau la baza acestor rezultate pozitive întrucât conceptul este deductibil și situațional și se bazează pe raționamente și înțelegerea interacțiunii dintre persoană și mediul său.³⁰ Numărul semnificativ de studii și materiale disponibile despre reziliență, așa cum este evidențiat de cifrele furnizate din APA PsycNet, subliniază importanța și interesul pe care acest concept îl atrage în domeniul psihologiei și în alte domenii relevante. La data de 05.06.2023, conform APA PsycNet, existau 45.023 de materiale despre reziliență, din care 2.161 articole, 306 cărți, 39.944 materiale scrise în ultimele două secole și care conțin cuvântul reziliență, 2.612 de rapoarte tehnice, lucrări de conferință, statistici sau buletine informative.³¹

Definiția rezilienței din perspectiva factorilor care influențează acest concept subliniază rolul proceselor de reglare a emoțiilor, gândurilor și

²⁵ Lindsay Smith, Ruth Webber, John DeFrain, *Spiritual well-being and its relationship to resilience in young people: A mixed methods case study*, SAGE Open, vol. 3, no. 2, April-June 2013, DOI: 10.1177/2158244013485582, sgo.sagepub.com., pp. 1-2.

²⁶ Aida Alayarian, *Trauma, resilience, and creativity*, în Aida Alayarian (ed.), *Resilience, Suffering and Creativity: The work of the Refugee Therapy Centre*, New York: Routledge, 2018, p. 1.

²⁷ Glenn E. Richardson, *art. cit.*, p. 308.

²⁸ Ibidem, pp. 308-309.

²⁹ David MacPhee, Erika Lunkenheimer, Nathaniel Riggs, *art. cit.*, p. 153.

³⁰ Ann S. Masten, *art. cit.*, p. 228.

³¹ APA PsycNet, Cuvântul „resilience”, URL: <https://psycnet.apa.org/search/results?type=direct&db=pi,pb,pa,pe,pt,pbc&fields=AnyField&term=resilience>, accesat la 05.06.2023.