

La esperanza

En uno mismo y de superación personal



«Tengo 13 años y voy en silla de ruedas. Cuando era pequeño, pensaba que era lo peor que me podía haber pasado, pero ahora pienso que tiene alguna ventaja... no me quedo nunca sin silla. Ya veis que me tomo la vida con mucho sentido del humor.

Colaboro con una asociación que ayuda y anima a jóvenes que también van en silla de ruedas. El secreto del éxito es no rendirse nunca.

De mayor me gustaría ser piloto de avión. Me encanta visitar nuevos lugares y conocer otras culturas.»

Javier es un chico risueño que vive su minusvalía como un reto y no como una limitación. No se cansa de luchar con valentía para alcanzar sus metas personales, aunque ello suponga asumir algunos riesgos.

¿Cómo afrontas el día a día?

—Con esperanza. Me levanto pensando cómo conseguir las metas que me marco. Creo que es importante trabajar para superarse y tomarse las cosas con humor. Me gusta que la gente sonría e intento ser muy positivo.

¿Nunca has caminado?

—No; nací con una paraplejía que me impide caminar.

¿Cómo se ve el mundo desde una silla de ruedas?

—Desde un punto más abajo... (se ríe...) No, en serio, igual que cualquier chico de mi edad. Hay algunas situaciones que me suponen un grado mayor de difi-

cultad, pero las afronto y busco soluciones para superarlas. Soy un gran luchador.

¿Quiénes han estado siempre a tu lado?

—Mis padres. Les agradezco que no me pusieran las cosas demasiado fáciles. Esto me ha hecho convertirme en una persona fuerte, segura, que nunca se cansa de buscar respuestas y soluciones a las dificultades.

¿Qué te molesta de las otras personas?

—Que me miren con lástima, que crean que no puedo llegar a hacer las cosas por mí mismo.

¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre?

—Salir con mis amigos, escuchar música, navegar por Internet y jugar al baloncesto.

¿Qué nos cuentas de la Asociación?

—Voy dos tardes a la semana. Allí me reúno con chicos que a causa de un accidente o por una enfermedad están en la misma situación que yo. Les intento demostrar que la vida no se termina en la silla de ruedas; que el secreto del éxito es no rendirse nunca, vivir con esperanza.

¿Qué planes de futuro tienes?

—Quiero estudiar en la universidad y ser piloto de avión. Me encanta ver los paisajes y ciudades a miles de metros de altura. Tengo espíritu aventurero y me gusta viajar y conocer otras culturas.

¿Podrías acabar la siguiente frase? Dentro de veinte años yo...

—Tendré una familia, pilotaré un avión y, sobre todo, ¡seré muy feliz!

Saber que se puede, querer que se pueda,
quitar los miedos, sacarlos afuera.
Pintarse la cara color esperanza,
tentar al futuro con el corazón.

Canción: *Color Esperanza*, de Diego Torres.

El testimonio que acabamos de leer es una invitación a valorar y **admirar** cómo el protagonista vive con **esperanza** su limitación, tiene **confianza** en sí mismo y lucha a diario por **superarse**.

Él no es un caso aislado, ni único, pero sí excepcional, como muchos otros. Si observamos detenidamente, desde el respeto y el afecto, a las personas que nos rodean y desarrollamos nuestra capacidad de empatía para ponernos en la piel de los demás, llegaremos a descubrir muchos casos en los que la esperanza es un motor de autosuperación.

La fuerza y el entusiasmo para superar los malos momentos y las dificultades que les impone la vida nos llevan a sentir gran admiración hacia estas personas.



San Francisco de Asís

1. Después de leer la entrevista, resuelve las cuestiones sobre el protagonista.
 - Define con tres adjetivos su personalidad.
 - Explica lo que más admiras de él y te puede servir de enseñanza.
 - ¿Crees que puede llegar a ser piloto de avión? ¿Por qué?

2. Reflexiona sobre tu actitud frente a las dificultades que surgen en tu vida.

Tus fortalezas

Tus debilidades

.....

.....

3. De tu lista de debilidades, ¿qué aspectos puedes mejorar?
 - Trázate objetivos para convertir tus debilidades en fortalezas.
4. ¿Tienes confianza en ti mismo/a? Valora las siguientes afirmaciones.

0 = Nada de acuerdo	1 = Muy poco de acuerdo
2 = Un poco de acuerdo	3 = Muy de acuerdo

- (...) Prefiero el «quedar bien» a mostrarme como soy.
- (...) Utilizo la mentira para protegerme.
- (...) Trato de imitar a los demás para ser aceptado/a.
- (...) Me desanimo fácilmente ante los problemas.
- (...) Tengo pocas cualidades y muchos defectos.
- (...) Tengo muchas cualidades y ningún defecto.

De 0 a 6 puntos: Confías en ti mismo/a. Puedes ser de gran ayuda para aquellos amigos a quienes les cuesta hacerlo.

De 7 a 12 puntos: A menudo dudas de tus capacidades, pero sabes que te equivocas al hacerlo. Confía más en ti mismo/a.

Más de 13 puntos: ¿Has exagerado un poco al contestar? Aprende a valorarte más a ti mismo y pide ayuda para resolver tus dificultades. ¡Puedes hacerlo!

5. Lee la letra de la canción *Color Esperanza*, de Diego Torres, y contesta:

- ¿Cuál es el mensaje que el autor quiere transmitir?
- Explica tres situaciones de la vida en que se necesita vivir con esperanza.
- ¿Crees que la esperanza nos puede ayudar a enfocar la vida con mayor entusiasmo? ¿Por qué?

6. Lee la oración de san Francisco de Asís y anota situaciones cotidianas en las que puedes poner esperanza en la desesperación.

- Comparte tus ideas en tu grupo.
- ¿Cómo las podéis poner en práctica para mejorar el ambiente de la clase?

7. Elaborad, por grupos, una pirámide de actitudes.

- Traed cajas de cartón de diferentes medidas.
- Pintadlas de colores y en cada una escribid una actitud que consideréis esencial para afrontar las dificultades de la vida.
- Colocadlas formando una pirámide, de manera que las actitudes más importantes sean la base.
- También podéis preparar una presentación *power-point*.

Para confiar en ti mismo/a...

- Conócete bien y conoce a los demás.
- Mejora tu autoestima.
- Trázate metas a corto y largo plazo.
- Confía en tus propias posibilidades.
- Lucha por alcanzar tus metas, aunque surjan dificultades.
- Valórate cuando las alcances.
- Sé creativo y positivo al buscar soluciones a tus problemas.