

Seminario de capacitación en adicciones

2° Módulo

PENSAR

La perseverancia como fortaleza del carácter

La perseverancia es la capacidad para seguir adelante a pesar de los obstáculos, dificultades, desánimos, aburrimientos, frustraciones, o los propios deseos de rendirse. La persona perseverante termina lo que ha empezado, vuelve a intentarlo tras un fracaso inicial, persigue sus objetivos y se mantiene concentrada y trabajando en su tarea. Por el contrario, si nos vamos al extremo opuesto de la perseverancia, nos encontramos con personas perezosas e inconstantes, que se rinden demasiado pronto o que ni siquiera lo intentan, que buscan lo fácil y toman atajos siempre que pueden, personas que pierden el interés con facilidad y abandonan ante la más mínima dificultad.



La perseverancia es algo que suele ser admirado por los demás. ¿Quién no sintió admiración por aquella corredora que, a pesar de estar exhausta, sin casi poder moverse, siguió hasta cruzar la línea de meta, demostrando así un gran espíritu de lucha y superación? Abraham Lincoln perdió seis elecciones y fracasó en dos negocios antes de convertirse en uno de los presidentes más importantes de Estados Unidos.

Hellen Keller se quedó sorda, muda y ciega tras una enfermedad con poco más de un año de edad. A pesar de este tremendo obstáculo, no solo logró aprender a comunicarse con los demás, sino que fue la primera persona sordomuda en conseguir un título universitario. La

cantidad de obstáculos que tuvo que superar para lograr sus propósitos en una época en que las personas como ella apenas podrían aspirar a nada más que a permanecer vivas, fue digna de elogio. Hellen Keller se convirtió en una activista por el sufragio de las mujeres, los derechos de los trabajadores y los derechos de ciegos y otros discapacitados, pasó gran parte de su vida dando discursos y conferencias, fundó la organización Helen Keller International (HKI) junto con George Kessler, viajó por casi todo el mundo y publicó 12 libros y diversos artículos.

En general, persistir ante el fracaso es difícil, puesto que el fracaso produce una emoción desagradable que hace que las personas deseen dejarlo y mirar hacia otro lado. La persistencia requiere vencer esta tendencia a abandonar.

Como conclusión podríamos decir que una persona que practica la perseverancia es una persona disciplinada, con una trascendencia (capacidad de superar obstáculos y dificultades en la vida) bien definida, la persona perseverante, va en contra de cualquier obstáculo que se le presente, lucha por sus sueños e ideales sin desistir. En el proceso de recuperación fomentar esta capacidad del carácter es de suma importancia porque la recuperación en sí es un proceso lento, de fallos y aprendizajes que muchas veces frustran a la persona recién iniciada, la hacen desistir, y vuelven al camino más fácil: la evasión y el consumo de sustancias. Ese camino es el "fácil", el camino de la recuperación es un camino duro de modificación de conductas, de practicar principios espirituales, de detener defectos de carácter desbordados de honestidad, en fin es ir en contra del egocentrismo y la auto obsesión. La persona que trabaja la perseverancia alcanza un nivel de persistencia increíble y llega a creer que, traslada aquella persistencia en consumir a toda costa, a la perseverancia, y por ende a un comportamiento positivo porque sin lugar a dudas se mantiene firme en sus metas. La persona perseverante sabe que los fracasos son oportunidades de éxito y que partiendo de ahí se alcanzan las grandes victorias. **Decido perseverar en todos los campos de mi vida.**

Jason Morera

