

Reseña del libro: Desarma tus Límites

Mary Ellen Heiner



Revisora y coordinadora principal del programa IDRPP Mary Ellen Heiner

Would you like to read this article in English?

Cuando la mayoría de la gente piensa en límites, piensa en aquello que los frena. El libro de Jessica Cox, «Desarma tus límites: La fórmula para alcanzar el éxito y llegar al siguiente horizonte», invita a los lectores a pensar de forma diferente. Jessica Cox, la primera piloto con licencia del mundo nacida sin brazos, comparte su historia para demostrar que los límites no siempre son barreras, sino que pueden convertirse en puntos de partida para el crecimiento y las aventuras emocionantes.

Al principio del libro, Jessica presenta su «fórmula para el éxito» que nos impulsa hacia el éxito y nos proyecta hacia el futuro: aventura, deseo, valentía, innovación, equilibrio, perseverancia, apoyo, autenticidad y fe. No se trata solo de ideas; Jessica ilustra cada una a través de experiencias personales e íntimas. Su vida se convierte en el modelo a seguir. Mientras leía, me encontré reflexionando sobre cuáles de esas cualidades reconocía en mí misma y cuáles aún necesito fortalecer.

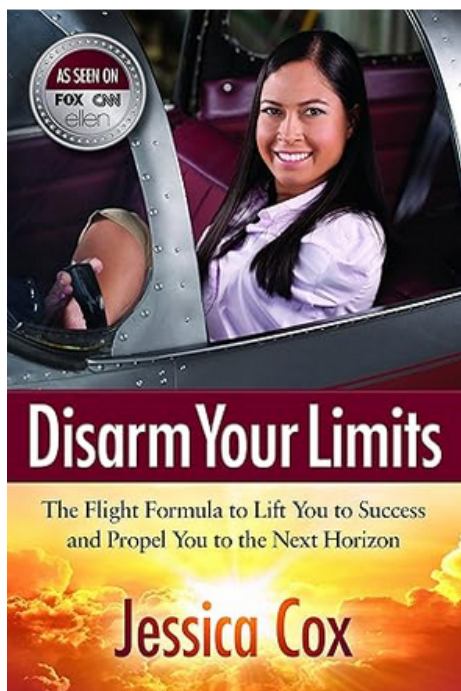
Mientras leía este libro, me encontré reflexionando sobre las muchas maneras en que a veces nos ponemos obstáculos a nosotros mismos, no porque no podamos tener éxito, sino porque creemos que no podemos.

Leer este libro también fue una experiencia muy personal para mí. Como usuaria de silla de ruedas, me he enfrentado a muchas barreras: algunas físicas, otras creadas por las expectativas ajenas, y otras que yo misma he creado por miedo e incluso vergüenza debido a mi discapacidad. Por eso, la historia de Jessica me resultó familiar en muchos sentidos. Su mensaje me recordó que los desafíos no definen lo que podemos

lograr. En cambio, pueden enseñarnos nuevas formas de adaptarnos, resolver problemas y seguir adelante. Si bien nuestras experiencias son diferentes, me sentí profundamente identificada con su convicción de que la confianza crece cuando intentamos cosas que antes parecían inalcanzables.

Una cita de Eddie Rickenbacker que comparte me impactó: «La aviación demuestra que, con voluntad, podemos lograr lo imposible». Esa idea resume la esencia de este libro. Jessica no solo aprendió a sobrellevar las dificultades, sino que aprendió a volar. Literalmente. Obtuvo su licencia de piloto volando con los pies, dominando una aeronave de una manera que la mayoría de nosotros jamás podríamos imaginar. Su historia es prueba viviente de que lo imposible a menudo se vuelve posible cuando la determinación se encuentra con la oportunidad. Jessica describe el desafío que supuso encontrar a alguien dispuesto a arriesgar su propio avión, modificarlo para que pudiera volar con los pies y luego enseñarle a volar. Describe con elocuencia su primer vuelo en solitario y el miedo que sintió cuando la radio falló en pleno vuelo, al darse cuenta de que estaba completamente sola, y luego la repentina libertad que sintió al elevarse hacia el cielo y la emoción cuando las ruedas tocaron tierra en la pista y logró el sueño imposible.

La madre de Jessica dijo que le daría la infancia más normal posible. Mi madre me dijo algo parecido: que no sabía cómo criar a una hija con discapacidad, así que la crió. Esa perspectiva marcó mi vida y la de Jessica. No se bajaron las expectativas. Se fomentó la independencia. Se cultivó la resiliencia desde temprana edad. Leer la historia de Jessica me recordó lo poderosa que puede ser la fe familiar para moldear nuestra propia autoestima, y también me enseñó la importancia de una sólida red de apoyo: familia, amigos y comunidad.



Portada del libro "Desarma tus límites", que muestra a Jessica en la cabina del piloto.

Siempre me ha encantado la cita de Eleanor Roosevelt que Jessica incluyó: «Nadie puede hacerte sentir inferior sin tu permiso» (también de una de mis películas favoritas para chicas, El diario de la princesa). La vida de Jessica encarna esa verdad. Se niega a que las dudas de los demás definan quién es. Eso es algo que muchos de nosotros, las personas con discapacidad, aprendemos con el tiempo: otros pueden cuestionar nuestras capacidades, pero nosotros decidimos si esas opiniones determinan en quién nos podemos convertir.

Jessica nos recuerda que muchos de nosotros —con o sin discapacidad— conocemos el dolor de ser víctimas de acoso, exclusión o marginación, de

seando pertenecer a un grupo. En el capítulo 8, comparte la historia de Louisa, a quien conoció durante su participación en la 3.^a Conferencia Anual de Mujeres Aviadoras en Ghana, África. Louisa, que nació sin brazos, sufrió acoso severo por parte de compañeros e incluso profesores. Su padre abandonó a la familia al nacer, alegando que era un animal. Miembros de su comunidad instaron a su madre a abandonarla en el desierto para que muriera.

La historia de Louisa me hizo reflexionar sobre mi propia infancia. Crecí rodeada de una familia amorosa, una comunidad que me apoyaba y unos pocos amigos leales que marcaron la diferencia. Su experiencia subraya

el poder transformador de una sólida red de apoyo y me recuerda cuánto hemos avanzado en el trato a las personas con discapacidad, así como la importancia de seguir adelante.

La fe es otro hilo conductor importante en «Desarma tus límites». Jessica habla abiertamente de su convicción de que es exactamente quien Dios la creó para ser. Esa confianza en su propósito se refleja en cada capítulo. Su vida refleja una profunda conexión espiritual que complementa su fortaleza física y mental. Escribe sobre cómo encontrar el equilibrio en tres niveles: físico, mental y espiritual. Cuando estas tres áreas están en equilibrio, avanzar se vuelve posible.

Su historia evoca una frase de Randy Pausch, una cita que la propia Jessica utilizó como guía para superar sus miedos: «Los muros existen por algo. No están para impedirnos el paso, sino para detener a quienes no lo desean con suficiente intensidad». Para Jessica, esta mentalidad se convirtió en una estrategia para vencer el miedo. Lo deseaba con todas sus fuerzas y, en lugar de dejar que el miedo la paralizara, lo enfrentó, lo superó y, finalmente, lo venció. Al hacerlo, invita a los lectores a preguntarse: «¿Qué miedo me está frenando?». Una querida amiga compartió conmigo una verdad sencilla pero poderosa: «El miedo llamó a la puerta, la fe la abrió y no había nadie». En definitiva, su historia nos recuerda que el coraje no es la ausencia de miedo, sino elegir seguir adelante a pesar de todo.

Uno de los mensajes más sencillos pero a la vez más poderosos de este libro es este: si deseas algo con suficiente intensidad, encontrarás la manera. Puede que no se parezca al camino de los demás. Puede que requiera creatividad, humildad y una perseverancia incansable, pero casi siempre hay una salida. Jessica refuerza esta idea citando a Henry Ford: «Cuando todo parece ir en tu contra, recuerda que el avión despegó contra el viento, no a favor». Si bien dejarse llevar por la corriente puede ser más fácil y cómodo, nos recuerda que el verdadero impulso proviene de resistir la resistencia. Es al luchar contra el viento —contra la duda, el miedo y las dificultades— que desarrollamos la fuerza, la habilidad y la confianza para elevarnos. De esta manera, la esencia de «Desarma tus límites» queda clara: los desafíos no están para hundirnos, sino para darnos la fuerza que necesitamos para volar alto.

«Desarma tus límites» es más que la historia de Jessica. Es un recordatorio de que nuestros mayores obstáculos pueden convertirse en nuestros mejores maestros. Es una invitación a examinar los límites que hemos aceptado

y a cuestionarnos si son realmente inamovibles o si simplemente esperan a que los pongamos a prueba.

Para mí, este libro no solo fue inspirador, sino también profundamente reconfortante. Me recordó que tener una discapacidad no hace que las cosas sean imposibles; al contrario, alimenta mi determinación de demostrar que todo es posible. A veces, lo que parece una limitación se convierte en el trampolín que nos impulsa hacia adelante.

Nota del editor: Jessica Cox, autora de "Disarm Your Limits", dará una charla en el Salón Internacional de la Universidad Estatal de Utah en Logan el 30 de marzo de 19:00 a 21:00 horas, como parte de la Semana de la Aviación de la USU.