

ALUMNI

La confianza como motivación para la superación personal

Por:
NATHALIA NÚÑEZ DEL PRADO

Vivir en sociedad nos ha formado una continua búsqueda de aprobación de los demás, esta necesidad influye en nuestra toma de decisiones e incluso en la autoestima de cada uno. A pesar de que muchas personas afirman no buscar aprobación de nadie, la aceptación se presenta en diferentes situaciones como: al momento de buscar trabajo, cuando solicitamos un crédito bancario, esperar que alguien compre nuestros productos, al ingresar a un nuevo círculo social y hasta cuando saludamos a una persona: siempre vamos a esperar algo positivo de los demás. Por tal motivo, la aprobación es un gran factor que influye directamente en la confianza personal. Asimismo, la totalidad de experiencias que hemos enfrentado a

lo largo de nuestra vida, han formado quienes somos en la actualidad, mucha responsabilidad la tienen las personas que se encargaron de educar y acompañarnos desde la infancia, en su gran mayoría, los padres son garantes de la confianza que una persona tiene, sin embargo, no son los actores principales, también comparten la tarea los maestros, amistades, familiares, parejas y demás. Por tal motivo, la confianza viene del exterior y se forma en uno mismo, pero siempre va a depender de las situaciones que enfrentamos y cómo nos sentimos emocionalmente en ese momento.

Conocerse a uno mismo es el primer paso para tener confianza, saber de qué somos capaces nos ayudará a lograr nuestras metas, las cuales a veces nos pueden asustar por no creernos capaces de lograrlas. Sentir miedo es in-

evitable, pero es importante verlo como algo positivo, cuando llega a nuestra mente, es porque estamos a punto de hacer algo que no creíamos posible. Entonces, en ese momento debemos creernos capaces de lograrlo todo. Existe una frase americana muy conocida por su rima "fake it till you make it", que significa "fíngelo hasta que lo hagas"; si alguna vez hemos querido hacer algo que creemos difícil de conseguir por nuestra falta de confianza, la actitud y asertividad nos ayudarán a hacer realidad ese deseo, por ejemplo, la única forma de perder el miedo escénico es arriesgarse a hablar en público pero si nuestro nivel de confianza personal es bajo, imaginemos estar en un gran teatro y finjamos ser el mejor orador del mundo, practiquemos y eventualmente el miedo será superado, es ahí donde la confianza se forta-

lecerá y solo hará que queramos salir realmente a ese escenario y lograr la meta.

Así como las experiencias influyen en nuestra confianza, ser amable con los demás es un gran paso para ayudar a otros a tenerla también, veámoslo como un acto de reciprocidad, donde ser amable te ayudará a esperar amabilidad, pero también hará que la otra persona se sienta más segura consigo misma. A la vez será de gran ayuda cambiar hábitos tan simples como proponernos beber más agua, caminar más, porque lo que es saludable para el cuerpo lo es para la mente y no hay nada mejor para uno que sentir paz y tranquilidad por cómo somos hacia el exterior y el interior. Los pequeños pasos también cuentan y serán el combustible para llegar a la meta de confrontar la falta de confianza.

FIESTAS PATRIAS

Rercordando el combate de Iquique

Por:
ÓSCAR GALDOS VIZCARRA

El 16 de mayo de 1879, el comandante de la Primera División de la Marina Peruana, don Miguel Grau Seminario, parte del Callao al mando del monitor Huascar, para defender a la patria de la invasión chilena en la infausta guerra del Pacífico, partió con la firme convicción de que la soberanía nacional, la unidad territorial y el honor de la patria está por encima de cualquier ambición u otro interés extranjero.

El 21 de mayo llega al puerto de Iquique, el cual estaba bloqueado por tres barcos chilenos. Grau inicia el combate con el refuerzo de la Independencia para desbloquear el puerto, arremetiendo contra la Esmeralda, partiéndola en dos y hundiéndola, mientras que la Independencia perseguía a la Covadonga que huía hacia el sur, desgraciadamente la Independencia encalló al acercarse mucho a la costa y fue hundida por la Covadonga.

La importancia de este combate para el Perú y para los perua-

nos, es que tuvimos la valentía de desalojar a los invasores de nuestro puerto y en un acto de valor y patriotismo nuestros marinos conocieron la gloria y la victoria.

Y fue allí en Iquique, que el mundo miró, con sorpresa y asombro, como un jefe vencedor del combate, desnudó su corazón, para dejar brotar todos los sentimientos de humanidad y de hombre noble, al rescatar a los naufragos del barco enemigo vencido.

Y fueron los mismos chilenos rescatados que es su agradeci-

miento dijeron, "viva el Perú generoso".

Este acto solidario y misericordioso de Miguel Grau demostró al mundo entero que en el Perú no sólo había guerreros, sino hombres magnánimos, humanos antes que todo, amor más que odio. Grau enseñó a todas las naciones que la vida es lo primero y que en la guerra la defendemos y podemos morir, pero no llegamos a la masacre ni a la barbarie.

Viva Grau, Caballero de los Mares, ejemplo para la juventud del Perú y del mundo.