

LA AUTOCONFIANZA

En mi reflexión de la semana, empiezo por decir que **LA AUTOCONFIANZA** o la confianza en uno mismo es esencial para el bienestar emocional y el éxito personal. Pues bien, les pido un paréntesis para comentarles un poquito de mí, a veces me pregunto: ¿Quiero reflexionar sobre un tema, que al escribirlo sirve de **enseñanza** o refresque algún conocimiento de quienes con amabilidad, utilicen su valioso tiempo para leerme? Acto seguido busco una **frase inspiradora**, que me motive a escribir sobre determinado tema, con la certeza en que todos estamos en **capacidad de cultivarlo y practicarlo**. Pues bien, hoy me llamó la atención una frase del filósofo y poeta estadounidense, Ralph W. Emerson, que dice así: «**La confianza en uno mismo es el primer secreto del éxito**». Ciertamente, confiemos en nosotros mismos, porque a veces **sabemos** más de lo que creemos saber.

Así que, sin más preámbulo, podemos definir la **AUTOCONFIANZA** como una virtud que debemos desarrollar, ya que de esa manera, logramos: mejores relaciones interpersonales y los objetivos que nos hemos planeado, además, estaremos bien con nosotros mismos.

Una persona con un nivel aceptable de autoconfianza se **caracteriza**, porque objetivo que se traza, objetivo que **cumple**. Es así, como cada día se motiva a actuar y, en ese sentido, también planifica estrategias apropiadas para **lograr sus objetivos**.

Por otro lado, la autenticidad requiere vulnerabilidad, transparencia y honestidad, y en ese sentido, tenemos que estar claros, que aunque todos estamos en capacidad de poder **cultivar y practicar la autoconfianza**, como lo dijimos en el inicio, sin embargo, ella es el resultado de un **esfuerzo continuo**, día tras día.

En lo personal, en la última etapa de mi vida terrenal, hasta ahora, **nadie me ha dicho que la vida es fácil** o que esperemos sentados a que las cosas nos caigan del cielo, es más, una persona que confía en sí misma, jamás cree que el fracaso es negativo y que al equivocarse es un **fracasado**, sino que comprende que cualquier error es para asimilarlo como una **lección**, y lo entiende como una experiencia para **aprender y aumentar** su autoconfianza.

¡Un abrazo lleno de bendiciones!

Por Fredis Villanueva