

# ¿QUIÉN DIJO QUE TENER MIEDO ES SER COBARDE?

Por Esteban Loaiza Rojas, estudiante CUC

**S**é que como yo, en algún momento has experimentado situaciones en donde la impotencia, la angustia y la desesperación han tocado a la puerta de tu corazón. Has sentido que ya no se puede, ves como que hay una pared al final del camino, pareciera como si no fuera a salir el sol mañana. Y claro porque somos humanos, porque sentimos.

Según el diccionario el **miedo** es esa sensación de angustia provocada por la presencia de un peligro real o imaginario. Según esta definición el miedo puede ser provocado por **algo real**. Un ejemplo de ello puede ser una situación en la que esté en peligro nuestra vida o la de un familiar. Y en un caso como estos, claro que nuestro cuerpo va a reaccionar, se activa en nosotros ese sentido de alerta. Pero si te digo que la mayoría del miedo que tenemos es **aprendido**, ¿qué pensarías?

El miedo o temor es una emoción caracterizada por una intensa sensación desagradable provocada por la **percepción de un peligro**, real o supuesto, presente, futuro o incluso pasado. Según el concepto conductista el miedo es algo aprendido. El modelo de la psicología profunda es completamente distinto.

El **método conductista** se centra en el estudio de la conducta observable para controlarla y predecirla. Su objetivo es conseguir una conducta determinada. Según esta rama de la psicología, la cual se dedica a la observación y el estudio de la conducta de los seres humanos, muchos de los **patrones**, de las cosas que hacemos desde niños, es meramente el resultado de lo que hemos observado y aprendido.

Es interesante ver como los **niños de temprana edad** no muestran señales de miedo tan marcadas como las de un niño más avanzado en años. Si nos ponemos a ver detenidamente a niños y niñas entre dos a tres años, vemos como su curiosidad, esa sensación de algo nuevo, de algo diferente va más allá del miedo que puedan sentir. Ellos agarran insectos del suelo, tienen curiosidad de cómo funcionan muchas de las cosas que ven a su alrededor. Prácticamente viven para ellos mismos, experimentan ...

**¿Pero qué es lo que pasa cuando se llega a la adolescencia o la adultez?**

Pasan muchas cosas interesantes, no sé si alguna vez te has puesto a pensar, ¿por qué ese sueño que teníamos de niños no lo seguimos, o perdimos de repente el interés?

Lastimosamente el ser humano es susceptible a los comentarios, a lo que la gente piense, y por dejarnos llevar en muchas ocasiones por los comentarios, por el que dirán, dejamos ir esos sueños.

Y es así como el miedo quiere actuar en nuestras vidas. Haciéndonos creer que no servimos para nada, que no somos capaces de poder realizar lo que queremos y nos paraliza. **No nos deja avanzar**

Es por eso quiero sepas que eres una persona valiosa, que como seres humanos es normal sentir miedo, temor a lo que pase, muchas veces a lo que pasó. Pero no debemos dejar que eso nos frene y nos deje al lado del camino.

Para personas que han alcanzado el éxito, no fue que nunca sintieran miedo, claro que sí lo sintieron, pero no dejaron que éste los dominara. Le pasaron de lado. Para que veas que lo que te digo no es mentira he aquí la pequeña historia de uno de los más grandes científicos que ha existido.

“Albert Einstein, uno de los mayores científicos de la historia pasó por los primeros años de su educación [sin pena ni gloria](#). No aprendió a hablar hasta los tres años, por lo que sus profesores del colegio llegaron a pensar que tenía un retraso. Durante sus años en el Instituto alemán, que acabó dejando antes de terminar, un profesor le dijo que “nunca conseguiría nada en la vida”. A los 16 años se le denegó inicialmente la entrada en la Escuela Politécnica de Zúrich al obtener muy malos resultados en una asignatura de letras en la prueba de acceso. Sin embargo, consiguió finalizar sus estudios de bachillerato y se matriculó en la Escuela de orientación matemática y científica. Tras graduarse en 1900 no encontró trabajo en la Universidad y tuvo que ejercer como tutor en diferentes ciudades. No fue hasta comenzar el doctorado varios años después, cuando empezó a despertar el reconocimiento público, hasta que en 1921 ganó el Premio Nobel de Física”.

No sé qué situación estés pasando hoy, lo que, si se es que el día de mañana traerá nuevas metas, nuevos retos, con la intención de que seas feliz. No tengas temor a triunfar fuiste diseñado para eso y como dijo Albert una vez **“Hay una fuerza motriz más poderosa que el vapor, la electricidad y la energía atómica: la voluntad”**, no dejes nada robe tus sueños.