

VACACIONES, CONFIANZA Y FELICIDAD

*“Vivir es desviarnos incesantemente. De tal manera nos desviamos que la confusión nos impide saber de qué nos estamos desviando” **Franz Kafka***

Llegó el tiempo de descansar, de romper con la inercia, con nuestras rutinas... de ser más libres, más abiertos, más nosotros mismos, **¿o no?**

Y esto hablando de los que vivimos en el Hemisferio Norte. Los de abajo del Ecuador ahora hacen una pequeña parada escolar... y siguen.

Y con las vacaciones se presenta la **oportunidad** de pararse a pensar, de sentir nuevas emociones... de enamorarse y también por supuesto de romper vínculos que ya no lo eran, o de comenzar a diseñar un proceso de cambio... no, mejor de **transformación**.

¡Aprovecha la oportunidad! Bucea un poco más en ti mismo. **Verás que cada vez te va a ir gustando más y te vas a sentir menos solo. Es cuestión de comunicar contigo mismo, de sentir, de valorarte, de quererte.**

El último mes ha sido muy intenso en conferencias y **ROAD SHOWs**. Hemos ido trabajando tanto el RS 2009 como el 2010, y a veces incluso una mezcla de los dos.

Ahora le toca el turno a **América Latina**. Estaremos Leila y yo por Colombia, Paraguay, Brasil y seguramente Chile.

La próxima temporada del RS **en España será entre el 23 de Octubre y el 12 de Noviembre**. Tenemos aún fechas disponibles, pero no muchas, así que si sabes de alguna empresa o institución que pudiese estar interesada, les dices que comunique directamente conmigo jmgasalla@gasalla.com

Después de haber caminado por encima de las brasas en el curso de **Anthony Robbins** estoy trabajando mis **creencias limitadoras**. *¿Por qué no conseguir lo que realmente queremos conseguir?*

La próxima semana comienza el **1er programa ejecutivo** organizado conjuntamente entre ESADE y Fundación Dom Cabral. Lo codirijo junto con Marta Campello. Es un gran desafío que estoy seguro saldrá magníficamente. Trabajaremos el **liderazgo** reforzando los componentes **emocionales** del mismo. Desde el “conocerse” al “conocer y reconocer”. Desde la “autorregulación” a la “relación con los demás”. Todos sabemos que las **decisiones difíciles son las relativas a las personas. El líder se arriesga, se apasiona, confía y es generoso**. Es como si tuviese que tener ese gen, el de la generosidad.

Para terminar, *algunas reflexiones sobre la felicidad:*

- Sin duda es más importante sentirse feliz que hablar de felicidad pero, sin duda uno se puede ir convenciendo de casi todo. ¡Ay nuestra **mente poderosa!**
- Como las cosas importantes en la vida, la felicidad funciona como un proceso en el que hay que aplicar **consciencia, constancia y coraje**. Y, ojo... el camino tiene muchas revueltas. Pero, sobre todo... **disfruta el trayecto a tope**.

- No es la felicidad, pero el **optimismo, el buen humor y el intentar resaltar todo lo positivo** que uno se va encontrando, eleva el espíritu y siente que sin duda, merece la pena haber venido a este mundo.
- Desde la **autoconfianza** (y eso significa cada vez menos miedos, ansiedades, complejos, envidias...) y la **confianza** como espacio “de desarrollo y encuentro” se puede avanzar en la felicidad.
- Que otra cosa es la felicidad sino el sentir que estás siendo **coherente** en tus actos y decisiones, con lo que te hace sentir que cumples con tu misión, tu destino... con el sentido de tu vida.

Bueno, pues hasta el próximo mes.

Y...acuérdate de ser feliz.

