

+ VÍDEOS

A small, green pine tree with several branches and clusters of needles, growing in a dry, sandy, and rocky environment. The background is a blurred, natural landscape.

Confianza y Éxito

Learning
Letter nº **112**



LL112

ditorial

Confianza y Éxito

Ya sabemos que cada uno da un significado diferente a eso del éxito. Puede estar en conseguir mucho, en hacer mucho, en sentir mucho o... en simplemente, sobrevivir.

Y lo estamos viendo cada día... millones de personas tratando de sobrevivir. Y ese es su éxito.



Cada uno tendrá que señalarse asimismo qué es el éxito para él o ella en cada caso. Y seguramente casi siempre se relacionará con el sentirse bien, muy bien o excelentemente bien. Y ahí cada uno tiene que seguir su camino. Y ser consciente de que el arte de vivir no estará en conseguir ese éxito al final, si no durante el camino, en nuestro día a día. Y ese es el gran desafío.

No se trata de grandes "subidones", eso es relativamente fácil. Se trata de disfrutar en el paso a paso, en los pequeños detalles... y en los grandes, y sentir el amor en las circunstancias maravillosas y en las desgraciadas. Y no digo que sea fácil. Es, seguramente, nuestro gran reto vital sabiendo además que no estamos solos y que todos los demás seres alrededor tienen que ver con nuestro propio reto. Piensa en ti; y piensa en los demás. Siéntete y ámate; y siente y ama a los demás.

Y, ¿por dónde dirigí mis pasos este mes intentando aportar desde mí, y descubrir lo que todavía no sabía ni había experimentado?

Me tocó estar por Centroamérica, una zona del planeta que me atrae especialmente. Estuve ubicado en el atractivo Campus del Incae en Alajuela, en Costa Rica.

Pero también anduve por Granada (Nicaragua) una atractiva ciudad colonial en donde trabajé con un grupo maravilloso de Cargill. Muchas gracias María José, Ricardo, Viviana...

Estuve también con dos grupos abiertos aquí en el Campus, uno de Recursos Humanos y otro de Estrategia del Talento. Éste último lo codirigía junto a Francisco Loscos, uno de los mejores profesores que me he encontrado nunca a lo largo de toda mi vida... profesional, actualizado, emocional, empático y, sobre todo, una gran persona. Gracias Paco.



Grupo de "Talento estratégico" en el INCAE



En Granada (Nicaragua)



Con el Prof. Francisco Loscos en wmware



RRHH Mod3 INCAE



Aprendí mucho con los dos grupos, muchas gracias Roy, Hector, Teresa, Susana y a Samantha y Adriana, nuestros dos ángeles custodios. Fue muy especial conjuntar aprendizaje, relacionamiento y disfrute. Visitamos “vmware” de la mano de Jessica y de su director general, Ariel Vargas, y pudimos observar como se está transformando la forma de organizar y dirigir una empresa. ¡Felicidades!

Y como siempre... las tres ideas finales:

1. Si sabes de algún colectivo que necesita impulso, motivación, ilusión, me avisas para darles una charla de impacto.
2. Si crees que esta LL le puede interesar a alguien que conozcas, pásasela o cuélgala; y
3. Lo más importante ... **¡Acuérdate de ir siendo Feliz!**

¡Hasta el próximo mes!



José María Gasalla

Conferenciante, Director de TALENTUM y Profesor de DEUSTO Business School.

www.gasalla.com

ARTÍCULO. Éxito y confianza.



En esta Learning Letter voy a aportar algunas ideas que te van a interesar cuando emprendas o cuando continúes el camino hacia tu éxito.

Hablaré aquí de:

1. tus barreras autolimitantes;
2. el descubrimiento de tu pasión; y
3. el vivir en espacios positivos.



1. Tus barreras autolimitantes.

¿Qué creencias sobre ti mismo te limitan?

Nuestras creencias son como pensamientos que han asentado "sus reales" en nuestra cabeza y limitan nuestra capacidad de ver la realidad con ojos limpios y abiertos a lo nuevo, a lo diferente, a lo actual.

Es importante tomar conciencia de esos "seres vivos" que pululan por nuestra mente y saber que podemos "domesticarlos" y hacer que estén a nuestro favor, y no como atormentadores ("la loca de la casa", decía mi padre) o limitadores de lo que somos capaces de hacer en la vida. Ahí están nuestras primeras y grandes murallas que tendremos, primero que identificarlas y luego saltarlas. Después, todo es mucho más fácil. Y no permitas que tus éxitos se te suban a la cabeza, pero aún menos que tus derrotas inunden tu corazón.


"Nadie será gigante si se tiene por pigmeo, porque la estatura es siempre según el modelo, y el modelo es la visión interna" *Marden*

Quítate el vicio, manía o costumbre de auto culparte. Piensa que no es un gran logro considerarse el más responsable de todos los humanos. Haz lo mejor que puedas. Pon todo tu esfuerzo en ello pero no te culpabilices si no eres perfecto. O es que ¿pretendes ser perfecto?

¿Qué es lo que te mueve, te impulsa?

Acostúmbrate a ser el mejor amigo de ti mismo. Es importante que seas consecuente con tu estilo de vida, el que tú hayas elegido. Y ahí coloca toda tu pasión. No necesitas, la mayoría de las veces, lo que otros quieren que compres. Ni siquiera lo que a otros puede que haya funcionado ni lo que está de moda o parece que produce bienestar. Cada uno es diferente, es singular y tiene que apostar por sí mismo, no por el otro, sea quien sea. Su padre, su madre o su tía Enriqueta.

En el día a día cada uno es su principal juez. Así, cada noche es preciso reflexionar sobre cómo hemos ido fluyendo según nuestro sentido de vida, nuestro propósito vital. Cada decisión es un paso por el camino que hemos elegido y está claro que en ocasiones sentimos que vamos hacia atrás o que hemos perdido la ruta que habíamos elegido. No importa, es cuestión de pararse y ver qué sucede y qué podemos hacer... Y reemprender, recomenzar el camino mirando hacia delante.

A photograph of a white and brown dog, possibly a Weimaraner, standing on a green lawn. The dog is looking towards the camera with its mouth open, holding a bright yellow tennis ball. Its tail is slightly raised and wagging. The background is a blurred residential area with houses and trees.

2. El descubrimiento de tu pasión.



Cuando te enfocas en lo que sientes por dentro, en lo que te apasiona no vas a sentir el esfuerzo. Y te vas a dedicar intensamente poniendo todo tu interés y persistiendo. Y te hará sentirte bien contigo mismo y con tu realidad y querrás desafiarte siendo aún mejor en lo que haces. Buscando siempre el dominio y la mejora continua. Y no aparecerá cerca de ti el aburrimiento, la apatía ni el tedio. Te sentirás con las pilas cargadas siempre... o casi siempre. Por eso es tan importante, de continuo, buscar nuestra propia identidad, reconocernos en ella y tirar apasionadamente de ella.

Así, trata de renunciar a hacer, si es que puedes, aquello que no te gusta hacer, aquello que te hace sentir mal en cada momento.

Eres tan grande como pretendas serlo. Pero para eso es preciso que así lo creas. Tú eres el que rompes tus barreras mentales. Ya sabes, para ser grande busca pensar en grande y convivir con gente grande. "¡Que haberla hayla!".
¿Ya sabes lo que te apasiona?

3. El vivir en espacios positivos.



¿Como te aproximas a lo positivo y te alejas de lo negativo?

Mantén una buena red de apoyo. Trata de estar en comunicación con las personas importantes en tu vida. Te ayudarán a mantener una actitud positiva.

Y aléjate de aquellos que te puedan hacer daño. Y, ojo, pueden ser amigos o incluso familiares que hacen, consciente o inconscientemente, que disminuya tu autoconfianza. Y si tienes que romper alguna relación antigua, hazlo. Lo importante es que no te rompas tú.

Y busca estar lo más a menudo que puedas con personas que te hagan sentirte bien, que te eleven el espíritu, que sientes con ellos que fluye el amor.

"Elija ser positivo. Usted tiene esa opción, es el dueño de su actitud. Elija ser positivo, constructivo. El optimismo es el hilo conductor hacia el éxito" Bruce Lee

Y rompe también con cosas, con objetos. Primero, pregúntate cuáles te traen malos recuerdos o te hacen sentir mal. Sepárate de ellos. Después, vete quitando cosas que te sobran.

Lo que nos rodea nos influye. Así, convivir con gente mejor nos hace mejores. Los referentes nos contagian, nos animan, nos desafían.

¿Puedes prescindir de personas y cosas? ¿Cuándo puedes comenzar a actuar?

José María Gasalla

Conferenciante, Director de TALENTUM y Profesor de DEUSTO Business School.
www.gasalla.com