



ditorial  
L70

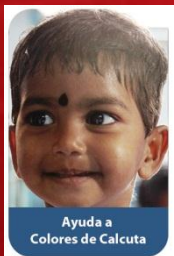
Esperé a regresar de mi último viaje para escribir esta Learning Letter. Disculpá el retraso, pero es que esta vez ha sido un viaje especial. Un viaje a un territorio lejano y al mismo tiempo un viaje a mi propio interior.

Acabo de llegar de **Kolkata** (la antigua Calcutta de los Británicos). Una megalópolis inmersa en clarooscuros con brillantes colores.

Con mucha miseria y con almas radiantes llenas de alegría. ¡Cómo con tan poco se puede tener tanto! Y sobre todo, dar tanto al que va por allí con el espíritu abierto y la actitud de poder aportar lo poco que nosotros tenemos.



He ido de la mano de la **Fundación ANANTA** con la que entré en contacto a través de **Joaquín Tamames**. Se trató de ver sobre el terreno cómo funcionan los programas de salud, educación e inserción laboral, que tiene en marcha. Fue una experiencia de mucho impacto para mí.



Y de gran contraste con lo que viví hace 3 semanas al visitar **Dubai y Abudabi**. Pura artificialidad, puro escaparate, pura grandiosidad material, puro lujo... puro espejismo. El 85% de la población (extranjeros) que tratan de sobrevivir y poder incluso mandar algo a casa para que su trabajo tenga sentido, está construyendo ese Nirvana para el resto, es decir para el 15% que son los nativos, "los propietarios".



Interesante, fuerte, ilustrativo de un sistema capitalista que trata de migrar de la economía de la energía (petróleo) hacia el negocio inmobiliario y el turismo. Transformando, eso sí, el desierto y el mar en espacios frescos llenos de vegetación coronados por monstruos singulares de acero, aluminio, cemento y cristal desde los que se puede avistar la gran transformación... "el gran teatro del mundo".

Y por aquí con proyectos también llenos de interés. En Deusto a punto de largar velas con nuestro proyecto del **Master en Coaching Ejecutivo**. Estamos terminando de conformar un grupo que parece muy potente.

Hace unos días montamos una mesa redonda en Bilbao sobre **"Coaching y Neurociencia"** Compartimos mesa, Naroa Ibarretxe, Elena Quevedo, Miguel Rivas y yo mismo y fuimos moderados magistralmente por Jesús Mari Iturrioz. Fue una experiencia que mereció la pena. Cada vez sabemos más del cerebro y eso nos permitirá conocernos mejor.



Me fui a Valladolid a ver a mi maestro **Itamar Rogovsky**. ¡Me encantó reencontrarle después de muchos años! Y sigue en plena forma, ¡Enhorabuena Itamar!

Di también una charla muy especial en la **Embajada de Perú**. Me siento muy bien compartiendo con personas del otro lado del Atlántico.

Y sigo con mi Master en **Hipnosis Ericksoniana** además de un curso en **Improvisación Teatral** en el cual me estoy divirtiendo mucho. Está claro que se aprende mucho más rápidamente cuanto mejor te lo pases.



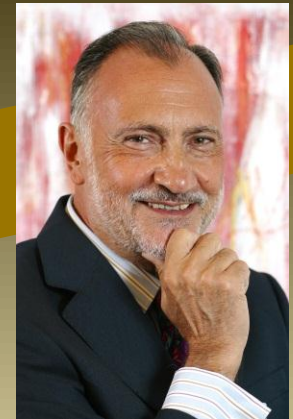
**Erickson**  
Instituto Madrid

Y voy terminando con las tres sugerencias de cada mes...

1. Si sabes de alguna organización a la cual le puede venir bien una charla sobre CONFIANZA díles que se pongan en contacto conmigo. Gracias.
2. Si crees que a alguien conocido tuyo le puede interesar esta LL, pásasela y dile que se inscriba para así recibirla cada mes. Y...
3. Lo más importante... Acuérdate de "ir siendo" Feliz.

*Hasta el próximo mes.*

Gracias del corazón, ANANTA



**José María Gasalla**

Director de "Talentum Conferencias", escritor y profesor de DEUSTO Business School.

[www.gasalla.com](http://www.gasalla.com)

# Sentido de la vida, Consciencia y Confianza LL70



Y este mes estoy sin duda condicionando por lo que acabo de sentir, de ver, de vivir en Calcuta.

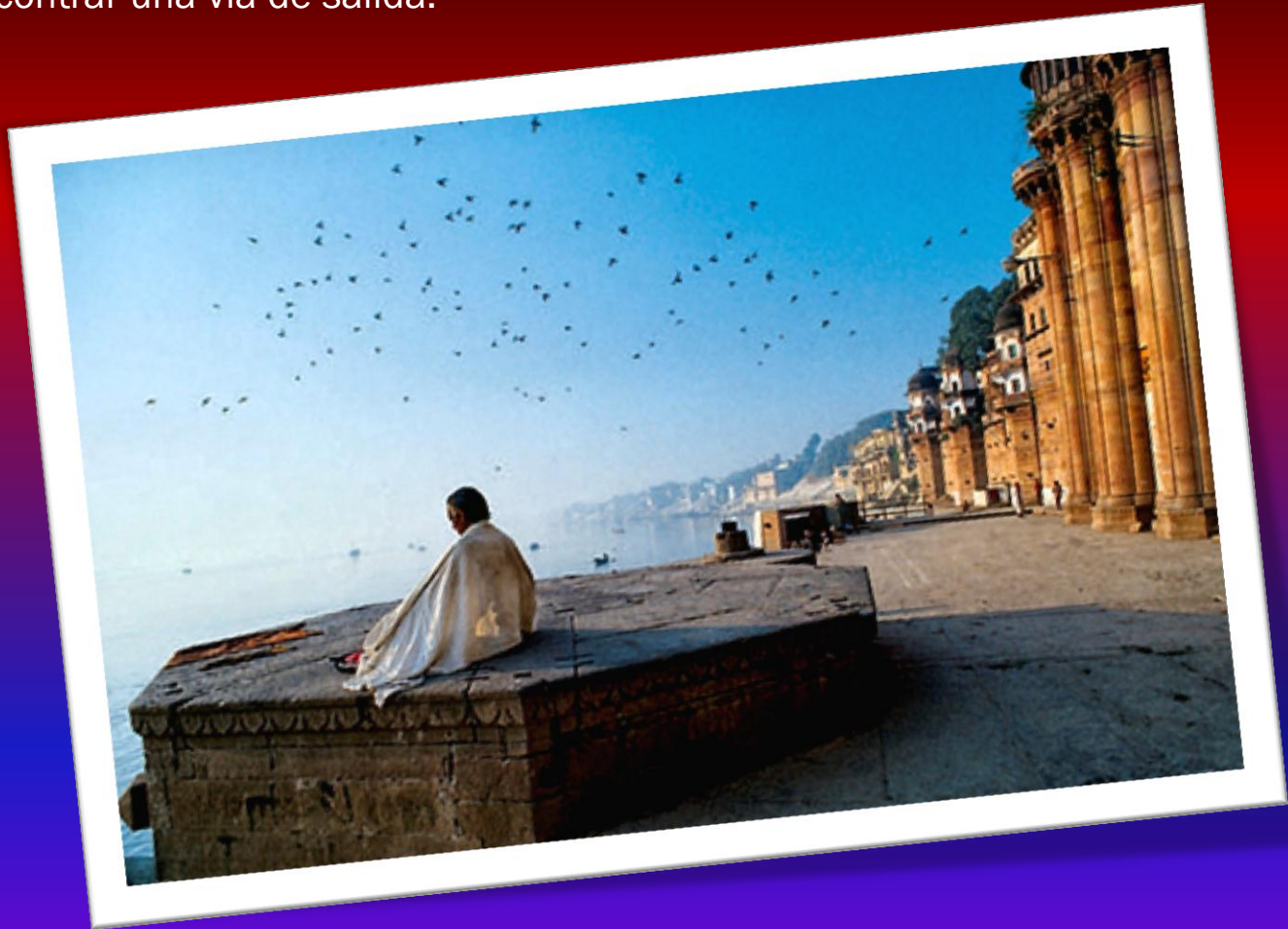


Con lo cual voy a seguir arremetiendo contra las injusticias comenzando por una de las más comunes hoy en España: **el quejido** y sus agentes, "los quejicas".



Para poder avanzar en nuestros "*ir siendo*" es muy importante salir de nuestra "**zona bipolar**". El espacio en el que estamos acomodados y ya no somos capaces de oír, ver, ni sentir nada, más allá de nuestro ombligo; o en el otro extremo, el espacio en el que todo es ruido y estruendo, y también esta circunstancia nos aísla de la realidad de otros.

Y "acomodados" y "atribulados" caminan como *zombies* lamentándose de su triste realidad. Eso sí, sin hacer nada para intentar cambiarla. Esperando que papá Estado les eche una mano o la circunstancia resuelva su malestar. Y escapa del silencio, que podría ser un estado desde el que caminar para encontrar una vía de salida.



El silencio consigue avivar nuestros sentidos y ver lo que no se veía. Y nos aleja del quejido, de la protesta, del juicio. Nos acerca a nosotros mismos. Y nos saca de la tontería, de la superficialidad, de la comparación con el vecino, de la "autolástima".

Hay que salir a experimentar mundos diferentes, a contrastar realidades vividas y por vivir, a descubrir la infinitud de matices y colores que nos rodean, a agudizar nuestros sentidos. Y así avanzar en nuestra categoría humana individual.



Para sobrevivir seguramente es suficiente ir aplicando lo que hemos ido aprendiendo en nuestro propio devenir. Pero para crecer, para aprovechar nuestros talentos, no sólo para nosotros sino para nuestros congéneres, tenemos que estar en una actitud de superar constantemente lo que hemos aprendido en el pasado.

Y hacer fluir en nosotros el ciclo que llamo **ADR**.

Es decir, estar inmersos de continuo en un **Aprender-Desaprender-Reaprender**.



Y eso implica humildad para cambiar,  
riesgo para entrar en nuevos comportamientos,  
voluntad para persistir en la nueva práctica y  
confianza para traer el futuro al presente.

Y son valores que no están de moda.

Son escasas las personas que aceptan su vulnerabilidad y reconocen su ignorancia o sus errores.

Son escasas las personas que deciden dar un paso adelante hacia territorios inexplorados y arriesgan lo que tienen sabiendo que nunca van a perder lo que saben y sobre todo lo que son.

Son escasas las personas con fuerza de voluntad, con persistencia que no tiran la toalla a las primeras dificultades o imprevistos.

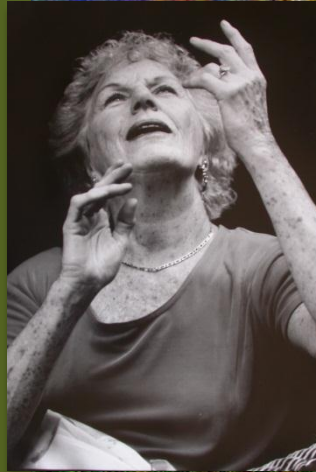


Son escasas las personas que confían en ellas mismas, en los seres humanos,  
**en la maravilla que es la VIDA.**

Y es importante para todos que dejen de ser escasas las personas humildes, arriesgadas, con fuerza de voluntad y confianza. Y es importante unir fuerzas, ideas, energía para aligerar la tristeza, la queja, la rabia, los miedos...

Ninguna emoción es mala como dice **Susana Bloch**, lo que es malo es que se queden ancladas en nosotros y no nos permitan fluir de una a otra.

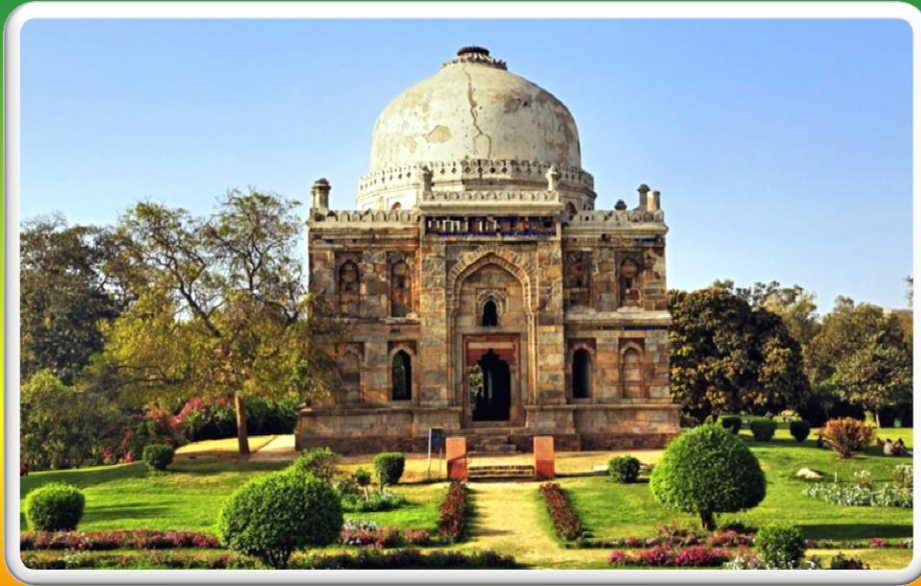
Pero, hay que actuar: los buenos momentos hay que fabricarlos, sólo los malos llegan solos.



Y en el avanzar como humanos, contando con otros humanos, y aportando a otros que no saben o no pueden avanzar, nos sentimos mejor. Necesitamos sentir que progresamos, que somos útiles, que aportamos, que miramos y conseguimos ver más allá de nuestro ombligo.

¡¡Quizás no sea suficiente con jugar al golf o ver la tele cada día!!

Y en este "*ir siendo*", cobra significado especial el sentido que le vas dando y cómo te vas sintiendo. Desde el sentirse bien se aprecia lo que se hace, procurando hacerlo lo mejor posible. Así el trabajo, o la vida, cobra sentido. Pero ese sentido, parte de ti.



Paradójicamente (y me encanta sentir y vivir lo paradójico de la vida) para sentirse feliz es necesario aceptar que podemos dejar de sentirnos así, que seamos capaces de aceptar nuestra vulnerabilidad. Y darse cuenta de la importancia de los pequeños detalles, de los momentos especiales en lo cotidiano. Se trata de abrir nuestra consciencia comenzando por nosotros mismos.



*Una pista:* no te reserves tu amor para más adelante. Expresa tu amor siempre que puedas. Sé generoso, abre tu corazón, huye de la victimización, **confía**.



# 10 cuestionamientos

*para que tú te los hagas.*

1. ¿Cómo definiría mi vida?
2. ¿De qué forma me siento útil?
3. ¿Cuáles son mis principales miedos?
4. ¿Creo que puedo alcanzar sueños imposibles?
5. ¿Qué siento cuando colaboro con los demás?
6. ¿Qué es lo más extraordinario que alguien ha hecho por mí?
7. ¿Para qué necesito estar sola/o?
8. ¿Qué quiero mejorar de mis relaciones con los demás?
9. ¿Acepto que la vida tiene días buenos y días malos?
10. ¿Voy por la vida más bien con conductas “S” (Serenidad, Silencio, Sueños, Sonrisa...) o conductas “R” (Rabia, Resentimiento, Rencor, Reproche)?

**José María Gasalla**

Director de “Talentum Conferencias”, escritor y profesor de DEUSTO Business School.

[www.gasalla.com](http://www.gasalla.com)