

# VIDA, REALIDAD Y CONFIANZA

LL77

VIDEO



7 Cuestionamientos



Hay un aforismo tibetano  
(por cierto por donde está  
ahora Eduardo), que dice:

“La vida es lo que hacemos de ella”

*Editorial*  
LL77

Y es cierto, puede ser algo desagradable, aburrido o triste, o

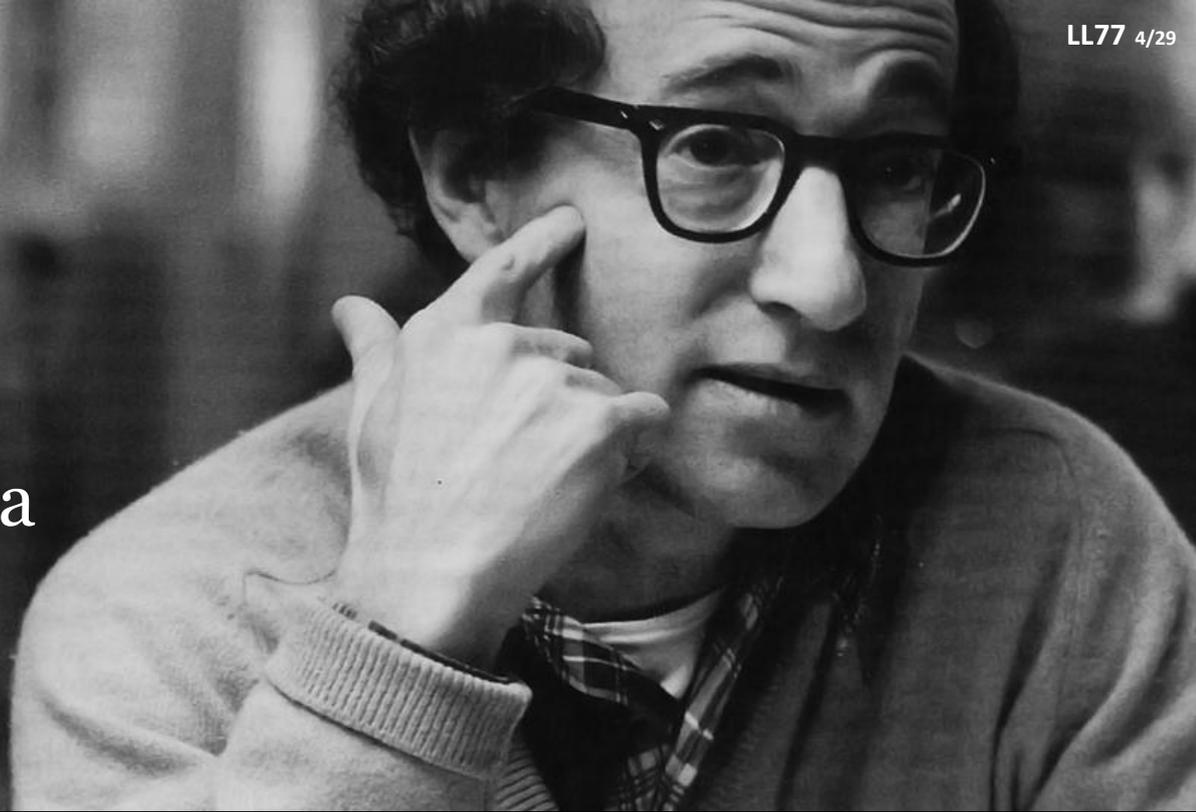
# un regalo maravilloso.

Y va a depender de  
nuestra actitud ante ella,  
como decía nuestro “amigo” Frankl.



Ya sabemos que no  
manejamos todos los  
engranajes de la  
realidad y a veces  
sucede como dice el  
gran Woody Allen:

“disfruta el día hasta  
que un imbécil te lo  
arruine”



Y cada uno de  
nosotros es una  
pieza en el puzzle  
que conformamos  
todos en este  
Universo.

Y cada pieza es  
única, singular,  
irreemplazable.



¿Por qué nos empeñamos en compararnos con otros?

¿Por qué, a veces, tenemos dificultad en valorar lo que somos y tenemos, y nos decantamos por valorar más lo que el otro es o tiene?

Lástima que miremos tanto hacia afuera y tan poco hacia adentro de nosotros.



Y para vivir entre y con los demás tenemos que ampliar nuestra conciencia. El ser consciente de nuestro ombligo y de otros ombligos “*vecinos*”; es poco, ¿no te parece?

“*Extiende*” tu vida, ábrete a los demás, a los que son muy diferentes de ti.

Confía y encontrarás experiencias, sensaciones, emociones nuevas que te ayudarán a conocerte y a desarrollarte más como ser humano, “*entre los humanos*”.



Empieza tú cambiando y cambiarán los otros.  
Empieza tú confiando y los demás confiarán en ti.  
¿Tiene riesgos? Sí, es la vida.

Y, ¿Qué hice con mi vida este mes?

En cuanto a nuestro **Máster en “Coaching Ejecutivo”** tuvimos la evaluación final de cada participante de la 1ª edición 2012-2013.

Ahora estamos inmersos en la comercialización de la 3ª edición que comenzará a principios de marzo. Es un programa muy singular y potente de la mano de **Ashridge** lo cual es una garantía Europea de calidad.

Estamos los directores Jesús Mari Iturrioz y yo mismo yendo por diversas ciudades de España para darlo a conocer. La respuesta está siendo muy buena.



Estuve en el **III Congreso Internacional de Neurociencia**. Es imprescindible profundizar en las posibilidades de nuestro cerebro. En ese sentido avanzo en esa línea a través de la Hipnosis Eriksoniana.

Presenté mi modelo de “Gestión por Confianza” en los desayunos que organiza mi amiga **Pilar Valladolid**.

Y en **Córdoba con los emprendedores**. Parece que de un tiempo a esta parte, “todo el mundo” si quiere encontrar un trabajo, tiene que crearlo. Y eso no es tan sencillo. No basta con tener una idea brillante, es cuestión de cambiar paradigmas tan arraigados en nuestra sociedad como es la búsqueda de la seguridad a toda costa (2.8/10 en el indicador riesgo de Hofstede).



Se trata de que todos colaboremos a facilitar el cambio mental de jóvenes y no tan jóvenes... antes de emprender.

Montamos un taller para **directores de Recursos Humanos en Deusto-Bilbao**, que resultó un éxito.

La jornada que organizó **FEAPS** en Valladolid fue memorable. Cada uno aportamos un “granito de arena” Entre todos, podremos.

Estuve con mis amigos de **Cáritas**. ¡Qué mérito tiene de saber multiplicarse en momentos como los que vivimos!

Y seguimos también con los programas para pequeños empresarios de Deusto (“**Yo soy empleo**”) patrocinado por BBVA.



Y volví a **Brasil**, a un lugar maravilloso como es Foz de Iguazú.

Y en esta ocasión, aproveche para conocer por dentro Itaipu Binacional. ¡Qué gran obra de ingeniería! La presa hidroeléctrica que produce más energía del mundo, repartiéndosela entre Brasil y Paraguay.

Y fue muy especial para mí. Era la primera vez que estaba por allí sin estar acompañado de **Leila**.

Bueno, es un proceso de separación que causa dolor que hay que convertir en energía. ¡En eso estoy!

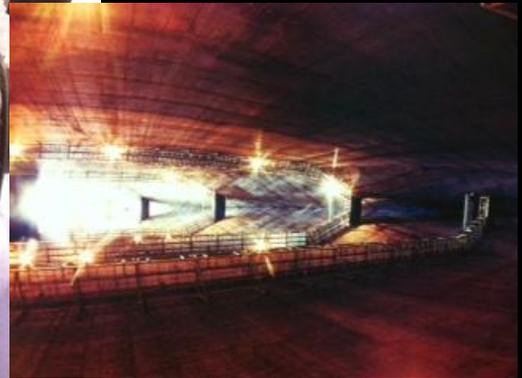


AL PRODUCIR 98,2 MIL MILLONES DE KWH, EN EL PERIODO DE ENERO A DICIEMBRE DE 2012, ITAIPU BATIÓ SU PROPIO RECORO MUNDIAL DE GENERACIÓN DE ENERGÍA ELÉCTRICA LIMPIA Y RENOVABLE. ESTA PLACA ES UN HOMENAJE A LOS TRABAJADORES DE ESTA ENTIDAD BINACIONAL POR EL NUEVO ÉXITO ALCANZADO.

98.287.128 MWh

USINA HIDRELÉTRICA DE ITAIPU

# ITAIPU Binacional



Y en esta misma semana estaré por Barcelona con el “Homenaje Pymes” que organiza el gran **Leo Farache**.

Por Madrid, estaré con **Deustalks**

y con **Cruz Roja**,

y en Valencia en la Jornada sobre “**Economía y Medios de Comunicación**”.

Va ser un fin de mes agitado.

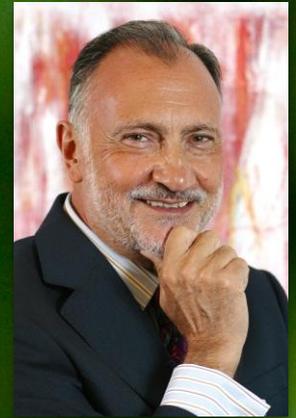


Bueno, y ya sabéis...los 3 mensajes de cada mes:

1. Si sabes de algún colectivo que necesite 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**

Director de TALENTUM, escritor y profesor de DEUSTO Business School.

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

# Artículo

## LL77

VIDA  
REALIDAD Y  
CONFIANZA





“La vida de cada hombre es un camino hacia sí mismo,  
el intento de un camino, el esbozo de un sendero”

*Hermann Hesse*

No hagas caso a todo lo que te digan.



Hazte caso a ti mismo, a ti misma. Tú has ido viviendo, has ido experimentando, has ido acertando, te has ido equivocando, has ido aprendiendo... y después desaprendiendo y... reaprendiendo, y así un tiempo y otro tiempo.

Déjate de “secretos”, de “la Diosa Fortuna”, de “los golpes de suerte”. No es cuestión de esperar que las cosas sucedan porque simplemente esperamos que eso suceda. No es tan sencillo.

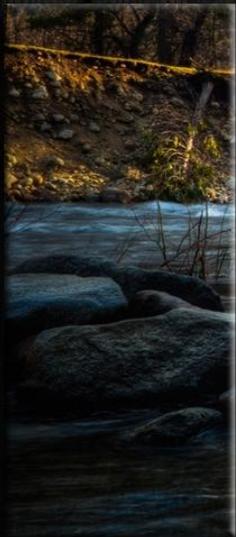


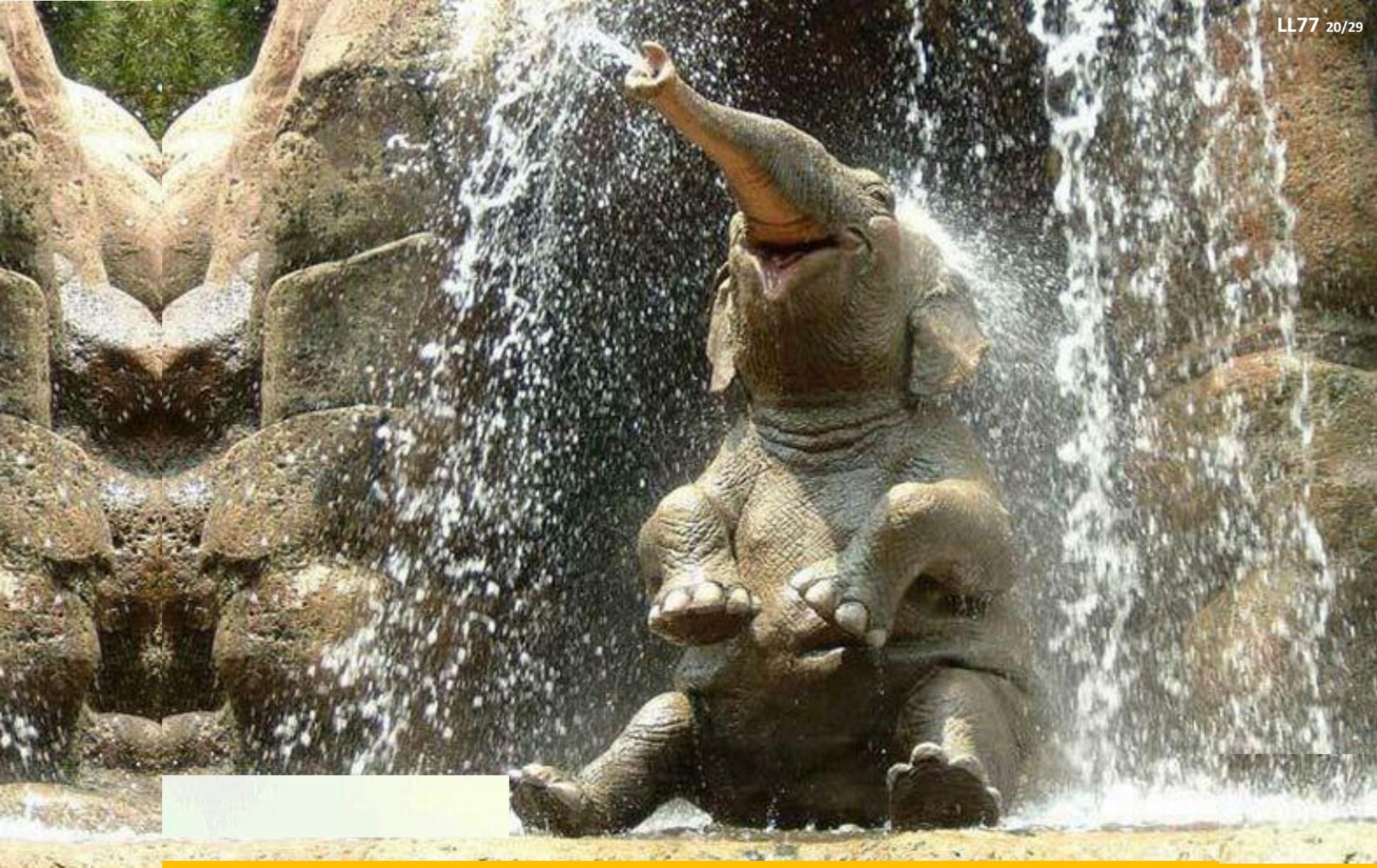
Ya está bien de esperar que el destino nos guíe, que el Gobierno nos apoye, que nuestra familia nos consuele, que el sindicato nos defienda... ¿Para cuándo hemos decidido ser autodependientes, responsables de nosotros mismos, directores y guías de nuestra propia vida?



Si queremos algo, decidamos que lo queremos conseguir, que estamos dispuestos a superar y dejar a un lado nuestras creencias limitantes, que hemos determinado que merece la pena correr un riesgo. Que hay que aventurarse. Paulo Coelho nos dice: ***“Si piensas que la aventura es peligrosa, prueba la rutina. Es mortal”***.

La vida no suele ser fácil para casi nadie. Todos sufrimos penas y desengaños. Pero no se trata de negar los aspectos desagradables de la realidad, de practicar el “escapismo mental”, se trata de utilizar nuestra inteligencia, nuestro talento, nuestros valores, y nuestro coraje para crear una nueva realidad.





Eso sí, barre de tu vida todo lo que te haga daño.  
Te dolerá durante un tiempo, pero no toda la vida.

Vicktor Frankl, el cual me gusta mencionar muy a menudo, decía que *“me podrán quitar todas mis libertades, menos una: mi actitud ante cualquier cosa que me puedan hacer, o me pueda suceder”*.



Y Frankl no se refería, precisamente, a ninguna cosa agradable. Pero, en aquel horror de Auschwitz, fue capaz de transformar aquella realidad... y sobrevivir.



Se trata de tener y alimentar una mentalidad positiva, vencedora. Es saber de mi valía, de mis capacidades y de que voy a conseguir mi meta me cueste lo que me cueste.

Sentirnos adentro de la solución y no adentro del problema.

Huyamos de “los quejicas”. Van embadurnando de negatividad la realidad. Cuando nos venga la tentación de quejarnos reflexionemos sobre qué es lo que estamos haciendo nosotros para evitar eso de lo que nos quejamos.



Y trabajemos, sigamos cultivando nuestra AUTOCONFIANZA. Es frágil y con frecuencia lo que gira alrededor nuestro no facilita el mantenerla en un buen nivel.

Y no esperes que te elogien, te premien o te alaben para darte cuenta de lo que puedes... principalmente vivir tu vida en plenitud confiando en ti como ser humano que dirige su propia vida respetando la vida de los demás.



Es por ello que autoconfianza no significa prepotencia, engreimiento o sensación de superioridad sobre otros. No tiene nada que ver con la soberbia, con el complejo de superioridad.



Se trata de una vivencia de uno mismo, soportando la adversidad sin derrumbarse e incluso teniendo el valor de agradecer a las personas que nos hacen pasar momentos difíciles. Protegiéndonos siempre de cualquier sentimiento de autoculpa que trate de minar nuestra autoconfianza.

Y no culpemos tampoco a la vida. La vida nos permite vivir. No es cuestión de pedir a la vida, sino de dar a la vida, a la de uno mismo y a la de otros.



Cada uno tiene que irse haciendo, “ir siendo” a lo largo de la vida pasando lo antes que pueda por su segundo día en importancia de su vida. El primero fue el día que nació. El segundo el día aquél en que descubrimos “para qué”.

Y no seas timorato, ni pesimista ni “viejo”. Olvida tu edad y vive tu vida. En cada tramo tiene alicientes maravillosos. Búscalos, encuéntralos, disfrútalos.



Y no te quejes de las resistencias y barreras que encuentras a tu paso. Decídete, cambia, abandona tu zona de confort...y navega. Un navegante sabe de la importancia de la resistencia del aire.



Y hazlo ahora. Es el tiempo en el que podemos hacer algo. La belleza de la vida, reside en el compromiso con ella y esta compromiso es, en esencia, una actitud que podemos elegir aquí y ahora.

## PREGUNTAS QUE SE INCLUYEN EN EL VÍDEO

Y ahora, tu tarea mensual:

*7 cuestionamientos para mi autodesarrollo*

Y los 7 cuestionamientos a hacerse este mes ¡Atrévete!

- 1º ¿Qué quiero dar a la vida? ¿Se lo estoy dando?
- 2º ¿Qué concepto tengo de mí? ¿Cómo me defino?
- 3º ¿Y qué es lo que más valoro de mí?
- 4º ¿Qué valores siguen guiando mi vida?
- 5º ¿Cómo siento que me quiero, me respeto?
- 6º ¿Cuál es mi principal autodisciplina?
- 7º ¿Qué es lo más importante o más continuado que hago por la vida de los demás?



**José María Gasalla**

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

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