

Confianza,
presente y
evolución

LL 88



Editorial
LL88

Y entramos en un tiempo especial, singular, único que cada año acontece y nunca pasa desapercibido. Es único pero también es muy diverso y depende muy mucho lo que cada uno quiera hacer en este tiempo: la forma de sentirlo, la forma de pensarlo, la forma de vivirlo, la forma de posicionarnos ante él.



Es un tiempo para mantener, tiempo para dejar, tiempo para incorporar y también es un tiempo para estar acompañado, tiempo para estar solo, tiempo para sentir la soledad en compañía.



Tiempo de alegría y tiempo de tristeza.
Tiempo de movimiento y tiempo de recogida.
Tiempo de hiperconsumo y tiempo de austeridad.
Tiempo de reencuentros y tiempo de ausencias.
Tiempo para satisfacer al cuerpo y tiempo para alimentar el espíritu.
Tiempo para vivir más el presente y tiempo para la ensoñación.
Tiempo de divertimento y tiempo de aburrimiento.
Tiempo para gozar y tiempo para sufrir.
Tiempo de ruido y tiempo de silencio.
Tiempo de paz y tiempo de guerra.

Cada uno, desde su realidad, podrá determinar cuál es su tiempo. Pero tenemos una gran oportunidad de que este tiempo sea un tiempo para

agradecer

perdonar

servir

confiar

despertar

amar e

ir siendo feliz.



Y, ¿POR DÓNDE DIRIGÍ MIS PASOS ESTE MES?, ¿CON QUÉ Y QUIENES FUI COMPARTIENDO E INTENTANDO APORTAR VALOR?

Y comencé por Pinamar allá en la provincia de Buenos Aires participando en la XX edición de la Cumbre de Alta Gerencia, hablando de neurociencia, liderazgo y coaching.

Allí llegué de la mano de mi amigo Miguel Rivas y me encontré con el meta emprendedor Oscar Malfitano capaz de llevar a 800 universitarios de toda Argentina a aquel lugar privilegiado.





LUNA LLENA
EN
PINAMAR

LL88-07





BUENOS AIRES





Di un salto a Caracas para impartir un workshop sobre Confianza a todo el equipo de Petrobrás en Venezuela y fue realmente interesante. Disfruté mucho.

Me llamó Pedro Grijalba, el Director-Presidente en aquel país y tuve de hada madrina a Alicia. Muchas gracias a todos por vuestra acogida.

Y al volver a España me fui directamente a mi tierra, a A Coruña en donde estuve con Jesús Mari Iturrioz en el programa de “Yo Soy Empleo” que patrocina el BBVA. Lo pasamos muy bien y los participantes todavía mejor.

Estuve con el equipo de mandos de Ikea Alcorcón y trabajamos la confianza, el compromiso, el liderazgo, la actitud positiva...y ahí me acompañaron e impulsaron Virginia, Pili y Verónica ... Muchas gracias.

Y volví a Euroforum de la mano de Consulting Empresarial (CE). Fue una experiencia enriquecedora el poder trabajar con consultores, formadores, abogados, auditores, informáticos... todo tipo de profesionales que trabajan en diversas pequeñas empresas y que no lo han tenido fácil en los últimos años. Gracias Juan Carlos, Gabriel, José Cremades...



Y salté a Canarias en concreto a Tenerife y a la fundación FYDE de Caja Canarias y estuve con Francisco Reyes. Se logró que asistiesen más de 250 personas que participaron entusiásticamente e hizo que aquella tarde para mí viese un gran valor emocional muchas gracias. Muchas gracias a todos los que participasteis ese día y no parasteis de twittear.



Y de ahí al campo de Gibraltar donde acontecía el ENCUENTRO ACD 2014. Me tocó dar la conferencia que abría las jornadas. Se la di a los patrocinadores del proyecto en las instalaciones de la refinería de Cepsa que estuvimos posteriormente visitando. Me acompañaron Esther, M^a José y Nacho (que por cierto es un gran poeta en ciernes)... Muchas gracias.



Y continuamos con el programa de liderazgo del Santander que está resultando un programa serio, profundo y muy aplicado a su realidad. El grado de satisfacción es muy alto.



Estuve en Deusto-Bilbao en una sesión para el programa de Máster en Gestión Sanitaria con Rafael, Patricia y Aida... Muchas gracias por invitarme a participar. Y también seguimos con el master de coaching ejecutivo de Deusto.



Y tuve tiempo de asistir a diversas conferencias y eventos como fue la conferencia que sobre innovación y universidad dio José María Guibert, rector de la Universidad de Deusto.



Estuve también por invitación de mi amiga Giuliete en la inauguración del Soho Club. Un lugar magnífico. Obrigado.

Fui a la comida que organizamos aquellos jóvenes que salimos del colegio de Areneros hace ahora 52 años. Ya somos más mayorcitos pero seguimos manteniendo el espíritu.



Y por la amabilidad de Fran García Cabello, magnífico comunicador, participé en el Foro de recursos humanos en el canal radio. Fue una experiencia interesante en la que participaron verdaderos expertos en este área. Fran, muchas gracias.



Y asistí a la magnífica conferencia que dio Javier Rodríguez Zapatero director de Google en España, en la jornada sobre el futuro de los negocios en Esade. Nos hizo ver un futuro que ya está aquí en muchos casos.



Y disfrute de dos eventos más lúdicos. Por un lado, la cena que organizó Dircom como todos los años para sus asociados en la que tuvimos la oportunidad de disfrutar de un magnífico catering y un espacio propicio a la interrelación entre unos y otros. Sebastián Cebrián está haciendo un gran trabajo. ¡Enhorabuena!



Y por otro lado, la comida que tuvimos los "supervivientes" de aquel equipo de baloncesto que fue campeón de España juvenil cuando teníamos 17 años. Nos seguimos reuniendo y como no, casi siempre hablando del pasado más que del futuro... ¡qué se le va a hacer!!!

Y como siempre... las tres ideas finales:

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.

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

www.gasalla.com

Y esta vez una más... Feliz Navidad, Natal, Christmas...
y un año próximo que posibilite lo que cada uno desee.
(bueno, y se merezca un poco al menos...)

LL88

ARTICULO

*"El objetivo de la vida es nacer plenamente,
pero la tragedia consiste en que la mayor parte de
nosotros muere sin haber nacido verdaderamente.
Vivir es nacer a cada instante" .*

Eric Fromm



Y sabemos casi todo. O creemos que lo sabemos. Y seguimos haciendo como siempre, es decir aplicando muy poco de ese saber. Vamos como pequeños autómatas que no perciben que cada instante representa una oportunidad para cambiar el destino o para no cambiarlo si te encuentras a gusto en esa ruta.



Y el autómata, el robotito, con frecuencia, no disfruta de cada momento. No le saca partido centrándose en ese instante sino que "aprovecha" todo lo que le rodea y trata de tocar todas las teclas al mismo tiempo. Así, cada vez es más normal ver a individuos conectados a dos o tres tecnologías y sintiéndose a veces muy bien por ser capaces de desarrollar una multitarea.

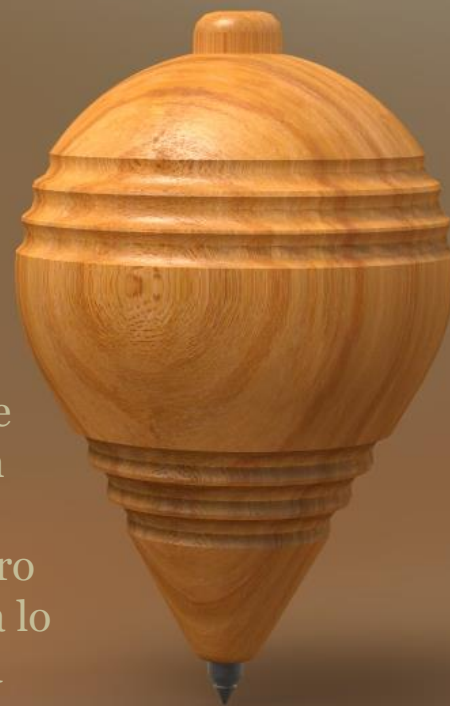



Y, ¿qué sucede con la atención sostenida, con lo que significa la profundización en los fenómenos, las realidades de cada día, nuestras relaciones o incluso la introspección o búsqueda en nuestro interior?

Podemos "rápidamente" contestar: "no hay tiempo José María, esa realidad ya pasó y ya viene una nueva por el horizonte. Voy a ocuparme de esta que llega".

Y además "la loca de la casa" como decía mi padre, dando vueltas y más vueltas yendo hacia atrás y reverdeciendo los miedos y pasando hacia adelante, hacia el futuro trayéndome preocupaciones y nuevos miedos desde ese territorio que todavía no existe y que no sabemos si existirá.

Estupendo, y mientras tanto se nos fue el presente sin disfrutarlo, sin haber podido evolucionar nuestro ser, sin pararnos a lo más importante, a sentir, a practicar nuestro amor y a disfrutar también de ser amado.



A photograph of a snowy mountain at night. The mountain slopes are covered in snow and illuminated by warm, yellow lights along the ski runs. Ski lift towers and cables are visible against the dark sky. In the foreground, a town with several buildings is visible, some of which are lit up. The overall scene is a winter night landscape.

Todo esto lo sabemos pero muchas veces lo olvidamos. Nos distraemos, conectamos nuestro automatismo y dejamos que la vida pase por nosotros en lugar de dirigirla hacia el lugar que queremos, disfrutando de cada pequeña estación. ¿Cómo podemos evolucionar en este "ir siendo"? Aquí van algunas ideas:

1

Ser consciente que el dirigir cualquier proyecto, y aquí hablamos de uno complejo como es la propia vida, exige esfuerzo y determinación.

Ya sabéis que yo utilizo esta fórmula:



que significa:

VISION (hacia dónde quiero ir)

x

VALORES (cuál es el campo de juego en el que acepto jugar)

x

VOLUNTAD (energía en movimiento)

PASIÓN (amor a mí mismo para, a partir de ese amor, poder amar a los demás).

Disfruta del camino

En cualquier esquina puede haber una sorpresa agradable, un descubrimiento, una nueva estrella. Dedica tiempo a las relaciones personales que merecen la pena. Las otras minimízalas. Suprímelas.

Tenemos poco tiempo. No hay que perderlo tontamente.

2



Sé consistente

No desfallezcas porque haya piedras en el camino, baches, socavones o murallas. Están puestas para que puedas encontrar recursos y talentos que llevas adentro de ti y que no lo sabías. Para avanzar en tu propio conocimiento y evolución. Para ir reforzando tu autoconfianza al decidir seguir adelante. Desde tus valores. Sin desfallecer. Aunque tengas que llorar y sentir el dolor. Éste también está incluido en el juego de la vida.

3



Sueña

Sueña en un mundo mejor, sueña en tu propia evolución, sueña con sentirte cada vez más pleno y con vivir esa plenitud desde el servir a otros, desde el fructificar de tus talentos.



Cultiva

Cultiva las personas que merecen la pena, que te pueden aportar conocimiento, sentimiento, amor. Personas con energía positiva que quieren irradiarla.

Recuerda siempre que no es quien conoces, sino a quien conoces.

5



Dirige tu salud

Salud física, emocional, espiritual. Eres un todo y necesitas que estar equilibrado frente a ti mismo y frente a todo lo que te rodea. Y no es fácil, exige atención, mimo y cuidado. Conciencia y atención diaria. Pero permítete de vez en cuando, alguna salida en tu modelo de cuidado personal. No hay que ser rígido.

6



Adopta el minimalismo.

Busca la sencillez.

Desde esta sencillez aparecerá la humildad, el agradecimiento, la generosidad. Acepta tu vulnerabilidad como llave para tu libertad como ser humano. Somos poca cosa y al mismo tiempo, somos capaces de grandes cosas, de conseguir metas que ningún otro ser vivo puede conseguir.

7



Comparte lo que sabes

Y eso te llevará a seguir aprendiendo, a seguir buscando, a seguir compartiendo. Y te llegará de vuelta todo multiplicado. Estamos en tiempos de enriquecernos todos como seres humanos, no como acumuladores de posesiones. En tiempos de abrirnos a los demás. En tiempos en los que ya no vale el "yo" sino el "nosotros".



Confía

Y comienza confiando en ti mismo. En tus valores, en tus talentos, en tu capacidad para afrontar la vida y decidir ser feliz. Y serlo.

Confía en los demás como otros seres humanos que como tú pueden errar, como tú pueden discrepar, como tú pueden hacer el bien y el mal. Y no se trata de juzgar sino de respetar y buscar la armonía.

9



CUESTIONAMIENTOS:

¿QUÉ TE PARECE HACERTE ESTOS CUESTIONAMIENTOS PARA ESTE MES?

1. ¿Estoy agradeciendo a los demás y a la vida?
2. ¿He ido avanzando en mi capacidad de perdonar?
3. ¿He ayudado a gente que necesita de mí?
4. ¿He ido confiando más en los demás? ¿y en mí mismo?
5. ¿Estoy despertando y percibiendo más la vida?
6. ¿He profundizado más en el amor?
7. ¿Cómo voy construyendo y disfrutando mi felicidad?
¿He determinado "ser feliz"?

José María Gasalla

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

www.gasalla.com