

+ VÍDEO
7 Cuestionamientos

LL92



Confianza,
Decisión y Amor

“Aceptar nuestra vulnerabilidad,
en lugar de tratar de ocultarla,
es la mejor manera
de adaptarse a la realidad”

David Viscott

1192
editorial





Y en nuestro proceso de aprender a ser, a “ir siendo”, como me gusta decir, es importante aceptar

nuestra **vulnerabilidad.**

Que no va contra nuestra

autoconfianza.

Lo importante es cómo nos vemos ante nuestra propia mirada, ante nuestra conciencia. E ir asumiendo que otros te verán de forma diferente, e incluso que no estarán de acuerdo con tu proceder... e incluso que desearán que no te vaya bien en tu vida.

Pero ante esa realidad que puede venir cargada de injusticia, en tu mirar tienes siempre el salvoconducto de tu libertad para elegir tu actitud que te llevará al estado de ánimo correspondiente. Y tomarás tu decisión vital a priori de no permitir ser hundido por ninguna circunstancia. Y seguir confiando, decidiendo, viviendo, amando.



Me gustan los cuentos de Tony de Mello, aquí va uno:

Un ex-convicto de un campo de concentración nazi fue a visitar a un amigo que había compartido con él tan penosa experiencia.

”¿Has olvidado ya a los nazis?” le pregunto a su amigo.

“Sí”, dijo este.

”Pues yo no. Aún sigo odiándolos con toda mi alma.”

*Su amigo le dijo apaciblemente:
“Entonces, aún siguen teniéndote prisionero.”*



Y este mes, ¿por dónde dirigí mis pasos? ¿Con qué y quiénes fui compartiendo mi tiempo e intentando aportar valor?

Estuve con un grupo de hoy y de futuro, el **EMBA** de **Deusto** que hace en Bilbao de la mano de David, y también con la 3^a promoción del **master en Coaching Ejecutivo** que se hace en Madrid. Experiencias enriquecedoras en las que tratas de aportar valor al tiempo que lo recibes de los participantes.

De la mano de Deusto compartí una mañana con un grupo de profesionales de muy diversos países, llenos de sensibilidad y talento en el **SANTANDER**. Fue una experiencia muy especial.

Y estuve en **Expocoaching**, el proyecto magnífico que lideran Beatriz y David. Disfruté mucho tanto en la mesa redonda con Sara y Paz, moderada por Beatriz como posteriormente en una charla sobre la confianza en los procesos de coaching.



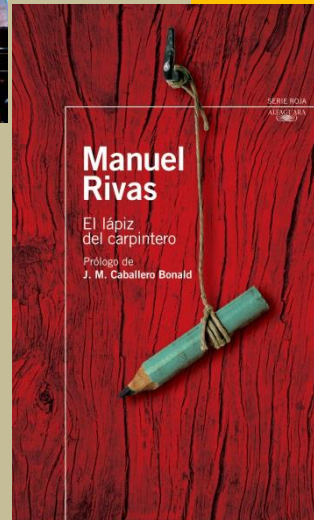
José María Casalla



“Los tres pilares de las nuevas políticas
de Dirección y Desarrollo de Personas”

Miércoles, 29 de abril 2015
19:00h -20:30h

A CORUÑA



Y acabo de volver de “*a miña terra*” en donde estuve con los entusiastas de **Aedipe Galicia** que caminan por el “*sendero de la felicidad*” a toda costa. Como tiene que ser.

Y paseé por **Nueva York** que es una ciudad que siempre tiene algo nuevo.

Y me estiré con el **Pilates** que también siempre tiene algo nuevo por la gran profesionalidad de mis amigas de **Slings**.

Y seguí descubriendo la vida, leyendo (“*El lápiz del carpintero*”) de **Rivas** -Lleno de ternura, amor, sensibilidad y muerte- Me llegó muy adentro.



Y quiero recordar a mi amigo-hermano **Marco Aurelio Vianna** citando su último libro “Líder diamante” donde recoge un verso de una canción del célebre músico carioca **Gonzaguinha** que se ha convertido en un himno en todo Brasil.

“

*Vivir y no tener la vergüenza de ser feliz.
Cantar (y cantar y cantar) la alegría
de ser un eterno aprendiz.*

*Yo se que la vida podría ser mucho mejor y será.
Pero eso no me impide que repita:
Es bonita, es bonita y es bonita*

...

*Hay gente que dice que es...
... una actitud llena de amor*

...

Somos nosotros quienes hacemos la vida

”

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...

¡Hasta el próximo mes



¡Acuérdate de ir siendo Feliz!

José María Gasalla

Conferenciante, Director de TALENTUM y

Profesor de DEUSTO Business School.

www.gasalla.com

Redes Sociales: LinkedIn Twitter YouTube Facebook

Confianza, Decisión y Amor

“En el corazón de todos los inviernos vive una primavera palpitante, y detrás de cada noche, vive una aurora sonriente”

Gibran Jalil Gibran

LL92



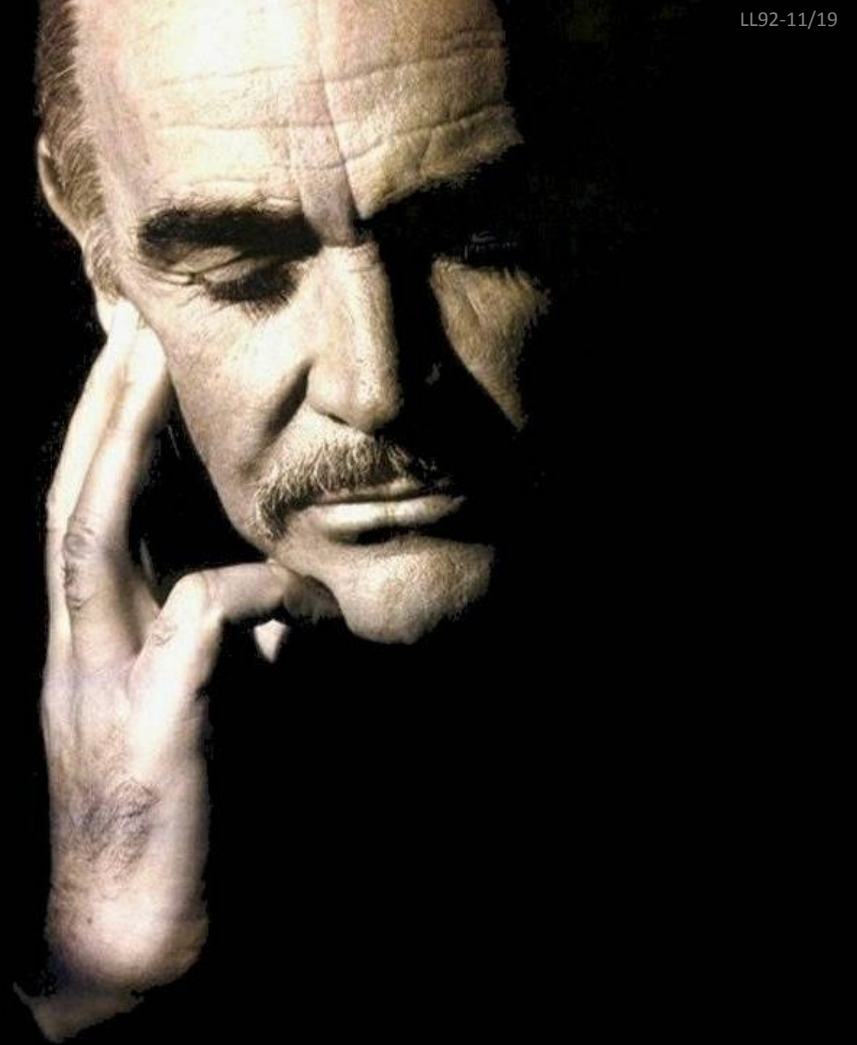
Cuando te sientes regido por la obligación (*es que tengo que hacer tal cosa...*) está claro que no estás dirigiendo tu vida.

Seguramente inconscientemente muchas veces estás buscando el no ser responsable por lo que haces o dejas de hacer. Es decir, volvemos a nuestro niño dependiente, acomodaticio, inercial...

Desde la posición de la “*obligación de...*” estas justificando decisiones que aparecen como tomadas “*contra nuestra voluntad*” ... uff... poco coraje.

Abre tu conciencia para entender el por qué haces cada cosa que haces, qué ganas con ello o dejas de perder... y libremente decide hacerlo no porque te lo diga otro sino porque tú lo decides... y disfruta con ello, vívelo intensamente desde tu compromiso contigo mismo, con tu felicidad.

Siéntete en cada momento libre de decidir. Aprovecha las enseñanzas del ayer pero no te encadenes a ellas. Recuerda que todo fluye y tú también, inmerso en ese todo. Luego, no te quejes, actúa.



Vamos transformando nuestra realidad, es decir viviendo a través de nuestras decisiones, unas veces acertadas tal como comprobamos, y otras para nada. Y además con la incertidumbre: la imposibilidad de saber con certeza “*qué hubiera pasado si...*” Pero, ¿y de qué vale arrepentirse? Sólo si estás pensando... en tu próxima reencarnación...



Es interesante y vital disfrutar del camino de nuestras decisiones, aunque el camino a veces aparezca tenebroso, o irrumpen en él circunstancias y personajes que nunca querrías de acompañantes... pero eso es la vida... Llena de luces y sombras. Lo importante es no dejarse llevar por sombras que vienen de afuera. No te despistes, la luz búscala para adentro...



Es atractivo abrir la conciencia y tratar a la circunstancia como le corresponde, ponerla en su sitio. Y despertar nuestra creatividad de forma que la burbuja que trata de atraparnos, de inmovilizarnos, de aburrirnos, la podamos romper... ¿te imaginas una multiburbuja como resultado de explotar nuestra "burbuja protectora"? Y poder volar sabe Dios hacia a dónde a bordo de una burbujita, seguramente nada segura, pero altamente emocionante. Uauhhhhh!!!!





Acuérdate de lo que decía Steve Jobs:

“Si hoy fuese el último día de mi vida, ¿querría hacer lo que voy a hacer hoy?”

Y si la respuesta es “no” durante muchos días seguidos, necesitas cambiar algo...”

Decide soñar, pero sobre todo, decide perseguir tus sueños.
No te olvides de ellos. Te ayudarán a darle sentido a tu vida.

Se trata de confiar en uno mismo, en escoger y amar lo que se ha
decidido. Y disfrutarlo. Y sentir la felicidad de “ir siendo”
dirigiendo tú el rumbo de tu vida.

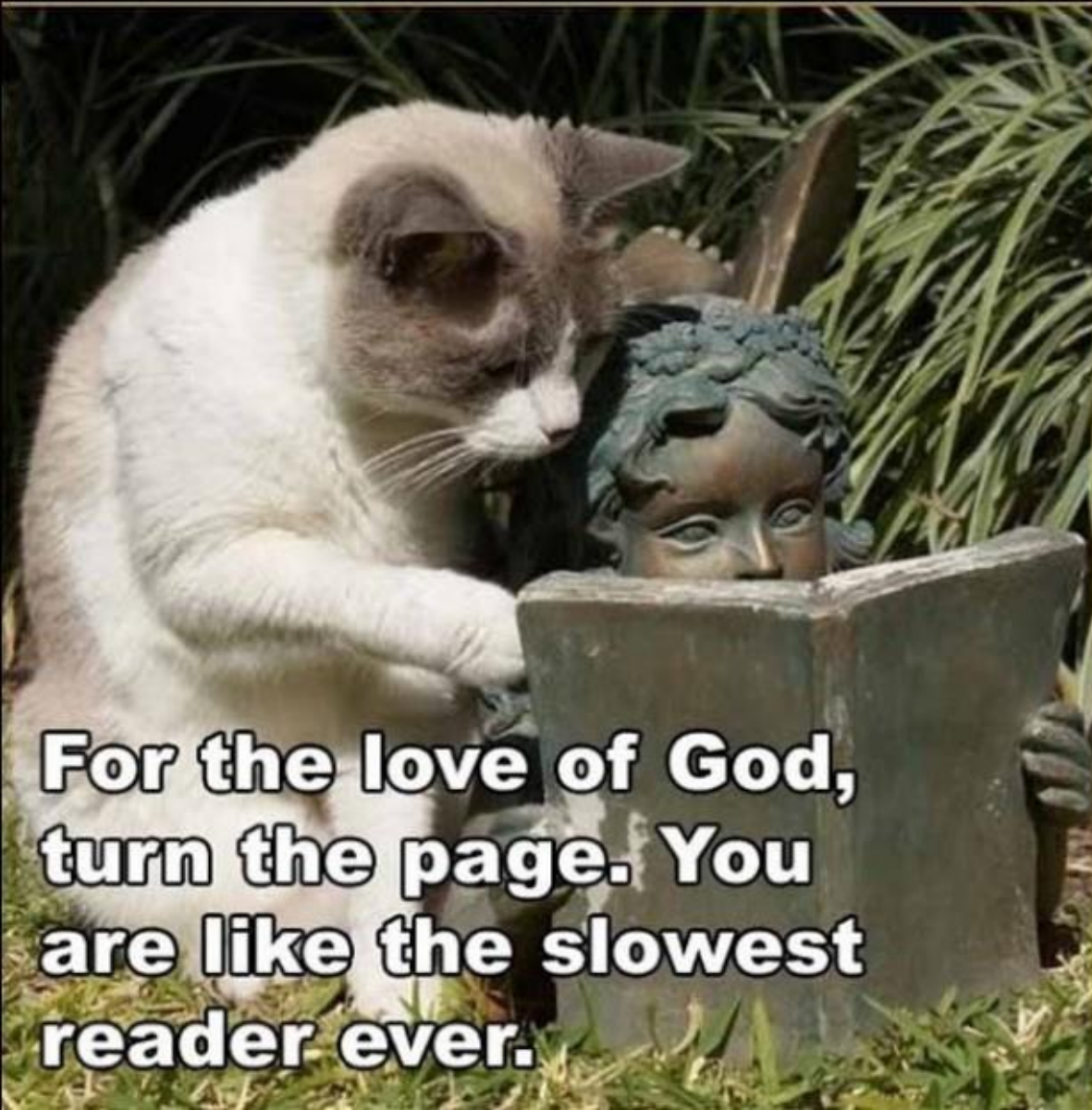


Aunque parezca a veces difícil seguramente es más fácil amar aquello que se hace que limitarse a hacer solamente lo que se ama. El amor parte del sujeto, de ti. No de lo amado. Y esto nos da muchas más posibilidades. ¡¡Total nada: vivir amando!!



El amor “*abre la vida*”, le da color y calor.
Amplitud y esplendor.
Luz y nuevos horizontes.
El amor crea vida para uno mismo y para los demás.
¡Embárcate en el amor!
Es gratis y crea riqueza alrededor a raudales.





**For the love of God,
turn the page. You
are like the slowest
reader ever.**



Castillo de San Antón.
La Coruña

Una nota
de humor



TRADUCCIÓN:

**“Por el amor de Dios, pasa
de página. Jamás he visto a
nadie que lea tan lento”**

**... y déjame ver los
cuestionamientos para
este mes...**

CUESTIONAMIENTOS:

¿QUÉ TE PARECE HACERTE ESTOS CUESTIONAMIENTOS PARA ESTE MES?

1. ¿Cómo voy dirigiendo mi vida?
2. ¿Hago cosas de las que luego me arrepiento?
3. ¿Sigo soñando y persiguiendo mis sueños?
4. ¿Siento que amo lo que hago?
5. ¿Me atrevo a ir "contracorriente"?
6. ¿Soy fiel a mi mism@?
7. ¿Voy siendo feliz, a pesar de las circunstancias?

José María Gasalla

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

Fotografía: www.mundoxdescubrir.com