+ VÍDEO
7 Cuestionamientos

# CONFIANZA, ACEPTACIÓN Y AUTOLIDERAZGO

Learning Letter nº

# 103

El que lee mucho y anda mucho,
ve mucho y sabe mucho.
(Miguel de Cervantes Saavedra)
LL103
Editorial

Y seguimos el camino.
Cada uno, el suyo.

Unos con grandes dificultades de sobrevivir cada día, otros con menos.
Y siempre ha sido así.
Quizás hoy sea más notorio, más conocido, más público.
Las diversas realidades están más presentes.

Por eso no podemos quejarnos los que tenemos la suerte de ir decidiendo nuestro futuro.

Hay millones de compañeros de viaje que les han puesto una losa de tal magnitud sobre sus hombros que no se pueden mover, que se mueren. Para mí es un misterio, un gran misterio. Nacer en una circunstancia o en otra.

Por eso tenemos que manifestar públicamente lo afortunados que somos a pesar de todos nuestros pesares y potenciar nuestra aceptación y compasión. Y colaborar en todo lo que podamos.

**Un pequeño cuento de Anthony de Mello.**

***"En cierta ocasión se quejaba un discípulo a su Maestro:***

- ***Siempre nos cuentas historias, pero nunca nos revelas su significado.***

***El Maestro le replicó:***

- ***¿Te gustaría que alguien te ofreciera fruta y la masticara antes de dártela?"***

## Y, ¿por dónde he ido dirigiendo mis pasos este mes intentando aportar algún valor y recorriendo mi camino?

Aunque intento celebrar la vida todo lo que puedo este mes me ha dado más “disculpas” para hacerlo pues estaba lleno de fechas ya señaladas de antemano para celebrar: el día del padre, San José y el 29 fue mi cumple.

Ese día me fui a Toledo con Maite para recordar y sentir el lugar a donde llegué hace ahora 70 años y en donde viví siete años de mi tierna infancia. Precioso, interesante como siempre, pero el otro día todavía más pues fuimos de la mano de Sonia una guía turística que me descubrió lugares que todavía no conocía. Gracias Sonia, gracias Javi. Además comimos en Casa Tabordo, al lado del Tajo. Recomendable.

Bankia

Deusto Business School
Universidad de Deusto
Business Education to serve the World

EMBA
Executive MBA

Deusto Business School Health

LEAD
Programa de Liderazgo y Transformación en Organizaciones y Sistemas Sanitarios

Finalizamos el MCE con Bankia. Realmente una experiencia muy especial por el entusiasmo y entrega de los participantes que están representando un papel muy importante en el proceso de transformación del Banco. ¡Enhorabuena!

Estuve con un grupo maravilloso del EMBA en Bilbao. Allí estaban personas que sin duda construirán un futuro mucho mejor para todos. Muchas gracias.

También con DEUSTO estuve en mi sesión del Lead 2016 que dirigen Rafa Bengoa y Patricia Arratibel. Me encanta trabajar con profesionales de la salud. Y a ellos trabajar conmigo…

Volví a estar con el equipo del Consulado de Perú. Sois una gente estupenda. Muchas gracias.

Con Winni en el Congreso de Aecop en Valencia

Estuve en el Congreso de AECOP en Valencia. Resultó magnifico. Enhorabuena Robert, Pilar..., Expuse un caso muy especial de coaching que gustó.

dircom
Asociación de Directivos de Comunicación

AHK
Cámara de Comercio Alemana para España
Deutsche Handelskammer für Spanien

Asistí a diversas actos de los que resalto el de DIRCOM en la Camara Alemana de Comercio y el relanzamiento del libro Designpedia en el “The Heroes Club” un interesante proyecto que preside Aurelio Garcia de Sola ¡Enhorabuena Aurelio!

INCAE BUSINESS SCHOOL | Executive Education

Latin American Leadership.
Global Competitiveness.

Impartí un webinar para mis amigos y amigas del INCAE en el que se apuntaron más de 1.000 personas. Está claro que cada vez trabajaremos más a través del ciberespacio.

www.institutoericksonmadrid.com

www.esarh.com.br

Y quiero terminar con una experiencia llena de vida, emoción y conocimiento que vivimos en La Rábida en la UNIA en el Curso “Crea tu marca y deja tu esencia” que dirigieron Yolanda Sáenz de Tejada y Laura Chica a quienes acompañamos Juan Carlos Cubeiro, Alex López y yo mismo. Fue muy especial. Disfrutamos mucho y tuve la oportunidad de conocer a Alex un profesional de 1er nivel y una persona encantadora. Y bueno, en el curso teníamos a alumnos-profes como Isabel, Yolanda, Emilio… ¡un lujo!

Y un anuncio importante. ¿Tienes fechas libres en Julio? Te animo a que te apuntes a un curso intensivo de verano para aprender hipnosis en el Instituto Erickson, “merece la alegría” como dice mi amigo Alonso Pulido; y al Congreso ESARH del 16 al 18 de mayo (Brasil) comandado por mi amigo Doralicio.

*Y, como cada mes… 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

# LL103. ARTÍCULO

"Ganaras más amigos en dos meses si te interesas por ellos de los que ganarías en dos años intentando que ellos se interesen por ti"

Dale Carnegie

# CONFIANZA, ACEPTACIÓN Y AUTOLIDERAZGO

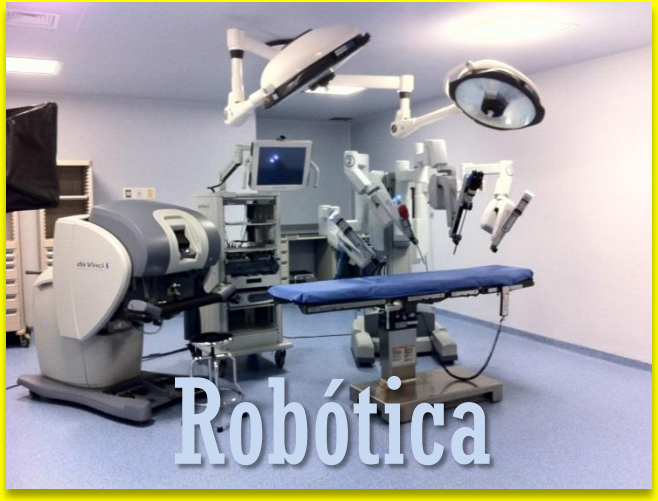
Estamos a minutos de que aparezcan grandes novedades en el mundo de

***la nanotecnología,***

***la robótica,***

***la astrofísica,***

***la biomedicina...***



No sabemos qué es lo que puede suceder dentro de muy pocos años. Da la sensación de que a nivel global, seguramente no podemos seguir actuando como hasta ahora, como si los recursos fuesen ilimitados… buscando el crecimiento sin límite… de unos pocos rodeados de unos muchos que aspiran a sobrevivir.

Al igual que a nivel global las grandes Corporaciones y Grupos de Poder intentan controlar todo, a nivel individual a veces nos sucede lo mismo. Nos creemos “todopoderosos”…hasta que la realidad nos pone en nuestro sitio.

Busquemos pues el equilibrio más que el control. Y agradezcamos y disfrutemos lo que tenemos en lugar de estar siempre deseando lo que no tenemos.

Es cuestión de sacar más partido a los recursos de los que disponemos.

Descubrir otras caras que aún no hemos explorado, intercambiarlas con otras personas, buscarles otras aplicaciones, poner en marcha nuestra creatividad...

Y cuando la vida te da un buen sopapo (bonita y antigua palabra) estar preparado para mantener tu equilibrio y no caer en la ansiedad, angustia, desesperación o en la depresión.

Y no es fácil.

Muchos no tenemos suficiente entrenamiento (otros por desgracia, si lo tienen).

Y suelo decir en mis conferencias que tenemos que actuar como un “tentetieso” ante las circunstancias adversas.

Y saber también lo que significa la **aceptación**.

La aceptación significa encontrar en tu corazón la serenidad que te libere del pasado con sus errores y dolores, te transporte hacia el futuro, desvaneciendo tus culpas, con una perspectiva nueva, y te haga apreciar la oportunidad de una nueva vida.

Aceptación significa tener un corazón indulgente, compasivo contigo misma, contigo mismo y con los demás. Pide lo que se te deba y estate dispuesto a aceptar que no se te dé.

Aceptación significa confianza. Confiar en ti mismo y confiar en los demás.

Aceptación significa fluidez. El no dejarse atrapar por aquello que nos importuna, nos interfiere en nuestro caminar. En nuestro vivir.

Si nos aceptamos por lo que somos y por lo que no somos, podemos cambiar. Lo que se resiste, persiste. La aceptación es el núcleo de la transformación. Es una gran paradoja.

No es cuestión de reclamar y protestar. Sí de sentir el dolor, sí el sacar aprendizajes de las situaciones vividas, aumentar nuestra vibración y percepción de la vida, de los detalles y señales que se nos dan y principalmente de las personas que están a nuestro alrededor que, en nuestro día a día a veces se nos hacen transparentes y ni siquiera las vemos y sentimos como personas debido a la velocidad y despiste con el que vamos con frecuencia.

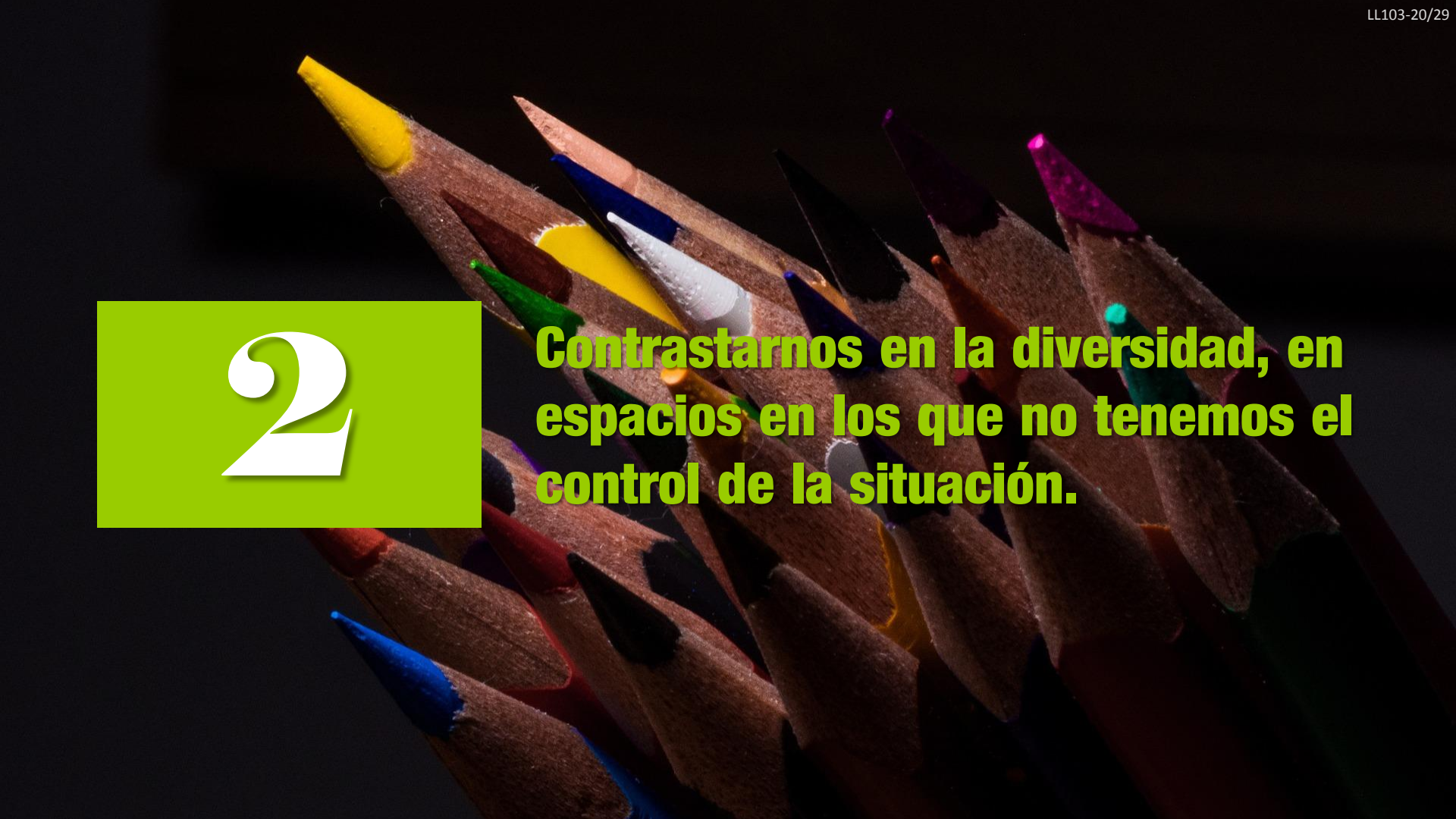
Es cuestión de abrir nuestra consciencia no sólo en momentos en los que las circunstancias nos obligan a parar sino en las nuevas realidades en las que la velocidad del cambio es creciente, la interconectividad lo invade todo, la convergencia, incertidumbre y complejidad nos rodea por todas partes.

Y se trata de una nueva consciencia que nos permite no solamente ver al otro sino que nos impulse a compartir con el otro, a servir al otro, a aportar valor al otro. Y esta consciencia está fundamentada en nuestra capacidad de autoliderarnos. Y esto significa ahondar en el conocimiento de uno mismo, ser consciente de nuestro poder para ir creando nuestra propia realidad y tener autoconfianza para llevarlo a la práctica.

¿En qué tendremos que trabajar para liderarnos a nosotros mismos?
De entrada puede ser:

# 1

## Comenzar por aceptarnos y decidirse a mejorar lo mejorable.



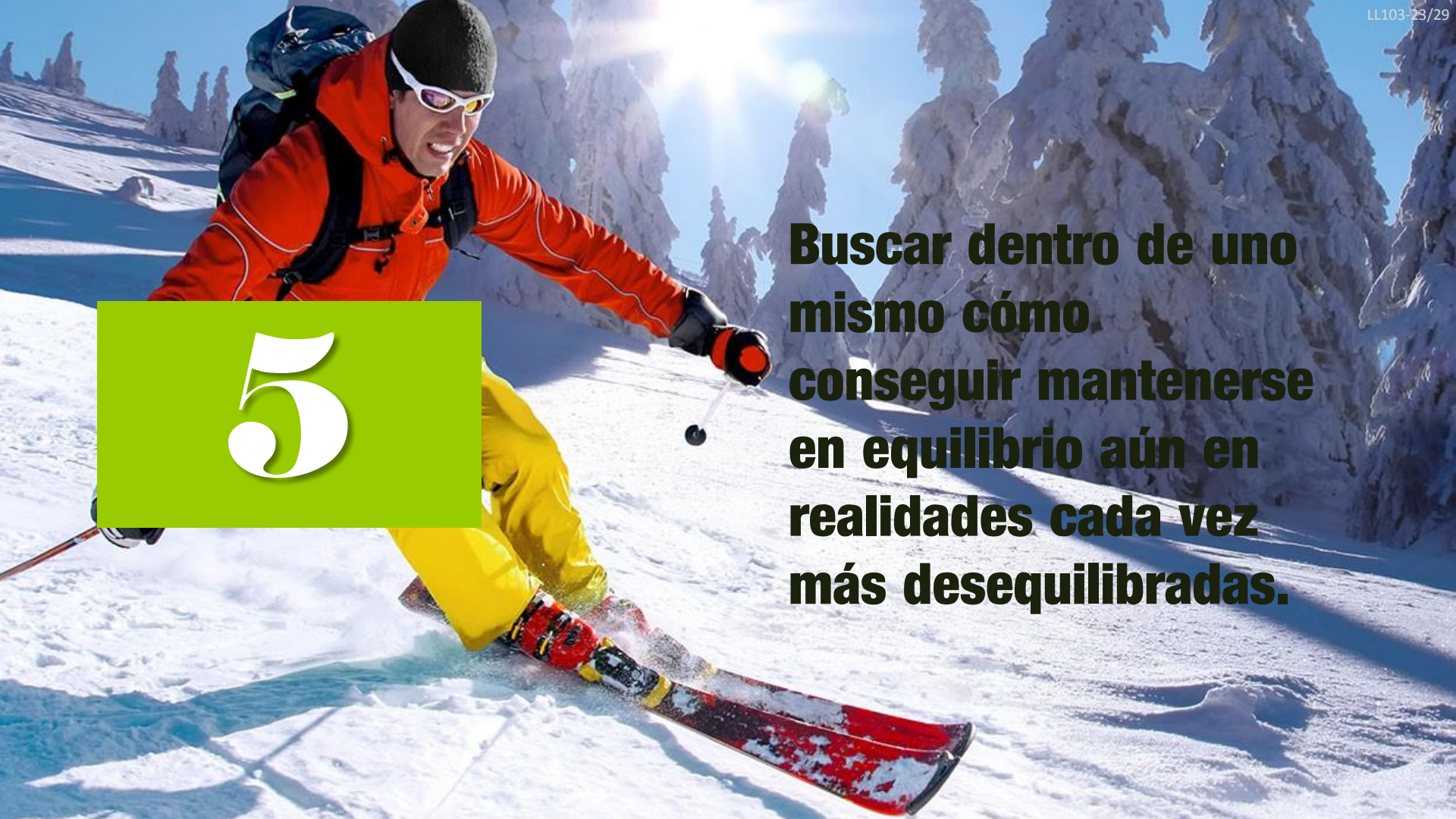
# 2

## Contrastarnos en la diversidad, en espacios en los que no tenemos el control de la situación.

# 3

## Abrirse a lo colaborativo, a las relaciones, buscando complementariedades y sinergias.

# Conseguir priorizar oportunidades focalizando en base a la aportación de valor diferencial.



# 5

**Buscar dentro de uno mismo cómo conseguir mantenerse en equilibrio aún en realidades cada vez más desequilibradas.**

# 6

## Luchar por nuestros sueños que nos sirven de guía.

# 7

## Continuar haciéndonos preguntas.

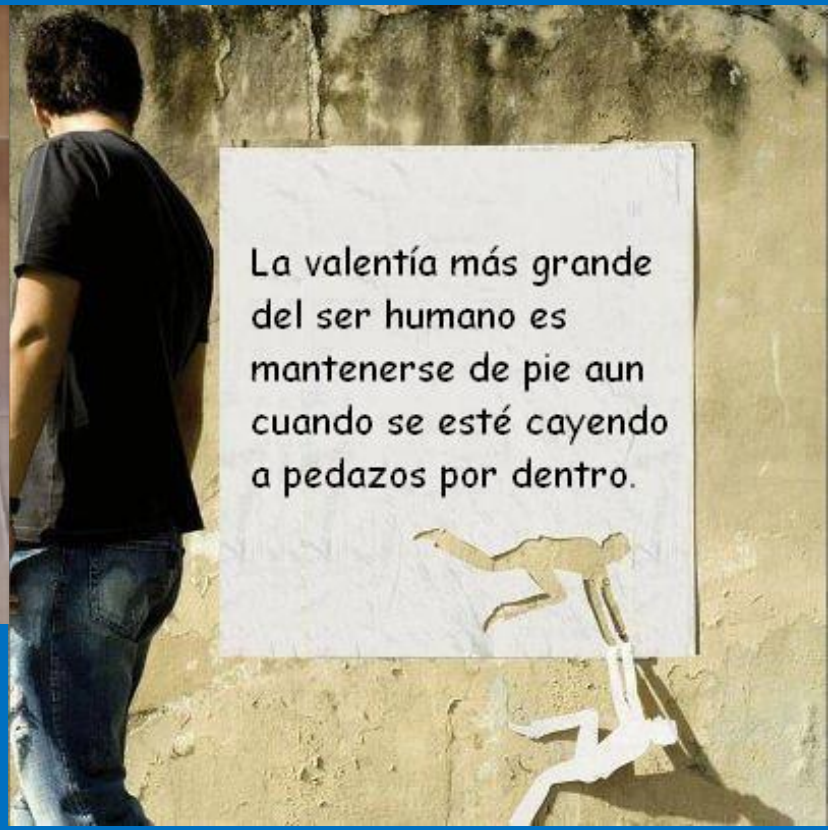
Nuestra educación nos ha guiado hacia la mirada hacia afuera de nosotros.

Ya es tiempo de mirar adentro en donde están las preguntas que nos llevarán a las decisiones que determinan el camino de nuestra vida.

# ¡Buen viaje!

# UNAS NOTAS DE HUMOR

# UNAS NOTAS DE AMOR




YO PONGO LA MAGIA,
PONES TU LA ILUSIÓN?

# Cuestionamientos:

## ¿Qué te parece hacerte estos cuestionamientos para este mes?

1. ¿Estoy dispuesto a correr el riesgo de decidir mi propia vida?
2. ¿Voy por la vida con la mente y el corazón abiertos?
3. ¿Evoco en otros la capacidad y el deseo de soñar?
4. ¿Tengo la determinación de aportar valor en mis interrelaciones?
5. ¿Busco siempre lo positivo que hay en cualquier persona?
6. ¿Procuro buscar las oportunidades en lugar de las dificultades?
7. ¿Persigo apasionadamente mi misión?

**José María Gasalla**
Conferenciante, Director de TALENTUM y Profesor de DEUSTO Business School.
www.gasalla.com