

+ VÍDEO
5 Cuestionamientos

Dirige tu vida Confía

Lo contrario te puede
llevar por caminos
nada apetecibles



Learning Letter nº

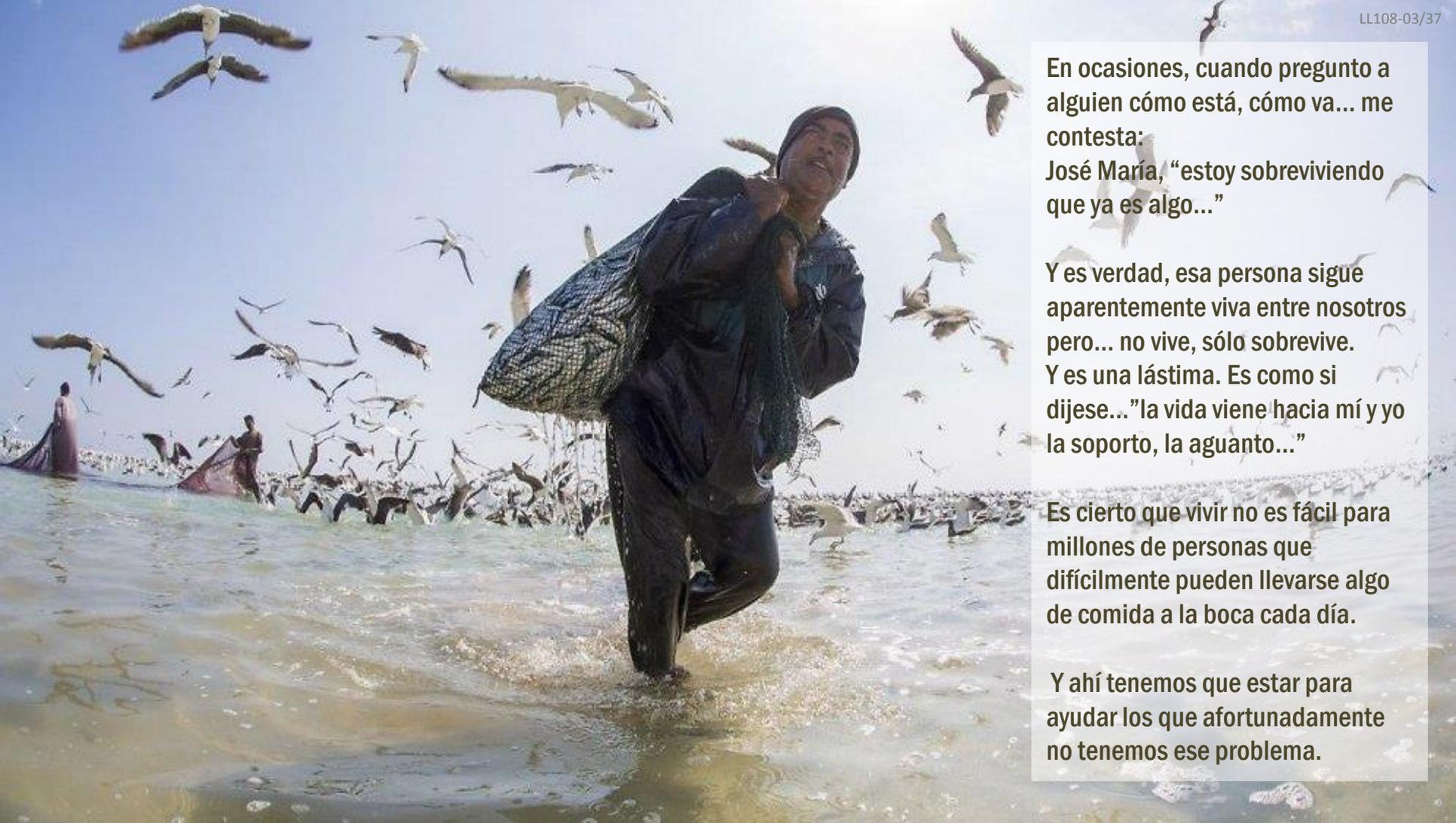
108

LL108

Editorial



*“Lo que nos convierte
en personas
es el vínculo con el otro,
la relación de amor.”
Julia Kristeva*



En ocasiones, cuando pregunto a alguien cómo está, cómo va... me contesta:

José María, “estoy sobreviviendo que ya es algo...”

Y es verdad, esa persona sigue aparentemente viva entre nosotros pero... no vive, sólo sobrevive.

Y es una lástima. Es como si dijese...”la vida viene hacia mí y yo la soporto, la agunto...”

Es cierto que vivir no es fácil para millones de personas que difícilmente pueden llevarse algo de comida a la boca cada día.

Y ahí tenemos que estar para ayudar los que afortunadamente no tenemos ese problema.



Sin embargo, en esta LL yo no me dirijo a esas personas que ni siquiera pueden oírme. Me dirijo a aquéllas y aquellos que tienen sus necesidades vitales cubiertas y que están esperando “el maná” que les haga vivir, vibrar, entusiasmarse, alterarse, ¿por qué no? rebelarse contra la injusticia, “rebotarse” contra la mala gente, contra los que hacen sufrir a otros, contra los estúpidos que no hacen sino buscar la “sopa boba”.

Ruth Frith, edad: 104 años, deporte: lanzamiento de martillo

Vivimos tiempos acelerados, fascinantes y al mismo tiempo inquietantes. Y a veces, parecemos adormilados, acomodados, “idiotizados”.

Seguramente son tiempos en los que tenemos que recurrir a la introspección pero no para quedarnos inmovilizado sino para actuar. Pero actuar siendo conscientes que somos seres trascendentes y no “activistas” de poco pelo.



Y la tecnología no puede sustituir la búsqueda desde nuestra esencia humana. Puede ayudarnos, puede convertirse, y de hecho cada vez lo es más, es una herramienta muy poderosa que nos simplifica la vida

pero, para mí, el gran objetivo de la tecnología tiene que ser, por encima de todos los demás, el que nos facilite, nos ayude, nos posibilite, nos impulse a ser cada vez más humanos en el sentido integral de la palabra.



Y, ¿por dónde dirigí mis pasos este mes intentando aportar valor y siguiendo el camino que me marca mi sentido de vida?



*Jose, nos alegramos de tu recuperación.
No olvides que: ¡Te queremos!*

INCAE BUSINESS SCHOOL | Executive Education

10 agosto 2016

GUATEMALA

Encuentro Ejecutivo:
"Nuevas tendencias para la administración del talento humano"

Estuve por Costa Rica y Salvador con el Grupo Roble. Fueron unos grupos maravillosos con los que seguí aprendiendo y facilitando también su aprendizaje.

Pasé por una situación dura a nivel emocional y también una física que de momento me asustó pero se fue solucionando gracias a la tecnología aplicada a la medicina. Tuve un desgarró de la retina que tuvieron que "coserlo" con láser. Mejora satisfactoriamente.

Tuve un webinar con el Incae hablando sobre Recursos Humanos, Personas y Talento. Hubo una gran asistencia y parece que gustó.

También impartí un Masterclass con Deusto Health.



Disfruto especialmente cuando trabajo con profesionales de la salud. Me siento muy identificando con ellos.

Esta semana precisamente imparto una conferencia en el Congreso médico Gerendia. Ya os contaré.



Pasé por Nueva York a ver a mi hija Luna. Está en plena transición profesional. Se va de Bayer y comienza en Mercer. Enhorabuena Luna por tu coraje y valía. Te quiero.

Y de vez en cuando hablo de la necesidad de “volar”, quizás acompañando a nuestros sueños. Bueno, pues durante este mes estuve viendo “volar” a mis compañeros de Talentya (mi oftalmólogo todavía no me lo permitía, lo haré el próximo día 5)

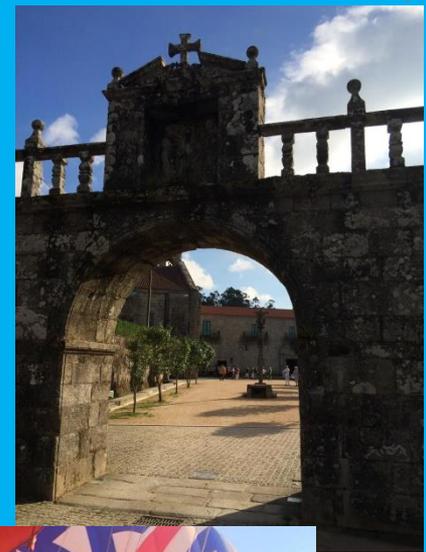
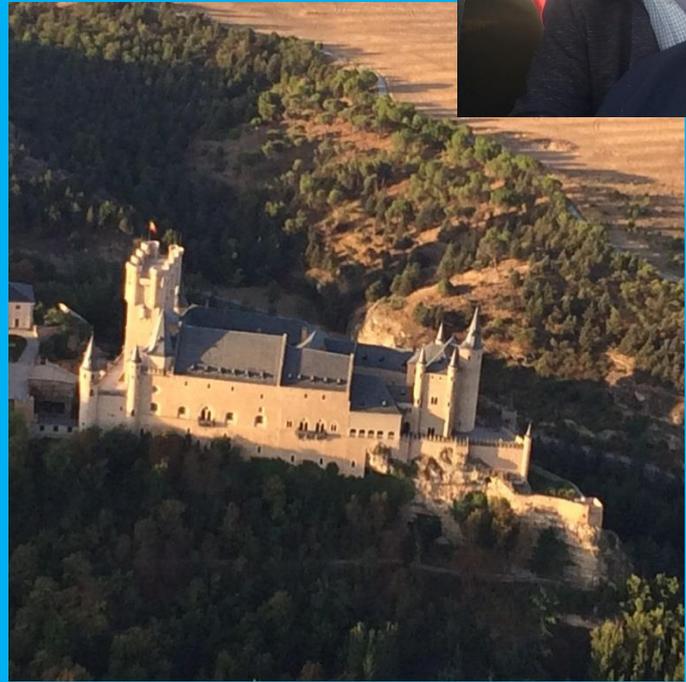


Fernando Romay “volando”

Los “Talentya girls and boys” tuvimos una fiesta en casa de Berta y Pedro. Se ha creado un grupo muy cohesionado y en continua interrelación con la cual disfrutamos mucho. Gracias.



Pero, también nos fuimos a “volar” Maite y yo a Segovia...en globo. Fue una gran experiencia. Y sigo recomendando la lectura del libro de Saramago, “Elogio de la lucidez” ¿pasará eso mismo en España? Y como siempre...

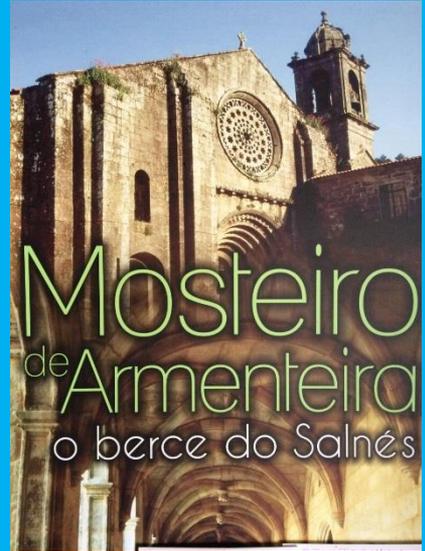
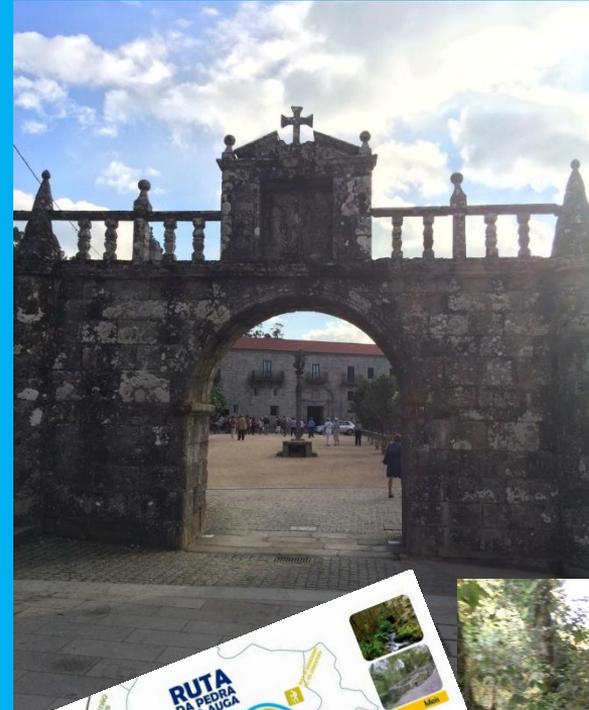
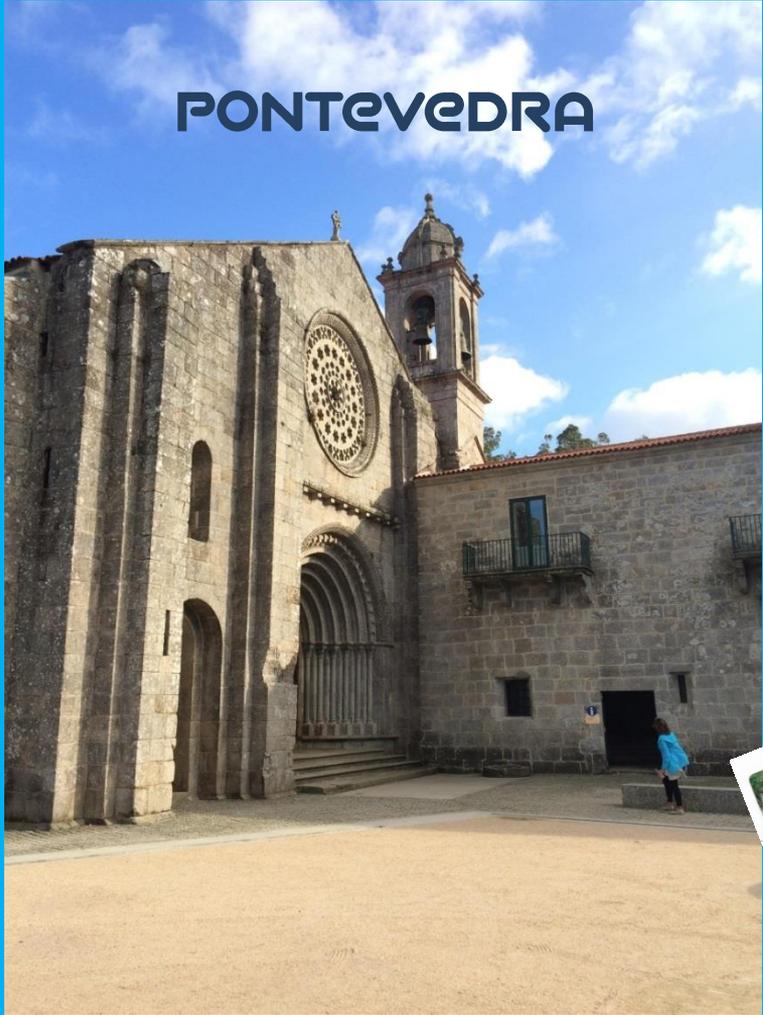


Como gusta decir al *MAGO MORE*:

**“Si luchas puedes perder,
Si no luchas estás perdido”**



PONTEVEDRA

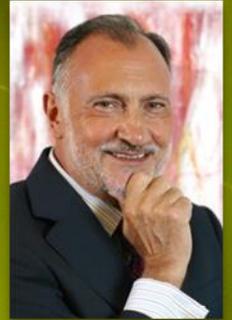


Y como siempre... las tres ideas finales:

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

Gracias

Dirige tu vida

Confía

**Lo contrario te puede
llevar por caminos
nada apetecibles**

Learning Letter nº

108





MORGAN FREEMAN MATT DAMON
A FILM BY CLINT EASTWOOD
INVICTUS

His people needed a leader.
He gave them a champion.

**Soy el dueño de mi destino,
soy el capitán de mi alma**

*"Más allá de la noche que me cubre
negra como el abismo insondable,
doy gracias a los dioses que pudieran existir
por mi alma invicta.*

*En las azarosas garras de las circunstancias
nunca me he lamentado ni he pestañado.
Sometido a los golpes del destino
mi cabeza está ensangrentada, pero erguida.
Más allá de este lugar de cólera y lágrimas
donde yace el Horror de la Sombra,
la amenaza de los años
me encuentra, y me encontrará, sin miedo.
No importa cuán estrecho sea el portal,
cuán cargada de castigos la sentencia,
soy el amo de mi destino:
soy el capitán de mi alma".*

William Ernest Henley: Invictus.

**"Las dificultades y conflictos de la vida son para
todos los seres humanos prácticamente similares".**



**“La
conquista
de uno
mismo
es la
mayor
de todas
las
victorias”**

Platón

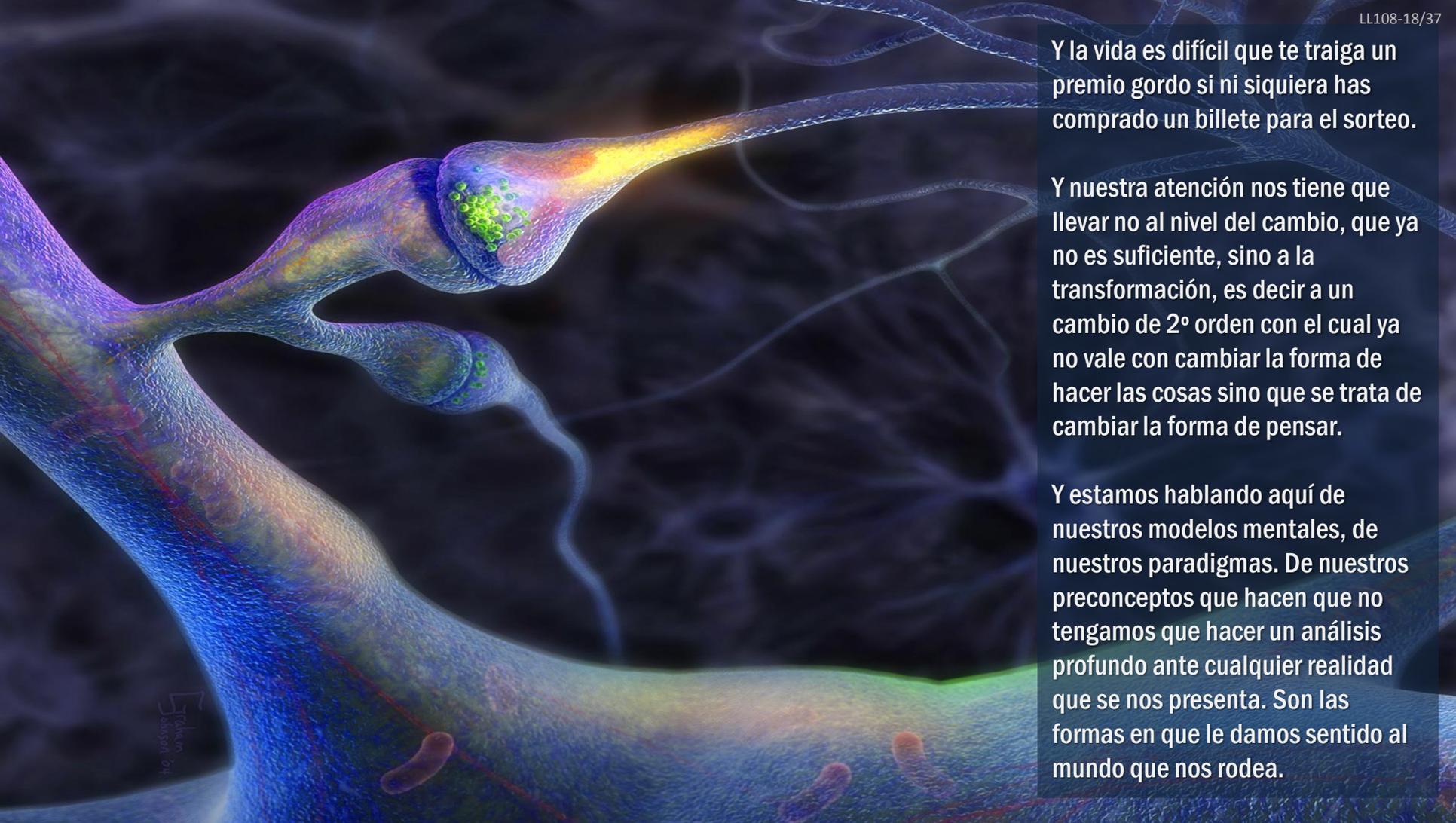
Y cada vez se hace más imprescindible “estar al tanto”.

Antes valía con hacer varios grandes giros en nuestra vida. Ahora, si no “estás al loro”, puede que te quedes sin empresa sin trabajo, sin casa, sin pareja o incluso sin partido políticos (que eso, tal como están las cosas sería lo de menos).

Volatilidad a tope. Y eso significa, eso exige atención por nuestra parte. Confiar inteligentemente, decidir y... actuar.

En ocasiones nos damos cuenta de lo que está pasando, incluso llegamos a decidir pero...no actuamos. Y ahí nos quedamos, a merced de las circunstancias. Sin rumbo propio. Esperando lo que “la vida nos traiga”





Y la vida es difícil que te traiga un premio gordo si ni siquiera has comprado un billete para el sorteo.

Y nuestra atención nos tiene que llevar no al nivel del cambio, que ya no es suficiente, sino a la transformación, es decir a un cambio de 2º orden con el cual ya no vale con cambiar la forma de hacer las cosas sino que se trata de cambiar la forma de pensar.

Y estamos hablando aquí de nuestros modelos mentales, de nuestros paradigmas. De nuestros preconceptos que hacen que no tengamos que hacer un análisis profundo ante cualquier realidad que se nos presenta. Son las formas en que le damos sentido al mundo que nos rodea.

Y si todo alrededor está transformándose, a veces dramáticamente, es difícil que nuestras asunciones básicas de la realidad nos sigan valiendo.

Ya no basta como decía Covey con “afilarse la sierra”. Lo más seguro es que tengas que cambiar de herramientas. De forma de pensar. Y, consecuentemente, de actuar.

No nos dejemos llevar por las circunstancias.

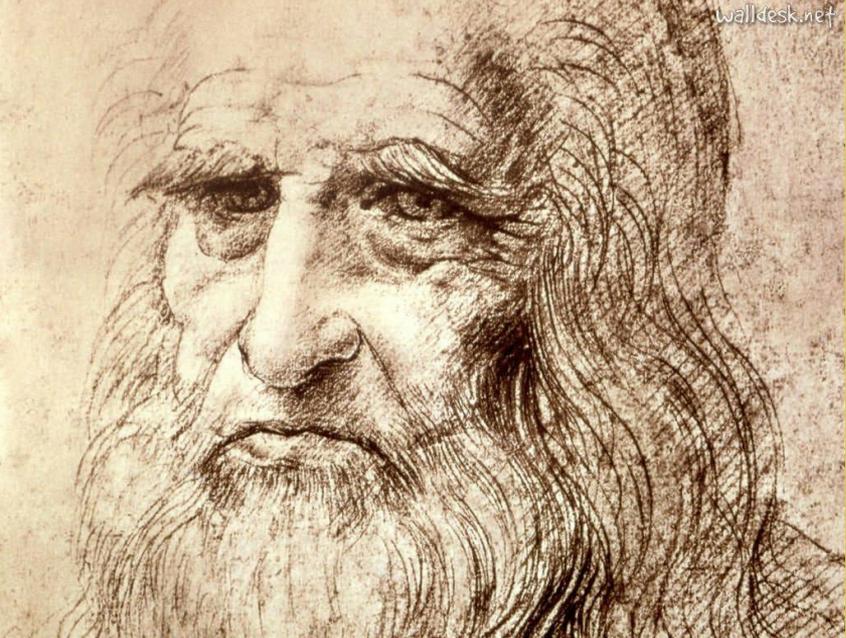
Por supuesto que influyen pero, por encima de ellas estamos cada uno de nosotros. La actitud libre que decía Frankl. Y para esta transformación que no se presume fácil pero que es imprescindible hacer antes que los robots nos invadan, te animo a reflexionar sobre algunas ideas:





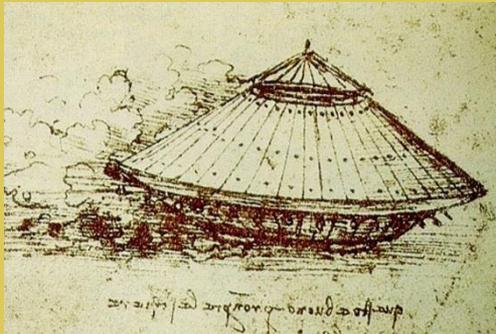
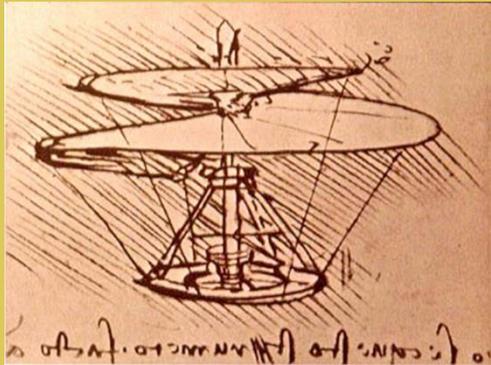
1.

En vez de dejarte sorprender por las circunstancias, ¿por qué no sorprendes a la vida, comenzando por sorprenderte a ti mismo, a ti misma?



2.

**¿Qué tal pensar
como un
ingeniero, en
los detalles y
sentir como un
artista?**



“La Dama del Armiño”

Leonardo Da Vinci



3.

¿Qué te parece dejar de ser tan razonable en base a lo que te indica tu mente e ir a la búsqueda de lo imposible?

4.

**¿Qué te parece
reencontrar la
pasión por
algo y
enfocarte a
tope en ello?**

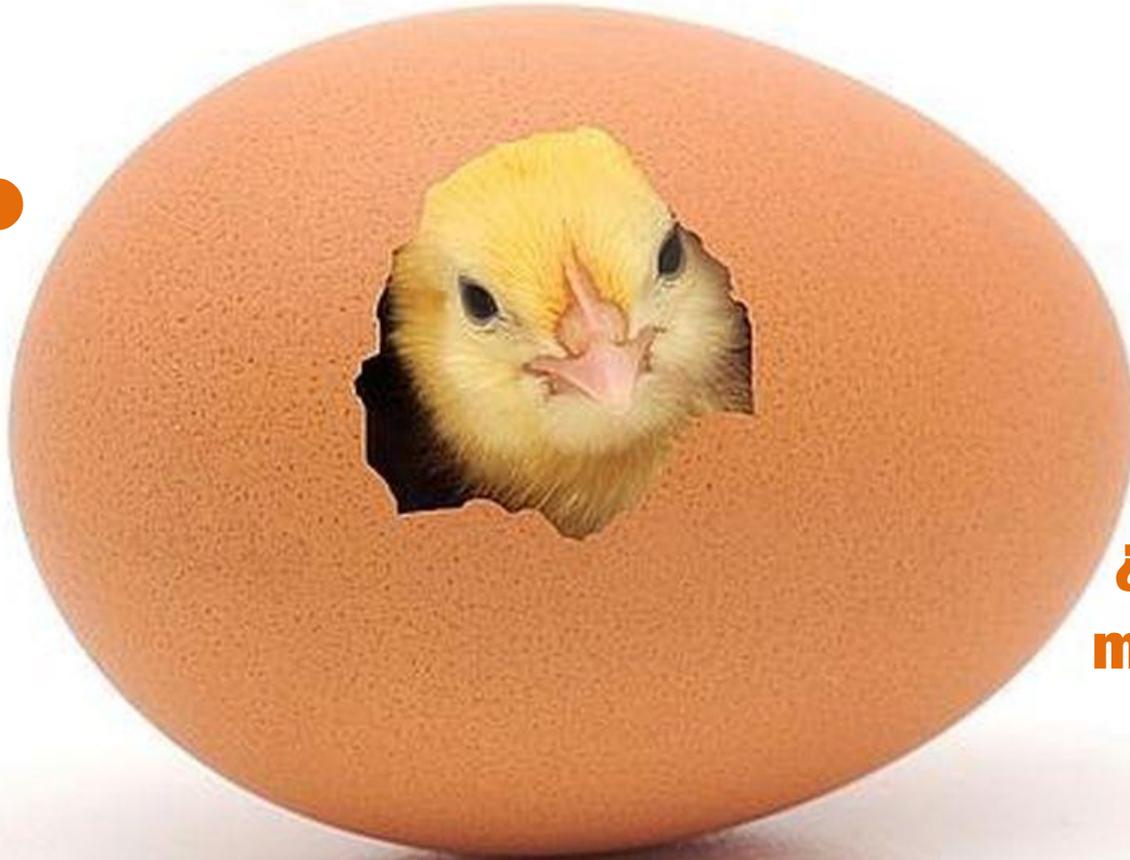


A veces para cambiar nuestra forma de pensar, podemos comenzar por nuestra forma de actuar. ¿Qué puedes dejar de hacer o atreverte a hacer que no haces?

5.



6.



**¿Tienes valor para
cuestionarte tu
zona de confort?**

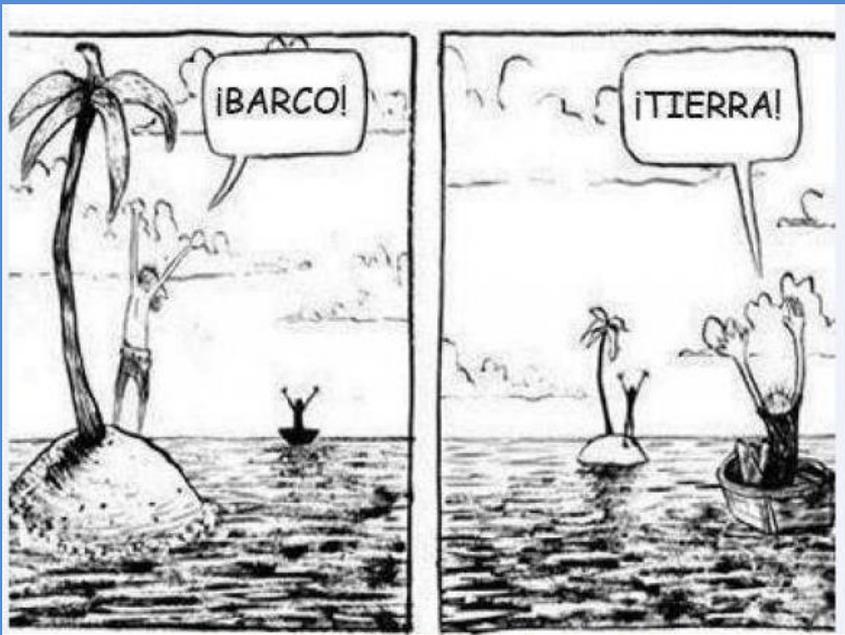
**¿Adónde te lleva el
mantenerte en ella?**

**¿Realmente eres
feliz en ella?**



7.

**En tu realidad y
abriendo los
ojos a lo que
aparece a
nuestro
alrededor,
¿crees que
minimizas el
riesgo no
arriesgando a
cambiar formas
de pensar y
actuar?
¿Estás segura,
seguro?**



8.

¿Te atreves a contrastar tu “percepción selectiva” con las de otros y alimentas tu humildad escuchando activamente esas otras percepciones que te pueden ayudar a ampliar tu mundo?



WILL SMITH
 en **BUSCA** de la
FELICIDAD

¿Te animas a practicar la lucha contra tu pensamiento cuando te va diciendo: “no podré conseguirlo”, “es demasiado tarde para mí?”...

9.

“ Nunca dejes que nadie te diga que no puedes hacer algo. Ni siquiera yo, ¿vale? ”

Si tienes un sueño, tienes que protegerlo.

Las personas que no son capaces de hacer algo te dirán que tú tampoco puedes. Si quieres algo ve por ello y punto. ”

10.

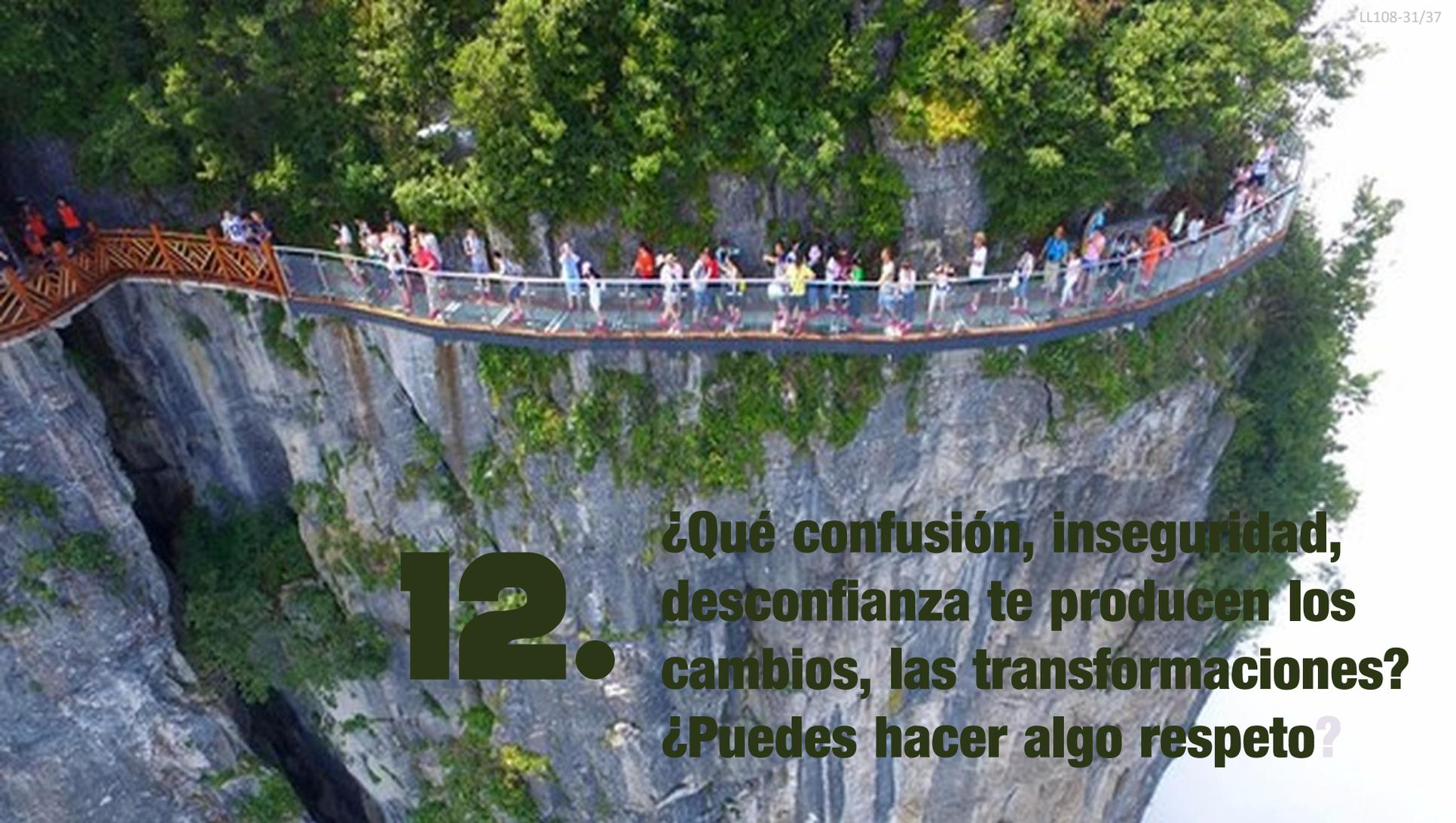
¿Puede ser el momento de cambiar la visión que tienes de tu vida a otras más positiva?



11.

¿Sería interesante el que revisases el sentido y significado que tiene el éxito para ti?





12.

¿Qué confusión, inseguridad, desconfianza te producen los cambios, las transformaciones? ¿Puedes hacer algo respecto?

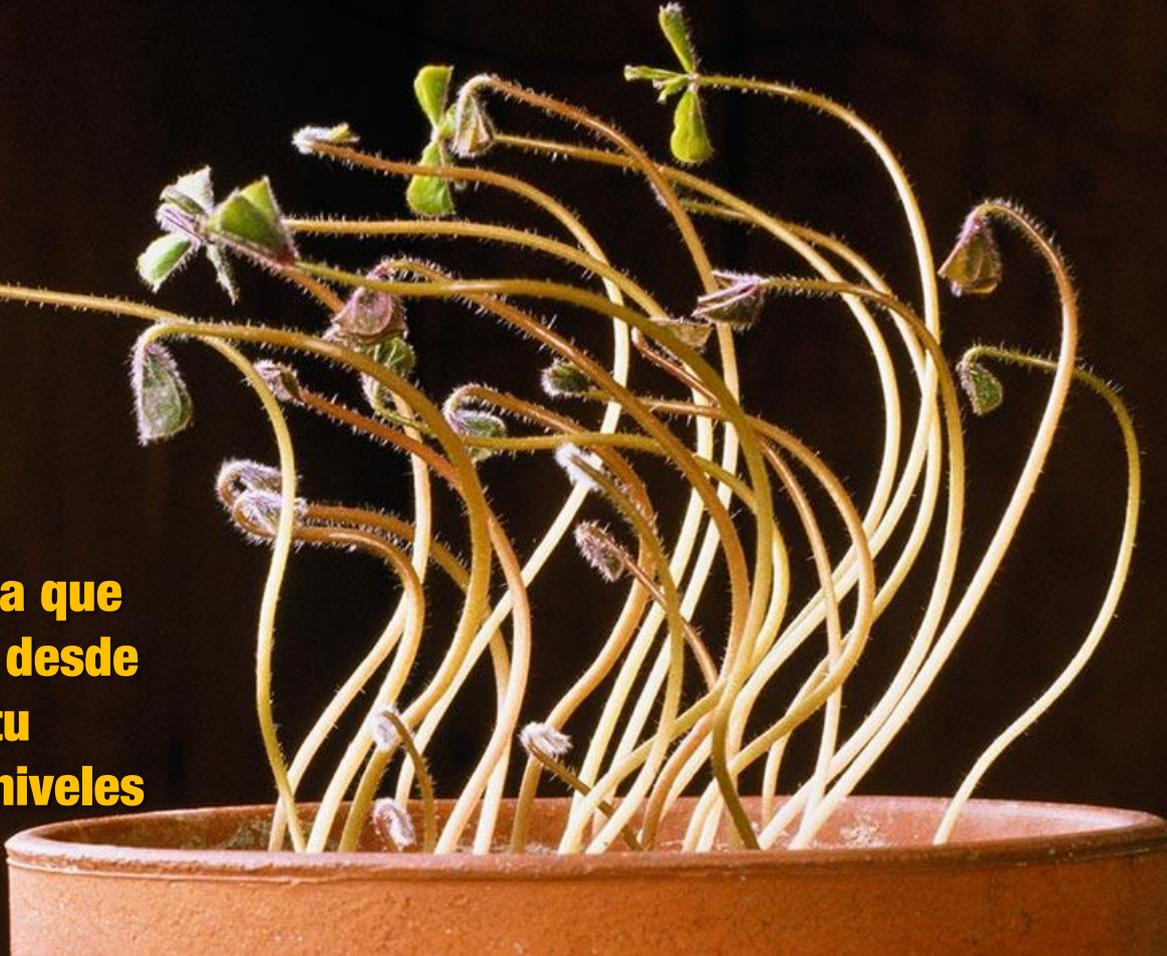
**En estos momentos, ¿cuál es la
esencia de la vida, el propósito
fundamental que tienes?
¿Coincide con lo que le dedicas
mayor atención, tiempo, energía?**

13.



14.

¿Eres consciente de la influencia que tiene tu nivel de autoconfianza, desde cómo te expresas físicamente, tu pensamiento y emoción en tus niveles de testosterona y cortisol?



15.

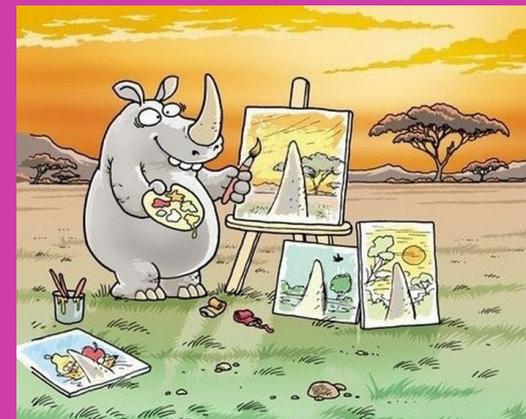
**¿Estás dispuesta,
dispuesto a agarrar
las riendas para
dirigir tu vida aún a
sabiendas de que no
eres totalmente libre?**

**¿A Pensar, sentir y
hacer alineado con
mis valores y mi
satisfacción? Confía.
Lo puedes hacer.**

Hazlo!!



Unas notas de Humor



Unas notas de AMOR

Quiero un abrazo,
de esos con
sabor "no me
faltas por favor"



El amor no se busca ni se encuentra... se gana y se valora.

TÚ ENCUENTRA EL CIELO,
YO PONGO LAS ALAS.

La vida es mía.
PERO EL CORAZÓN... es tuyo.
La sonrisa es mía. PERO
el motivo... eres tú.



Hagamos un trío:
Tú, yo y toda la vida.

Tu y yo, hasta
el infinito
y más allá...

ESCÁPATE CONMIGO
♥ donde nadie nos vea

5 CUESTIONAMIENTOS

¿Qué te parece hacerte estos cuestionamientos para este mes?

- 1° ¿Me cuestiono, de tanto en tanto, mi zona de confort? ¿Intento salir de ella?
- 2° ¿Me planteo imposibles que me hagan ilusión, que me entusiasmen, que me hagan sentir vivo?
- 3° ¿Practico buscar lo positivo de cada realidad, sea cual sea?
- 4° ¿Me siento bien con el significado que le doy al éxito, y que no tiene que coincidir con el que le dan otras personas?
- 5° ¿Siento que dirijo mi vida, a un a pesar de mis influenciadores, de mis rutinas, de los deseos de otras personas?