

1.-EDIFICA TU CAMINO DESDE LA BASE A LA CIMA 9

- 1.1 No sigas el sendero que otros han construido.
- 1.2 Ten un buen romance con la vida.
- 1.3 Préstate atención si quieres ser sabio.
- 1.4 La educación no sólo crea riqueza personal, sino también riqueza social.
- 1.5 El joven es quien más demanda una ética para vivir.
- 1.6 Disfruta del viaje de ser educador. Lo transmitirás.
- 1.7 Humaniza la convivencia. Tu conducta debe enriquecer el paisaje humano.
- 1.8 Las palabras deben ser música para el cerebro.
- 1.9 Si el pájaro tiene alas ¿Por qué no le dejas volar?
- 1.10 Pon un 10 en la cabeza de las personas. Influencia en su camino.
- 1.11 Antes de ponerte en ruta, debes conocer el camino.

2.- AUTOVALÍDATE 25

- 2.1 Tu vida no empieza hasta que tú la resaltes.
- 2.2 Creer en ti te hará ser valorado más por dentro, que por fuera.

3.-TU ELIGES SER VÍCTIMA O MAESTRO DE CADA SITUACIÓN 29

- 3.1 Tienes que “plantarte” en tierra fértil para poder crecer.
- 3.2 Ser responsable, es no dejar de agitar las alas.
- 3.3 No hay situaciones desesperadas, sólo personas que se desesperan.

4.- LA PARTE POSIBLE DE LO IMPOSIBLE, DESPIERTA LA SUPERACIÓN DEL SER HUMANO 39

- 4.1 Cada desafío se cruza en tu camino por una razón: porque eres capaz de superarlo.
- 4.2 Las olimpiadas se celebran cada día, no cada cuatro años.

5.-AVANZAR O RETROCEDER, ES TU ELECCIÓN 43

- 5.1 La actitud es una alhaja de valor incalculable.

6.-NUNCA DEBES DESFALLECER. SIEMPRE EXISTE UN CAMINO ALTERNO 47

- 6.1 A veces la vida te da con un “ladrillo” en la cabeza.
- 6.2 En mitad del desierto siempre se encuentra un oasis ¡No decaigas!

7. SI EL CAMINO SE TUERCE, TÚ MISMO DEBES ENDERIZARLO 51

7.1 ¿Días de calma y días de borrasca? Lo importante es ser un buen capitán.

8. NO NECESITAS ALAS PARA VOLAR, SINO SIMPLEMENTE DECIDIR ELEVARTÉ 55

8.1 El trabajo más duro es no rendirse.

9. SUEÑA ALTO Y VOLARÁS, SUEÑA BAJO Y NO DESPEGARÁS 59

9.1 Disparate hacia donde quieras llegar.

9.2 Haz lo que sientas, no lo que otros te impongan.

10. DA UN PASO, AUNQUE SEA PEQUEÑO Y OBSERVARÁS COMO SE ILUMINA EL SIGUIENTE 63

10.1 Uno de los grandes inconvenientes de las personas es que aspiran a demasiado poco.

11. TEN EL CORAJE DE PERDERLO TODO 67

11.1 Pierde los miedos.

11.2 Pierde la cobardía a tomar decisiones.

11.3 Pierde el miedo al qué dirán.

11.3.1 No permitas que tú historia la escriba tú alrededor.

11.3.2 Si has nacido para complacer vidas ajenas has perdido la brújula.

11.4 No te conviertas en compositor de excusas.

12. SI CREES QUE LA PREPARACIÓN NO ES RENTABLE, PRUEBA CON LA “NO” PREPARACIÓN 77

12.1 Aprende a desaprender.

13. SI VIVES ENTRE CODORNICES, ES MUY DÍFICIL QUE APRENDAS A VOLAR COMO LAS ÁGUILAS 79

14. SI NO ESTAS CONTENTO CON LA COSECHA QUE RECOGES, REvisa LAS SEMILLAS QUE PLANTASTE 83

14.1 Está bien caerse... si recoges la lección.

14.2 No existen los fracasos. Sólo clases particulares.

15. SER OPTIMISTA, ES CONVERTIR UN CALLEJÓN SIN SALIDA, EN UNA AVENIDA DE SEIS CARRILES 87

16. LAS OPORTUNIDADES NO SE PIERDEN, LAS APROVECHAN OTROS 91

17. ADQUIERE SENTIDO DE EQUIPO 93

- 17.1 Acercamiento al Pensamiento en equipo.
- 17.2 Compromiso individual por la colectividad.
- 17.3 Incomunicación Interna.
- 17.4 Actitud triunfadora.
- 17.5 Predisposición anímica.
- 17.6 Sin las bases de un desarrollo interior no existe trabajo en equipo.

18. ACUÉRDATE QUE NINGUNA REALIDAD DESTRUYE, DESTRUYE NO HACERLE FRENTE 111

19. NO HABLES DE TU OBRA, QUE TU OBRA HABLE DE TI 113

- 19.1 Deja huellas, no cicatrices.

20. EL MEJOR ELOGIO QUE TE PUEDEN DECIR ES: TÚ ERES DIFERENTE 117

- 20.1 ¿Qué es diferenciarse?
- 20.2 ¡O evolucionas! o ¡Te anulas!

21. ADQUIERE UN COMPROMISO CON LA EXCELENCIA 119

22. DISCIPLINA TU MENTE 121

23. NO DEJES QUE LA PRISA COJA CARRERILLA 123

- 23.1 No aceleres. Aprieta el botón de pause.

24. SUBETE A BORDO DE LA VIDA. QUE LA VIDA NO TE SUSPENDA POR INCOMPARECENCIA 127

- 24.1 Lo único que te regalan en la vida es la propia vida ¡Saboréala!
- 24.2 Por las mañanas al levantarte... date permiso para:
- 24.3 Hazte la vida agradable... mientras vives.

Los conflictos
internos
se ganan primero
en el cuarto privado
de tu corazón.

Es decir,
en ese lugar, en donde
la luz de tus sueños es
más intensa
que la oscuridad
de tus miedos.

1. EDIFICA TU CAMINO DESDE LA BASE A LA CIMA



1.1 NO SIGAS EL SENDERO QUE OTROS HAN CONSTRUIDO

Acuérdate:

... durante **el peregrinaje de tu existencia, que la vida es un préstamo sin fecha de caducidad.**

... que la vida, la familia, el trabajo, el deporte... solo escriben la mitad de tu "obra", de la otra mitad debes ocuparte tú.

1.2 TEN UN BUEN ROMANCE CON LA VIDA

Acuérdate:

... no levantarte por la mañana deseando que sea un buen día, levántate convencido que depende de ti que sea un buen día.

... que **lo importante es VIVIR... no durar.**

... que nunca acabas, siempre estas empezando.

... de entender que **el pasado es un lugar de referencia... no de residencia. Empadronarte en la opción primera te impulsa, en la segunda te estanca ¡Tú decides!**

... que generalmente **las personas que mejor viven mentalmente son las que saben reducir su percepción de los contratiempos.**

... que las personas no solamente deben tener los pies en el suelo, **sino también la cabeza en las estrellas.**

1.3 PRÉSTATE ATENCIÓN SI QUIERES SER SABIO

Lo que existe detrás nuestro y lo que existe delante de nosotros, es algo insignificante comparado con lo que existe dentro de nosotros.

Emerson

Acuérdate:

... que el destino más enriquecedor al que puede llegar un ser humano es... **al centro de uno mismo.**

... que ese camino se efectúa desde el AUTOCONOCIMIENTO, del cual **aprenderás a obtener conciencia emocional de ti mismo. Decides reprogramar tu corazón y tu mente.**

... que lo que pretende el **CONOCERSE A UNO MISMO es transformar tu óptica de la vida y con ello frecuentar una vida más saludable y respetuosa**

Acuérdate:

contigo mismo. Conocer a ti, es conocer a la persona con la que vas a compartir el resto de tu vida.

... que darte permiso para “relacionarte” contigo, es ir llenando un espacio vacío que sólo tú puedes colmar. Ese momento de ponerte manos a la obra, se llama **Ahora.**

... que es imposible conocer a los demás, si antes no te conoces a ti mismo.

... que esta “inversión” te permitirá focalizar tu energía en las soluciones, no en los problemas.

... que **el secreto para adquirir conciencia de ti mismo, está en prestar atención a tus experiencias para escucharte por dentro** y así poder cuestionar y poner en evidencia tus propias creencias, interpretándolas sin temor a que sus “efectos secundarios” puedan zarandearte.

... que **hacer caso a tus experiencias, te puede guiar hacia un camino transformador, alejándote de las viejas identidades por otras nuevas.**

... que las respuestas están dentro de ti. Por lo tanto, debes recurrir a tu **“ambulatorio emocional”** que está en tu interior. Un “diálogo” contigo que conseguirá que interpretes esas voces interiores. Terminarás sacando la conclusión, de que si buscas dentro hallarás respuestas, si buscas fuera sólo opiniones. Nadie, excepto tú puede encontrar esas respuestas. No busques fuera porque todo está dentro de ti. Es ahí en tu interior donde debes fijar tu mirada. El mundo observará lo que guardas ahí dentro, porque es lo que reflejarás. **Tus propias preguntas te guiarán a ser la mejor versión de ti mismo. Tú mejor tú. Pasas a ser el amo o “patrón” de tu vida.**

... que **“codearte” contigo también te otorgará la posibilidad de ser el escultor de tu propia vida, no la escultura de otros.** La calidad de tu propia escultura, dependerá de la calidad de tus creencias

... que frecuentar un camino desconocido para la mente, pero sobre todo para el corazón, tiene un coste emocional al inicio. **Apartarse de lo “prestado” requiere valentía, pero a medida que se avanza, la mente se acomoda al “darse cuenta” y, con ello, te dará permiso para que tu bienestar comience a colorearse.**

1.4. LA EDUCACIÓN NO SÓLO CREA RIQUEZA PERSONAL, SINO TAMBIÉN RIQUEZA SOCIAL

Acuérdate:

... que tu conducta –positiva o negativa- puede transformar o maleducar el comportamiento ajeno.

... por lo tanto de algo muy relevante, no somos maestros, médicos, barrenderos, sino... **ESCULTORES SOCIALES.**

... de tener presente, a diario, que **tus acciones, son más ejemplarizantes, que tus palabras.**

1.5. EL JOVEN¹ ES QUIEN MÁS DEMANDA UNA ÉTICA PARA VIVIR

Acuérdate:

... que si se consigue que el niño sea autoexigente, conserve su integridad... llegará lejos.

... que los jóvenes necesitan nuestra colaboración. Ten presente que no traen de serie un chip de actos que le sugiera lo que es correcto o incorrecto. **A través de los cimientos del amor, adquirirá confianza y con ello podrá aprender e interiorizar los valores idóneos.**

... preguntarte, **si con tu conducta la sociedad mejora o empeora.**

... **no enseñar a criticar. Cuanta más crítica el joven, menos ama.** Medita sobre esta reflexión pseudo-irónica del humorista George Burns: *es una pena que todas las personas, que saben cómo gobernar este país, estén tan ocupadas conduciendo un taxi o cortando el pelo.*

... **de disciplinar su corazón**, lo cual significa ponerlo al servicio del bienestar propio y ajeno. Es decir, conseguir que dé lo mejor de sí mismo.

No se conoce otra cosa que cause tanto beneficio como un corazón domado. Ninguna técnica psicológica funcionará, si el amor no funciona.

1. La mención de la palabra Joven, engloba también, al niño, hijo, alumno, jugador, liderado..., todos ellos, receptores de las conductas humanas.

No se puede hacer *dejación de funciones* durante años, cediendo a la tiranía de los hijos y, en determinado momento, exigirles una responsabilidad y capacidad de respuesta que no se haya ayudado a construir. Los padres o educadores permisivos deben ser conscientes de que lo que dan a sus hijos no es libertad sino licencia. Educar es enseñarles a vivir todo tipo de paisajes y climas emocionales. No podemos mostrarles tan sólo la parte fácil, cómoda o agradable de la vida.

Jaume Soler y Mercé Conangla

1.6. DISFRUTA DEL VIAJE DE SER EDUCADOR. LO TRANSMITIRÁS

Acuérdate:

... que debes “dibujarle” el paisaje idóneo. **EL oro es valioso porque es escaso. Un niño es como un diamante bien tallado, brillará para siempre.**

... que una buena semilla no sólo requiere un jardinero competente, sino acompañarle en el proceso hasta recoger el fruto.

... que lo que **lo que más ilumina es la pregunta, no la respuesta. Si el niño no se hace preguntas, no edifica su camino**, sigue el sendero que otros han construido.

... que observando al niño, te darás cuenta si eres un **educador-freno** (detienes su evolución) o **educador-estimulante** (edificas su progreso). Él debe entender que estando tú a su lado no se estanca, sino avanza.

... que **el niño nace en esencia**, por tanto, ten presente que para un excelente producto (joven- alumno, jugador...), un envase ligeramente repulsivo (padre, maestro, entrenador...), lo único que consigue es dificultar su aceptación y su venta y por tanto se perderá en el camino.

... que **no existe ningún joven traumatizado por estar bien educado**. Ten presente para ello la sabia sugerencia de Pitágoras: *educad a los niños así no tendréis que castigar a los hombres.*

... que debes tener mucha paciencia. A veces creemos que la vida nos dice “NO” y tan sólo nos dice... ESPERA

1.7 HUMANIZA LA CONVIVENCIA. TU CONDUCTA DEBE ENRIQUECER EL PAISAJE HUMANO

Acuérdate:

... que **un niño aprenda de lo que dices y haces, para ti, no debe ser un motivo de satisfacción, sino de fascinación.**

... que no debes intentar cambiar su mundo, solamente enriquecerlo.

... que **no puedes dar aprecio, si antes no lo pones dentro de ti.** Ten presente para ello la recomendación de Indira Ghandi: *con el puño cerrado no se puede dar un apretón de manos... ni un abrazo.*

... que **si un joven no progresa en la medida que tú deseas, insiste, no temas a esa oscuridad, sólo significa que hay una luz brillando cerca.**

... que la familia, la escuela, el deporte, el trabajo...no es una obligación, sino una obligación, es decir una vinculación íntima con aquello que haces. Para hacer bien algo hay que amarlo. En la vida no se trata de vencer sino con-vencer. Como argumentaba Martín Luther King: *No importa lo que hagas, pero ámalo.*

... que **en el proceso educativo vienes primero a servir y a continuación a ser servido,** para ello sumérgete en la recomendación de Alejandro Jodorowsky: *un verdadero Maestro se hace invisible. No posee un templo, no tiene discípulos preferidos: enseña a la humanidad entera.*

... de guardar fidelidad a tu Honestidad, para ello puedes tener presente la sugerencia de André Gide: *es mejor ser odiado por lo que somos, que amados por lo que no somos.*

... tener presente la siguiente interrogante ¿Los estoy preparando para cuando emprendan su camino? ¿Para poder volar?

... de tratar al joven no como a ti te gustaría que te tratarasen, sino como a él le gustaría ser tratado.

... que **el mejor antidepresivo no es motivarlo, sino no desmotivarlo. No desmotivar significa dejar de darle patadas a la colmena, si tu pretensión es recoger miel.**

... finalmente de la sugerencia de Henry Brooks Adams: *un profesor trabaja para la eternidad, nadie puede decir donde remata su influencia.*

“De joven tuve que interrumpir mi educación para ir a la escuela”.

Gabriel García Márquez

“No puedes enseñarle nada a un hombre, sólo puedes hacerle ver lo que está dentro de sí mismo”.

Galileo Galilei

1.8 LAS PALABRAS DEBEN SER MÚSICA PARA EL CEREBRO

Comunicación= ACCIÓN EN COMÚN

Comunicación **H**acer
NO existe mejor forma de decir que

Acuérdate:

... que quien habla siembra, pero quien escucha cosecha. Escuchar es OÍR +INTERPRETAR. Oír es un proceso auditivo y biológico. Escuchar un fenómeno interpretativo que uno hace a partir de lo que oye. **Nunca restes valor a lo que el niño te cuenta**, para él es tremendamente importante.

... que para escuchar se necesita una comunicación silenciosa, sin ruidos.

... que **tus palabras tienen el poder de apagar incendios o comenzarlos**.

... de la recomendación que un día me dio un amigo, la cual afirmaba que muchos padres e hijos conviven en el mismo techo, pero viven en mundos lejanos, el condimento indispensable para unir esos dos mundos y construir una relación sana es el dialogo.

... que **la comunicación es el arte de hacerse entender**.

... de la sugerencia de Joaquín Lorente: *lo que decimos es la letra de nuestra canción: <<mejor que suene bien a oídos de quien nos escuche>>. Hay conversaciones que se parecen a un ring de combate o a un agradable paseo.*

1.10. PON UN 10 EN LA CABEZA DE LAS PERSONAS. INFLUENCIA EN SU CAMINO

Acuérdate:

... que **un buen educador es el que ayuda a descubrir. Educar es orientar al joven a que aprenda a dirigir su propia vida, desde el propio gobierno de sí mismo.** Ya Jean Piaget lo recomendaba: *el objetivo principal de la educación es crear personas capaces de hacer cosas nuevas y no simplemente repetir lo que otras generaciones hicieron.*

... que **orientar no es algo que se hace a las personas, sino algo que se hace con ellas.** Orientar a las personas es lo contrario de intentar controlarlas.

... que **debes convertirte en un agente facilitador de valor, y que tu “alumno” se de cuenta que mejora gracias a ti, no a pesar de ti.**

... que **si al joven le vendes “basura emocional”, lo que más vas a infectar es su porvenir. No te metas en fincas que no puedes cavar.**

... que si le generas credibilidad al niño, éste, inevitablemente, te esta “autorizando” para que le guíes sus pasos.

... que **elogiar, es usar la llave que activa la felicidad de los demás. Elogiar, es la manera más sencilla, de que las personas se den cuenta de que su aportación es sumatoria.**

1.11 ANTES DE PONERTE EN RUTA, DEBES CONOCER EL CAMINO

Acuérdate:

... que cuando vivencias algo, aportas mejores soluciones. Debes tener presente que **si cocinas el arte de vivir, tienes que saborear primeramente sus exquisitos manjares.**

... de la recomendación de Confucio:

Si sólo escuchas algo, lo puedes olvidar.

Si sólo miras algo, puede que lo recuerdes.

Pero si experimentas algo, además de conocerlo, no lo podrás olvidar.

2. AUTOVALÍDATE



¿Por qué hemos de escuchar al corazón? – preguntó el muchacho
Porque donde él esté, estará tu Tesoro.

El Alquimista –Paolo Coelho

2.1 TU VIDA NO EMPIEZA HASTA QUE TÚ LA RESALTES

La primera lección que debemos aprender en la **asignatura Vida**, es a **creer en uno mismo**. Eso te permitirá adquirir unas convicciones muy fuertes, por las que merezca la pena avanzar. Significa vestir tu “producto” de etiqueta y tratarlo como una “diva”. Como argumenta Alfonso Alcántara, Marca es el perfume que usas; Reputación es el olor que dejas. Es decir, la huella que dejamos a nuestro paso y aquello por lo que nos juzgarán los demás.

3. TU ELIGES SER VÍCTIMA O MAESTRO DE CADA SITUACIÓN



*Ser domado
(Víctima)*



*Ser domador
(Protagonista)*

Tanto si crees que puedes como no puedes, tienes razón.

Henry Ford

Acuérdate:

... que cada percance que se te ponga delante es una oportunidad, no una derrota, no observes los límites, sino la ocasión de mejora. El único límite está dentro de ti, en tu mente, en tus creencias limitadoras. Cada azote debes convertirlo en desafío, así de simple. Las personas de éxito ven soluciones y no problemas, retos y no dificultades, oportunidades y no amenazas. **Si detestas los muros, empéñate en construir puertas.**

... que quieren ser participes de la vida y de las experiencias que esta le brinda. Deciden escribir la novela de su vida desde ahí arriba, con diferentes decorados. **Toman la iniciativa de escribir página a página su vida, no permiten vivir con el “visado” de otros.** Pero sobre todo, tienen **una convicción muy arraigada, de que “ingresan” en esta vida no para hacer cosas ordinarias, sino EXTRAORDINARIAS.** Son conscientes, **que tanto un SI como un NO, son “maestros” que los guían hacia sus sueños.**

... que lo que debes tener claro es que **en este escenario de la vida tienen cabida todas las personas, ahora, sólo muy pocas deciden subir y comprobar la atmósfera que se vive desde la cima.**

3.2 SER RESPONSABLE ES NO DEJAR DE AGITAR LAS ALAS

Acuérdate:

... que infinidad de veces confundimos la palabra culpable con responsable y, como argumenta Rafael Echeverría: *... en el lenguaje cada palabra crea una realidad diferente. Culpable puede que sea la persona que lo hizo, pero responsable es la persona que se va a hacer cargo de eso, la que va a tener una respuesta para lo que ocurrió.* **La responsabilidad es la habilidad para responder con criterio ante cualquier contexto.**

...que no ser responsable, es una manera poco recomendable para resolver el problema.

... que **si eliges ser responsable** significa que estás teniendo poder en ese instante, decides ser protagonista, eres como un surfista que decide afrontar las olas, con lo cual ya provocas sentirte bien, una sensación de bienestar, aun a pesar de los vaivenes, a eso se le denomina **maestría emocional**, que significa que eres capaz de obtener la respuesta emocional positiva que desees. Ahora **si decides ser no responsable**, anulas tu poder, te conviertes en víctima, un naufrago y provocas una sensación de malestar, es decir sentirte mal, con lo cual estás conviviendo con la **desnutrición afectiva**. La mayoría de las personas que no asumen responsabilidades viven en el **umbral de la pobreza interior.**

Acuérdate:

...que **autocontrol**, quiere decir, **tener equilibrio y dominio sobre ti mismo, sobre las circunstancias**. Es algo así, como **responder a las mismas u obrar ante ellas con serenidad, la mente se convierte en tu aliada**.

... que este “aplomo” te capacita para **SABER NAVEGAR EN LA INCERTIDUMBRE**. Herramienta indispensable en épocas cómodas e incómodas, y que considero una de las habilidades más importantes del ser humano. Imagínate por ejemplo, un médico, que cuando le llega un paciente a urgencias después de un accidente ante esa situación no tuviese control sobre sí mismo y sobre esa circunstancia. Figúrate también, un avión que está pasando por una zona de turbulencias, los pasajeros se ponen a gritar y tanto las azafatas como el comandante hacen lo mismo, pierden el control, mejor no imaginarlo. Un jugador, entrenador... que le están criticando desde la grada. Un directivo con un empleado que ha tenido un error en la empresa. Esta misma empresa que perdió dinero...etc. Te podría poner infinidad de ejemplos, donde ante situaciones adversas, saber navegar ante las mismas es muy beneficioso... y saludable, no solo para la persona, sino también para su entorno.

...que **cuando hay calma interior, la adversidad es sólo parte del aprendizaje**.

... de las sabias palabras de Alysha Speer: *... y sin tu experiencia eres una página en blanco, un cuaderno en blanco, una letra que falta. Aquello que te hace valiente es tu voluntad de vivir a través de una situación terrible y mantener la cabeza bien alta al día siguiente. Así que no vivas la vida con miedo. Eres más fuerte ahora, después de toda la basura que ha sucedido, de lo que nunca imaginaste antes de que empezara.*

...del motivador ejemplo de Thomas A. Edison, que quemó decenas de miles de bombillas hasta lograr que se hiciera la luz. Nunca desistió hasta conseguirlo. Se cuenta que, en una ocasión, un discípulo suyo le preguntó: “Maestro, ¿cómo es que después de tantos fallos y errores sigue usted adelante?”. A lo que el inventor respondió” ¿Fallos y errores? No conozco estas palabras. Sólo puedo decirte que ahora tengo 912 fórmulas de cómo no hacer una bombilla”.

Un paseo por tus emociones

Fíjate en que:

Después de que Fred Astaire hiciera su primera prueba cinematográfica, en 1933, el informe del director de pruebas de la Metro Goldwyn Mayer dictaminaba: «¡Incapaz de actuar! ¡Ligeramente calvo! ¡Puede bailar un poco!». Astaire conservaba aquel informe sobre la chimenea de su casa en Beverly Hills.

Un experto dijo que Vince Lombardi no poseía un mínimo conocimiento de fútbol americano y que le faltaba motivación.

A Sócrates lo acusaron de inmoralidad y de corromper a la juventud.

Cuando Peter J. Daniel estaba en cuarto grado de primaria, su maestra, Mrs. Phillips, le decía continuamente que **no servía** para nada, que era un fruto podrido y que jamás llegaría a ninguna parte. Peter siguió siendo totalmente analfabeto hasta los veintiséis años. Un amigo se quedaba toda la noche con él, leyéndole un ejemplar de Piensa y hazte rico. Ahora es el propietario de las esquinas donde solía pelear y acaba de publicar su último libro: Mrs. Phillips, you were wrong! (Señora Phillips, se equivocó).

A Louisa May Alcott, la autora de Mujercitas, su familia le aconsejaba que buscara trabajo como sirvienta o como costurera.

Beethoven era muy torpe con el violín y prefería tocar sus propias composiciones en vez de mejorar su técnica. Su maestro le decía que como compositor era un desastre.

Los padres del famoso cantante de ópera Enrico Caruso querían que fuera ingeniero. Su maestro le dijo que no tenía voz y que era incapaz de cantar.

4. LA PARTE POSIBLE DE LO IMPOSIBLE, DESPIERTA LA SUPERACIÓN DEL SER HUMANO



4.1. CADA DESAFÍO SE CRUZA EN TU CAMINO POR UNA RAZÓN: PORQUE ERES CAPAZ DE SUPERARLO

Acuérdate:

... que una dificultad educa. **La adversidad es una maestra, que te da una clase particular sin la necesidad de entrar al aula.**

Si aparece la oscuridad
alguna vez en tu vida,
no te quedes con las manos
en los bolsillos.

¡Actúa!

Enciende una cerilla
y ya tendrás luz.

5. AVANZAR O RETROCEDER, ES TU ELECCIÓN



Acuérdate:

...que **el secreto de cualquier persona, se encuentra en la actitud que escoge en cada momento. Cuando aparece un contratiempo, no tienes un impedimento, tienes una elección.** Si quieres llegar a algún lugar relevante, necesitas las piedras en el camino.

... de la sugerencia de Mufti Ismail: *la vida está llena de pruebas y desafíos. Si usted no los quiere, no ha entendido la vida.*

6. NUNCA DEBES DESFALLECER. SIEMPRE EXISTE UN CAMINO ALTERNO



6.1. A VECES LA VIDA TE DA CON UN “LADRILLO” EN LA CABEZA

Inicialmente debes tener presente que la mayoría de las personas no están dispuestas a encarar y vencer los obstáculos que se cruzan en su camino. Nadie ha llegado hasta el triunfo (grandes empresarios, deportistas...) sin enfrentarse a senderos pedregosos. Es absurdo que pretendamos atravesar el mar simplemente con observar el agua.

7. SI EL CAMINO SE TUERCE, TÚ MISMO DEBES ENDEREZARLO



7.1 ¿DÍAS DE CALMA Y DÍAS DE BORRASCA? LO IMPORTANTE ES SER BUEN CAPITÁN

Acuérdate:

...que una persona **con una extraordinaria fortaleza mental, es aquella que pese a convivir con situaciones de presión, no se siente presionada. Es aquella que sabe dar respuestas idóneas a los “exámenes” que la vida le plantea.**

Acuérdate:

... que **la mejor defensa es... no sentirse atacado.**

... que la adversidad es un 10% lo que te sucede, y un 90% como respondes a lo que te sucede.

... de la recomendación de Alejandro Jodorowsky: *cuando sufres, obligate a recordar un momento alegre. Una sola luciérnaga es el fin de la oscuridad.*

... que la vida es una exigencia diaria. Si no te consideras exigente a nivel mental es mejor que decidas apartarte del camino porque tarde o temprano la vida te apartará. Cuando estés en el camino, aunque no te complazca, tienes la obligación de caminar sin detenerte. Para ello, puedes tener presente la sugerencia de Emilio Zapata: *el que quiera ser águila que vuele, el que quiera ser gusano que se arrastre, pero que no grite cuando lo pisen.*

... de compartir tus alegrías y tus penas. No te hagas el atlas y quítate el mundo de los hombros, encerrarse en uno mismo es un gran peligro. **Abrazar la incertidumbre y dejar de acariciar la comodidad, te permitirá acceder a cualquier paraíso.**

... que las personas son como las bombillas: Algunas tienen 400 Watios, es decir, que poseen mucha energía, que consiguen dar mucha luz a los demás...., sin embargo hay otras que actúan como una bombilla fundida ¿Con cuál te identificas? La respuesta te pertenece.

Un camino de piedras,
al final,
te puede llevar
a una playa espectacular.

8. NO NECESITAS ALAS PARA VOLAR, SINO SIMPLEMENTE DECIDIR ELEVARTÉ



8.1 EL TRABAJO MÁS DURO ES NO RENDIRSE

Da un salto de fe, salta y la red aparecerá.

Rubén González

Acuérdate:

... que cualquiera que se esfuerce, puede alcanzar grandes metas a pesar de las desdichas. Ten presente el slogan de ALITALIA: Quien no vuela no vence. Cuanto más alto vuelas, menos competencia encontrarás en el camino. **Quien no vuela, no solo no avanza sino retrocede, ya que en algún momento alguien tomará la iniciativa de iniciar el despegue.**

... de la recomendación de Joaquín Lorente: *si quieres conocer a tu mejor profesor de energía, mírate al espejo.*

9. SUEÑA ALTO Y VOLARÁS, SUEÑA BAJO Y NO DESPEGARÁS



9.1. DISPÁRATE HACIA DONDE QUIERAS LLEGAR

Acuérdate:

... que tu primer reto será saber lo que quieres y... lo que no quieres.

Cuando sepas lo que quieres, ámalo, pon tu corazón en ello y conviértelo en un sueño.

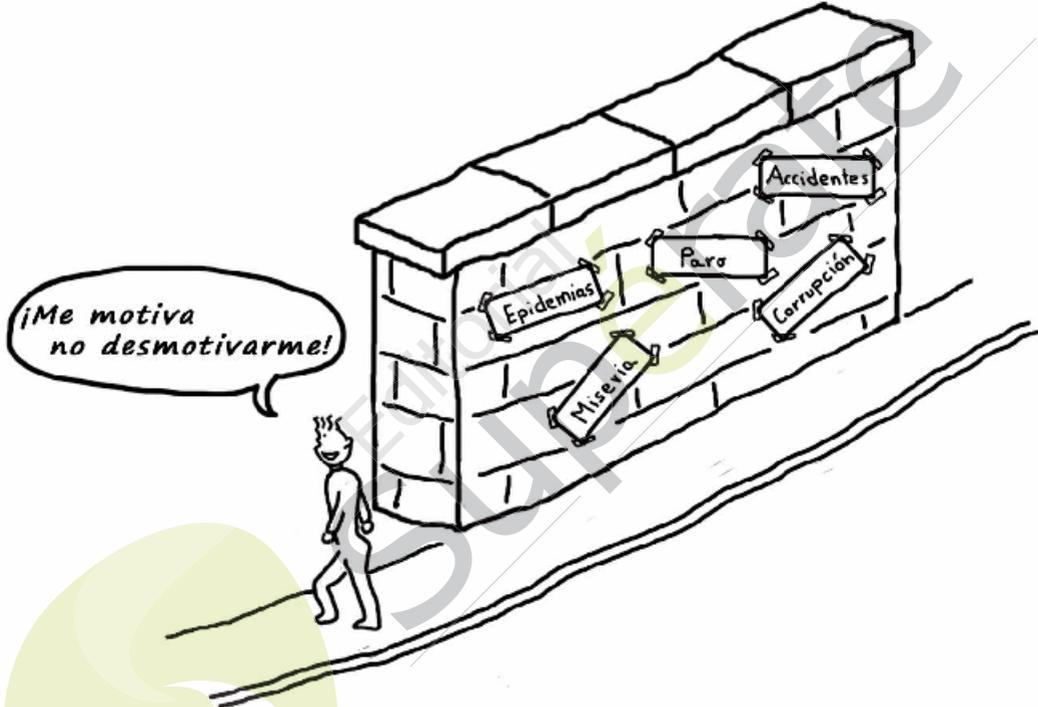
... que el mejor sueño es aquel que no puedes quitarte de la cabeza. Ponte un sueño, hazlo tuyo, y no te detengas hasta conseguirlo. Si no vives tu sueño, terminarás soñando tu vida.

...que siempre es bueno tener expectativas altas. **Procura no convertirte en lo que temes, sino en lo que sueñas. No dejes de vivir tus sueños, por oír...tus miedos.**

¡Cásate con tu sueño!
y procura ser feliz
con él.

Trata de amarlo,
tanto en la salud
como en la adversidad,
todos los días de tu vida,
hasta que un nuevo sueño,
cumplido el anterior...
os separe.

10. DA UN PASO, AUNQUE SEA PEQUEÑO Y OBSERVARÁS CÓMO SE ILUMINA EL SIGUIENTE



10.1 UNO DE LOS GRANDES INCONVENIENTES DE LAS PERSONAS ES QUE ASPIRAN A DEMASIADO POCO

Acuérdate:

...que sólo las personas que se arriesgan a ir demasiado lejos, pueden descubrir lo lejos que se puede llegar. Tú determinas si eres de los que se fija una meta, se compromete y paga el peaje por alcanzarlo, o si por el contrario, cuando se le pone delante un primer obstáculo, decide abandonar el camino.

Acuérdate:

... que **en el camino estamos todos, y ¿caminando? Una cosa es estar en el camino y otra muy distinta estar caminando.** Lao Tse, nos aconseja que *un viaje de miles de kilómetros debe comenzar por un solo paso. Un primer paso, nace de la profundidad del compromiso contigo mismo.*

... que tanto en la vida como en el deporte, cuando se ataca, también se puede perder. Pero cuando uno se pone a la defensiva ya ha perdido.

... procurar no llamar a los contratiempos problemas, mejor di RETOS. Los afrontarás con más determinación.

... del graffiti que un día observe en México: *el que no se mueve, no siente el sonido de sus cadenas.*

... de la relevante recomendación de Patricia Hashuel: *Al iluminarnos con una linterna en la oscuridad de la noche, ella alumbró nuestro próximo paso solamente. A medida que vamos avanzando, sólo puede iluminar el paso siguiente y así sucesivamente, uno cada vez. Cuando nos hallemos en la oscuridad de la noche, no debemos pretender que una luz ilumine todo nuestro camino, sino que debemos conformarnos con una pequeña luz que nos permita sólo ver el primer paso.*

Un paseo por tus emociones

¿Qué es una Revolución Interior?

Una revolución es a la vez una ruptura y una propuesta, una destrucción y una obra, un punto final y un nuevo camino. Una revolución exige que rompas con algunos de tus hábitos, que te deshagas de algunos de tus pensamientos, que destruyas muchas de tus convicciones, que destruyas tus limitaciones. Una revolución entraña la visión de un soñador, la pasión de un enamorado, el coraje del intrépido, la inteligencia del arquitecto

Revolución Interior es romper con una vida anodina, es despertar todo tu potencial, es dejar atrás todo aquello que ya no te sirve, es tomar el control de tu vida, es deshacerte de tus limitaciones, es llenar de pasión tu vida, es no mirar atrás sino es para aprender.

11. TEN EL CORAJE DE PERDERLO TODO



11.1 PIERDE LOS MIEDOS

Acuérdate:

... que el miedo, va a ser tu “compañero” de viaje. Si no lo canalizas, se apodera de todo tu potencial. Te ahoga y adormece tus oportunidades. Te bloquea, e inhabilita para dar lo mejor de ti mismo.

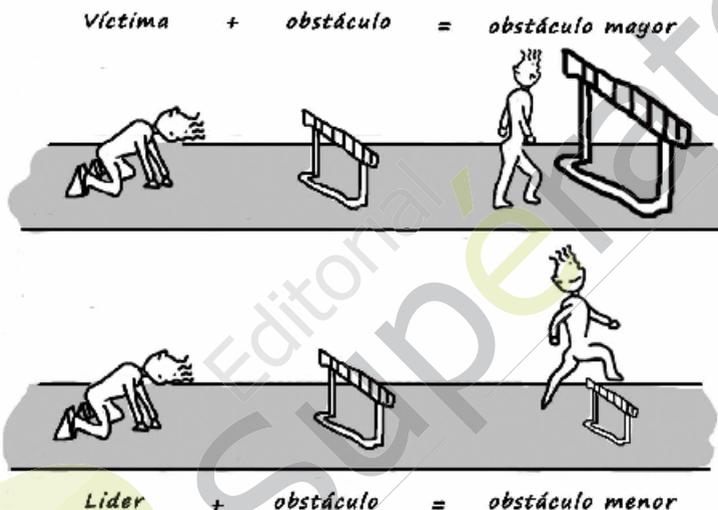
... que debes hacerte su “amigo”. Lo peor del miedo es que te vence sin luchar. El miedo ata tus manos y anula tus ideas. Una convicción tremendamente poderosa es “si alguien puede hacerlo yo también”. Muévete a pesar de tus temores. Modifica el “Yo no” por el “Yo sí”.

Acuérdate:

... que **ante cualquier adversidad, quien debe salir huyendo primero es el miedo**. Valiente no es quien nunca tiene miedo, sino quien se “encara” a él y lo domina. Como argumenta Chamalú: *¿Sabías que ser valiente no significa carecer de miedos, sino ser capaz de danzar con ellos hasta diluirlos?*

... y no te “apegues” **al líder con más seguidores del mundo: EL MIEDO**. **Si te entregas al miedo, no te perteneces, le perteneces a él.**

... que el miedo te hace ver la dificultad más grande de lo que es.



Ante dos situaciones adversas, **un comportamiento victimista te detiene. Una actitud protagonista, te habilita para empezar la búsqueda de soluciones.**

... que **el miedo es una oportunidad para encontrar una bacteria que lo neutralice.**

... que el miedo vive de tu “aprecio” y de tu atención hacia él. La forma de anularlo es a través de tu indiferencia, de tu desinterés y frialdad hacia él. Pasa a la acción. La acción inicialmente no te libera del miedo, pero si lo arrincona hasta que se va diluyendo poco a poco.

... que al igual que cualquier otra emoción, el miedo se contagia. Ten presente al mismo tiempo, que **el miedo no es amor, porque el amor nunca tiene miedo.**

... de reflexionar sobre esta interrogante **¿Qué harías si no tuvieses miedo?**

Para Reflexionar

Te has parado a pensar qué es el miedo, no hay mejor manera de desactivarlos que conociendo su naturaleza:

El miedo es un implante que te introducen de pequeño, y que se activa haciéndote repetir mil veces: No puedo, No valgo, No me lo merezco.

El miedo es un anticuerpo cultural de laboratorio que controla todos tus movimientos, y lo más peligroso: todos tus pensamientos e incluso tus sentimientos.

El miedo es un coagulante artificial de supermercado barato que paraliza tu corazón cuando deseas un cambio.

El miedo es una sustancia cancerígena que ataca ferozmente aquello que más quieres: tu autoestima.

El miedo es un juego de espejos que te entretiene y despista para que no puedas reencontrarte contigo mism@, porque sabe que es en ti donde se haya tu verdadero poder.

El miedo es un gran mentiroso, un embaucador profesional que te engaña una y otra vez para no quedarse sólo.

El miedo es la cadena de tu falso Yo para tenerte atado y bien atado, al que le encanta ir de compras por el centro comercial de los miedos.

Y además, entre tú y yo, el miedo no tiene miedo, sino pánico, a que le mires directamente a los ojos para que no descubras que está vacío por dentro. Porque el miedo no tiene personalidad alguna, sólo es un juego de sombras huidizo que se proyecta sobre tu mente para sentirse real.

El miedo, en definitiva, es una vacuna que te pusieron hace muuuuuuuuuchos años al despertar de tu primer sueño y que lleva un antivirus que inhibe tu ser para no dejarte crecer tus alas... Porque, por si no lo sabías, Tú, simplemente por ser humano, tienes la capacidad de desarrollar unas preciosas alas. ¿O qué te pensabas que era ese pequeño dolor que a veces sientes en la espalda?

11.2 PIERDE LA COBARDÍA A TOMAR DECISIONES

¿Usted toma algo para ser feliz? Sí, decisiones.

Acuérdate:

... que nuestros estados emocionales influyen en las decisiones que tomamos y, por tanto configuran nuestro destino. **La calidad de tu vida va a depender de la calidad de tus decisiones.**

... que a lo largo del día, te encontrarás con infinidad de situaciones de tomas de decisiones. Lo primero que debes tener claro, es que tomes la decisión que tomes, ésta va asociada a una consecuencia. Por lo tanto pregúntate antes ¿qué es lo peor que pasaría sí?...

... que la mejor decisión, es aquella que te deja en paz contigo mismo. **A veces hay que tomar decisiones que duelen al corazón, pero tranquilizan al alma.**

... que con el miedo predominando, nuestra capacidad de percepción disminuye, por tanto, nuestra capacidad de decisión, también disminuye. Nos está desnaturalizando.

11.3 PIERDE EL MIEDO AL QUÉ DIRÁN

La opinión es tuya, pero la vida es mía.

Acción poética Tehuacán

11.3.1 NO PERMITAS QUE TU HISTORIA LA ESCRIBA TU ALREDEDOR.

Acuérdate:

... que te pueden disparar verbalmente desde fuera, pero no puedes dejar que te maten emocionalmente por dentro. Estar pendiente del qué dirán, de la aprobación de los demás, se ha convertido en una de las enfermedades más tóxicas para el ser humano.

Mis víctimas son tan numerosas, y a menudo tan puras, como la arena del mar.

Nunca olvido; raras veces perdono.

Soy el rumor.

Antonio Álvarez

Escribe el guión
de tu vida,
puede ser una película
interesante.

11.4 NO TE CONVIERTAS EN COMPOSITOR DE EXCUSAS

Dentro de veinte años te sentirás más decepcionado por las cosas que no hiciste que por las que hiciste. Por tanto suelta amarras .Aléjate del puerto seguro. Que tus velas atrapen a los vientos alisios .Explora .Sueña. Descubre.

Mark Twain

Acuérdate:

... que las excusas **son una rendición interior**. Excusándote **estás renunciando a pelear por tus sueños**. Una razón puede ser el temor a no alcanzar lo que te propones, y otras veces, por miedo a la respuesta social.

... que sólo existen dos clases de personas: los que buscan una excusa para poder fallar, y los que buscan una solución para poder vencer.

13. SI VIVES ENTRE CODORNICES, ES MUY DIFÍCIL QUE APRENDAS A VOLAR COMO LAS ÁGUILAS

Hola, ¿es la fábrica de VIDAS?

Si señorita, ¿que desea?

*Le quiero informar que a muchas personas
no les llegó su pedido, y andan metiéndose
en la vida de los demás.*



Acuérdate:

... de elegir adecuadamente a tus compañeros de camino. **Serás como aquellos con los que compartas tu viaje de la vida. Tu éxito va a depender de las personas con las que te asocies.**

... de rodearte de personas con apetito y empuje. Sólo el hambre te guía hacia la comida. Es tremendamente valioso diferenciar los dos tipos de personas que existen:

Las nutrientes, son las que siempre te están tocando el corazón.

Las contaminantes son como las anclas, te llevan al fondo.

...para su comprensión aferrarte a la afirmación de la presentadora Oprah Winfrey: *hay mucha gente que quiere subir conmigo a la limusina,*

14. SI NO ESTÁS CONTENTO CON LA COSECHA QUE RECOGES, REvisa LAS SEMILLAS QUE PLANTASTE



14.1 ESTÁ BIEN CAERSE... SI RECOGES LA LECCIÓN

Acuérdate:

... que el fracaso es un resultado. Es un desvío temporal, por tanto, el fracaso no significa que has perdido algo sino que has aprendido algo. El fracaso es un maestro, no un camino hacia el tanatorio. El fracaso es un muerto muy vivo.

Acuérdate:

... que la esencia del hombre es imperfecta, por tanto, el mismo debe convencerse de que va a cometer errores. Para ello, ten presente la recomendación de Joaquín Lorente: *Hasta que no asumas que te has equivocado, no encontrarás la solución. Nuestro cerebro tiene una marcha atrás: Se llama <<la rectificación>>.*

... de no comentarle a tus “vecinos” tus fracasos, sino lo que has aprendido de ellos. **Expande esa riqueza.**

... que uno no fracasa cuando cae, sino cuando se queda en el suelo. Se puede caer pero no echar raíces. Cae **N** veces, y levántate **N+1**. Cuando te tumban sólo hay una manera de levantarse, empezar a mirar hacia arriba.

... que, **nadie consigue “besar” el éxito, si primeramente no se “enamora “de sus propios fracasos.**

... que uno pierde cuando no da todo lo que lleva dentro. **No existen derrotas, sino información. Ten presente que a veces se gana y a veces se... APRENDE.**

... finalmente, que los que primero te van a auxiliar a levantarte, serán aquellos que saben lo que uno siente al caer.

14.2 NO EXISTEN LOS FRACASOS SÓLO CLASES PARTICULARES

Acuérdate:

... que el fracaso tiene dos paradigmas extraordinarios y relevantes:

El primero, es que **nadie puede considerar que fracasas, EXCEPTO TÚ**, ya que eres conocedor de todo el proceso, y eso ya te resta ansiedad. El primer paso para sobrellevar el fracaso es aprender a no personalizarlo. La esencia del hombre es imperfecta, por ello, él mismo debe convencerse de que va a cometer errores. El error es la mejor excusa para volver a comenzar. Y en segundo lugar, **el enorme poder transformador** ya que es una clase particular que te ilumina el sendero desacertado. Posee el don de la oportunidad, ya que permite modificar el rumbo de tu vida. Es como un sabio que te permite aprender aquello que necesitas. Pero **sobre todo tiene un potente efecto regenerador, ya que limpia tu interior.**

15. SER OPTIMISTA, ES CONVERTIR UN CALLEJÓN SIN SALIDA, EN UNA AVENIDA DE SEIS CARRILES



Acuérdate:

... que el optimismo es uno de los “amigos” más recomendables que tiene el ser humano. **Te permite ver la parte más favorable de cada situación. Extraer su parte más satisfactoria. El optimismo te aconseja que cada contexto tenga un lado más útil y beneficioso.**

< ¿Por qué no sales y te diviertes cariño? >

< ¡Sabes perfectamente que nunca disfruto divirtiéndome! >

Acuérdate:

... que el optimismo es una actitud ante la vida, en la cual se manifiesta ¡yo puedo! Ser optimista te otorga la posibilidad de observar una oportunidad en cada percance.

... que **una persona positiva regala esperanza .Ve el futuro como un almacén repleto de posibilidades. Observa ventajas, y tiende a ver el lado bueno, no sólo de las personas, sino también consigue ver el mundo, como un sitio digno de disfrute.**

... que el optimismo es una fuente de motivación insistente, con preferencia al largo plazo. La hora no tiene 60 minutos. La hora tiene tantos minutos como se utilicen positivamente. **Se puede disfrutar de todo, siempre que uno esté firmemente decidido a ello.**

... de la sabia sugerencia de Irene Villa: *Tu felicidad está en tu mano. Como también tus ganas de vivir. Los recuerdos siempre estarán ahí para adornar tu vida, pero es el presente el que hay que colorear. Eres lo que vives. No hay que pararse nunca. Pero es mejor arrepentirse de lo que has hecho que de lo que has dejado de hacer. Las mayores barreras son las que nos ponemos nosotros mismo <la única barrera eres tú, sólo tienes que aprender a saltarte>.*

... que **la cadena del optimismo pone en marcha la cadena del optimismo. Un optimista convierte un menos en un más. Si tiene un limón hace una limonada. Ve flores en un jardín de cemento.**

... que en la vida, como en la fotografía, hay que pasar los negativos a positivos. Esto, te permitirá practicar el arte de encontrar lo positivo de todas las cosas, las personas, los lugares, las circunstancias...

... que **una mentalidad pesimista no da nada a cambio, sin embargo, roba todo.**

... de la recomendación de Inma Capó: *puedes ver el vaso medio lleno o medio vacío: al vaso le da lo mismo. Puedes ver el mundo como algo amenazante o como algo maravilloso: ¡al mundo le da lo mismo!..PERO A TI NO.*

... finalmente, de **Relativizar**. Pregúntate a diario cuando **te suceda algún contexto inadecuado. En esta vida tan corta ¿Es tan importante esta desgracia que me está pasando?** Una manera de demostrar sabiduría, es sabiendo ignorar lo que no vale la pena.

16. LAS OPORTUNIDADES NO SE PIERDEN, LAS APROVECHAN OTROS



¿Qué nos traerá
el nuevo año?

365 Oportunidades

Un joven describía entusiasmado lo que soñaba hacer con su vida. <¿Y cuándo piensas hacer realidad tus sueños?>, le preguntó el maestro. <Tan pronto como llegue la oportunidad de hacerlo>, respondió el joven. <La oportunidad nunca llega>, replicó el maestro. <La oportunidad ya está aquí>.

17. ADQUIERE SENTIDO DE EQUIPO



17.1 ACERCAMIENTO AL PENSAMIENTO EN EQUIPO.

El arte de vivir es hacerse quien uno es. Yo, como todos, tengo el deber de ser lo que soy. Pero no soy nadie sin los demás.

José Luis San Pedro

“¿Alguna vez ha trabajado con un equipo de gente capaz de funcionar a la perfección? Lo más probable es que le haya ocurrido sólo una o dos veces en la vida. Seguramente era un grupo de personas que confiaban

17.6 SIN LAS BASES DE UN DESARROLLO INTERIOR, NO EXISTE TRABAJO EN EQUIPO

Reunirse en equipo es el PRINCIPIO
Mantenerse en equipo es el PROGESO
Trabajar en equipo asegura el ÉXITO

Henry Ford

Acuérdate:

... a modo de resumen, que **una persona que se integra en un colectivo** debe entender que su rentabilidad nace en la colaboración. Debe comprender que todo en la misma está interrelacionado y que él forma parte de ese todo, no es independiente, **interactúa con los demás.**

Debes concebir por lo tanto que:

- Partiendo de ese compromiso **tu palabra favorita deja de ser “yo”.**
- La diferencia entre un equipo normal y otro ganador, reside en la **confianza**, es decir, en el primero cuando un compañero falla el resto deja de creer en él. Sin embargo en el equipo ganador ante el error, el resto de componentes sigue confiando en él.
 - La confianza es el fruto de la fusión de valores y conductas.
 - **Se sube con menos dificultad una cuesta, si vamos todos juntos.**
 - Ayudando al equipo a ti te va a ir mejor. Trabajar en equipo **divide** el trabajo y **multiplica** los resultados.
 - Si das lo mejor, el equipo te da lo mejor. Y eso se traduce en un extraordinario ambiente, en títulos, salarios...
 - Nadie es más importante que nadie y que si tu colaboración no fuera relevante no estarías aquí. **Si tu aportación al proyecto no se tuviese en cuenta, el proyecto no tendría éxito.**
 - No estamos aquí para estar juntos, sino para hacer algo juntos.
 - En el equipo no se compite, se comparte.
 - Se logran mejores resultados trabajando con otros que contra otros.
 - El comportamiento colectivo no admite la desobediencia porque crea debilidad en el mismo.

- Te unes al equipo para obtener aquello que por ti solo no puedes. Subordina los intereses individuales a los colectivos. Te dirás: **Si el equipo GANA, GANO YO. Estás transformando el “yo” en “nosotros”.**

- El poder de una cascada es generado tan sólo por un montón de gotas que están trabajando juntas. Esa majestuosidad sólo es rentable desde la colaboración y solidaridad de cada una de ellas.

- El principal mandamiento de sentido de equipo lo confirma **el somos porque soy, soy porque somos.**

- Lo que da **Grandeza** a las personas no son los títulos, ni las medallas, ni los campeonatos..., sino el no OLVIDARSE DE DONDE PROCEDEN, esa es su mayor RIQUEZA (seguir tomando cañas con los que se cruzaban en su camino, jugar la partida con los compañeros de siempre, llamar a los que te empujaron a seguir...). Si te olvidas de tus orígenes, **al bajar te puedes encontrar un camino lleno de brasas.** Para ello ten presente la sugerencia de Jhon Ruskin: *cuando un hombre está completamente envuelto en sí mismo, el paquete es bastante chico.*

Trabajar **contra** los demás = competición

Trabajar **sin** los demás = individualismo

Trabajar **con** los demás = cooperación

Trabajar **para** los demás = cohesión

¡Tú decides!

No vivas para que
tu presencia se note,
sino para que tu ausencia
se sienta.

Bob Marley



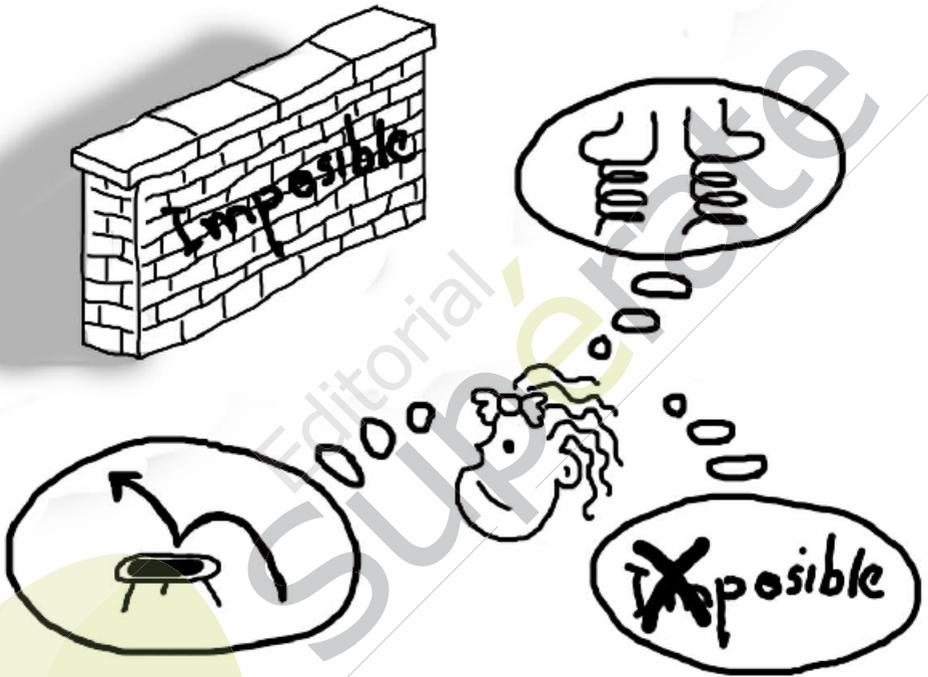
Yo,
no soy
yo sólo

RECEPCIÓ

TRANSPORTES

INFORME

18. ACUÉRDATE QUE NINGUNA REALIDAD DESTRUYE, DESTRUYE NO HACERLE FRENTE



Acuérdate:

... de no evadirte de las situaciones. Asúmelas. Rétate a modificar cada circunstancia adversa. Si evades tu responsabilidad decrece tu potencial. **ATRÉVETE A ATREVERTE.**

... de **cambiar el << eso no es posible >> por el << y si fuera posible >>.**

... que los diamantes hay que pulirlos, no vienen en cajas de Tyffany.

... de la sugerencia de Facundo Cabral: *no digas "no puedo" ni en broma, porque el inconsciente no tiene sentido del humor, lo tomará en serio y te lo recordará cada vez que lo intentes.*

19. NO HABLES DE TU OBRA, QUE TU OBRA HABLE DE TI



19.1. DEJA HUELLAS, NO CICATRICES

Acuérdate:

...ser contribuidor. Vivimos en un lugar llamado mundo. Sé consecuente y deja un legado. Eso te hará inmortal. El valor más eterno de una persona se mide por la sucesión.

Acuérdate:

...que **una vela no pierde nada por encender otra vela**. No sé si esperas algo de la vida, pero la vida espera algo de ti. Entrégate a los demás sin esperar nada a cambio.

...de la recomendación de Albert Einstein: *intenta no convertirte en un hombre de éxito, sino más bien en un hombre de valor*.

...que **ser faro para otros ilumina tu propio camino. Sé para tu entorno, un generador de luz, una energía que contagia**. Ten presente que, el ejemplo es el único discurso que no tiene palabras.

... que la vida siempre espera nuestra contribución particular, para hacer de este mundo algo más admirable.

... de esta bellísima historia que nos cuenta Anthony de Mello: <Cierta día, iba paseando por una calle cuando de repente vi a una niña hambrienta, sucia y tiritando de frío dentro de su harapos. Me encolericé y le dije a Dios:

- ¿Por qué permites estas cosas? ¿Por qué no haces nada para ayudar a esa pobre niña?

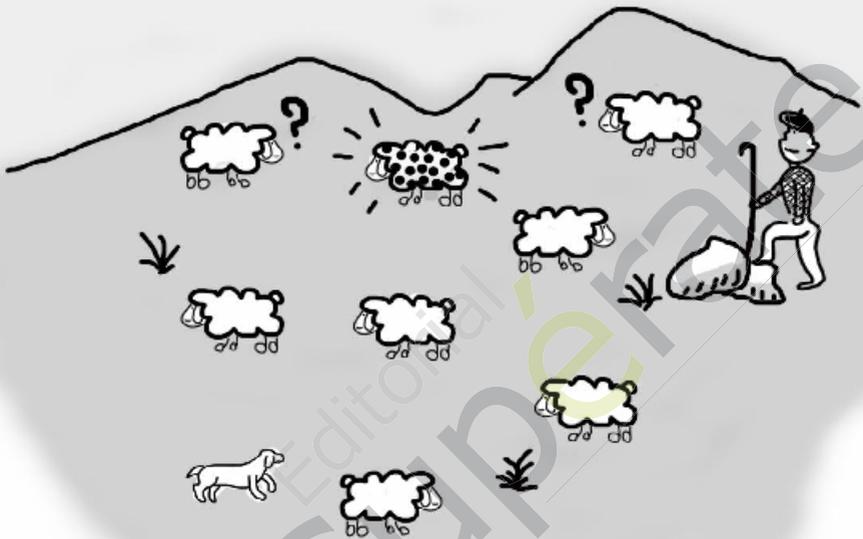
Esperé la respuesta, pero fue en vano. Sin embargo, aquella noche, cuando menos lo esperaba, Dios respondió a mis preguntas airadas:

- **Ciertamente** que he hecho algo. Te he hecho a ti>

... en definitiva, **durante el sendero de tu vida de ¡VIVIR!**, y dejarás el legado más poderoso del planeta. Estarás aconsejando a la humanidad **“Mientras vivió supo vivir”**.

**Adquiere grandeza,
para transmitir grandeza**

20. EL MEJOR ELOGIO QUE TE PUEDEN DECIR ES: TÚ ERES DIFERENTE



20.1 ¿QUÉ ES DIFERENCIARSE?

Acuérdate:

... que es **huir de lo rutinario, alejarse de lo normal, de lo convencional, de lo estándar, del rebaño...** Para poder obtener el éxito (que es el momento en que aquello que vale la pena llega a cumplirse) tanto personal, deportivo, empresarial, como familiar, tienes que diferenciarte, no repetirte ¡o te distingues... o desapareces! Diferenciarse no significa hacer cosas diferentes, sino aplicarlas de manera diferente. Ya Hugh Macleod nos recomienda: *el precio de ser una oveja es el aburrimiento. El precio de ser un lobo es la soledad. Elige tu opción con cuidado.*

Acuérdate:

... de la recomendación de Joaquín Lorente: *si no ofreces un cielo, jamás tendrás creyentes.*

Mami ¿qué es la normalidad? Hijo es un escondite muy grande, donde hay gente muy rara.

20.2 ¡O EVOLUCIONAS! O ¡TE ANULAS!

Acuérdate:

... que La fuerza deportiva/personal/ empresarial... reside en las diferencias no en las similitudes. Todo lo que no es distinción, es confusión, argumentaban los escolásticos. **La distinción comienza cuando uno piensa en ella.**

... que **la diferencia, no solo engancha emotivamente, sino también destrona a la rutina.**

... de la recomendación de Kurt Coubain: *la gente se ríe de mí porque soy diferente. Yo me río de ellos porque son iguales.*

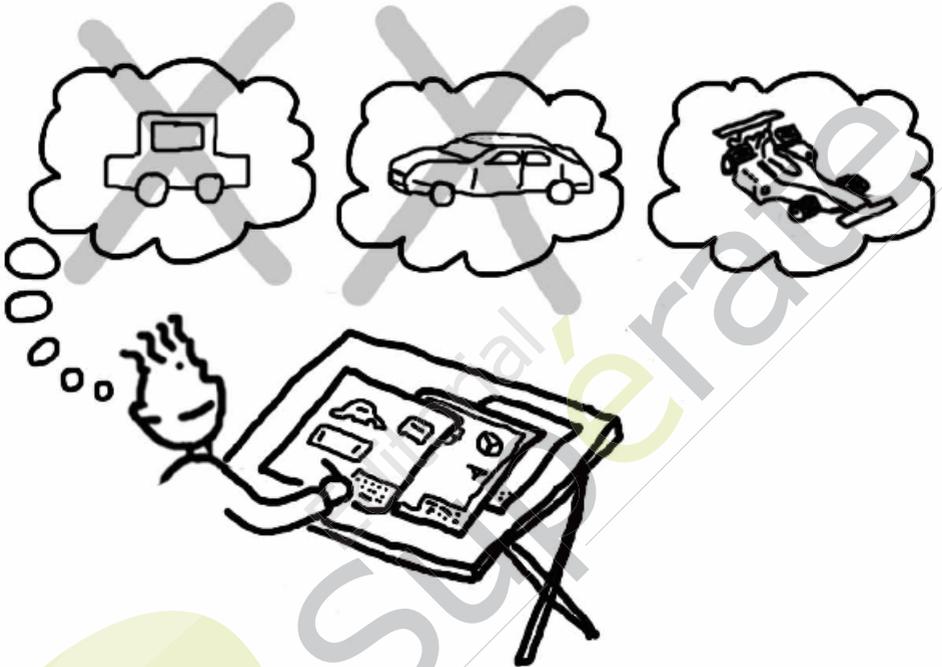
... que **todos nacemos originales, pero la mayoría muere siendo copia.**

... de la sugerencia de Eric Hoffer: *Cuando la gente tiene la libertad de hacer lo que quiere, generalmente se imitan los unos a los otros.*

¿Qué reflexión te seduce más?
¿Me concedes este baile?

o
¿Me concedes este invierno
para abrazarte?

21. ADQUIERE UN COMPROMISO CON LA EXCELENCIA



Tengo gustos simples, me siento satisfecho con lo mejor.

Oscar Wilde

Acuérdate:

... ser tú mejor tú. Sé tan bueno que no pueda ignorarte.

... procurar hacer de la excelencia un hábito.

¿Por qué hacerlo mal? Si puedes hacerlo bien

¿Por qué hacerlo bien? Si puedes hacerlo mejor

¿Por qué hacerlo mejor? Si puedes hacerlo excelente

23. NO DEJES QUE LA PRISA COJA CARRERILLA



¿Cómo se come un elefante? Despacito... Un bocado tras otro.

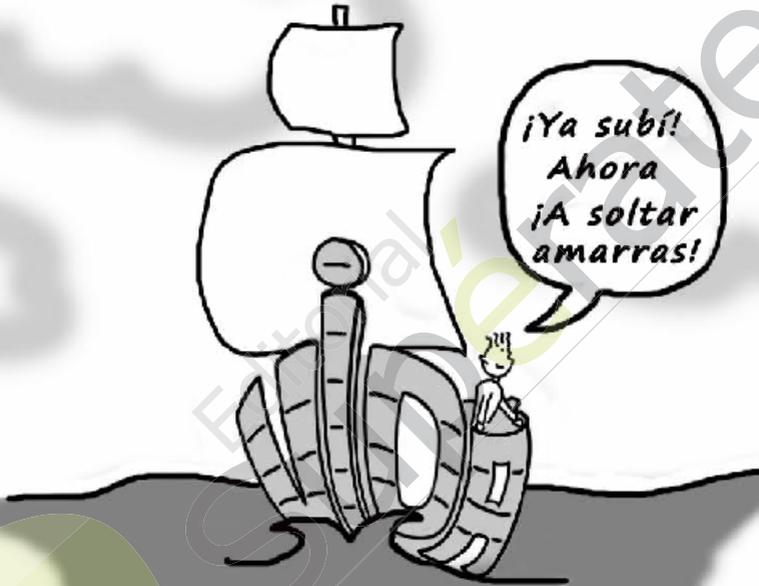
Acuérdate:

... que la paciencia es el arte de ocultar la impaciencia. Es soportar las “molestias” que van apareciendo en el camino con serenidad.

... de vivir el presente. Al presente no se llega, se está en él. No conozco a nadie que sea feliz **IMPACIENTEMENTE**. La prisa espanta la felicidad del momento.

...de la recomendación de Kalill Gibrán: *saben más del camino las tortugas que las liebres.*

24. SÚBETE A BORDO DE LA VIDA. QUE LA VIDA NO TE SUSPENDA POR INCOMPARECENCIA



La vida es un gran lienzo en blanco, tú has de poner el mayor colorido posible.

Danny Kaye

24.1 LO ÚNICO QUE TE REGALAN EN LA VIDA ES TU PROPIA VIDA ¡SABORÉALA!

Acuérdate:

... de no quedarte con las manos en los bolsillos esperando que venga alguien a ordenarte tu vida ¿Sabes por qué? Porque no aparecerá.

... que **debes viajar a tu interior. La vida sólo adquiere el sentido que tú le das. Dar desde dentro una dirección adecuada a cada contexto, es tu responsabilidad... Aprende a vivir.**

... de la sabia recomendación de Alejandro Jodorowsky: *sabes si estás en el camino correcto, cuando a cada paso sientes la alegría de vivir.*

... que lo que debes hacer **es sentirte completo**. Sentirse completo es estar satisfecho con lo que te está sucediendo. **Es de sabios degustar todo aquello que la vida te concede.** Ten presente que **SER no es TENER, puedes tener mucho pero ser muy poco.**

... que empadronarte en un territorio llamado **SER**, te permitirá vivir momentos extraordinarios. El territorio del **SER, es ese lugar donde el alma se pone a bailar y se diluye la dictadura del materialismo.** Ten presente para ello, la sabia sugerencia de Omar Falworth: *el éxito de una persona no se mide con la cantidad de dinero que tienes en el banco, sino con la cantidad de alegría que alberga en su corazón.*

... que **todo lo que está fuera de ti no te da valor.** Si pierdes todo lo que tienes, ¿quién eres? **No debemos perder nuestro valor personal.** Te pueden quitar la casa, ir a vivir debajo de un puente y ser GRANDE. **Si pierdes lo que tienes te queda tu ESENCIA, la parte buena.** Infinidad de veces la “mana-da humana” te recuerda como “novelistas pegajosos” aquello de que tienes que estudiar para el día de mañana poder ser alguien, y debes preguntarte ¿Es que a día de hoy no soy alguien? ¿Es que no soy nadie? Incluso me viene a la mente la contestación de Forrest Gump cuando le preguntaron -¿qué quieres ser de mayor?...¡¡Ah!!¿Es que no voy a ser yo?

...que **tampoco eres lo que haces.** Puedes perder tu trabajo, negocio, pero no tu identidad. Tu valor como persona no lo determina ni lo identifica tu profesión. Nadie “es” su profesión, médico, albañil, abogado, fontane-

ro..., eso es lo que los demás determinan de ti. Y tampoco eres lo que los demás piensan de ti. **Eres lo que hay dentro de ti.**

... que lo que quiero sugerirte es, que **hagas lo que hagas, hazlo con PASIÓN.** Lo que uno hace con pasión le hace más feliz. Dite: ¡Quiero ser barrendero, no trabajar como barrendero (frutero, médico...)! **Debes generar una identidad, no una necesidad. Ser algo, no simplemente mantenerme con algo.**

...que **tú eres un “ser” humano, no un “tener” o “aparentar” humano. Adornado por tu riqueza de pensamientos, tus principios, tus valores positivos, a los que debes guardar fidelidad, en definitiva tu esencia, y eso es lo que debes dar y la persona observar en ti.**

...que **la vida debe ser el único espectáculo que te apetezca ver en primera fila.** Disfrútate porque te lo mereces.

24.2 POR LAS MAÑANAS AL LEVANTARTE...

Hoy no sabía que ponerme y me puse feliz.

Acción poética

Date permiso para:

...no reprocharte que el trabajo más difícil del planeta sea levantarse de cama.

...sugerirte que **quien debe cambiar no es el mundo, sino los seres humanos.**

... **PONER GUAPO A TU CORAZÓN.** Como argumenta Nisagardatta: *la mente crea el puente, pero es el corazón el que lo cruza.*

...amanecer con mucho entusiasmo, y acostarte con ese mismo entusiasmo, multiplicado por dos. Una persona con entusiasmo es un <cohete>, sin entusiasmo es como un coche que circula con el freno de mano puesto. Sólo con tu entusiasmo, no podrás cambiar el mundo, pero si potenciarlo.

... reflexionar sobre... **todos queremos un mundo mejor,** y al mismo tiempo preguntarte para enriquecerlo ¿Qué hago yo? ¿Cómo voy a contribuir hoy?

Acuérdate:

... de la recomendación de Charles Chaplin: *La vida es una obra de teatro que no permite ensayos. Por eso canta, ríe, baila, llora y vive intensamente cada momento de tu vida antes que el telón baje y la obra termine sin aplausos.*

...que debes invertir cada fracción de segundo en el aquí y el ahora.

VIVE UNA VIDA 10. PROCURA QUE TU VIDA SEA UNA OBRA MAESTRA.

Un paseo por tus emociones

DARSE CUENTA

Se cuenta que la conocida autora Francesca Colette tuvo la oportunidad de contemplar la versión cinematográfica de la historia de su vida. Dicen que, al finalizar la proyección, uno de los espectadores le comentó:

- Viendo la película, me ha parecido que usted fue una niña inmensamente feliz.

A lo que Colette respondió:

- Eso parece. ¡Lástima que no me di cuenta a tiempo!.

A partir de ahora pregúntate ¿Con quién estoy negociando más, con mis miedos o con mi fe? ¿A quién estoy alimentando más a mis miedos o a mi poder?

Cargando el mejor día de tu vida...

75%



POR FAVOR, NO ESPERE, VÍVALO

¡feliz y entusiasta día!

Leer da sueños

Leer llena pero no engorda
Emborráchate de litera-
tura, porque tu resaca
será la cultura

La calle quiere
decirte algo: LEE
(Acción poética)

Al mal tiempo...
un buen libro

Lee poco y serás
como muchos... lee
mucho y serás como
pocos (Acción Poé-
tica pto. La cruz)

Me quiero ir a
vivir a l libro que
acabo de leer.

Si toda persona fue-
se un libro, todos nos
daríamos cuenta de
que la historia de su
interior, es mucho
más valiosa que su
portada.

Quien diga que el
dinero no puede
comprar la FELI-
CIDAD, obviamen-
te no ha estado
en una librería.



Huye del concepto empresa...

ELIGE SER UN EQUIPO HUMANO

No vende productos...

ENTREGA SOLUCIONES Y REGALA EMOCIONES

Se ausenta de las similitudes...

PREFIERE CAUTIVAR CON LAS DIFERENCIAS

Se aleja de los clientes...

ASPIRA A QUE SE ACERQUEN LAS PERSONAS A TRANSFORMARSE

Evita el Marketing...

OPTA POR ESCUCHAR EL SUSURRO DE LOS DEMÁS

Se aparta de los ruidos...

PORQUE NECESITA AVANZAR CON LOS SILENCIOS

No manosea las redes sociales...

PRETENDE HUMANIZARLAS

Elude sumergirse en lo convencional...

YA QUE ANHELA APASIONADAMENTE EL SUSPIRO DE LO ADMIRABLE

Honra lo que se denomina fracaso...

**PORQUE ES CONSCIENTE DE QUE EXISTEN FINALES FELICES
Y FINALES QUE SON NECESARIOS**

Nuestro centro de operaciones
se encuentra en un lugar llamado... **SER**

¿Cuál es la diferencia entre la imagen A y B?

A



Rodrigo Conde: *Daniela ¿qué está ocurriendo en la actualidad?*

Daniela Conde: *Te orientaré a lo largo del Programa Superior.*

Respuesta:

El Programa Superior de Desarrollo Interior

Los mandamientos emocionales de un líder

de Manuel Conde, basado en su libro "Las recetas emocionales de mi hermana".

Toda la información en www.editorialsuperate.es

B



Rodrigo Conde: *Gracias hermana. Me he dado cuenta que si somos capaces de gobernarnos a nosotros mismos, tendremos paz interior. Y si tenemos paz, el mundo tendrá paz.*

Daniela Conde: *Celebro que ahora lo tengas más cristalino.*