

EBOOK

¡Súper Líder!



***Por: Ademar Girón
Coach***

¡Súper Líder!

¿Alguna vez viste las películas de súper man o las series? Bueno en mi adolescencia las recuerdo muy bien porque me emocionaba convertirme en súper héroe y salvar a la humanidad. Al pasar el tiempo me di cuenta que las cosas no eran como Hollywood me las hacía ver, jajaja ¡Que ingenuo había sido! Pues el hombre no vuela (hasta el momento)

Luego de los 13 años recuerdo que mis pensamientos empezaron a cambiar y siempre me preguntaba el porqué de las cosas, los lugares, las personas y mis sensaciones, emociones o comportamientos ¡quería descubrirlo todo! Me encanta lo invisible, porque nuestra integración de cuerpo, alma y espíritu nos permite ver y percibir de lo que no es lógico y quizás sea más real de lo que veo, pero sigue siendo maravillosamente un misterio.

Cuando menciono a súper man es porque muchas veces queremos ser el héroe de la empresa, de la casa, del club, de la sociedad y cuando no lo conseguimos nuestra vida empieza a verse afectada. No dudo que tú puedas comportante como una persona distinta y sepas gestionar mejor tus emociones y fluir en esta vida, solo que vale la pena centrarnos en nosotros.

A medida que fuimos estudiando y aprendimos de otros, dejamos de aprender de nosotros y claro estudiar es fascinante, pero conocernos a nosotros mismos es ¡Fantástico! Algo que hacemos cada día de nuestras vidas si estamos dispuestos a vivir despiertos, observando nuestro completo ser.

Hablando de nuestro trabajo y posición que tenemos ¿Para qué estamos allí? ¿Qué ganamos y conseguimos con ello? Por varios años trabajé en maravillosas empresas de las cuales aprendí mucho, pero en ese momento mi único interés era ganar dinero y posición lo cual me cansó y desesperó al paso de los meses y años, ya que no era mi objetivo o propósito de vida, pues cuando traes en tus venas la ganas de hacer lo que te apasiona empiezas a liderar tu vida y dejas de trabajar en lo que te sale o te ofrecen, si no que trabajas en lo que es tu propósito y es allí sientes que aunque trabajes, realmente no trabajas porque lo disfrutas (aunque estés en la oficina).

¿Cómo ha estado tu salud hasta hoy? ¿Cómo es tu relación con tu familia, pareja, amigos, etc.? No digo que tenga que ser perfecta, pero sí que tenga un equilibrio. Muchos también dedicamos tiempo a ellos, pero no de calidad y ¿Por qué? Porque yo tampoco lo hacemos con nosotros mismos ¡Nadie da aquello que no tiene!

Cuando inicié mi aprendizaje como Coach recuerdo que el primer día de clase iba ¡Emocionado! ¡Fascinado! Conversando en voz alta le pedí a Dios que me pusiera en el camino a personas fuera de serie, gente apasionada, gente que hablara de nuevas cosas, gente que saliera de lo convencional y ¡Así fue! Conocí empresarios, emprendedores, gerentes, etc. Como usualmente se usan estas etiquetas; me fascinaba escuchar los aportes, discusiones y debates y la forma de pensar totalmente distinta a la que convencionalmente escuchaba con las personas que me relacionaba. Cada día que iba a clases no me importaba madrugar y llegar un día antes de viaje de 4 horas. Y regresar, invertir mucho dinero, trabajar más para pagarme los cursos y formaciones que tenían, incluso vender cosas que quería jajaja Pues valía la pena todo y todos y sabía que tarde o temprano eso iba a retribuirse.

A continuación quiero compartirti 5 súper poderes de un líder, que son:

Autoconocimiento de un súper líder



Sabes ¿Qué te enoja? Y ¿Cómo te enojas? ¿cada cuánto te enojas? Sabes ¿Cómo cambia tu postura y respiración cuando te enojas?

Conoces ¿Qué te hace feliz? Y ¿Cómo ponerte feliz?

Sabes ¿Cómo curarte de algún malestar o síntoma que tengas?

Sabes ¿Cuáles son tus patrones de comportamiento cuando algo no sale como los planeas?

Conoces ¿Qué creencias te potencian o te limitan a lograr lo que quieres?

¿Cuál es la decisión más importante de tu vida que quieres tomar el día de hoy?

¿Te quejas o propones? Si te equivocas ¿Lo admites?

Si quieres llorar o reír frente a otros ¿Te lo permites o lo reprimes?

Estas y muchas preguntas poderosas de autoconocimiento se hacen en sesiones de coaching y me encanta ver como desde el ser, desde la fuerza interna cada persona encuentra su respuesta y recursos para solventarlo, pues como dice mi maestro ¡Nadie puede cambiar aquello que no conoce!

Creencias de un súper líder



Me encanta conversar con las personas, escucharlas y me fascina tener momentos de retos en mi vida porque es cuando conozco las creencias que tengo y es allí donde decido mantenerlas o cambiarlas.

Un líder debe ser hábil y asertivo conociendo las creencias suyas y de su equipo, las cuales darán un panorama de cómo será el comportamiento de muchos de ellos, incluso el patrón cultural de la organización, familia, club, sociedad o el mundo entero.

A continuación, quiero compartirte algunas creencias que para mí son limitantes (No lo tienen que ser para ti) pero te las menciono porque cuando las conoces, eres consciente y si las cambias te permiten el progreso.

·El dinero es malo: una creencia fomentada en la religión, en la familia, en la sociedad, etc. Las creencias limitantes se esconden en lo más profundo de la consciencia, la que yo tenía era: ¡el dinero arruina las relaciones interpersonales! Y la descubrí en un conflicto que tuve de familia por dinero jajaja.

·No hay dinero: ¿Cuántos billetes circulan en tu país? ¿Cuántos billetes se imprimen en cantidades grandes? Dinero hay y por montón, que tu creencia te limite a acceder a el dinero ¡Ya es otra cosa!

·Tengo miedo al fracaso: ¿En dónde aprendiste eso? ¿Tu familia? ¿Trabajo o estudios? ¿fracasaste en algo, si es así qué aprendiste? Lastimosamente cuando se vive del “qué dirán” te paralizas al hacer algo porque prefieres sentirte seguro que a avanzar y probablemente esté más cerca de ti el éxito que el fracaso.

·No puedo hacer... Esta creencia responde más a No QUIERO hacer, Fin. ¿seguro que no quieres? O estas buscando mil excusas internas y externas para no hacerlo.

Soy fea, soy tonto, soy incapaz, soy una mierda, soy un mal padre, soy una mala madre, no puedo hablar frente al público, no me animo a decir lo que quiero, no puedo decir que no, es muy caro para mí, estas no son épocas para crear negocios, Etc. Un sinfín de creencias que he escuchado y también me he dicho a mí mismo, pues nuestra sociedad nos las enseña bien y lamentablemente no usamos nuestra conciencia, no las criticamos, nos vamos con la marea.

Hablando de creencias a veces le digo a mi esposa que dos creencias me ¡Enojan! Y son: El hombre es la CABEZA del hogar y la segunda; corrige el niño con la vara, pero no le golpees hasta destruirlo. Uff si me vieran como estoy al escribir estas creencias el enojo que siento. Pues si estas creencias se cambiaran a: El hombre y la mujer pueden ser cualquier parte del cuerpo (Juntos) y los niños son maestros enviados del cielo. Puedo asegurarte que la violencia en la sociedad podría acabarse, habrían mujeres libres, dirigiendo muchos países, las mujeres árabes o musulmanas dejarían de ser esclavas y podríamos ver el maravilloso cielo que Dios hizo en este planeta.

El súper líder joven



Durante varios años observé distintos tipos de liderazgo en mi familia, en la iglesia, líderes políticos y empresarios, pero nunca admiré tanto como el de los jóvenes que se entregan con una total y dispuesta pasión, rebeldía, con propuestas, pues otros lamentablemente solo dicen, pero nunca hacen.

En los voluntariados que cree habían chicos de 15 a 20 años de edad que podían hacer cosas fabulosas. Movidos por el corazón ¡Que fascinante!

Si eres un líder político ¿Qué tanto estas dispuesto a hacer por tu país y no por intereses propios y de otros? Si eres líder religioso ¿Qué tan dispuesto estas a amar como Cristo amó, sin juzgar al otro: a homosexuales, lesbianas, alcohólicos, drogadictos, prostitutas? Si eres líder de familia ¿Aceptas a tu familia y eres feliz con ellos? Si eres líder de trabajo ¿Qué conocimientos, aprendizajes y legado le dejarás en la empresa y colaboradores?

Si despiertas tu liderazgo joven, ese espíritu que se emocionaba con sus cuates, con sus amigos por un viaje, ir a jugar el fútbol, bailar, cantar, hacer una obra de teatro, etc. Esos ojos brillantes que se ilusionaban con ser parte de algo, que fueras tomado en cuenta, estoy seguro que si lo vuelves a buscar dentro de ti ¡Brillarás!.

El líder que teme que lo quiten de puesto, de lugar, etc. Conseguirá lo que no quiere, y el líder que quiera acompañar a las personas a su máximo potencial siempre estará en las grandes ligas y no por ego si no por saber escuchar, comunicar y trascender en la vida de otros.

Súper comunicación



Nuestra comunicación es maravillosamente poderosa, ya que a través de ella descubrimos, compartimos, creamos, transformamos, hacemos, evolucionamos, etc.

Qué ves en la imagen se súper man? Se ve ¡Increíble! Verdad? Nuestra mente es nuestro cuerpo y nuestro cuerpo es nuestra mente. A través de los procesos maravillosos de nuestro sistema neurológico, nervioso y más estamos siempre conectados, percibiendo la realidad y creando la propia con el pensamiento, la emoción y sentimiento.

Me gusta leer cuando Dios crea al mundo como ordena con la palabra que se haga, se mueva, transforme lo que el quiere para este mundo y nos da una gran evidencia del poder que tenemos los seres humanos para utilizar todo nuestro sistema comunicativo.

Si quieres impactar a tu equipo de trabajo, familia, amigos, etc. Observa como te mueves, caminas, escuchas, observas, como usas el tono y volumen de voz, la vista, las manos ¡Todo! Y sabras mejor cómo consigues lo que te propones usando conscientemente tu cuerpo.

No te digo que camines como una roca o piedra jaja solo que si quieres cambiar un estado de ánimo o potenciarte cambies tu lenguaje corporal y verás como los resultados son inmediatos. También existen videos y libros que nos enseñan a profundidad cómo hacer y entrenarlo.

Hay algo que en PNL (Programación Neurolingüística) llamamos ¡Anclaje! y esto es muy útil para que tu cuerpo grave el estado de ánimo que quieres tener. Algunos empuñan las manos, extienden su brazos hacia arriba para celebrar algo. Imagina nuevamente un momento de tu vida en el conseguiste algo que querías y experimentalo y no me digas que no puedes experimentar pues si te dijera que recuerdes tu comida favorita, la sabores, la huelas e imagines mordiendo, comiendo ¿Te dio hambre verdad? jaja ¡Hazlo! Regresando al ejercicio, entra a la sensación, visión o sonidos y elige la postura corporal que quieras y áncala a tu cuerpo para que en cada momento que te sea útil en la vida la uses. Quizas una presentación de negocios, una conferencia, una cita, etc. Un momento que quieras sentirte seguro, fuerte y con una mente funcional te servirá mucho.

Y con la palabra sigamos sumando, creemos oportunidades y las oportunidades que veamos compartamoslas con otros como yo lo hago contigo en este momento. Que nuestras palabras sean el ánimo y bálsamo de paz, amor y fuerza que acompañen nuestra vida y a los demás. Pág. 9

*El Líder
de la armadura oxidada*



Quizás hayas leído el libro del "Caballero de la armadura Oxidada" y si no lo has leído te invito a hacerlo. Estoy seguro que para esa época nos explica muy bien lo que "Super Man" fue en mis tiempos de hace uuuu jaja No lo crean, me siento un jovenazo escribiendo esto.

En su relato el caballero es alguien que luce una armadura brillante y es admirado por todos, hasta que su fama de ayudar a muchos es tan grande que ya no puede quitársela, etc. No te la contaré para que la leas, pero incluso yo tuve un sueño que escribí en una mini novela identificándome con este personaje.

Recuerdo que un día me sentí desesperado y mal hasta que caminé por 6 horas finalizando mi recorrido en el cementerio en donde se encuentra el cuerpo de mi hermano mayor. Lloré tanto y me quebré hasta sentirme libre.

¿Cuántas veces te tragas todo lo que tienes que decir para evadir o evitar problemas? (Creencia)

¿Cuántas veces te escondes dentro de tu armadura?

¿Cuántas veces te has quedado sin dinero y te cargas todo, y debes aparentar estar bien?

¿Cuántas veces sientes odio por alguien que te agredió, abusó de ti, etc... Y callas?

¿Cuántas veces salen tus títulos y experiencias más que el trabajo en equipo? Generándote una gran carga o estrés de ir solo.

¿Cuántas veces decides ser fiel, pero eres infiel contigo mismo? Ya no quieres el trabajo, el puesto, la pareja, el colegio o universidad, la comida, etc. Y prefieres callar y soportar ese súper traje de apariencia que cada día te carcome.

Robert Kiyosaky, me gusta escucharlo y verlo en YouTube, él dice que desde que entramos a la escuela se nos educa al "Individualismo" Porque cuando vamos a un examen o trabajo lo hacemos solos y ¿Qué pasaría si lo hiciéramos juntos? Claro, tu quizás digas ¡Tramposo! Pero analiza, si se nos enseñara desde la escuela a resolver problemas, conflictos juntos nos prepararían para la vida. Pues considero que cada persona viene dotada de maravillosos dones, algunos desarrollan su inteligencia racional más allá de, y otros desarrollan otros tipos de inteligencias, pero si aprendiéramos a resolver en equipo, sucedería que: Un problema en tu barrio, porque una tubería se dañó ¡Irámos todos a resolverlo!, Si en casa no tenemos a nadie que nos apoye con los quehaceres, también ayudaríamos todos a lavar platos, barrer, trapear, etc. Si en una reunión de trabajo no conociera todo lo que me asignaron hacer, otros se acercarían a apoyarme y haríamos un excelente trabajo en equipo. Parece una utopía la que sueño, pero nuestro país sería otro, nuestro mundo sería mucho mejor.

Quiero pedirte que respires profundo, sientas, veas y escuches lo que has leído y de acuerdo a la interpretación que le des empieces paso a paso. Si para ti lo que haces es útil y genial ¡Sigue así! Y si por el contrario quieres evolucionar, crecer o cambiar algo ¡Conócete y evoluciona!

Eres un ser maravilloso y si estas en donde estás es porque algo se te demanda, es porque tu don se necesita allí, es porque eres valioso e importante y recuerda que el ser humano es imperfectamente perfecto. Agradezco infinitamente este tiempo para leer estas líneas y conectarte con esta luz, te envío un fuerte abrazo y si quieres acompañarte de un Coach será un placer acompañarte.

Un fuerte abrazo.

Pág. 11