

Javier Quesada

Aprendiz, emprendedor y mentor

La guía única para tu
transformación personal



A Story Of Overcoming
Una historia de superación

APRENDIZ, EMPRENDEDOR Y MENTOR

La guía única para tu
transformación personal

JAVIER QUESADA MARTÍNEZ

© Javier Quesada Martínez, 2016

Depósito Legal: CA-510-2016

I.S.B.N.: 978-84-617-6591-1

Impreso en España

Diseño de la cubierta: José Luis Zaldívar

aperimens.es

javier@aperimens.es

La reproducción total o parcial de este libro, por cualquier medio, no autorizada por los autores y editores viola derechos reservados. Cualquier utilización debe ser previamente autorizada.

*“Dedicado a todas las personas con las que he compartido mi vida.
Todas me han ayudado y han sido eslabones de la cadena.”*

El 100% de los beneficios generados por la
venta de este libro serán donados íntegramente al
Programa de Emprendedores.

Solidaridad Educativa

Tienes la descarga gratuita en formato PDF en la web:

www.javierquesada.es

Índice

1ª Parte

- 9 Introducción
- 11 Inicio: El niño altruista
- 21 Reflexiones: Cambio de paradigma
- 49 Principios para el aprendizaje individual
- 65 Herramientas del facilitador
- 119 Un camino: La excelencia -1ª parte-
- 161 Las señales

INTRODUCCIÓN

¡Abre tu mente!

En este instante de mi vida, he decidido escribir este libro y a través de estas palabras, estar contigo para explorar todo lo que podemos hacer y conseguir juntos. Alcanzar y desarrollar tu potencial, disfrutar lo hermoso y bueno de tu interior y transformar tu vida con lo que quieres.

Esta guía te sumergirá en el pensamiento y las emociones positivas, acercándote al compromiso y al significado de tu vida –tú Propósito. Descubrirás tu capacidad y los vínculos con los demás y la necesidad de lograr lo que te propongas.

Te reto que trabajemos activamente para lograr una vida plena donde podamos sentirnos conformes con quiénes somos y desde nuestra aceptación, podamos ir más allá, pues la buena vida es abundante, placentera, mágica, con significado, con logros y... conectada con los demás y, desde luego, con nosotros mismos.

Vale la pena vivir desde el bienestar, ¡la vida son dos días y hoy, es uno de ellos!

Así que manos a la obra, empecemos a trabajar en nosotros para que cada día nos fortalezcamos y nos acerquemos más a lo que nos hace felices.

¡Aprendamos, Emprendamos y Guiemos nuestro camino!



INICIO EL NIÑO ALTRUISTA

“Algo o alguien nunca puede convertirse en nada.”

—Anónimo

En ocasiones me pongo a pensar en mi infancia y esta tiene una directa relación con los sueños. Me cuesta mucho atraer al presente cualquier recuerdo de pequeño. Solo tengo vagos recuerdos jugando a través de pequeños instantes por fotografías e imágenes. Recuerdo jugar con mi bicicleta, le tenía mucho cariño y significaba mucho para mí. También recuerdo las salidas al huerto con mi padre José, un lugar donde descubrí y pasaron tantas y tantas anécdotas que fueron el inicio de la formación de mi personalidad.

Recuerdo buenos momentos y no tan buenos; aquellas picaduras de abeja, las vueltas y garbeos en bici, aquellos animales extraños de granja, el enigmático granero de paja... Tenía un camino que hacía en bicicleta y con el paso de los años, empecé a hacer a pie. Más tarde se convirtió en un circuito para correr alargándose con un Monasterio. Un antiguo psiquiátrico donde muchos contaban innumerables historias espeluznantes de personas con problemas mentales. Era un circuito atípico; una parte era preciosa, llena de flores hermosas de un color intenso que desprendían un olor a azahar indescriptible. En medio del camino, la madriguera, “mi madriguera”. Un gran día, a plena luz del día, se asomó un conejo y corrió monte a través. Fue un momento mágico, haberlo vivido a plena luz era casi imposible. Siempre había confiado en que allí vivía un conejo, aunque mi padre y mis hermanos Óscar y Ramón me dijeron que en aquel agujero no había

nada. Yo solo era un niño y mi intuición me decía que allí había un conejo. Os aseguro que no fue una mera casualidad la opción de ver entrar y salir aquel animal, opción que ya antes pasó por mi mente. Cada vez que pasaba por aquel agujero, como lo llamaban los demás, me fijaba en la entrada y créeme, habían diminutos cambios en la arena y las piedras de alrededor que otros no percataban. Hoy pienso que aunque hubiera sido fruto de mi imaginación, yo mismo alimentaba mi mente con aquella creencia, la que con el paso de los años, como dije antes, era la que me impulsaba a recorrer el camino y parte del circuito para hacer ejercicio físico. Más tarde, el circuito tenía una parte “oscura”, un camino cerrado y con poca vegetación.

La mala vegetación y escombros terminaban en aquel frío y solitario edificio gris, el antiguo psiquiátrico. A veces, a través de sus cristales rotos, por los pasillos parecían pasar personas. Hacía años que estaba vacío y abandonado. Cada vez que pasaba por allí, resonaba en mi mente todas aquellas historias y me imaginaba una multitud de atrocidades y capítulos vividos allí. Seguía corriendo hasta llegar al estanque de agua. El estanque, aunque con agua sucia y no potable, me reconfortaba ver el agua. Quizás era porque el escenario de aquel horrible edificio quedaba atrás desapareciendo por completo dando paso a otro nuevo escenario un poco más alentador para mis sentidos.

También recuerdo la larga y oscura cueva en forma redondeada, donde pasaba de un lado al otro focalizando mi vista en conseguir las apreciadas moras en mitad del camino. Después, conseguir llegar hasta el final.

Sobre todo fueron dos hechos los que recuerdo con más nitidez. La primera y menos agradable, el día que caí del puente. No recuerdo exactamente cómo ocurrió,

pues de aquel suceso tengo imágenes muy borrosas. Si recuerdo que caí de un puente de cuatro o cinco metros de altura. Unos cuantos puntos en la cabeza y un gran susto a mis padres, sobre todo a mi madre Isabel, fueron el resultado de aquella aventura.

Escribiendo esto y pensándolo hoy, es posible que tengan algo de verdad aquellas personas que a veces dicen "...se ha dado un golpe en la cabeza". Quien sabe, podría ser yo también una de esas personas.

Mi forma de pensar fue madurando de forma rápida, convirtiéndome más tarde en un joven adolescente. Así dejaba atrás aquel travieso e inquieto niño.

El segundo hecho es el dueño de aquel huerto, su nombre no lo recuerdo. Era un hombre de una edad avanzada con una actitud y manera de ser peculiar. Un hombre de campo, muy sabio, con mucha experiencia de vida. Aquel anciano trataba a mi padre de una forma que yo no entendía. Se tenían respeto mutuo pero a veces, con sus gestos y carantoñas, parecía como si el anciano tuviera una actitud desconsiderada hacia mi padre. Yo incluso, durante un tiempo, llegué a no entender aquella relación. Hasta tal punto de no querer ir durante un tiempo a aquel lugar, cosa que mi padre no llegó a entender. Quizás por falta de información sobre aquella relación; quizás por el paso de los años que en aquel anciano habían hecho mella. Quizás, por estos y otros motivos, llegué a tener la sensación de que aquel sabio hombre sentía "pena" por mi padre. Que le estaba haciendo un favor por dejarlo ir a cultivar su huerto.

Es cierto que su actitud hacia mí también era parecida aunque lo único que yo veía era una persona de avanzada edad que había trabajado más que suficiente y aún continuaba haciéndolo. Mi recuerdo sobre aquel anciano es, especialmente, sobre algo que ocurrió entre él y yo.

Un día, en fin de semana, estaba en su huerto con mi padre. El anciano me hizo un gesto y comentario con ese mismo “desprecio” con el que tantas veces se dirigía a mi padre. Después de aquello, me enfrenté a él para dejarle algunas cosas claras.

Es evidente que no recuerdo la conversación con detalle, pues tendría una edad comprendida entre los 8 a 10 años. Sí recuerdo que tuve una breve e intensa conversación con él donde, por primera vez, con sinceridad, le expresé lo mucho que lo admiraba y las muchas cosas que había aprendido con sus acciones cada una de las veces que había ido a su huerto. Con el cariño y afecto de un niño, le dije que él, sin saberlo, era un gran ejemplo para mí de esfuerzo y perseverancia. Aquellas cualidades y acciones hacían del anciano una persona única e inigualable. Con la misma intensidad le dije que yo, aún siendo el hijo de aquel hombre —señalaba a mi padre— no era la misma persona. Que mi corta edad comprendía no solo todo aquello, sino más, que las acciones eran más poderosas que la mejor de las palabras pero, que éstas, también tienen un valor y significado incalculable hasta poder esconder y tapar la magnífica luz que determina a un ser humano. ¿Qué aprendí? Aprendí que nunca iba a reemplazar las enseñanzas de aquel sabio hombre, siendo aquellas palabras mi último aprendizaje de él.

Todos esos aprendizajes se quedaron grabados como un tatuaje. Siempre estaré agradecido al anciano del que sigo sin recordar su nombre. Imagino estará viéndome desde algún lugar del cielo, por lo que aprovecho para despedirme con estas palabras:

«Aunque no tenía la suficiente madurez para expresarme con la emoción requerida, desde aquí te quiero dar las gracias y enviarte un fuerte abrazo desde el corazón, aquel abrazo que no te di siendo un niño después de nuestra inolvidable conversación.»

Como tú sabes, después de aquello fue la primera vez que vi quedarte sin palabras, sorprendido y emocionado. Diste media vuelta y subiste camino arriba. Desde aquel día, yo también entendí que no había más que aprender en aquel lugar llamado “huerto”, decidiendo no acompañar más a mi padre. Años más tarde, pasaba corriendo cerca de aquel circuito y te recordaba con una sonrisa dibujada en mi cara. Me quedo tranquilo al pensar que ojalá estés descansando por fin (D.E.P.).»

Es cierto que solo era un niño transformándome en un joven adolescente, y la vida me estaba mostrando estos aprendizajes para ir, poco a poco, forjando la madurez. Una madurez que se ha convertido en fuertes patrones de mi personalidad. Años después, escribía y aprendía lo que era actuar en coherencia, primero hacia uno mismo y luego, hacia los demás. Esta coherencia me llevaría hoy a la congruencia, término que explicaré más adelante.

Sin duda, son aquellos momentos los que cargados de emoción, quedan en nuestra retina. Las largas ausencias de mi padre por su profesión en la época de camionero, ausencia que golpeaba con fuerza la atención de su esposa, mi madre, y se contrarrestaba con el bienestar y cuidado de sus hijos. Para mi madre, fue demasiado el precio que tuvo que pagar, recompensado por unos hijos que ya iban creciendo y que el más pequeño –yo –era el más independiente y autónomo de tres hermanos.

Durante la trayectoria de camionero, mi padre sufrió múltiples y graves accidentes. Hasta donde yo sé, por lo menos, uno de ellos estuvo a punto de costarle la vida. Después de eso, como no decidió abandonar y dedicarse a otra cosa, la vida le puso una última prueba definitiva. Para mí, fue la señal más clara y contundente de cambiar de profesión. Él tenía entonces un camión de cuatro ejes, un camión que ocupaba la mitad de la calle

donde vivíamos. El camión no pasaba desapercibido por su gran tonelaje. También por estar todo pintado de los colores de su equipo de fútbol, el Real Betis Balompié. Relucía un espectacular blanco y verde con un enorme escudo del equipo arriba de la cabina del conductor. ¿Te lo imaginas...?. ¡Vaya cuadro!

Después de su grave y último accidente, el cuarto o quinto consecutivo en poco más de un año, su camión fue a repararse al concesionario. Tras muchos meses de supuestas reparaciones y a la gran demora del tiempo de espera, un día, al ir mi padre a recoger el camión reparado, este no estaba.

¿Os imagináis la cara de póker de mi padre?

¡Había ido a recoger su única herramienta de trabajo, un camión de gran tonelaje de carga que costaba unos cuantos millones de euros –pesetas por aquellos años –y le decían que allí no había ningún camión a su nombre reparándose!

Tras todos los accidentes y este hecho, la vida le presentó una gran carta que hoy, creo sinceramente, aún no ha podido superar. No “arrugado” por tal acontecimiento, decidió demandar a la marca. Fue como la historia bíblica de David contra Goliat. Se llegaron a celebrar tres juicios. El resultado de los dos primeros juicios fue a favor del concesionario. El tercer intento de apelación, fue rechazado por venir ya de dos autos en contra del titular del camión, mi padre.

Abatido, escuchaba a mi padre hablar sobre este tema, incluso comentaba que tenía indicios de haber comprado al juez del primer juicio. Creo que nunca se sabrá ya que la marca del concesionario, era una marca bien posicionada en el sector del automóvil y con altos ingresos en facturación.

Cuando te ocurre un hecho fuerte y dramático, sobre todo, ocurriendo cosas que están por encima de toda ley universal y natural, hay que aprender la lección. Todo conflicto y duelo empieza por el primer paso del proceso para gestionar tus propias emociones y sentimientos, la aceptación. Sé lo que estás pensando, es muy fácil decirlo cuando no se está en la situación de la persona que le ocurre. Por favor, querido lector/a, déjame decirte que en determinadas ocasiones la vida nos da lecciones que no están preparadas para dejar paso a la razón y que el único hecho importante que prima es el acontecimiento para el cambio. Es decir, el universo confabula a tu favor para decirte “ya basta”, aun cuando no lo entiendas.

Hoy creo firmemente, sin ninguna duda al error, que le robaron el camión para evitar otro posible accidente del que no hubiera tenido tanta suerte como las veces anteriores.

«En ocasiones hay que ponerse en acción para entender las variables de la ecuación.»

Mi padre no paraba de preguntarse ¿por qué?, y te aseguro que hubiera encontrado más respuestas si se hubiera preguntado ¿para qué?, ¿para qué me ha ocurrido esto a mí?. Es posible que, en alguna de esas respuestas, estaba el comienzo de un proceso de aceptación y entendimiento.

Es evidente que aquel suceso dejó huella en mi padre. ¡Y a quién no!. Pero eso acentuó más una de sus mayores virtudes, la de ser una persona luchadora, esta ocasión, hacia otra dirección. Esa gran virtud, después de lo ocurrido, se convirtió en un lastre para él; “no es lo mismo luchar junto a la vida que luchar contra ella”. Y esto fue lo que a mi entender, vi y observé que fue pasando con el paso de los años.

Muchas veces, al preguntarnos ¿cómo te va?, respondemos de forma automática: “ahí vamos, luchando”.

¿A qué y contra quién luchas?; ¿quizás confundas esfuerzo con lucha?

Cuando haces algo que te gusta, incluso te apasiona, ¿contra qué o quién estás luchando?

Puedo entender que cuando las personas hacemos algo que no nos satisface o no nos gusta, luchemos por conseguir un objetivo, por ejemplo, para ganar dinero.

Puedo entender incluso que puedes estar haciendo algo que te gusta pero que el precio que estas pagando para conseguir tu fin es más alto que el premio.

Y cuando no entiendo prefiero ser tonto, te pregunto:

¿Hay algo más importante que dedicarte a lo que realmente te apasiona por encima de todo...?

Y, cuando lo consigues,
¿Luchas, te esfuerzas o disfrutas?



**REFLEXIONES:
CAMBIO DE PARADIGMA...**



¡Convértete en alguien antes de ser cualquiera!

Para vivir la vida con autenticidad, hoy hace falta mucho valor y saber caminar contracorriente. Vivir con autenticidad supone arriesgarse, atreverse, saber decir sí cuando todos a nuestro alrededor dicen no; a decir no cuando crees que debes decirlo.

En un mundo lleno de egoísmo, hace falta ser valiente para ser generoso. En un mundo donde las relaciones están atrapadas por la ofensa o el poder de la palabra - sin dejar ser el otro - hace falta ser diferente para escuchar y tratar con respeto y amor. En un mundo donde lo importante es tener, resulta difícil ser y entender la existencia como don para con los demás. La educación tiene que ser una propuesta constructiva como persona para soñarte, inventarte, potenciar todas tus posibilidades, esforzarte y superarte cada día para ser más y mejor.

Si quieres ser feliz, aprende a trabajar en tu trabajo. Si quieres tener más de lo que tienes, conviértete en alguien mejor que eres.

Despierta para corresponder y comprender cómo funciona el universo y cómo aprender a recibir lo que fluye con él. Estas listo para la verdad porque este libro a llegado a ti y así, será completado.

más duro en ti que lo que hasta ahora de lo que actual-

mente eres.

13 MÁXIMAS QUE
INSPIRARÁN
TU VIDA

