



HERALDO DE ARAGON

EDITA: HERALDO DE ARAGÓN EDITORA, S. L. U. | Zaragoza: Paseo de Independencia 29. 50001 Zaragoza. Centralita: 976 765000. Suscripciones: 976 763211. Clasificados: 976 765011. Publicidad: 976 765010. Fax Redacción: 976 765001. Fax Publicidad: 976 765002. Apdo. Correos 175. E-mail: zaragoza@heraldo.es | Huesca: Coso Bajo, 28. 22001 Huesca. T: 974 239000. Fax: 974 239005. E-mail: huesca@heraldo.es | Teruel: José Torán, 6. 44002 Teruel. T: 978 608260. Fax: 978 608 280. E-mail: teruel@heraldo.es | Madrid: Juan de Mena, 6, bajo B. 28014 Madrid. T: 915 714500. Fax: 915 714439. E-mail: heraldomadrid@heraldo.es | Barcelona: AR Promedios. Avenida Diagonal, 612, 3º, 1º. 08021 Barcelona. T: 934 141 117. Fax 934 145 946 | Depósito legal: Z-58-1958 © Heraldo de Aragón SA, Zaragoza 2017. La empresa se reserva los derechos de esta publicación. Su reproducción o difusión total o parcial requiere permiso escrito de la editora y se prohíbe a efectos del art. 32.1.2 de la Ley de Propiedad Intelectual. Control de tirada y difusión:



En la última

«Mi trabajo es que la gente recupere la mejor versión de sí misma»

LUIS GALINDO

Escritor y conferenciante



El escritor y conferenciante Luis Galindo, en una foto reciente. HERALDO

EL PERSONAJE

Galindo imparte mañana una charla benéfica organizada por la Fundación Lacus Aragón y titulada 'Reilusionarse: la ilusión marca la diferencia'

positivo, pero serlo para levantarte cuando te equivocas, cuando las cosas no van bien.

Si alguien se muere de cáncer o si un directivo tiene que cerrar su empresa, ¿es que han puesto poca ilusión en salir adelante?

Para nada. La ilusión es fundamental para ir por la vida, para levantarse por la mañana, para enfrentarse con el día a día. Casi nadie tiene la situación económica o familiar que le gustaría. La vida cotidiana no es fácil: por eso es fundamental ponerle un punto de

ilusión, de agradecimiento. El agradecimiento es la mejor vacuna contra la depresión, contra la queja, contra el egoísmo.

¿El agradecimiento puede sustituir al tratamiento médico?

No; hablo de vacuna, de medicina preventiva. Obviamente, si tienes depresión necesitas tratamiento. Pero si tú te esfuerzas en ser agradecido es muy probable que no tengas depresión. Son enfermedades de la sociedad de consumo: nunca hemos tenido el nivel de confort que tiene la sociedad actual, ni el nivel de insatisfacción que tiene la sociedad actual. Necesitamos volver a valorar lo sencillo, a ser cariñosos con nuestra gente, a tener tiempo para reflexionar...

Al hablar de motivación y de expectativas, usted pone el ejemplo de su hijo.

Mi hijo, que tiene ahora 27 años, nació con una lesión cerebral grave. Eso nos ha hecho a mi mujer y a mí luchar mucho por sacarlo adelante, y nos ha hecho estar más agradecidos a la vida. El otro día di en Córdoba una conferencia a padres de hijos con síndrome de Down y me decían que esta circunstancia les había ayudado a ser mejores personas, y al resto de sus hijos, a ser personas más cariñosas y bondadosas.

Hace cuatro años de su libro 'Reilusionarse'. Llegados a 2017, ¿nota 'reilusionados' a los españoles?

Un poquito, pero queda mucho aún. Esta sociedad necesita tener más ilusión por el día a día. Siendo conscientes de que el entorno no es fácil, tenemos que poner ilusión en nuestro jardín, más allá de lo que veamos en los telediaros.

LUIS FACI

Se define como un 'conferencista motivacional'.

Soy una persona que intenta ayudar a reflexionar sobre cómo sacar lo mejor de nosotros. De hecho, cuando preguntan a mis hijos a qué se dedica su padre, responden: «Mi padre ayuda a la gente a ser mejor».

Empezó con directivos, pero ahora su público es más variado.

Mi día a día sigue siendo con empresas. Lo que pasa es que, por suerte, como mi mensaje es de tipo humanista, muchos directivos buscan compartirlo con la gente que quieren. Por eso, en los últimos años me han pedido hablar de forma esporádica al público en general, Proyecto Hombre, en hospitales...

¿Cuántas conferencias habrá impartido en su vida?

Más de 2.000.

Y ¿aún le queda algo por contar?

Sí, por descontado. Lo bonito de mi trabajo es que cada día tengo personas distintas delante. El ser

humano es maravilloso: yo explico lo que creo que puedo aportar y hay uno que lo aplica con su madre, otro con su pareja, otro con un amigo al que no ve hace tiempo... El desarrollo del contenido es diferente para cada grupo.

¿Se considera un predicador?

No, por favor. Me defino como escritor y conferenciante. Solo intento ayudar a las personas a ser mejores. El otro día me decían: «Luis, tú no nos pides ser un 'superman' o una 'superwoman', sino que nos incitas a recuperar lo que tenemos dentro». Mi trabajo no es hacer milagros, sino que la gente recupere la mejor versión de sí misma.

¿Tan malos son el pesimismo o la tristeza?

La tristeza, cuando toca, es una emoción necesaria. La añoranza del pasado, el recuerdo de alguien que no está... Todas las emociones son buenas y necesarias; lo que debemos es tenerlas bien equilibradas. Es bueno ser