



Emilio Duró, en una de sus siempre esperadas conferencias. Foto: DEIA

Emilio Duró

EMPRESARIO, CONSULTOR, ASESOR Y FORMADOR EN EMPRESAS

“Sobrevivimos tomando decisiones rápidas”

Una entrevista de Jon Mujika

BILBAO – Miembro de varios consejos de administración y exdirectivo de diferentes organizaciones, Emilio Duró trabaja desde hace más de treinta años como consultor, asesor y formador para importantes empresas multinacionales. Su capacidad para echar un vistazo al mundo con otra mirada ha llamado la atención a la ONG Acción Familiar que le trae a Bilbao a mediados de noviembre para descubrir, de su

mano, la mejor manera de afrontar el mundo que nos llega.

Maneja conceptos que pueden interpretarse como una 'receta de la felicidad'... ¿Es preciso haber paladeado la tristeza para apreciar el sabor de ser feliz?

—Nuestro cerebro compara estados de ánimo en función de experiencias anteriores, a veces contrapuestas. Nadie es feliz o infeliz todo el tiempo. A la pregunta de ¿es usted feliz? Siempre respondo que dependo del día y el momento.

¿El tiempo libre, el bien más caro que puede comprar con dinero?

—Está claro que con tiempo podemos ganar dinero, pero con dinero no podemos comprar tiempo. Ayer es historia, mañana es un misterio

“El mayor cambio del ser humano ha sido el incremento de esperanza de vida y con humildad vemos que somos parecidos”

y hoy es un regalo, esta es la razón por la que se llama presente.

¿La cara es el espejo del alma o hay apariencias que engañan?

—Seguro que nos equivocamos al juzgar a las personas por su apariencia. Pero hemos sobrevivido durante muchas generaciones tomando decisiones rápidas de las personas con las que nos relacionábamos. Nuestros antepasados en la jungla no podían hacer un test cuando se encontraban con otro ser humano. **¿Cuál es la mayor mentira que conoce que haya triunfado como verdad verdadera?**

—Hace tiempo que he entrenado mi mente para ver lo positivo y no lo negativo. Sé que existe lo malo, pero prefiero no dedicar mi tiempo a estudiarlo. No sabría qué contestar. **¿Se puede alcanzar la felicidad en soledad o siempre llega en compañía de otro (pareja, hijos, amigos, compañeros...)?**

—El mayor cambio del ser humano ha sido el incremento de esperanza de vida. Y si somos humildes nos daremos cuenta que todos somos muy parecidos. Parece que somos seres sociales que preferimos vivir con los demás. Las personas solitarias tienen entre tres y siete veces más depresiones que las que viven rodeadas de gente.

Y si los demás afectan a mi felicidad, ¿qué poderes me quedan para conquistarla?

—Que una persona te insulte depende de ella, que te afecte depende de ti. Por lo tanto soy el responsable de mi vida, de lo que siento y de lo que pienso. Pero las emociones negativas se contagian cuatro veces más que las positivas, por las llamadas *células espejo*.

¿Qué es el éxito? ¿Puede darme la fórmula secreta?

—Ojalá pudiera. Millones de años de evolución nos han conformado una estructura craneal en tres cerebros diferenciados: el reptiliano cuya misión es mantener la vida, el límbico que rige nuestras emociones y el racional donde residen los conocimientos. Poca gente fracasa en la vida solo por causas técnicas y sí por causas emocionales. Se nos ha entrenado para resolver problemas técnicos, pero no sabemos cómo convivir con situaciones emocionales que nos desconciertan. ●

Más que palabras

Cebrián, errejonista



POR Javier Vizcaino

DEL folletón de Espinar Junior, la parte que más me divierte es la insinuación de que Juan Luis Cebrián es errejonista. ¿Que nadie lo ha dicho así? Nos ha jodido, pero a ver cómo se interpreta la insistencia pabluna en señalar que si la Ser y El País han salido con todo en este asunto es porque el joven aprendiz de especulador es su hombre de paja —el de Iglesias, se entiende— en la carrera por hacerse con el esencial aparato de Podemos en la Comunidad de Madrid. Dado que la candidatura rival con más posibilidades es la avalada por Iñigo Errejón, no hace falta ser Einstein para concluir que lo que se deja caer es que el mentado resultaría beneficiado por el escándalo de andar por casa que se ha montado. Yendo un poco más lejos pero no mucho, la sugerencia final que planea en el éter es que los pormenores de la trama y la documentación correspondiente han salido del bando adversario. Y una vez más, a Iñigo no le queda otra que callar y tragar quina ante la envolvente perfecta. Por feo que le parezca el comportamiento del siempre turbio Espinar Hijo en este y en otros mil asuntos, está obligado no solo a morderse la lengua sino a salir en su defensa. Eso, mientras ve cómo el efecto piña tan fácil de instilar en la masa acrítica morada hace subir las posibilidades de victoria de la plancha pabluna. Tampoco es que me vaya gran cosa en ello, pero me pregunto cuántos pescoszones más va a aguantar Errejón, versión vallecana del santo Job, antes de revolverse y cantarle La Traviata a su perenne abusador. Jordi Evole, gran confesor de políticos con las pelotas hinchadas, tiene ahí un estimulante reto. ●





Dra. Patricia Casquero
CLÍNICA DE MEDICINA ESTÉTICA Y HOMEOPATÍA

EXPERTA EN TRATAMIENTOS CORPORALES
Celulitis, Sobrepeso y Obesidad DIETAS PERSONALIZADAS

Colegiada nº 6496 | RPS 6613
Máximo Aguirre Kalea, 22 | 48911 Bilbao | 944 423 649 | patriciacasquero@outlook.es | www.esteticayhomeopatiadracacasero.com



