



CANTO RODADO  
ANA GAITERO

## EL 15

Arranca el 15, la niña bonita, con un horizonte de juventud y las miradas de la capital puestas en una mujer. Sofía Delgado de Castro es la nueva cara de la política en León. Es la secretaria general del consejo ciudadano de Podemos en León. La cabeza de lista de Claro que Podemos ha ganado las elecciones para liderar el consejo ciudadano. Con el apoyo de los Pablos, Iglesias, el de Madrid, y, por si fuera poco, de Fernández, el de León. La recién 'nacida' de las urnas puede ser una de las que le mueva la silla al alcalde de León, Emilio Gutiérrez, o al menos de las que le haga revolverse en la silla. Comienza la cuenta atrás.

De aquí al 24 mayo el tiempo correrá más rápido que las masas que se lanzan a la calle en las San Silvestres con ganas de empezar el año con retos al alcance de sus pies. Las elecciones municipales son el primer reto para la nueva formación política nacida para acabar con la casta del bipartidismo y que ya ha incorporado el bipartidismo a su seno. Sólo tres de las diecisiete personas que integrarán el consejo ciudadano proceden de la candidatura contrincante Contigo Podemos.

### Recién nacidos

Los consejos ciudadanos de Podemos son los recién nacidos del 2015 en la política. Ahora veremos qué recorrido tienen. Sabemos que muchos vienen de la militancia de izquierdas, jóvenes a quienes miraban con desdén o ni siquiera miraban en otros partidos. Otra tanta gente procede simplemente del desencanto y el hartazgo con un sistema hundido en la corrupción.

Arranca el año con nuevos propósitos y ganas de cambios. Bañado por la luna y alumbrando nuevas vidas, como la de Diego. El primer leonés del año se hizo esperar mucho más que el gordo de Navidad. León es un lugar duro para nacer. Tierra tan difícil de conquistar como de ser profeta en ella. La esperanza de vida está entre las más altas del



LA CUENTA ATRÁS  
PARA LAS ELECCIONES  
MUNICIPALES HA  
COMENZADO Y UNA  
NUEVA CARA ENTRA EN  
LA PALESTRA POLÍTICA  
EN LEÓN: SOFÍA  
DELGADO DE CASTRO

país en esta provincia de interior. Pero cada vez es más difícil trabajar aquí para alcanzar la edad jubilosa. La gente emigra. Por obligación y por costumbre.

La gente emigrará en 2015, como emigró mi abuelo Miguel a Cuba hace un siglo. La única diferencia es que él iba en barco. Parece cuestión de herencia, quien nace en León tiene un porcentaje x de probabilidades de emigrar tarde o temprano. Por voluntad propia e incluso para cumplir un sueño. Como los que vienen en patera o intentan saltar la valla de Melilla arriesgando la vida cada día. Unos pocos lo consiguen.

### Vuelven por Reyes

León no es lugar para jóvenes aunque estos días ha bajado notoriamente la media de edad de la provincia con el retorno de tantas personas que viven fuera. Sólo hay que darse un paseo por las calles céntricas o entrar en cualquier bar. La ciudad está mudada de ánimos. La paga extra del sector público ha vuelto por Navidad y el comercio lo ha dado todo para animar al dinero a correr. Luces en el techo y música por las esquinas hacen más llevadero el largo invierno de la crisis ante el que Arty, el acordeonista de la calle Ancha, resiste impertérrito y con su perenne sonrisa. Del frío le van a hablar a él, que viene casi de la estepa rusa.

Este año por Navidad (y por Reyes) ha regresado la vida al fantasmal Palacio de Gaviria de la calle Conde Luna, lujosa sede del Colegio de Arquitectos de León venido a menos por el pinchazo de la construcción. Artesanos y artesanas, comerciantes sin tienda, gente animosa y generosa lo han convertido en centro comercial (y cultural) efímero para surtir a los Reyes Magos. Incluso han hecho rifa para ayudar a los sin techo y a las personas que sufren la crisis más que nadie como bien saben en la Sociedad San Vicente de Paúl.

Dicen que Navidades al sol y pascuas al humero, sacan al año derecho. Pues que lo veamos. Salud. Y feliz 15.



VANESSA  
CARREÑO

## UN AÑO MÁS, UN OBJETIVO MENOS

Ya está aquí. El nuevo año ha llegado cargado de buenos propósitos bajo el brazo. Quiero trabajar menos, quiero reírme más, quiero llevar una vida más sana... Esta debe ser la semana en que más cosas querremos. Pero algo falla si, año tras año, nuestros deseos se quedan en agua de borrajas. ¿Sabe usted que el 90% de las personas no alcanzan sus objetivos? Y, como mal de muchos no es consuelo de nadie, mejor pasar a formar parte de ese 10% que sí lo consigue. ¿Cómo? Dejando de cometer estos errores:

- Ponerse objetivos desproporcionados. Que una cosa es que le motive y otra es que le dé tanto vértigo que ni se mueva de la silla del susto. Recuerde que menos es más.
- Esperar a que las condiciones sean perfectas. Porque la acción imperfecta es mucho más eficiente que la inacción perfecta. Es decir, haga algo, lo que sea, hoy mismo.
- Querer algo que en el fondo no cree que sea posible. ¿Sabe que sólo conse-



guirá aquello que se crea capaz de conseguir? Pues eso.

- Decir lo que quiere, pero no cómo lo va a lograr. Necesita hacer un buen plan de ruta, con tiempos muy claros y disciplina para cumplirlos.

- Empezar a tope, queriendo cambiar todo de un golpe, y desinflarse en dos días. Mucho mejor ir pasito a pasito, dosificando energías y priorizando lo más importante.

- Dejarlo todo en manos del destino. ¿Para qué arriesgarse? Sea listo, póngase recordatorios por todas partes y tenga en cuenta los imprevistos antes de que sucedan.

- Seguir con el mismo plan aunque no esté funcionando. Aquí, como en todo viaje, la flexibilidad debe formar parte del equipaje.

- Desanimarse a la primera que algo sale mal. Esto es básico: si nuestro cerebro está acostumbrado a hacer algo de una forma, necesita tiempo para acostumbrarse a hacerlo de otra. Por favor, tenga paciencia y repita hasta que se convierta en algo natural.

Coaching to be [www.coachingtobe.es](http://www.coachingtobe.es)



## VICTORIA O MUERTE

ANDRÉS ABERASTURI

El apasionado periodista deportivo Tomás Roncero escribía en twitter poco antes del partido contra Brasil algo así como: «Todos con la roja. Victoria o muerte» y uno, que ya va siendo mayor y sabe más de derrotas que de triunfos, se permitió contestar: «Si esa es la alternativa, la verdad, firmo un empate». Y llegó el 3-0. Porque al final en la Historia quedan siempre las grandes frases recubriendo de purpurina ajada los desastres y los fracasos, las derrotas y los errores porque nunca nadie, ni hombres, ni dioses, ni pueblos consiguen ser sublimes sin interrupción y caen del caballo o se tiran, hartos de liderazgo, o alguien, más fuerte que su propia fortaleza, les seduce

con cantos de sirena homérica varada en la distancia.

Ahora Europa tiene que poner cara de asombro y gesto de cabreo ante el espionaje de los EEUU, cosa que en Europa se ha sabido de siempre, mientras los croatas celebran con alborozo su entrada en la Unión de la que echan peste la mitad de los miembros del selecto club. Pero tenía razón su embajador en esta España que ya ni es de siesta y mucho menos de pandereta diga lo que diga «Der Spiegel»; decía el embajador de Croacia que es verdad que entraban en una casa con goteras, sí, pero que fuera diluviaba. Pues eso. Victoria o muerte, gotera o diluvio, productividad o siesta.

Vivimos instalados en las alternativas radicales que reforzamos a base de frases con vocación histórica. Pero ni los

únicos caminos válidos son los que bordean los caminos por los extremos ni las frases, la mayoría de las veces, pasan a la Historia. No es que no pase nada, claro, pero no pasa demasiado en la macro política. Duele el 3-0 pero nadie está dispuesto a morir. También duele que te pongan un micrófono en el florero del despacho, pero no por eso vamos a dejar de comerciar ni a decir en que florero está puesto nuestro micrófono. Molestan las goteras pero debemos reconocer que mejor una gotera dentro que el diluvio fuera. Y todo así. Lo único terrible es el paro, la miseria económica y la miseria moral. Desgraciadamente tenemos de todo y por eso nos resulta tan difícil dormir una improductiva pero hermosa siesta. Ni siquiera dar una reparadora cabezadita.