

ISHA

Presenta

EL CORAZÓN DEL ÉXITO

¿Despiertas feliz
cada mañana?

... Deberías.



Estableciendo el bienestar
como una pieza clave
de una vida exitosa.

ISHA
Educando para la Paz

www.isha.com

Reinventando nuestro concepto del éxito para incorporar el bienestar

En su seminario “El Corazón del Éxito”, Isha presenta un nuevo concepto, proponiendo transformar nuestra visión:



¿Despiertas feliz cada mañana?
... Deberías.

Estableciendo el bienestar como una pieza clave de una vida exitosa.

Si en la búsqueda del poder y el dinero perdemos nuestro *bienestar*, ¿nos podemos considerar verdaderamente exitosos? La propuesta de Isha es que el *bienestar* no debiera ser considerado solamente como pieza fundamental de una vida exitosa, sino, por sobre todo, necesario para realmente alcanzar nuestro potencial completo en las dos áreas del éxito tradicional. El estrés es un factor sumamente dañino, y una persona estresada, preocupada y distraída, no puede dar lo mejor de sí en su vida laboral.

Cuando aprendemos a incorporar el *bienestar* dentro de una vida ejecutiva, encontramos una nueva fuente de energía, pasión, innovación y creatividad. Aumentamos nuestra capacidad de concentración y de percibir soluciones a los retos de la vida. Mejoramos nuestra capacidad de comunicación y de trabajo en equipo. Isha nos enseña cómo hacerlo, presentando una serie de herramientas simples pero a la vez poderosas, que ya están siendo aplicadas alrededor del mundo por millones de personas.

EL CORAZÓN DEL ÉXITO - ISHA JUDD

Testimonio Corporativo

“Considero que el ambiente laboral está totalmente dictado por el ánimo y el bienestar personal, por lo que enseñar y practicar el Sistema Isha seguramente traerá cambios positivos importantes dentro de una organización.

El Sistema Isha es una buena herramienta que trae disciplina, pero sobre todo respeto, primero por uno mismo y luego por todos los que nos rodean, elementos básicos para la buena convivencia en cualquier organización.

Estar “unificado”, en paz, hacen que, como persona, todo lo que haces y lo que te propones, se cumpla. Esta clase de motivación en el ambiente laboral es muy positiva.”

— Carolina Alvear, Directora de Comunicación Corporativa, Coca-Cola FEMSA

SEMINARIO “EL CORAZÓN DEL ÉXITO”

Metas

En este seminario Isha desarrolla los siguientes temas:

- Cómo mi bienestar afecta mi capacidad de liderar
 - La importancia del bienestar del personal
 - Cómo manejar el estrés en el trabajo
 - Cómo evitar traer problemas personales al ambiente laboral
 - Cómo fomentar la confianza y la colaboración entre mi equipo de trabajo
 - Aprendizaje y práctica del Sistema Isha
 - Preguntas y respuestas
-

EL CORAZÓN DEL ÉXITO - ISHA JUDD

ESTRÉS V/S BIENESTAR

EL ESTRÉS CONTRIBUYE A:

- Un menor compromiso, desempeño y productividad del personal
- Un mayor ausentismo laboral (el 40% es por causa del estrés)
- Un auge en el deseo de dejar el trabajo y, por lo tanto, una mayor necesidad de reemplazar empleados
- Una reducción en la satisfacción del cliente, empeorando la imagen y reputación organizacional

UNA SOLUCIÓN SIMPLE: EL SISTEMA ISHA

El Sistema Isha es un método que trae nuestra atención al momento presente generando bienestar interno. Ya se ha implementado a nivel de Ministerios de Educación, Universidades y cientos de organizaciones. Entre sus beneficios están:

- Libera el estrés en forma natural y sin mayor esfuerzo

La práctica nos deja renovados y llenos de energía para enfrentar el día. El insomnio, la ansiedad, las migrañas y ataques de pánico se encuentran entre los síntomas que más efectivamente se superan con este método.

- Mayor productividad y creatividad

Cuando una persona aprende a vivir en el momento presente, toda su atención está a su disposición para dirigirse a la tarea que tiene enfrente.

- Creando una cultura del dar

El servicio dichoso surge naturalmente de la plenitud interior. Una persona feliz naturalmente busca la excelencia.

- Manejo de volumen de trabajo y la realización de múltiples tareas

Un elemento clave para realizar múltiples tareas con éxito es el enfoque. Con menor cantidad de estrés, la persona se empodera, no se siente agobiada por el trabajo y aprende a fluir con los cambios.

- Salud y Bienestar

Hoy en día el estrés ha sido identificado como un factor de suma importancia en múltiples problemas de salud. Un empleado saludable será más feliz y más productivo, más lúcido y proactivo.

- Autoestima

Una mayor autoestima significa mayor autoconfianza y menos tiempo malgastado en vacilaciones e indecisión.

EL CORAZÓN DEL ÉXITO - ISHA JUDD

Cambios medibles

Los estudios del comportamiento de personas que practican el Sistema Isha han encontrado que:

- 66% de los participantes mejoraron su relaciones interpersonales
- 55% aumentaron su autoestima,
- 54% reportaron haber reducido sus niveles de estrés

Una amplia difusión en Latinoamérica

El Sistema Isha se ha aplicado en el Banco Santander, El Banco de la República (Colombia), FEMSA, las Fuerzas Armadas Mexicanas, la Comisión de Derechos Humanos de Morelos, la Confederación General del Trabajo de la República Argentina, el Gobierno Autónomo Departamental de Santa Cruz (Bolivia), el Senado de la Nación (Argentina), la Municipalidad de Medellín (Colombia) y muchas otras organizaciones en todo el continente.

Por otra parte ha sido enseñado a más de 300.000 personas en eventos para público en general, y muchos miles más en iniciativas de acción social de la Fundación Isha Educando para la Paz. Entre otras actividades realizadas en Latinoamérica tenemos: en Paraguay en el año 2017, se enseñó a todos los directores del Ministerio de Educación del país y, bajo la resolución 187/17, se realizó una capacitación con docentes de la primera infancia para que enseñen esta metodología en las escuelas. Además se reconoció a Isha como ciudadana ilustre de Asunción. En Uruguay se han realizado programas en recintos penitenciarios que incluso han sido reconocidos con redención de condena por ley para los internos participantes. En Chile, a través de un decreto-ley, la Fundación Isha es parte del Consejo Civil de Gendarmería, existiendo un acuerdo de colaboración firmado a nivel nacional gracias al aporte de la Fundación en la experiencia del manejo del estrés en diferentes penitenciarías de esta institución, desde el año 2007. De todos los programas sociales realizados, destaca el apoyo post-terremoto en Talcahuano para más de 6.000 personas.



EL CORAZÓN DEL ÉXITO - ISHA JUDD

PRINCIPALES EVENTOS INTERNACIONALES

En el año 2014, Isha habla sobre globalización y desarrollo sustentable en la sede principal de la ONU (EEUU).



Desde el año 2013 Isha es miembro fundadora del GCF (Global Citizen Forum), iniciativa que nace en India liderada por el humanitario Dr. B.K. Modi y que es además avalada por el Dalai Lama, para crear una comunidad sostenible e integrada en un mundo de constante cambio. Estos encuentros se han realizado en India, China, Singapur, Inglaterra, Estados Unidos y en México, donde Isha fue la organizadora, compartiendo con personalidades internacionales como Rigoberta Menchú, Papá Jaime, Claudio Naranjo, entre otros.



EL CORAZÓN DEL ÉXITO - ISHA JUDD

En el año 2014 en Letterkenny, Irlanda, Isha se presentó ante 1000 trabajadores de la empresa Pramerica



Luego presentó su seminario “El Corazón del Exito” en Praga en el “WIN Conference”, un evento que reúne 1.000 mujeres ejecutivas de empresas multinacionales como Dell, IBM, HP, Shell, DuPont, entre otras. Isha pasó a ser la mejor calificada de los 30 motivadores, CEOs y líderes de opinión que hablaron en el evento. Al año siguiente también participó en “WIN Conference” Roma.



Asimismo impartió un seminario para 1400 personas en la multinacional JAFRA, para el liderazgo y enfoque positivo



EL CORAZÓN DEL ÉXITO - ISHA JUDD

Cabe destacar especialmente la charla magistral de Isha en el “Encuentro Mundial de Valores” para más de 7.000 personas.



ISHA EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

La presencia de Isha en los medios ha sido avasalladora. Destacan las entrevistas en ESPN y en CNN en España, Turquía, EEUU, Chile y Argentina. Revistas como Cosmopolitan, Vanidades, Newsweek, Caras y Gente. También columnas en el Huffington Post, Terra y el Mercurio. Incluso su película más conocida ¿Por qué caminar si puedes volar? salió al mundo a través de NETFLIX



EL CORAZÓN DEL ÉXITO - ISHA JUDD

ISHA Y SUS LIBROS

Isha tiene más de 10 libros que han sido éxitos de venta. Su bestseller ¿Por qué caminar si puedes volar? fue publicado en español, inglés, francés, portugués, alemán, italiano, japonés y turco



CENTROS ISHA DE URUGUAY Y MÉXICO

En sus Centros Internacionales, Isha recibe a miles de personas durante todo el año. Tiene más de 300 instructores formados que enseñan su sistema por el mundo en el ámbito educativo, social y empresarial.



ISHA
Educando para la Paz

Visita nuestra página web en

www.isha.com
