

QUADERN DE BITÁCORA: davant l'incertesa

"Hay que ser realistas, la vacuna no es la panacea; el coronavirus ha llegado para quedarse" *Presidenta de la Sociedad Española de Epidemiología*

La epidemióloga, afirma que el virus tiene muy alta complejidad.

De la neumonía de Wuhan, Enero 2020 a enfermedad multisistémica.

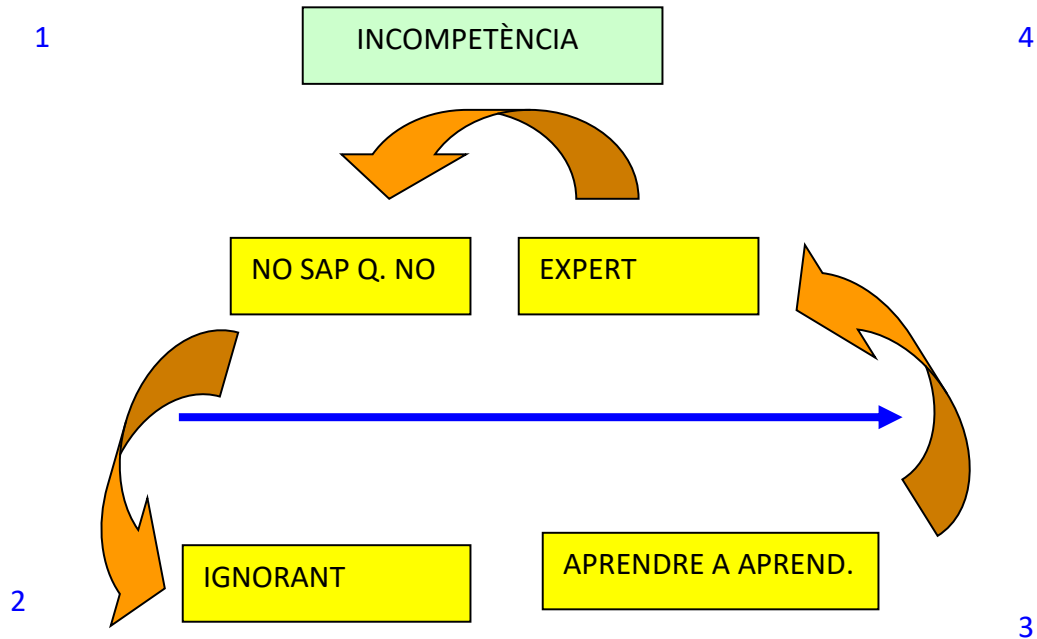
QUADERN DE BITÁCORA : APRENDER A APRENDER

para crecer y desarrollarnos tenemos que soltar justamente eso que hemos aprendido" ya saben todo lo que tienen que saber, nadie puede enseñarles, hasta que decisiones equivocadas les vuelven al momento de *ceguera arrogante o suprema ignorancia*" (Humberto Maturana)

Los expertos en salud a principios de 2020.

EL Ministro de Sanidad, sabía a finales de enero 2020, que ya había 69 enfermos de Covid-19, con test PCR y antígenos, y negó su existencia. Lo negaron Illa y Simón a final de enero y mediados de febrero, y siguieron negando y ocultando esos datos letales hasta el 8 de marzo Ref. El Mundo.es

ESTABAN CIEGOS ARROGANTES NO SABIAN QUE NO SABIAN



No hay atajos fáciles en el camino del aprendizaje; es necesario transitarlo paso a paso.

1.- CIEGO *NO SAP QUE NO SAP *

La ceguera no se acaba nunca. Mientras más responsabilidad directiva tengo, más serán los dominios o áreas de ceguera en las cuales debo tomar decisiones.

2.- A IGNORANTE; SI NO SÉ, NO PUEDO ESTAR AL SERVICIO DE LOS DEMÁS. Decido volver a aprender..... Buscar la ayuda de un maestro y otorgarle autoridad para que le ayude a ser / APRENDER A SER

3.- PRINCIPIANTE : DECIDE APRENDER PORQUE EL APRENDIZ PRIVILEGIA SUS COMPETENCIAS FUTURAS SOBRE SU IMAGEN PRESENTE O ACTUAL..... *“Aprender es incorporar nuevas habilidades que posibilitan lograr objetivos que hasta el momento se hallaban fuera*

4 .- EXPERTO PROVISIONAL Es decir, es capaz de A C T U A R S I N P E N S A R, se ha movido al terreno de la competencia, en enfermedad multisistémica, inconsciente y puede caer en la I N C O M P E T E N C I A E X P E R T A,

****ya saben todo lo que tienen que saber, nadie puede enseñarles, hasta que decisiones equivocadas les vuelven al momento de ceguera arrogante o suprema ignorancia” (Maturana)****

Un ejemplo real// PROYECTO CON PRESUPUESTO EN BRUSSELS

Una escuela DE PRIMER NIVEL EN EUROPA para formar imanes/sabios en contra del odio yihadista

Ripoll/

La Unión Europea debate cómo combatir el discurso del odio yihadista tras el repunte de los atentados. Una de las propuestas pasa por controlar la formación de estos líderes religiosos desde suelo europeo para evitar la perniciosa influencia de clérigos radicales. El presidente del Consejo Europeo, Charles Michel, quiere un Instituto Europeo para la formación de imanes/sabios y la prevención del discurso radical.

INCERTESA I FUTUR; Alemania limitará la presencia de imanes turcos y los formará en el país

o **La medida trata de frenar la radicalización entre los jóvenes**

El médico español que predijo el desastre sueco: "La arrogancia y la falta de rigor científico han sido claves"

El tiempo ha dado la razón al doctor Manuel Felices y al grupo de científicos que advirtió contra el peligro de la laxa estrategia de Suecia y Reino Unido ante el coronavirus

Suecia cierra Bars/Restaurants Novbre 2020

Més inversió en ciències per INNOVAR ; un petit auricular per avisar de crisi epilèptiques abans del seu inici.

Eleccions a USA. Victòria de Joe Biden.

Canvi de relacions DE FORÇES A OCCIDENT / Orient davant Rússia, Irán, Xina. Opció clara de Drets Humans. Canvi Clima.

Joe Biden *La importancia d'un estil moderat i amb la força clau de la seva família I EL SEU PARTIT POLÍTIC* La família, el pilar sobre el que se cimentó la victòria de Joe Biden

La vida del presidente electo ha estado marcada por la tragedia y el apoyo incondicional de sus hijos, su mujer y su hermana en sus aspiraciones políticas. He aquí el retrato de la que será la 'primera familia' de Estados Unidos 2021.

De Ciegos a Ignorantes: A principiantes para aprender

¿Qué SENSACIONES te produce la crisis de la Covid-19?

- Miedo 7.22% (4348)
- Inseguridad 36.67% (22052)
- Rabia 4.83% (2901)
- Opresión 3.26% (1963)
- Reclusión 1.89% (1135)
- Oportunidad de cambio 23.09% (13889)
- Solidaridad 2.14% (1292)
- Esperanza 1.35% (806)
- Impotencia 17.3% (10407)
- Recelo 2.25%

CIS novbre. -11-12- 2020

Bélgica introduce la figura del “compañero de mimos” para combatir la soledad en el confinamiento

ANUNCI DEL GOVERN BELGA: Cada persona confinada podrá designar a un “compañero de mimos” y podrá recibir su visita en el domicilio. Eso sí, si en la misma vivienda habitan varias personas solo se podrá recibir la visita de un “compañero de mimos” a la vez. Las personas que vivan solas podrán tener dos “knuffelcontact”, pero solo podrá recibir la visita de uno a la vez.

INCERTESA POSITIVA Y REALITAT SOCIAL

REALIDAD ; EL Ministro de Sanidad, sabía a finales de enero 2020, que ya había 69 enfermos de Covid-19, con test PCR y antígenos, y negó su existencia. Lo negaron Illa y Simón a final de enero y mediados de febrero, y siguieron negando y ocultando esos datos letales hasta el 8 de marzo Ref. El Mundo.es

OPTIMISMO-POSIVITAT ESPECULADORA.....

Las bolsas -incluido el Ibx 35- se dispararon y el resultado da aliento a las más de 200 investigaciones en marcha. El resultado de los análisis en fase tres señala que la vacuna va a ser muy eficaz. **El Ibx lidera las subidas en Europa y recupera en dos días un 40% de las pérdidas del año 2020.**

Proyecto con presupuesto: Europa Ciegos darse cuenta de la arrogancia.....

Una escuela DE PRIMER NIVEL EN EUROPA para formar imanes/sabios en contra del odio yihadista

La Unión Europea debate cómo combatir el discurso del odio yihadista tras el repunte de los atentados. Una de las propuestas pasa por controlar la formación de estos líderes religiosos desde suelo europeo para evitar la perniciosa influencia de clérigos radicales. El presidente del Consejo Europeo, Charles Michel, quiere un Instituto Europeo para la formación de imanes y la prevención del discurso radical. **APRENDER A APRENDER**

INCERTESA I FUTUR; Alemania limitará la presencia de imanes turcos y los formará en el país

LA medida trata de frenar la radicalización entre los jóvenes

Algunas personas son nuestros referentes, nuestros maestros en la escuela de la vida, ustedes empezaron a mostrar su agradecimiento. Pueden continuar por favor.....

Felicidades!!!!!!! Porque el camino es largo pero no nos podemos desanimar, **TENEMOS QUE CONTINUAR, EXPERIMENTAR LAS VACUNAS**

De la neumonía de Wuhan a *Enfermedad multisistémica* De ciegos a ignorantes/ de principiantes a Expertos en Enfermedades multisistémicas

No es sólo las vacunas: hay muchos motivos para el optimismo en la lucha contra la COVID-19. En los últimos 10 meses, los científicos han llegado a comprender mucho mejor . la transmisión del virus y han desarrollado herramientas para gestionar la situación sanitaria. Las restricciones son ahora esenciales para aguantar hasta la primavera.

APRENDER A APRENDER: De ciegos A Expertos provisionales

Hemos aprendido sobre *aerosoles, pequeñas super pequeñas partículas que permanecen suspendidas en el aire Hasta la llegada de viento fresco al abrir las ventanas.*

¿Qué SENSACIONES te produce la crisis de la Covid-19?

- Miedo 7.22% (4348)
- Inseguridad 36.67% (22052)
- Rabia 4.83% (2901)
- Opresión 3.26% (1963)
- Reclusión 1.89% (1135)

- Oportunidad de cambio 23.09% (13889)
- Solidaridad 2.14% (1292)
- Esperanza 1.35% (806)
- Impotencia 17.3% (10407)
- Recelo 2.25%

CIS novbre. 2020-11-12

AHORA NO SOMOS CIEGOS. HEMOS EMPEZADO A APRENDER. PODEMOS TOMAR DECISIONES SOBRE LA INSEGURIDAD O ES UNA OPORTUNIDAD DE CAMBIO.

Qué hacemos con la impotencia? 17% 10.407 personas de la muestra

OPTIMISMO-POSIVITAT ESPECULADORA.

Después de conocer la eficacia de las vacunas a prueba The Centre for Optimism.

Las bolsas -incluido el Ibex 35- se dispararon y el resultado da aliento a las más de 200 investigaciones en marcha. El resultado de los análisis en fase tres señala que la vacuna va a ser muy eficaz. **El Ibex lidera las subidas en Europa y recupera en dos días un 40% de las pérdidas del año 2020.**

LA VICTORIA DE JOE BIDEN EN USA

CONFIANÇA MODERADA EN EL SECTOR PUBLIC: Pensions per a Millennials. Començar a estalviar PER joves. 30 anys.

Xi Jinping, un Mao 2.0 para el nuevo Gran Salto Adelante de China
La hoja de ruta del Partido Comunista para los próximos 15 años le consagra como único "timonel" del país, tras lograr un poder interno omnímodo a base de purgas políticas

Pekín INCERTESA POSITIVA Xi Jinping, un Mao 2.0 para el nuevo Gran Salto Adelante de China

La hoja de ruta del Partido Comunista para los próximos 15 años le consagra como único "timonel" del país, tras lograr un poder interno omnímodo a base de purgas políticas

Tensión. Los juegos militares en el Mar del Sur de China: origen y protagonistas de la disputa

Diplomacia. La nueva Guerra Fría entre China y EEUU

En la cristalera de una de las librerías de Wangfujing, una calle comercial a pocos metros de la Plaza de Tiananmen, sólo se exponen biografías de Xi Jinping. Dentro, las estanterías están llenas de otros manuscritos acerca del "socialismo con características chinas" que engloba el pensamiento del presidente de la segunda potencia mundial. Exactamente, el libro se llama 'Xi Jinping: La Gobernación y Administración de China', se divide en dos tomos y se han impreso más de 700 millones de ejemplares.

Cómo se distribuye el dinero que genera Spotify?

BARCELONA - MIÉRCOLES, 25/11/2020 -

Antes de la llegada del coronavirus, Spotify ya era la plataforma de 'streaming' líder con 271 millones de usuarios. Con la pandemia el dominio no ha dejado de crecer. En septiembre ya eran 320 millones ; 144 millones usuarios son de pago.

Entrevista a Miquel Puig, economista i coordinador de la comissió "Catalunya-Next Generation E.U":
Xavier Graset conversa amb Miquel Puig, economista i coordinador de la comissió "Catalunya-Next Generation E.U"
<https://www.ccma.cat/tv3/alcanta/mes-324/entrevista-a-miquel-puig-economista-i-coordinador-d>



INCERTESA POSITIVA

PODRIEN FALTAR PROJECTES PRIVATS
PER DEMANAR AJUTS.
CATALUNYA-NEXT GENERATION
E.U
NOVEMBRE.2020.

covestro.com

November 20 | Proprietary & Confidential

2

EPIDEMIÓLOGO DE LA UNIVERSIDAD DE COLUMBIA
Ian Lipkin: “Este virus va a seguir entre nosotros para siempre”

El epidemiólogo de la Universidad de Columbia
lleva más de 20 años cazando virus. “Los datos de las
vacunas basadas en ARN mensajero de Moderna y
Pfizer son asombrosos”, asegura
La pandemia rebasa el umbral de los 60 millones de
contagios.

Mi vida con el cannabis medicinal: "El dolor siempre está. No soy una delincuente, soy una enferma"

DE CIEGOS arrogantes a IGNORANTES..... A

..APRENDER A APRENDER

Sufre una degeneración precoz en los discos de la columna, estuvo un año en cama por el dolor y tiene que pasar 17 horas al día tumbada. Mónica, economista y madre, encarna el debate sobre el cannabis medicinal: "Gracias a él tengo momentos de alivio" Para tratar de entender la inmensidad de su dolor, podemos apuntar que estuvo casi **un año sin apenas poder levantarse de la cama. Que pasó por dos cirugías mayores en la espalda** y por una veintena de intervenciones menores, y que ninguna acabó con sus tormentos. Que la morfina ya no le hacía nada. Que al final apenas dormía y comía. Que la expresión te quieres morir de dolor, puesta en su boca, quiere decir eso: que te quieres morir, que prefieres no seguir con vida, que ya basta.

INNOVACION : BASF instala la primera red privada de tecnología 5G en la industria química española
La compañía da un paso más en su constante proceso de transformación digital.

Con la incorporación del 5G, BASF da un paso más en su constante proceso de transformación digital. Los progresos de la conectividad permitirán además el desarrollo de nuevas aplicaciones en campos tan importantes como el de la seguridad o las operaciones. Asimismo, el 5G contribuirá a la implementación del BigData, la realidad virtual y aumentada o la inteligencia artificial.

El director del centro de producción de BASF en

Tarragona, Benjamin Hepfer destaca que “este proyecto supone un antes y un después para el centro de producción de Tarragona. Con la tecnología 5G daremos un salto que nos permitirá avanzar exponencialmente hacia una nueva manera de operar. Es un proyecto pionero en toda la industria química”.

QUADERN DE BITACORA :

FLOW: Estado de flow

Este estado ha sido descrito psicológicamente como estado de flujo (flow), también conocido coloquialmente como estar en la zona. **Estar enfocat.**

La persona está totalmente conectada con la tarea y experimenta una sensación de concentración energética, participación plena y disfrute en el proceso de la actividad. Da igual si eres un bailarín en escena o un pintor de brocha gorda o un vendedor que vende bien sin engaños.

El estado de flujo recibe su nombre del psicólogo húngaro Mihály Csíkszentmihályi, que lo describió en 1975 en sus investigaciones y su libro *Fluir (flow): una psicología de la felicidad*. Según Csíkszentmihályi, este estado nos es familiar desde nuestra infancia porque está asociado al juego entre niños.

Se ha podido comprobar que el estado de flujo en adultos produce incrementos asombrosos de la productividad.

En un estudio de McKinsey se vio que los ejecutivos que entraban en esta especie de trance eran un 500% más productivos. Es decir, que podían hacer el mismo trabajo en cinco veces menos tiempo, básicamente trabajar el lunes y tomar el resto de la semana libre. Eso sí, en una semana normal solo se encontraban en este estado un 10% del tiempo.

Un mito muy extendido sobre el cerebro es el de que solo usamos el 10% de nuestra capacidad mental. Sería de esperar que en el estado de flujo se activara una porción mayor del cerebro, especialmente de la corteza prefrontal, donde se encuentran las funciones más elevadas, como la lógica y la planificación.

En el lóbulo prefrontal también se encuentra nuestra identidad, lo que se llama la red de modo por defecto. Cuando se baja el volumen a esta parte porque estamos concentrados en una tarea desaparece nuestra conciencia de nosotros mismos, y con ello también la autocrítica, el miedo. La voz en nuestra cabeza guarda silencio.

¿Cómo conseguir este estado de nirvana? No hay una sola receta, pero hay varios factores que propician la entrada en un estado de flujo. Según Steven Kotler, autor del libro *The Rise of Superman*, estos son los determinantes:

Eliminar distracciones: concentrarse en una sola tarea, dejar de lado el móvil y el email, desactivar las notificaciones o, aún mejor, ponerlo en modo avión, evitando en todo lo posible las interrupciones.

Establecer objetivos: cuando no hay una dirección clara en la que ir, la mente tiende a divagar y es más difícil mantener el foco. **Estar enfocad.**

RECUERDEN :

De ciegos- arrogantes a ignorantes con sensaciones de querer aprender/ encuestas sobre la Covid 19, pasando por principiantes en aprender para llegar a Expertos. CON O SIN CONSCIENCIA

Increasing the meaning quotient of work; Aumentar el cociente de significado del trabajo

Flow experience and the mobilization of attentional resources: La experiencia de flujo y la movilización de recursos dirigidos/enfocados al objetivo.

De acuerdo con el patrón regional de activaciones neuronales encontrado, una experiencia de flujo podría posiblemente, debido a la activación simultánea de la red de atención fronto- parietal lateral (Corbetta & Schulman, 2002) y la desactivación del PFC media, Y sugerir una ausencia de preocupación y auto-preocupación por el propio rendimiento.

De CIEGOS A IGNORANTES, PRINCIPIANTES PARA LLEGAR A EXPERTOS PROVISIONALES,

*para crecer y desarrollarnos tenemos que soltar justamente eso que hemos aprendido” ya saben todo lo que tienen que saber, nadie puede enseñarles, hasta que decisiones equivocadas les vuelven al momento de **ceguera arrogante o suprema ignorancia”** (Humberto Maturana)*

La empresa ya ha iniciado el proceso para vender en Estados Unidos

En total, MJN-Seras, la solución desarrollada, ha supuesto una inversión de 3,3 millones de euros.

Consiste en un auricular que registra y procesa la actividad eléctrica del cerebro de la persona afectada y que en base a esta información es capaz de predecir una crisis epiléptica entre un minuto y tres antes de que suceda, enviando una señal de aviso a un teléfono móvil, permitiendo tomar medidas preventivas.

MUTUALITATS: el meu aprenentatge sobre estar enfocat

Work engagement is a modified construct that refers to a positive and fulfilling state being. It is characterized by vigour, dedication, and absorption. Vigour refers to a high level of energy and mental resilience at work. Dedication relates to strong involvement in one's work that yields the experience of a sense of significance, enthusiasm, inspiration, and pride. Absorption is characterized by full concentration and happy engrossment in one's work. 5

Engagement is thus a measure of an employee's emotional and intellectual commitment to the organization's success. It occurs when the organization respects the employee, and the employee social values the organization in turn.

A state of engagement is characterized by the following attributes:

- a) A belief in the organization,
- b) The desire to work towards making results better
- c) A keen comprehension of the business context and the "larger" picture
- d) Expression of respect and helpfulness towards colleagues
- e) Willingness to "go the extra mile"
- f) Keeping up-to-date with developments in the field

To summarize, employee engagement refers to the degree to which employees

- **feel passionate about their jobs,**
- **theirs teams,**
- **display commitment, put disciplinary effort into their work,**
- **and feel a sense of flow while performing their tasks.**

Estar a gust. Treballar enfocat pel teu compte.....
nous projectes com aquest QUADERN DE
BITACORA: Fonaments per desaprendre primer i tornar a
aprendre :

Entrevista a Miquel Puig, economista i coordinador de la comissió "Catalunya Next Generation EU":
Xavier Graset conversa amb Miquel Puig, economista i coordinador de la comissió "Catalunya-Next Generation EU"
<https://www.cma.cat/tv3/alcanta/mic-374/entrevista-a-miquel-puig-economista-i-coordinador-de>



INCERTESA POSITIVA

PODRIEN FALTAR PROJECTES PRIVATS
PER DEMANAR AJUTS.
CATALUNYA-NEXT GENERATION
E.U
NOVEMBRE.2020.

Probablem
nt fallaran
projeccions
sobres per
demandar els
ajuts del Fons
de
Recuperació
Europea -
Més 324 -
cma.cat
TELEVISIO
NOTICIES
CULTURA EL
TEMPS
DIRECTES
TELEVISIO
DIRECTES
RÀDIO Inicia
SESSIÓ
DIRECTES
Prem per
desplegar el
menú de
directes de
TV3 i
Catalunya
Ràdio.
escipe per
sortir A LA
CAMERA Prem
per desplegar
el menú de la
carta de TV3 i
Catalunya ...
www.cma.ca
t

covestro.com

November 20 | Proprietary & Confidential

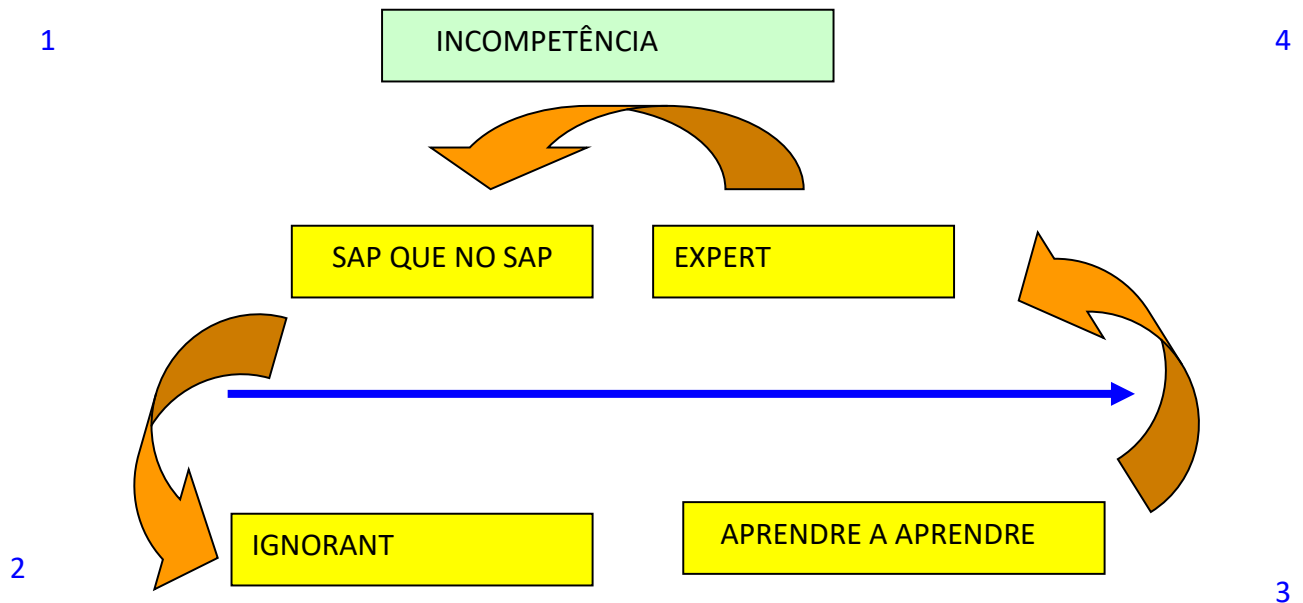
2

APRENDER A APRENDER

**para crecer y desarrollarnos tenemos que soltar
justamente eso que hemos aprendido”**

Humberto Maturana

***Quadern de Bitàcora ; Fonaments per desaprendre
primer i tornar a aprendre :***



No hay atajos fáciles en el camino del aprendizaje; es necesario transitarlo paso a paso.

1. CIEGO 2.- A IGNORANTE; 3.- A PRINCIPIANTE 4.- A EXPERTO

**EXEMPLE; NOVES TASES per recaptar diners 2021;
Tobin/Google- AMAZON pertanyen a l,era de
l'incertesa positiva
Cal fer amistat amb l'incertesa.**

QUADERN DE BITÁCORA per l'incertesa positiva

Mirades amb serenitat: cal un nou llenguatge per a la Complexitat actual plena d'incerteses positives

Lliçó 1^a: **Aprende a viure en la incertesa per descobrir i impulsar un nou Paradigma:** La llavor del arbre que no trova un ecosistema favorable no pot desplegar el seu potencial. La singularitat de l'incertesa positiva es creure en tu mateix des de l'autenticitat. El model Kairòs ens permet aprendre lliçons per navegar en les aigües turbulentes dels canvis.

Lliçó nº. 2; Busca la teva singularitat; Creu en tu mateix per resoldre vells/nous temors, angústies. Agafa confiança des de la teva singularitat autèntica per donar respostes a les incerteses positives.

Les persones normals podem fer coses extraordinàries; Comunitats de voluntaris comparteixen els seus valors socials per ajudar a la supervivència i el projecte de vida dels immigrants, donant sentit *HUMÀ A TRAVERS DE LA INCERTESA POSITIVA* al

COMPARTIR LA SOLIDARITAT. **MUTUES**

Lliçó nº. 3; L'ego és la malaltia del jo que s'anul·la i el destrueix poc a poc. S'ofega impedit aprendre dels altres, de les incerteses positives, Ès i representa en sí mateix una gran inseguretat.

Lliçó nº. 4; Pregunta't què pots aprendre de les incerteses. Aprendre és el camí de la saviesa; dades, informació és transforma en coneixement + creences, que caldrà revisar davant nous processos cognitius i tecnològics per aconseguir activar la consciència del món interior, d'on neix la seguretat de l'aprenentatge que

s'enforteix amb el ciment de l'autenticitat. **MUTUES**

Lliçó, nº. 5; Compartir, aprendre son la base del Model Kairòs per a desenvolupar l'estrategia més Intel·ligent davant la complexitat de les incerteses encara que positives.

La Intel·ligència artificial en mans d'elits científiques dona resposta fins ara al poder concentrat en grans corporacions. El poder está interessat en compartir l'aprenentatge perquè s'en nutreix i és necessiten com complements.

Es una realitat borrosa a on l'exactitud està en el matis. **MUTUES**

Quadern de Bitàcora ; Fonaments per desaprendre primer i tornar a aprendre :

L'incertesa es el motor de l'evolució social, com un fet inherent de la vida social i organitzativa. Per adaptar-se a l'incertesa la millor formula es anticiparse.

Crear/construir feed.back positiu/honest cercant els valors socials de cada persona,

Kairòs: Protegir els nous lideratges amb consciencia:

APRENDER A APRENDER

para crecer y desarrollarnos tenemos que soltar justamente eso que hemos aprendido"

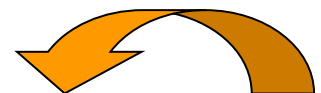
Humberto Maturana

R

1

INCOMPETÈNCIA

10



QUADERN DE BITACORA: No hay atajos fáciles en el camino del aprendizaje; es necesario transitarlo paso a paso. 1.- CIEGO 2.- A IGNORANTE; 3.- A PRINCIPIANTE 4.- A EXPERTO provisional.- Cal fer amestat amb les Mutues i amb l'incertesa.

Ceferí Soler