

La coherencia del plan de vida

Eulalio López García y Manuel Pérez Bailón

Hemos comentado ya sobre la vibrante oportunidad de alcanzar un mejor desarrollo humano a través del diseño de un plan de vida. Hemos descrito algunas maneras en las que ese plan puede transformar nuestra percepción de forma tal que tratemos de encontrar una alternativa más para enfrentar la cotidianidad y el futuro. Es más, hemos descrito cómo ese plan de vida nos ayuda a diseñar nuestro propio futuro, advirtiendo también, la dificultad para diseñar el plan, construirlo y ejecutarlo.

La idea de un plan de vida no es nueva, todos hemos pensado en ello. La verdadera dificultad estriba en hacerlo realidad. A ello nos referimos, a la manera en que este plan debe tener coherencia con lo que pensamos, lo que sentimos, lo que percibimos, lo que decimos... lo que hacemos.

Primero, pensarlo bien

No basta con pensar solamente en alcanzar mejor desarrollo humano a través del plan de vida. No funciona así. No es tan fácil. Ese pensamiento debe ser consciente, debe ser real. Se debe creer para, con base en esta fuerte mentalización, llevarlo a la práctica. Ese pensamiento debe estar libre de prejuicios y orgullo. Es posible pensar de esta forma; con esa calidad de pensamiento libre que permite activar todo nuestro cerebro para construir, con ideas y palabras, la fuerza suficiente que acelere nuestro deseo ferviente de buscar mejor desarrollo humano. Ese pensamiento es real, es limpio, es total y absoluto... es necesario.

Luego, sentirlo

Si podemos sentir lo que pensamos, tendremos *coherencia en el sentir y el pensar*. Estamos vitalizando la dicotomía, cerebro-sensación. Con esa sensación intrínseca del pensamiento hemos adelantado en la construcción

de nuestro futuro, hemos mejorado en la necesidad de desarrollo y hemos enlazado las partes más internas del ser humano.

Para sentir lo que pensamos hace falta también creerlo; sentir que es posible, dentro de nosotros mismos, con todas las fuerzas, que estamos caminando hacia delante en una nueva y mejor construcción; en una nueva y mejor forma de vida.

Todos nuestros sentidos están alerta y activamos, en ese momento, nuestro sistema de selección para la consecución de ese deseo, de ese sueño, de esa meta, de ese objetivo que poco a poco va tomando forma homogénea con el pensamiento. Este proceso nos permite estar alerta, con todos nuestros sentidos, a todos los elementos que requerimos para la conformación del plan de vida. Estamos saltando del simple deseo mental a un estado mayor de percepción y anhelo a lo que queremos, a lo que creemos, a lo que buscamos.

Ahora, decirlo

Si ya, en este momento, hemos decidido y adquirido la pasión por lo que queremos hacer, el coraje para enfrentar y saltar los obstáculos que invariablemente se presentarán adelante, entonces, se debe manifestar la *coherencia entre el pensar-sentir-decir*. Esto es, nuestra comunicación deberá ser consciente y relajante hacia nuestros objetivos y propósitos. Manifestaremos, en todo momento y lugar, nuestro estado de ánimo hacia ese desarrollo pretendido, anhelado. Conscientemente, con nuestras palabras y nuestro cuerpo, la comunicación es ahora más profunda y más sincera hacia nuestro interior. Cada vez, con más razón y sentimiento, estamos convencidos de nuestra fuerza personal para el logro de nuestros propósitos y, así, lo manifestamos; primero, hacia nosotros mismos y después, hacia el exterior, que también tendrá su parte en este intento por mejorar nuestras relaciones, nuestra comunicación y, sobre todo, para lograr ese consenso con quienes están presentes, involucrados y comprometidos también, en la búsqueda incesante de un mejor desarrollo personal.

Y, por último, hacerlo

Todo lo anterior puede quedarse en ese punto: Ya sabemos lo que queremos hacer, ya lo decidimos, ya lo concientizamos, lo verbalizamos y lo manifestamos. Ya lo hemos comunicado. Y ahora ¿qué?. No basta con ello, el proceso está inconcluso, no está terminado. Ahora sigue la parte más difícil, la parte crítica, el último trecho del camino: Ahora falta, la acción, la ejecución de ese nuestro plan de vida. Falta tener la *coherencia entre pensar-sentir-decir-hacer*.

Esa coherencia es la parte final, pero ya estamos preparados. Comencemos pues con escribir nuestro plan de vida y seguirlo, alcanzar nuestras metas y objetivos; luchar por nuestra felicidad en pos de ese mejor desarrollo humano. ¿Qué no es fácil comenzar? Por supuesto que

no lo es, pero la verdad es que llegamos ya a un punto donde se ha vuelto más fácil, a un punto donde la decisión en cada momento, en cada día, forma la parte pragmática del plan de vida. Echémoslo pues a caminar, completemos el proceso y adelantemos nuestra capacidad humana hacia la realización de nuestro deseo, de nuestro sueño, de nuestro plan... de nuestro desarrollo.

más artículos en: www.infoadicciones.net