



RED
Latinoamericana
de PNL



LA MAGIA CONTINÚA

Revista Digital de libre Distribución

PNL, aplicaciones, modelos, nuevos diseños, Updates, magia ...

E-book 47

www.redpnl.net

LA MAGIA CONTINÚA INDICE

E-book Nro. 47 - COPYRIGHT ® RED L. DE PNL

El futuro no se predice, se crea.
Robert Dilts

LOS CICLOS DEL ALMANAQUE

El momento del balance personal

Por Débora Chajet

Pág. 1 a 2

LLEGÓ LA HORA DE ORGANIZARNOS ...

Receta lúdica para la agenda

Por Graciela Marquetti

Pág. 3

MOTIVACIÓN

El ingrediente mágico de la receta

Por Laura Szmuch

Pág. 4 a 7

PARA DAR EN EL BLANCO

Cuando determinar el objetivo es el secreto del éxito

Por Sergio Santillana

Pág. 8 A 10

ARQUETIPOS: COMO ALICIA EN EL PAÍS DEL ESPEJO

Los aliados para los nuevos proyectos

Por Daniel Cuperman y Graciela Astorga

Pág. 11 A 14

DESDE EL REINO METAFORICO ...

La escalera del deseo. Por Carlos A. Tirado

Pág. 15

Textuales de L. MICHAEL HALL

La PNL nos ha enseñado a apreciar con una nueva frescura la profundidad y el significado del viejo proverbio: «Uno es como piensa».

Por consiguiente, gran parte de lo que hacemos en la PNL se produce como resultado de estos procesos naturales que describen cómo los humanos procesamos información en nuestras mentes. La PNL nos indica cómo cambiar el proceso cambiando la codificación mental. Lo que acaba de experimentar es lo que en PNL llamamos codificaciones y cambio de las submodalidades.

Su mente realiza seis funciones figurativas principales (sin incluir las físicas internas de mantenimiento, como la respiración) para interpretar el mundo: crea representaciones de imágenes, sonidos, palabras, genera sensaciones, olores y gustos. A través de los cinco sentidos reúne o introduce información y la guarda de modo similar.

Después, la mente recupera esta información en el mismo código o formato en que ha guardado la experiencia. Si guarda la información visualmente, la recuperará como una imagen. Si oye y guarda un ruido, recuperará la información como un sonido.

Cambiando la codificación (submodalidades) de una experiencia, puede cambiar sus sentimientos y su estado interno. Llamamos a esta codificación o almacenamiento de información una representación interna. Al hacer experimentos con una experiencia agradable, recupera la parte visual de la representación interna de una experiencia agradable. Es bastante probable que la experiencia agradable también tuviera sonidos. Cambiando la codificación de una experiencia, puede cambiar sus sentimientos y su estado interno. Cuando cambia el estado interno, cambia el comportamiento. Cuando fijamos nuestros resultados, no debemos limitarnos a lo que hoy consideramos a nuestro alcance. Recordamos con satisfacción haber conseguido muchos objetivos que en un principio nos parecían imposibles. Así pues, podemos obtener los resultados que queramos, y para ello debemos averiguar cuáles son alcanzables en la actualidad. Una vez hayamos decidido qué queremos, empezamos a crear nuestro futuro.



LOS CICLOS DEL ALMANAQUE

El momento del balance personal

Por Débora Chajet

1

Si cambias el modo en que miras las cosas, las cosas que miras cambian. Wayne Dyer

Cuando se acerca el fin de año, o para inaugurar el nuevo, muchas personas entran automáticamente en "modo balance personal", tomándose cierto tiempo para reflexionar sobre lo que vivieron durante el año. Al igual que una empresa, hacen un recuento de las metas alcanzadas y fijan las del nuevo período.

Y al igual que las empresas, miden el resultado en términos de ganancias y pérdidas... poniendo especial énfasis en las pérdidas y en lo que NO se logró.



Si realizamos este balance general utilizando este marco de pensamiento, es lógico deprimirse, frustrarse, o ponerse irritable.

Este mismo proceso puede también aparecer en los cumpleaños (por eso muchas personas no los quieren festejar) o en los cambios de década ("Tenés 30 y no tenés novio, tenés 30 y no tenés novio, no tenés novio!!!")

¿Es que entonces no tenemos que hacer ese balance?

No. En rigor de verdad, un balance es comparar qué me planteé como objetivo y qué alcancé, para poder así redefinir mis estrategias para alcanzarlo. Así, si quiero ir a Mar del Plata, necesito corroborar si estoy yendo por la ruta correcta o si tomé un camino equivocado.

Y desde ese punto de vista es útil chequear cada tanto si voy bien, si me estoy acercando a mi objetivo, para poder así corregir el rumbo. Como dice el GPS cuando nos desviamos de la ruta planeada: "Recalculando". Claro, es más fácil recalcular y retomar el camino cuando estoy en la rotonda de Gutiérrez, cerca de Capital, que si me desví 300 km. de mi destino.

Por eso en vez de hacer megabalances a fin de año conviene ir chequeando a lo largo del año qué pasa con mis objetivos, qué estoy haciendo para lograrlos y si me conviene hacer algo diferente. Y no sentirse culpable porque en muchos casos "me equivoqué" o tomé malas decisiones que me alejaron de mi objetivo. Desde PNL pensamos que hacemos lo mejor que podemos de acuerdo a la información que manejamos. Cuando hacemos el balance obtenemos nueva información y con ella reformulamos los futuros pasos a seguir.

Para tener más chances de concretar nuestros propósitos, es importante en primer lugar fijarse metas que dependan en gran medida de uno. Que me tomen en un trabajo o que me aumenten el sueldo no son cosas que dependan de mí, así que habría que reformularlos. Por ej. puedo proponerme pedir un aumento de sueldo, teniendo en cuenta que el resultado depende de las circunstancias o de la política de la empresa, y que entonces puede que lo consiga, o puede que no.

Las metas también deben ser realistas. Está bueno que representen un desafío para nosotros pero a su vez, deben ser alcanzables. ¿La distancia hacia mi objetivo es mucha o es corta? No dar el paso más largo que el pie, porque eso conduce a la frustración y nos da una sensación de fracaso.

Necesito definir muy bien con qué recursos cuento: ¿tengo las herramientas necesarias, tanto internas como externas, para conseguir lo que deseo? ¿O debo obtenerlas antes de poder moverme hacia mi objetivo?

No es lo mismo plantearme el casamiento cuando ya estoy de novia hace 4 años que si arranco el año sin un candidato a la vista!

También es fundamental plantearnos metas genuinas, que trasciendan los "deber ser" impuestos por la sociedad o la familia. Si me fijo como objetivo casarme y tener hijos sólo porque "a mi edad ya debería haber formado una familia", seguramente me voy a frustrar.

LOS CICLOS DEL ALMANAQUE

El momento del balance personal

Por Débora Chajet

2

Lo mismo pasa con ese eterno curso de inglés que nunca comienzo, porque “hay que tener dominio de inglés”, o una capacitación que no me interesa en absoluto pero supongo que es “lo que me va a dar más ingresos”.

Es muy difícil sostener esos proyectos cuando no tienen nada que ver con uno, cuando no los consideramos valiosos o van en contra de nuestros intereses. Es fácil abandonarlos.

Otra pauta a tener en cuenta es que no sólo debemos focalizarnos en lo que queremos lograr, sino también en el proceso que lleva a esa meta, disfrutando de cada etapa que me acerca a ella, porque en cada una aprendo algo, y me conecta con nuevas personas y oportunidades.

A veces lo que hicimos para alcanzar un objetivo tal vez no redundó en nada (en apariencia), pero a lo mejor dentro de unos años nos damos cuenta de que eso que hicimos nos sirvió (como aprendizaje, o me generó contactos, por ejemplo).

¿Qué tipo de preguntas podemos plantearnos para encaminar nuestros deseos, sueños y objetivos?

Las fundamentales son:

¿Qué quiero lograr?

¿En cuánto tiempo?

¿Está bajo mi control obtener lo que quiero o depende de cosas que no puedo manejar?

¿Puede afectar negativamente a alguien el hecho de que yo logro lo que deseo?

¿Tengo los recursos necesarios?

Y una pregunta que muchas veces define la cuestión.

¿Vale la pena trabajar o esforzarme para alcanzar esa meta?

Un ejercicio que suele ayudar mucho para encaminar nuestros proyectos es imaginarnos “como si ya lo hubiéramos logrado”. Pero no en el sentido de “si pienso que lo tengo, lo voy a tener”, sino como una especie de ensayo, algo así como “probarse” el objetivo antes de “comprarlo”. Esto nos va a permitir anticipar posibles problemas y realizar las modificaciones necesarias, tanto en el objetivo como en la manera de alcanzarlo.

En definitiva, el fin de año, el inicio de las vacaciones, en el cual muchas actividades se suspenden, nos permite recuperarnos física y emocionalmente, “cargar las pilas” como decimos coloquialmente y tener más tiempo para ponernos en contacto con nosotros mismos.

Un año más tarde desearás haber empezado hoy. Karen Lamb

Este período es una excelente oportunidad para revisar lo hecho, tomando los objetivos no alcanzados como aprendizajes en vez de fracasos, “recalcular” y replantearnos cómo manejarnos en lo sucesivo. Y para organizar lo que está por venir es importante pensar proyectos no sólo vinculados al Hacer o al Tener (que son muy válidos) sino también al Ser: al desarrollo de nuestras potencialidades y talentos, a poner en acción nuestros principios e ideales para hacer de éste un mundo mejor, para reconectarnos con nuestros afectos, dedicándoles ese tiempo que no podemos darles cuando estamos absorbidos por la rutina.

Que tengan un muy feliz 2018!!

M. Trainer Débora Chajet

PNL Buenos Aires
www.pnlbaires.com.ar

LLEGÓ LA HORA DE ORGANIZARNOS ...

Receta lúdica para la agenda

Por Graciela Marquetti

Los cambios de ciclos dependen de dos cosas para ser exitosos:

1. Examinar el camino recorrido para rescatar todo lo que queremos conservar y SI funcionó.
2. Mirar hacia el futuro manteniendo lo que tenemos y planificando que queremos que ocurra.

Aquí va de regalo una propuesta para acompañarte fácilmente a planificar el próximo año.

Son 6 pasos para que tus **deseos** alcancen el status de **metas** y tus metas se evidencien en **logros** 100% ecológicos

- Asegurate de no estar hambriento o con mucho sueño.
- Colocá tu teléfono celular en modo silencioso en un lugar lo suficientemente alejado para ni siquiera ver que se enciende la luz ante un whatsapp que llega.
- Ubicarte en un lugar que te resulte agradable, si es posible en contacto con la naturaleza (vale al lado de la maceta en el balcón)
- Completá cada cuadrante comenzando por a) lo que **tenés y querés seguir teniendo** (lo que querés **mantener**) y continuando con b) lo que **tenés y no querés tener** (aquello de lo que querés **deshacerte**; c) lo que **no tenés y querés** (lo que querés **lograr**) y terminando por lo que **no tenés y no querés tener** (lo que querés **evitar**)
- Al lado de cada cuadrante escribí por lo menos 3 microacciones que estás dispuesta/ o a realizar para lograrlo.
- Escribí en tu agenda una fecha ambiciosa y al mismo tiempo realista dentro del 2018 para disfrutar del resultado. ¡Éxitos!

M. Trainer Graciela Marchetti
Espacio Namaste
<http://espacio-namaste.blogspot.com.ar/>

	QUIERO	NO QUIERO
TENGO		
NO TENGO		

MOTIVACIÓN

El ingrediente mágico de la receta

Por Laura Szmuch

La palabra *motivación*, que proviene del término latino *motivus* (motivo) se refiere a la capacidad de *mover*. La motivación es el combustible de la conducta, y es la fuerza que encauza a las personas para el logro de objetivos.

Para la psicología cognitiva los motivos son las razones por las cuales nos ponemos en movimiento para realizar algo.

Hay distintos tipos de motivación. La primera distinción que podemos hacer es motivación de acercamiento o de evitación. Decimos que nos sentimos motivados cuando tenemos deseos de hacer algo.



Sin embargo, a veces no nos mueve el deseo de un logro en sí mismo, sino el miedo a que ocurra otra cosa que no queremos. ¿Cómo es esto? Algunas personas sacan la energía y la fuerza para hacer algo solo si consiguen que alguna otra cosa no suceda. Son las personas que tienen un modo de motivación que se denomina “alejándose de problemas” o evitación. Van al gimnasio para que “no se les caiga todo”, comen verduras para no tener colesterol, adelantan un trabajo para no correr a último momento. Por otro lado, hay otras personas que se motivan de un modo completamente diferente. La realización de determinada acción en sí misma, o la adquisición de algún producto les da placer. No lo buscan para evitar otra cosa sino por ese objetivo en sí mismo. Van al gimnasio para llenarse de energía o para estar saludables, comen verduras porque son sanas, y adelantan trabajo para ya tenerlo hecho. Esta es la que llamamos motivación por acercamiento.

Hay otros dos tipos de motivación: interna y externa. Los motivos internos identifican necesidades, pensamientos y emociones, los cuales son procesos internos que energizan y dirigen la conducta. Las necesidades son condiciones internas de cada persona, necesarias para la preservación de la vida. Los pensamientos pueden ser las creencias y las expectativas, y también el nivel de autoestima que tiene cada persona. Los motivos externos son los incentivos, consecuencias o premios relacionados con el hacer o no hacer algo. Es decir, si tenemos motivación interna, hacemos las cosas porque nos gustan, porque creemos que está bien hacerlas, o porque estamos convenidos de que es algo que necesitamos. Si tenemos motivación externa, estamos pensando en los posibles premios que otra persona nos dé, en los regalos, en el status, en lo que piensen los demás de nosotros, por ejemplo.

Resumiendo: podemos motivarnos para hacer algo o para escaparnos de algo, por motivación interna o por motivación externa. Resulta casi obvio decir que para que haya motivación la persona tiene que poder imaginar cómo va a ser su situación y cómo va a sentirse cuando consiga eso que está motivada para ser, hacer o tener. Si el objetivo no es claro, no hay motivación. La meta es el gran combustible para sentir ganas de ponernos en acción.

Recordemos que solo podemos hablar de motivación si hay objetivo. Cuando decimos que los estudiantes no están motivados, por ejemplo, sería interesante preguntarnos si lo que desean ha sido tomado en cuenta. En el ámbito laboral, si el trabajador no sabe para qué está haciendo lo que hace, o eso que hace no lo beneficia, no es posible hablar de motivación. Solo podemos hablar de motivación si la meta es propia o de nuestro equipo de trabajo, y ha sido consensuada y diseñada tomando en cuenta a todos los involucrados.

Ahora bien, ¿qué sucede cuando nuestro sueño es tan grande que creemos que no podremos lograrlo? ¿Qué pasa cuando queremos algo pero estamos llenos de miedo? ¿De dónde sacamos las ganas de hacer algo cuando ya lo intentamos muchas veces y no nos salió? ¿Cómo nos motivamos cuando pareciera que tenemos el mundo entero en contra? ¿Qué hacemos cuando aparecen obstáculos?

Cuando la meta es clara y precisa, es decir, está bien definida y podemos visualizarla con todos los sentidos, reducimos la distancia entre nosotros y lo que deseamos o nos han pedido que hagamos. La visión del logro nos alienta a superar cualquier inconveniente que pudiera aparecer entorpeciendo el camino. Tener claro el objetivo dinamiza el deseo. Es importante tomarnos el tiempo para analizar y diseñar su viabilidad y alimentar las expectativas para alcanzarlo.

MOTIVACIÓN

El ingrediente mágico de la receta

Por Laura Szmuch

5

¿Qué son las expectativas?

Para que la motivación se dinamice es importante que consideremos qué nos estamos diciendo acerca de nuestro objetivo. Además de las metas y los planes para realizarlas, tenemos una serie de creencias acerca de la posibilidad de conseguirlas o no. Esas creencias son conocidas como expectativas. Las expectativas en relación al logro de una tarea están basadas en varios factores: la dificultad de la tarea, la imagen personal, las estimaciones de autoconfianza y autoeficacia para realizar con éxito la tarea.

Nuestras expectativas para realizar bien una tarea influyen en la motivación en llevarla a cabo.

Si nos decimos que algo es muy difícil y que no podremos hacerlo estamos bajando el nivel de motivación, ya que la expectativa de lograr algo se desvanece. “No es para mí”, “Yo no sirvo”, entre otras frases que nos podemos decir, son creencias limitantes que reducen la posibilidad de entusiasmo para ponernos en acción para lograr lo que decimos que queremos lograr.

Un trabajo reflexivo y profundo, guiado por un coach o terapeuta, nos puede ayudar a quitar fuerza a todo aquello que limite la posibilidad de conseguir lo que deseamos. Cuando nos embarcamos en un trabajo responsable sobre nosotros mismos, podemos desarmar creencias limitantes y reemplazarlas por creencias facilitadoras y empoderadoras.

Una vez que comprendemos qué es la motivación, y sobre todo, nos queda claro que no hay motivación si no hay objetivo, podemos comenzar a hacernos algunas preguntas.

¿Qué sucede cuando el objetivo es claro y ya hicimos todo lo que creíamos que debíamos hacer para conseguirlo, y no vemos resultados? ¿Cómo mantenemos la motivación si aparecen obstáculos que nos alejan de lo que deseamos?

Cuando convertimos un sueño en meta, lo primero que hacemos es poner una fecha. Es decir, convertimos el “algún día me gustaría” en “para tal fecha voy a...”. Ese es el primer requisito para hacer más concreto y tangible un deseo. Sin embargo, la fecha estimada de logro no es el único elemento de un objetivo bien formulado. Cuando le damos forma a un sueño para transformarlo en meta, hacemos una evaluación de cuáles son los posibles obstáculos que van a aparecer. Esos obstáculos pueden ser falta de algún recurso externo, por ejemplo, dinero para pagar un viaje, o la presencia de alguien que nos ayude: un arquitecto que diseñe la casa, una editorial que publique el libro o un coach que nos oriente. Y también esos recursos pueden ser internos: persistencia, paciencia, determinación, tolerancia a las frustraciones. Si tomamos en cuenta todo aquello que nos puede demorar, y tomamos recaudos para estar listos para lidiar con lo que se nos presente, podemos seguir enfocados en el resultado que deseamos, o tal vez se nos ocurran opciones creativas aún mejores que lo que vimos en nuestra pantalla mental en un primer momento.

Un obstáculo importante que puede aparecer es que los tiempos no han sido bien calculados en relación con los recursos con los que contamos. Imaginemos que queremos aprender a hablar inglés muy rápidamente, pero no tenemos el tiempo para dedicarle para hacer un curso intensivo. Nos decimos que dentro de un mes queremos estar hablando, pero solo tenemos una hora por semana para dedicarle a la capacitación.

Obviamente, si bien es posible lograrlo, el no hacer lo que hace falta es una razón por la cual no se va a poder. Cuando el objetivo no tiene fecha realista, o no hemos creado el contexto tiempo-lugar para poder hacer todo lo necesario para movernos en esa dirección, no es posible obtener los resultados esperados. En muchos casos la motivación desciende, y nos decimos cosas como: “No sirvo para esto”, “Se me hace cuesta arriba”, “Es muy difícil”. Si reorganizamos horarios y prioridades, es probable que el objetivo pueda cumplirse. Es necesario tomar cualquier obstáculo que aparezca como un objetivo en sí mismo, o un sub-objetivo para llegar a nuestra meta. En este caso, primero nos dedicamos a conseguir el tiempo para poder dedicarle a las clases de inglés, para poder conseguir el objetivo mayor, que es el de poder estar comunicándonos en un mes. Una vez que vemos que nosotros no somos el problema, que el inglés no es imposible, sino que nos estábamos creyendo el cuentito de “No tengo tiempo” en lugar de hacer algo para tenerlo, la motivación sube porque ya empezamos a sentirlo como algo posible.

Los resultados pueden demorarse, pero cuando la meta es clara, encontraremos formas de llegar.

Muchas veces el obstáculo principal es el miedo: miedo a no lograr lo que deseamos y a desilusionarnos, y también miedo a lograrlo y no saber qué hacer con eso. El miedo a la propia grandeza es uno de los principales bloqueos de la motivación.

MOTIVACIÓN

El ingrediente mágico de la receta

Por Laura Szmuch

6

El miedo suele aparecer cuando la meta es demasiado grande, y creemos que para lograrla debemos hacer una gran revolución: un cambio interno que nos desestabilizaría, una nueva percepción de quiénes somos, un nuevo contexto (espacio o puesto laboral, vivienda, gente con quien vivimos). El problema no es el objetivo, el inconveniente es la falta de diseño, de preparación, de planificación de cada uno de los pasos para ir llegando a esa meta.

¿Se puede transformar el miedo en algo positivo?

Si el miedo es paralizante, decididamente no. Si el miedo nos hace ser cautelosos y evaluar bien posibles inconvenientes para no tirarnos de cabeza a una piletta vacía, ese miedo es muy positivo. A veces sentir demasiada confianza es un gran peligro.

En ocasiones las personas plantean que quieren aumentar la confianza en sí mismos cuando en realidad necesitan aumentar su conocimiento o capacidad para hacer las cosas. Una persona que desea un cambio laboral, por ejemplo, que dice que quiere comenzar a hacer otra cosa. El tema es que para comenzar otra carrera hay que capacitarse. Un profesional se construye día a día con estudios, prácticas, lecturas, no se materializa de un día para otro por generación espontánea.

Pareciera que en nuestra cultura donde jovencitos que pasan por un *reality show* en un par de días son famosos, tanto niños, como adolescentes y adultos suponen que la vida es así. Un salto entre no tener determinada profesión u ocupación y tenerla. Una niña con buen cuerpo no se transforma en Norma Aleandro simplemente por participar en una publicidad. Una persona no desarrolla una carrera simplemente con desearlo, tener buenas ideas, o sentirse capaz.

Para aprender un idioma, recibirse, trabajar de lo que uno desea trabajar, no queda otra que formarse. Hay autodidactas, sí. Pero el verdadero autodidacta se pasa horas preparándose, no es ningún improvisado.

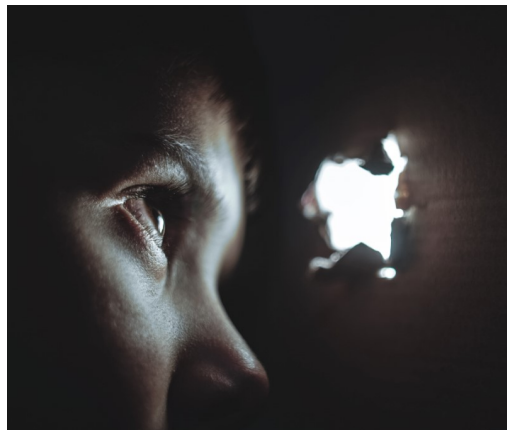
Cuando algunas personas plantean que desean sueldos más altos, un puesto mejor, o simplemente un empleo en determinado rubro, es esencial que recuerden que nadie va a pagarles un sueldo por algo que no saben hacer.

Por eso, es muy bueno incrementar la autoconfianza siempre y cuando la persona sea idónea en lo que sueña con hacer, o tenga la intención de prepararse seriamente. Todo éxito se construye, se diseña, se crea. Para conseguir algo necesitamos dedicarle tiempo, ganas y buena voluntad. Nada aparece por generación espontánea. Nadie puede ejercer la medicina porque le gustan los primeros auxilios, no se es maestro solo porque nos gustan los chicos, ni vendedor por tener ideas "piolas". Ninguna persona con éxito real (no efímero) llegó hasta ahí sin mucho trabajo, empeño y/o capacitación de algún tipo. Y si de alguna manera llegaron, y no están bien formados, se nota...y se nota feo.

También están aquellos que se han preparado muchísimo pero creen que siempre hace falta algo más. Son aquellos quienes por un perfeccionismo desmedido no empiezan nada por miedo a no saber lo suficiente. En estos casos, el trabajo interno relacionado con la autoconfianza sí es necesario.

Las frases de los cursos de motivación "Tú puedes" no son apropiadas para todas las personas y en todos los casos. Es esencial saber reconocer cuándo sí podemos, y cuándo no. Y si no podemos y tenemos ganas, podemos aprender. Siempre podemos aprender, nunca es tarde. Lo irresponsable es creer o hacerles creer a otros que con la confianza en uno mismo es suficiente. Es esencial, pero no alcanza si no va acompañado con la capacidad para hacer algo. La buena noticia es que la capacidad puede adquirirse. Simplemente hay que tener ganas de pasar por el proceso de aprendizaje.

Una frase muy habitual que se escucha por ahí es: "La vida decidió por mí". No lo puedo hacer porque el "sistema" no me lo permite. Ese tipo de autoengaño es uno de los principales enemigos de la motivación. Las personas se repiten esas frases, se las dicen a otros a modo de justificación, y van generando un estado interno de incapacidad. Eso causa mucha frustración, cansancio y enojo. Desde esa emocionalidad no es posible soñar ni diseñar metas. Ya la decisión de *no poder* está tomada. Por eso es importante reflexionar, evaluar y sacudir las creencias limitantes que hemos estado absorbiendo, repitiendo, y haciendo realidad sin darnos cuenta.



MOTIVACIÓN

El ingrediente mágico de la receta

Por Laura Szmuch

7

¿Qué está en juego cuando hablamos de lo que la gente está haciendo y por qué lo está haciendo? Según Burke, quien escribió el libro “Gramática de los motivos”, hay cinco términos claves para determinar la gramática motivacional de las personas: *acto*, *escena*, *agente*, *agencialidad* (modo) y *meta* (propósito).

El *acto* se refiere a lo que ocurre, en pensamiento o acción. La *escena* es la situación o espacio en el cual ocurre, el *agente* es la persona o el tipo de persona que lleva a cabo el *acto* y el *modo* son los medios o instrumentos que utiliza. El para qué lo hace, es la *meta* o *propósito*. Por *escena*, se refiere al espacio físico y psicológico, a las condiciones en las cuales una persona va a hacer algo. La relación de cada persona con su espacio influye la forma en que actúa. A muchos de nosotros nos motiva el lugar donde algo va a realizarse, o la atmósfera emocional de un lugar, y tomamos decisiones relacionadas con los lugares.

El acto se refiere a las cosas que hacemos. Lo que hacemos muchas veces está muy relacionado con ese espacio físico, es por eso que hay quienes creen que en determinados lugares (pueblos, países, instituciones) hay cosas que no van a poder hacerse porque “ya son así”. El contexto físico, emocional y psicológico afectan lo que percibimos como posible o no.

Cada acción que realizamos está relacionada con lo que nos decimos acerca de las cosas, por eso, siempre actuamos desde quienes percibimos que somos, nuestro auto concepto y autoestima. Esa misma acción es diferente de acuerdo a lo que pensemos acerca de ella, y va a variar de acuerdo a cómo es nuestra actitud ante determinado trabajo. El último punto de la péntada es el propósito por el cual hacemos las cosas.

¿Cuál es el significado, el propósito por el cual alguien hace lo que hace? Como dice Frankl, en “El hombre en busca de significado”, si no hay significado en lo que hacemos, si toda la vida depende simplemente de hechos, la vida no vale ser vivida en absoluto.

Preguntas para motivarte

Para objetivos concretos:

¿Qué es lo que realmente tenés ganas de ser, hacer o tener?

¿Dónde y con quién querés hacerlo?

¿Cuándo vas a hacerlo?

¿Cómo vas a sentirte una vez que lo logres?

¿Qué obstáculos pueden surgir y cómo podés superarlos?

¿Cuál será tu primer paso para lograrlo?

Para orientar tu vida:

¿De qué elegís no arrepentirte nunca por no haberte animado?

¿Qué es importante para vos y querés hacer por lo menos una vez en tu vida?

¿Qué cosas ya no vas a postergar?

¿Qué es lo que deseás aprender?

¿Qué cosas querés dejarle al mundo como señal de tu paso por esta vida?

PARA DAR EN EL BLANCO

Cuando determinar el objetivo es el secreto del éxito

Por Sergio Santillana

Tanto la Determinación como la Definición de Objetivos son parte esencial del proceso para poder alcanzar exitosamente nuestras metas.

Por ejemplo, en el Coaching, Coach orienta sus estrategias para que su cliente pueda pasar de la situación o Estado Actual en el que se encuentra a su nueva situación o Estado Deseado, definido en su Objetivo. De aquí la importancia de determinar el Objetivo.

Esta tarea no siempre se da de una manera sencilla, y en varias circunstancias, más allá de los modelos, herramientas y estrategias aprendidas por el Coach, es necesario apelar a su intuición, creatividad y experiencia para llevar al plano de la consciencia tal Objetivo.



Determinar un Objetivo puede abarcar una amplia gama de respuestas. Por ejemplo, un Objetivo podría ser: “definir un Objetivo” o también un objetivo podría ser “no tener ningún Objetivo”. También un Objetivo puede ser obtener algo, mudarse, cambiar un comportamiento por otro o modificarlo, desarrollar alguna habilidad tanto a nivel intrapersonal, como interpersonal, cambiar una creencia, cambiar algún aspecto de mi identidad, es decir una o algunas de mis identificaciones, abrirme a la consideración de dimensiones diferentes de la realidad ampliando la “Visión” que uno posea sobre la misma, tal como una tarea de desarrollo personal o espiritual. Un Objetivo podría ser por ejemplo: sostener un estado interior, más allá de las situaciones o circunstancias, etc.

Por ejemplo, podemos decir que todas las áreas de los lóbulos prefrontales, según la teoría del Cerebro Trino, integradas en un armónico conjunto son los constructores de todas las cualidades consideradas esencialmente humanas. Por ende bien alguna de estas cualidades puede ser alguno de nuestros objetivos:

- Razonar
- Pensar
- Evaluar ver a futuro
- Planificar
- Prever las consecuencias de las acciones
- Perseverar
- Flexibilidad y cambio de planes
- Adaptación a los cambios
- Interpretación de las emociones convirtiéndolas en sentimiento
- Control de los impulsos
- Toma de decisiones voluntarias – capacidad de elección
- Dar significación de nuestro mundo y de nuestra vida
- Auto motivación
- Meta cognición
- Monitoreo
- Auto observación de conductas y planes
- Capacidad creativa- creación de nuevas opciones y alternativas
- Retardo de la gratificación
- Manejo y modelación de nuestros estados emocionales.
- Dirección hacia planes de vida constructivos
- Elección de valores afines o sociales
- Manejo de la adversidad o frustración
- Empatía –manejo de las relaciones interpersonales.

Todos estos puntos son fundamentales de conocer y ejercitar. Cada uno merece trabajo y acciones diferentes.

PARA DAR EN EL BLANCO

Cuando determinar el objetivo es el secreto del éxito

Por Sergio Santillana

El desarrollo de cualquiera de estas habilidades va a tener una implicancia en gran parte de las áreas donde nos expresemos como personas, ya sea en la familia, trabajo o relaciones sociales, etc. Hay Objetivos que tienen un mayor efecto en nuestra vida que otro tipo de Objetivos.

De lo anterior se desprende que puede haber niveles o jerarquías de Objetivos

Los Objetivos se pueden clasificar según la siguiente propuesta:

Objetivos

Sub-objetivos

Tareas

Esta forma de plantear los objetivos revela un orden jerárquico y que a su vez propone un plan de acción adecuado a cada nivel. A la hora de la práctica esta clasificación es casi conceptual porque todo lo que accionamos en el momento es un Objetivo.

También podríamos decir que un objetivo puede corresponder a una o varias de las dimensiones de nuestro Ser Holístico: Espíritu - Universalidad, Mente, Emoción y Cuerpo.

Podemos proponernos nuestros objetivos desde varias metodologías.

Determinando Objetivos por Complementariedad

Cambiar lo No se quiere por lo que si se Quiere

¿...si no quieres esto..., que es lo que quieres o quisieras ...?

Determinando Objetivos con el Modelo

La Jornada de Héroe

Joseph Campbell, a partir de sus estudios antropológicos sobre diferentes culturas alrededor del mundo, concluye en definir un conjunto de pasos en el proceso del desarrollo evolutivo de la consciencia. Estos pasos son los que se reflejan en determinadas instancias psicológicas.

Es a partir de esta propuesta que se extraen tres preguntas fundamentales que parten de lo más abstracto o inconsciente del individuo para llevarlo así a compromisos y acciones específicas.

Esta propuesta, nos invita a “paramos” en otra función de nuestro ser holístico desde donde podemos considerarnos, abriéndonos a una percepción que trasciende el pensamiento automático, ordinario y generalmente asociativo.

Las tres preguntas son:

¿A qué te llama la vida hoy...?

¿Cuáles son tus desafíos...?

¿A qué te comprometes...?

Nota: es importante y recomendable, sostener las preguntas, dándole tiempo a que la persona pueda hacerse consciente de lo inconsciente. Así como con la misma fe que vamos a la parada de ómnibus y sabemos que en algún momento alguno va a pasar por allí, de la misma manera debemos sostener la actitud y la atención esperando que las respuestas aparezcan.

Recordemos que por nuestra condición humana y por cuestiones socio culturales poco valoradas, los individuos tendemos de manera mayoritaria a ser poco conscientes, debemos generar espacios para la manifestación de la Consciencia.

PARA DAR EN EL BLANCO

Cuando determinar el objetivo es el secreto del éxito

Por Sergio Santillana

10

Determinar Objetivo por El Salto de Consciencia

Una forma de reconocer que es lo que queremos puede ser respondida a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Qué quiere la vida de ti?
- ¿Cuál es tu talento que puede contribuir a las necesidades del mundo?



Esta manera de auto indagarnos para determinar un objetivo, se apoya en un sentido más amplio que la visión intrínseca del individuo, considerándose así mismo en términos de ser y formar parte de Sistemas Mayores.

Determinando Objetivos a través de Tus Valores

Determinar los Valores es determinar lo que es Valioso para uno. Lo que es valioso es al menos una de las fuentes de motivación en un individuo o en una organización.

Reconocer nuestros valores y llevarlos a alguna Área o Rol de nuestra vida no solo nos ayuda a determinar el objetivo, sino también que les da a este objetivo el sentido de lo que es valioso para vos. Es decir, definir los objetivos a partir de los valores nos da congruencia personal, integrando nuestra esencia, con las formas en las que nos expresamos. Integramos de esta manera el Ser que se manifiesta en lo valioso con el Estar que es la dimensión donde no expresamos. Hay diferentes maneras de determinar, lo que es valioso para nosotros.

La pregunta:

- ¿Qué es lo verdaderamente importante sobre esta situación?
- ¿Que es lo valioso para vos en esta situación?

Nos puede dar información sobre lo que es valioso y de ahí, nuestros valores. Por ejemplo si mis valores fuesen: La Belleza, la Humildad, la Honestidad, podríamos seguir preguntando:

- ¿Cómo puedo llevar o hacer que este valor esté más presente en mi trabajo o en otra Área o Rol que desempeño en mi vida y donde lo considere oportuno?
- ¿Qué cosas nuevas o diferentes podría hacer para que esto sea así?
- ¿Qué agregaría, le quitaría o modificaría para que este Valor esté presente en este Área de mi Vida?

Lo mismo hacemos con cada uno de los Valores reconocidos, de manera que podemos ver cómo llevar este valor a algún área de mi vida donde yo esté reconociendo que esto que es valioso y no está presente o no lo está en la medida yo que quisiera o necesitaría., etc. De las respuestas anteriores bien pueden surgir nuestros objetivos.

M. Trainer Sergio Santillana
Escuela Iberoamericana de Programación Neurolingüística y Coaching con PNL
www.pnlhoy.com.ar

ARQUETIPOS: COMO ALICIA EN EL PAÍS DEL ESPEJO

Los aliados para los nuevos proyectos

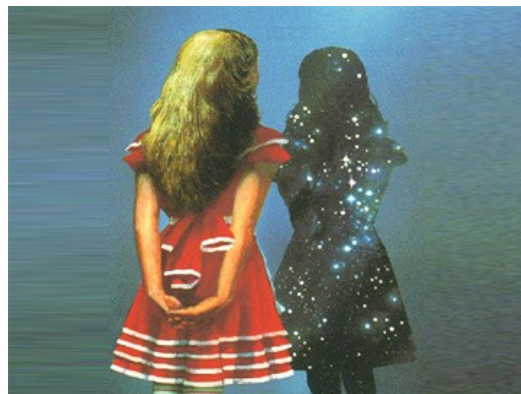
Por Daniel Cuperman y Graciela Astorga

11

Después de escribir Alicia en la país de las maravillas, Lewis Carroll escribe ALICIA EN EL PAIS DEL ESPEJO, una historia de trata sobre ir a un mundo que está mas allá del reflejo del mundo al que llamamos real. Es un lugar donde hay otras reglas, otras verdades y otras imágenes. Es otra realidad.

Si tomamos este espacio como metáfora, podemos preguntarnos:

¿Qué hay del otro lado del espejo? ¿Qué hay dentro de mí mas allá de la imagen que reflejo y que todos ven?
¿Qué personajes, que energías me habitan?



Carl Jung respondió a esta respuesta elaborando su teoría sobre los ARQUETIPOS, energías, personajes que nos habitan con sus propias reglas, preferencias, elecciones y modos de vivir la vida. Los arquetipos son símbolos universales, modelos primarios, patrones de energía originales que influyen en nuestra psiquis y terminarán definiendo un rol, personalidad, tipo psicológico, etc. Jung aporta a la comprensión de lo humano este lente tan particular y efectivo: buscar y encontrar estos arquetipos, modelos o moldes psíquicos que se encuentran en toda la humanidad.

Los arquetipos son esos modelos únicos y prototípicos que forman parte de nuestra cultura, nuestra psiquis y nuestro universo simbólico. Son de gran utilidad al tratar de conocer y definir a las personas y su mundo personal: es mucho más sencillo trabajar con representaciones metafóricas, que con las palabras que definen cualidades, situaciones, emociones y cosas. Las palabras pueden generar confusiones y limitaciones. Es más simple y efectivo, en vez de emplear con 20 o 30 palabras, utilizar una sola imagen metafórica.

Cuando alguien pregunta: -“¿Quién sos?” entonces aparecen estas cosas, el nombre, me llamo tal, estudio ingeniería, tengo cuatro hijos...empiezan descripciones que rara vez son descripción de identidad. Entonces esta posibilidad de nombrarse metafóricamente, ya que una metáfora tiene miles de descripciones, miles de lecturas, miles de referencias, no? Entonces esto de que una imagen vale mas que mil palabras, es cierto para las metáforas.

Para poder encontrar estas energías en nosotros necesitamos un modelo arquetípico con el cual leerlas. Les vamos a proponer aquí un modelo que utilizamos en nuestro entrenamiento Imago, Coaching con Arquetipos.

Es un modelo simple, altamente efectivo y tiene toda la magia de la identidad personal.

Desde él vamos a mirar nuestros proyectos y objetivos del otro lado del espejo, no viendo la imagen que reflejan, sino imágenes que están mas allá de lo cotidiano.

Al poder encontrarnos con estos arquetipos, vamos a poder utilizarlos para hacernos preguntas que podrían estar definiendo el éxito de nuestros proyectos, desde la inteligencia y mirada esencial de cada uno de ellos.

Los cuatro arquetipos para este modelo son: mago/a, guerrero/a, bufón/a y trovador/a.

Después de muchos años de trabajar con distintos tipos de modelos cuaternarios de energías o elementos (fuego, tierra. Agua, aire, o tigre, águila, delfín y serpiente, etc.), las características referidas a cuatro personajes arquetípicos del medioevo resultaron altamente efectivos.

Utilizándolos personas en variados ámbitos y países, y en selección de personal y en entrenamiento y capacitación de empresas, el modelo demostró ser consistente, sencillo y efectivo a la hora de diagnosticar el perfil de una persona y las capacidades que debía desarrollar.

La mayoría de las personas tiene de estas cuatro energías, con solo dos desarrolladas, la tercera menos desarrollada y la cuarta casi inexistente.

Todas las ideas asociadas a cada uno de los arquetipos, constituyen el Dominio del arquetipo.

En cada dominio encontramos las creencias, los valores, las estrategias mentales y anímicas, sus comportamientos, gestos, posturas, actitudes, vestimenta, objeto de poder, etc. Todo aquello que te ayuda a pensar en el arquetipo.

ARQUETIPOS: COMO ALICIA EN EL PAÍS DEL ESPEJO

Los aliados para los nuevos proyectos

Por Daniel Cuperman y Graciela Astorga

12

La propuesta de trabajo sobre nuestros proyectos con arquetipos, consta de los siguientes pasos:

1. Información: lectura conciente de las características del dominio de cada arquetipo
2. Identificación: detectar cual esta mas cercana a mi identidad, a quien soy
3. Apertura: las miradas, preguntas, consejos y propuestas desde los otros 3 arquetipos

Como decíamos, de este lado del espejo hay una imagen que se refleja y es la que nos lidera. Visto desde este modelo, las características de ese arquetipo va a estar influyendo de manera inconciente por un lado y como fuente de habilidades y recursos por el otro, en todas las decisiones que tomemos.

¿Qué acciones son necesarias para el desarrollo y la concreción de metas y proyectos?

Básicamente todas van a tener que ver con un modelo esencial Taquion que venimos trabajando desde hace décadas:

TODO TIENE QUE VER CON TIEMPO, LUGAR, GENTE Y MODO.

Tiempo: cuanto, en que etapas, cuanto tiempo invierto en cada etapa, como me sostengo en el tiempo

Lugar: en donde, que se necesita en ese lugar, cuantos lugares necesito, en cuantos lugares mas

Gente: con quienes, quien sabe de algo, a quienes voy a comunicarles, a quienes voy a venderles, etc.

Modo: de que forma, con que estrategias, a que le doy importancia, que elementos necesito, etc.

Y el descubrimiento aquí, es que por mas entrenados y multifacéticos seamos, la mirada sobre todos estos temas, va a tener una fuerte presencia de la personalidad, los valores y principios de ese arquetipo que refleja nuestro YO SOY.

Yendo del otro lado del espejo, vamos a hacernos las mismas preguntas sobre nuestras metas y objetivos, pero desde la mirada y las sabidurías de los otros 3 que no están tan presentes en nosotros.

Somos muy buenos en dar respuesta a todas las preguntas que se hace nuestro arquetipo esencial, pero dejamos en sombra, nos es invisible la información, nunca se nos ocurrió ver allí, nos faltan ideas y soluciones, a las miradas sobre el mundo de nuestros otros arquetipos.

Así que el juego aquí va a ser desafiarnos a nosotros mismos, ir del otro lado del espejo a ver todas esas dimensiones que las otras energías ven, y así tendremos una cantidad y calidad de información sobre nuestro proyecto que podría estar siendo la diferencia fundamental para el logro.

Vamos a conocer a los 4 arquetipos:

MAGO/ MAGA

Es el que sabe, el que estudia, ama la sabiduría, el conocimiento, la búsqueda espiritual, los valores, estudia, se entrena, quiere saber como resolver las cosas, tienen una idea y un plan para todo.

Dentro de este campo vamos a encontrar una serie de personajes asociados con el sabio, el profeta, el chamán, la sacerdotisa, la maga, etc.

A este arquetipo le importan los planes, las estrategias, el conocimiento para realizar las cosas, la planificación.

GUERRERO / GUERRERA

Es el que va, hace, acciona, sale a la cancha, se motiva y motiva a otros, se entusiasma, va por las cosas, persevera, tiene coraje, empuja.

La figura está asociada también con la del rey, la amazona, el luchador, el cazador.

Este arquetipo valora la acción, el ponerse en movimiento, comenzar las cosas, motivarse para hacer, los logros, llegar a la meta.

ARQUETIPOS: COMO ALICIA EN EL PAÍS DEL ESPEJO

Los aliados para los nuevos proyectos

Por Daniel Cuperman y Graciela Astorga

13

Los dos primeros son los dos arquetipos que mas comúnmente encontramos en las personas a nivel de la identidad.

Son, y siempre han sido, muy premiados en la cultura, han tenido espacio y permiso. Así que están difundidos y desarrollados, y durante siglos, hemos tenido, y aun tenemos, una cultura maga-guerrera.

Con el devenir de los tiempos, tras dos guerras mundiales, llegamos a los años 60, donde a través de los cambios socio culturales, el movimiento hippie, etc., las dos energías faltantes, dormidas desde tiempos antiguos comenzaron a tomar protagonismo, requilibrando a la cultura y haciéndola evolucionar.

Estas son dos energías en nosotros, sin las cuales todo seria, de casa al trabajo y del trabajo a casa, y nuestro proyectos también. Hay una dimensión humana, ecológica, con capacidad de critica y crecimiento, armónica y poderosa, que proviene de estos arquetipos.

BUFÓN / BUFONA

Este es un arquetipo extraño, bizarro a veces, siempre fuerte y se hace oír. Es el que hace tierra, conecta con la realidad, puede ver sin velos la verdad y expresarla, ama crecer, cambiar, variar, desafiar lo que esta para hacerlo evolucionar; es el humor, la risa, el desenfado, la vida tal cual es.

Se asocia con el duende, el hada, el juglar, el narrador de historias.

Este arquetipo valora el cambio, los desafíos, puede ver la luz y la sombra de la cosas, de los otros y de sí mismo. Ve lo que ya no funciona, lo que debe cambiar y evolucionar, de allí la critica a la realidad establecida, a lo mecánico, a lo que no tiene vida.

TROVADOR / TROVADORA

Es el que ama la vida, el disfrute, lo afectivo, relajarse, sentir, disfrutar, descansar. Su energía es de conexión a las emociones, a las personas, a si mismo y a los otros; la comunicación humana.

Se puede considerar a este arquetipo en las historias como un monje taoísta o zen, el tonto sabio, el niño, un juglar medieval.

Valora lo humano, los vínculos afectivos, las relaciones entre la personas, el tiempo libre, el arte, la belleza, la naturaleza, el respeto por todo lo vivo, el equilibrio, el respeto por lo sustentable, lo ecológico y lo armónico.

Nos tomamos un tiempo luego de la lectura de las características de estos arquetipos para descubrir cual es el mas fuerte en nosotros. Seguramente, nos dirán que se identifican con algunas de los valores y las miradas de los otros 3, pero ¿Cuál es el mas fuerte? ¿Cómo somos cuando hacemos las cosas en modo automático, cuando reaccionamos impulsivamente? ¿Qué energía es la que se despierta con nosotros a la mañana?

Esa es la que debemos descubrir. Cuando decimos YO SOY UN/ UNA ... vamos a sentir que el cuerpo nos dice si. Hay una congruencia, una energía física, hay algo desde adentro que responde. En cambio si nos vamos a otro arquetipo y repetimos este paso pueden pasar alguna de estas cosas:

Sentimos que si, pero no tanto. No llega al nivel de la convicción. Esta pero no es el líder

Sentimos que no

No lo reconocemos

Ahora, si volvemos la mirada a nuestros proyectos, a nuestras metas y objetivos, vamos a ver que estas energías se expresan allí con mucha claridad:

MAGO/MAGA: hacen planes excelentes, pero les cuesta ponerlos hacerlos realidad

GUERRERO / GUERRERA: van directo a la acción, a veces sin un plan y allí se les complica todo

BUFON/ BUFONA: ven tanto detalle y a veces tanto "esto podría salir mal" que les cuesta finalizar los planes y los proyectos.

TROVADOR / TROVADORA: su búsqueda de armonía, paz y placer a veces no ayuda en el día a día y en el esfuerzo para sostener los proyectos.

Entonces, es el momento de ver del otro lado del espejo.

¿Qué nos regalan con su mirada del mundo nuestros otros arquetipos?

ARQUETIPOS: COMO ALICIA EN EL PAÍS DEL ESPEJO

Los aliados para los nuevos proyectos

Por Daniel Cuperman y Graciela Astorga

14

Dependiendo de cual sea nuestra energía líder, nos hacemos las preguntas de los otros 3 arquetipos, sobre nuestros objetivos.

MAGO/MAGA:

Necesito algún especialista que me aconseje sobre algún punto?

Tengo un plan?

Si voy paso a paso en el tiempo, tengo todo pensado y previsto?

Tengo una buena estrategia para implementar mi plan?

Necesito nuevas ideas?

Que imprevistos podrían ocurrir?

A quien le función ya esto, como lo hizo?

Quien puede ser un aliado en crear, diseñar y planificar?

GUERRERO / GUERRERA:

Cual es el primer paso?

Como ponerme en acción?

Que necesito para ser exitoso en este camino?

Como sostener la energía y el movimiento hasta el final?

Como sostener mi motivación?

Como trabajar en el día a día con otros en este camino?

Quien puede ser un aliado en iniciar, sostener, moverme y llegar?

BUFON/ BUFONA:

Que podría no funcionar?

Es este el mejor plan para mi objetivo?

Cómo lo puedo mejorar?

Si le cambiara algo, que seria? Si le agregara algo que seria?

Cual es el desafío mas importante?

Cómo hacerlo mas divertido?

Quien puede ser un aliado en prever, cambiar, modificar, avisarme de lo que ya no va?

TROVADOR / TROVADORA:

Me gusta?

Voy a disfrutar de este proceso?

Cómo puedo hacerlo llevadero y placentero?

Cuanto tiempo le voy a dedicar a este objetivo?

Cual es la relación de la acción con el resto de mi vida?

Que le faltaría para hacerlo mas ecológico, sustentable, armónico?

Tiene belleza, gracia, equilibrio?

Quien puede ser un aliado en hacer de este proyecto una obra de arte?

En cuanto nos hayamos hecho estas preguntas y encontrado las respuestas (aunque alguna sea: esto no lo pensé, tengo que buscar datos!) vamos a tener un mapa mucho mas completo sobre nuestro proyecto, con diferentes puntos de vista, mucha mas información. Vamos a tener presente y conciente un gran número de datos, variables, cosas que nos importan o interesan que desde la mirada altamente especializada de nuestro arquetipo líder, no eran datos tan concientes.

Ahora si, podemos volver a atravesar el espejo hacia el mundo real.

Ahora tenemos el regalo de la sabiduría de nuestros otros personajes, esos que no se ven en el reflejo cotidiano, pero que están allí, adentro, esperando ser convocados para regalarnos su visión del mundo y su sabiduría.

Con toda esta nueva información, estamos en las mejores condiciones para diseñar una estrategia brillante, acciones poderosas, con energía de evolución y disfrutando de todo lo que amamos en la vida. Empezamos?

M. Trainers Daniel Cuperman y Graciela Astorga
De su training: Imago - Coaching con Arquetipos
www.taquion.org

DESDE EL REINO METAFORICO ...

15

La escalera del deseo

Por Carlos A. Tirado

Era una noche tranquila, pero el corazón de una persona estaba muy inquieto. Tenía una meta en su corazón, pero su mente estaba tan confundida que no sabía por dónde empezar ni cómo hacer para cumplir su meta. Esa noche, luego de dar muchas vueltas en la cama, se durmió.

En el transcurso de la noche tuvo un sueño:

El se encontraba en una hermosa pradera con árboles y un hermoso paisaje de montañas. Mientras miraba este hermoso paisaje, notó algo que le llamó mucho la atención: un gran grupo de personas que se dirigían hacia el mismo lugar. Avanzó unos pasos para ver hacia dónde iban y logró ver a la distancia una escalera que tenía su base en la tierra mas no se veía su final.



Picado por la curiosidad se dirigió con el resto de la gente hacia el lugar.

En la base de la escalera había dos columnas que sostenían un cartel que decía: **Bienvenidos a la escalera del deseo, en donde sus deseos serán cumplidos**. Leyó atentamente el cartel y se decidió pasar para empezar a subir la escalera.

Al llegar a la base de la escalera, arriba del primer peldaño había un cartel que decía: **VOLUNTAD**: solo pueden ingresar a la escalera las personas que tienen voluntad de empezar a cumplir su deseo. La mayoría de la gente subía el primer tramo de la escalera sin dificultad, aunque algunos no poseían suficiente voluntad y dejaron la escalera.

Luego de subir un buen tramo de la escalera apareció otro cartel que decía: **DECISIÓN**: solo las personas que pueden decidir clara y decididamente podrán continuar. Algunas personas con falta de decisión quedaron atrás. No se decidían y titubeaban para emprender algo que los ayude a cumplir su deseo

Luego de subir varios escalones apareció otro cartel que decía: **ESFUERZO**: Solo pueden continuar las personas que están dispuestas a hacer el esfuerzo necesario para continuar. Ahora era menor la cantidad de personas que pasaron este cartel, luego de varios escalones, más personas dejaron la escalera.

Luego de pasar los peldaños del esfuerzo apareció un cartel muy especial, este decía: **PERSEVERANCIA**: solo los perseverantes llegarán al final. Lo que más le sorprendió en esta parte del sueño era que todas las personas pasaron el cartel. Pero, el tramo parecía interminable, uno a uno fueron dejando la escalera hasta que quedaron unos poquitos.

Luego de un interminable trecho apareció otro cartel que decía **PRUEBA**: aquí tu voluntad, tus decisiones, tu esfuerzo y tu perseverancia serán probadas. ¡Que tramo tan difícil! Muchas personas se desanimaban y dejaban de subir por las escaleras. Gran parte de las personas que llegaron a este punto de la escalera dejaron al primer obstáculo que se les cruzó.

Al fin terminó el tramo de PRUEBA y llegó a un cartel que decía **META**. Hacia los costados de la escalera se podía ver la pradera, las montañas y el cielo. Algunas personas al observar esto se tentaron con lo que les ofrecía esa hermosa vista y dejaron automáticamente la escalera. El resto de las personas que quedaron, pasaron el cartel de la meta. Luego de unos peldaños llegaron a una base plana. En el medio había como un altar y en medio de él, una llave. Luego del altar había una puerta que permanecía cerrada. En el altar había un letrero que decía: todo aquel que está dispuesto a cumplir su deseo, tome con su mano la llave y colóquela en la puerta.

Ansioso y motivado por la curiosidad acerca de lo que había detrás de la puerta, tomó la llave con su mano y la colocó en la puerta. Esta instantáneamente se abrió. Cuando miró hacia dentro despertó.

La oscuridad de su habitación le rodeaba. Ahí supo qué debía hacer para cumplir su deseo: tener **voluntad** de emprender el camino para cumplirlo, saber tomar **decisiones**, poner todo el **esfuerzo** necesario para lograrlo, ser **perseverante** y no bajar los brazos. A veces suceden cosas que nos **prueban**, en ese momento se sabe cuán importante es lo que queremos lograr, ¡no hay que darse por vencido ni aún vencido! Y luego, cuando estamos por llegar a nuestra meta siempre aparecen esas "oportunidades" falsas que nos quieren **desviar** de nuestra meta.

Al fin alcanzamos la llave de la puerta que nos lleva al cumplimiento de nuestro deseo.