

Nuevo Management

Reconceptualización empresarial, innovación y cambio personal

Libertad individual 2: Propósito vital

La crisis actual puede obligarnos a rehacer un nuevo proyecto vital, a cambiar nuestra forma de vida.

Me parece conveniente incidir en el propósito o proyecto vital como continuación a mi artículo "[La libertad individual elimina la mayor parte de los problemas psicológicos](http://www.NuevoManagement.com)" (www.NuevoManagement.com, 4-9-2008) en estos momentos en los que España atraviesa una crisis profunda y sostenida no sólo de su sistema económico, sino también social, por la primacía de los intereses propios -valores egocéntricos-, principalmente de quienes forman parte de una administración corrupta del bien público. En consecuencia, muchas personas están siendo afectadas en muchas áreas de sus vidas – por ejemplo, en la profesional con el crecimiento de desempleo, en la privada con la reunificación de los miembros de familias para hacer frente a una economía precaria, en otras familias es al contrario, se desagrupan ya que alguno de sus miembros emigra a otro país con mejores expectativas de empleo-. Por ello, entre otros aspectos, están siendo afectados sus propósitos o proyectos vitales que construyeron en el pasado.

Estos proyectos vitales no alcanzados, o por lo menos, obstaculizados, causan frustración en algunas personas, desorientación en otras que no ven posible la consecución de unas metas forjadas con antecedentes distintos a los actuales. Sin embargo, otro enfoque mucho más alentador, es considerar este momento como el oportuno para revisar o construir otras metas y proyectos nuevos, entrando en el mundo de las posibilidades.

El propósito vital, es algo más vasto y amplio que el proyecto vital, el primero se refiere al sentido de nuestra vida, para qué has nacido, una cuestión para muchos sin respuesta; el segundo el modo o estilo de vida que decides tener en las distintas etapas de tu vida y que debería estar alineado con tu propósito.

Un proyecto vital debemos contemplarlo como algo flexible, como la veleta que marca el sentido del viento, el camino a seguir más que como el final de un camino, y que como todos los caminos, a veces, tienen desviaciones, curvas y tropezones. Pero la importancia del mismo, radica en los pasos que damos, con paso firme y disfrutando del "paseo".

La elaboración de un buen proyecto vital requiere de varias fases, que voy a resumir en cuatro básicas:

Antes de comenzar a elaborarlo, recomiendo estar en calma y en un estado relajado, abiertos a nuestras motivaciones.

En primer lugar, comenzaremos con la visualización de lo que queremos y para ello, hemos de ir directamente a la visualización de lo que estaremos haciendo un día corriente en un plazo 5 años, por ejemplo. Disfruta de tu imaginación para ello, procurando no ser un iluso. Este primer paso es recomendable realizarlo varias veces, en diferentes días. Intenta contestarte a preguntas de este tipo y anota las respuestas: ¿Qué me encanta hacer? ¿Qué hago francamente bien? ¿Qué me gustaría aprender? ¿Dónde me gustaría vivir, cómo, con quién? ¿Qué me resulta fácil hacer? ¿Qué haría altruistamente o gratuitamente? ¿Quiero hacer algo para los demás? ¿A qué me dedicaría si supiera que me iría bien? ¿Qué me gusta hacer fuera de mi actividad profesional?

En segundo lugar, tomaremos consciencia de aquello que necesitaremos aprender o incorporar en nuestra vida para estar preparados y poder hacer lo que queremos.

En tercer lugar, tal vez la fase más difícil para muchos, describiremos con detalle aquellas cosas o aspectos que deberemos cambiar, o desprendernos de ellos, o desechar ya que no nos serán útiles ni necesarios, o porque son un obstáculo que debemos franquear.

En cuarto lugar, detallaremos con qué podemos contar en el momento en que necesitamos reponer nuestras energías, así como con las personas de mayor confianza, esas personas que pueden aclarar nuestras dudas, orientarnos en un momento dado o ayudarnos a seguir motivados; es decir, nuestras palancas más personales.

Como todas las fases, se trata de ser creativo, de ser atrevido pero consciente, de sentir que podemos ejercer nuestro libre albedrío, y no el de otros, para obtener nuestra libertad individual. Puedes ser creativo y plasmar con recortes de fotografías de revistas pegándolas en una cartulina, o en una libreta, cada una de las cosas que has visualizado, separando las distintas fases de tu proyecto. Esto te ayudará a que lo puedas revisar y completar a tu ritmo y a materializarlo, para que esas imágenes ya sean algo palpable y no algo imaginado.

Cuando lo hayas completado, regresa progresivamente al presente. Mira de concretar que habrás de tener realizado el año anterior a tu proyecto, luego dos años antes, luego tres años antes y así sucesivamente hasta llegar al día de hoy.

Aprovecha esta oportunidad que nos brinda este país, para que no te limiten ni sus fronteras ni su corrupción y comienza a hacer algo para ti y por ti.

Te invito a que pongas en práctica este sencillo trabajo personal, o profesional; seguramente descubrirás muchas cosas de ti mismo que ahora ignoras que son de gran valor y deben estar en tu consciente.

