

Estableciendo una agenda personal

La organización hoy en día es una extrema necesidad. En la medida que avanzamos, la sociedad se vuelve más y más compleja, exigiendo cada vez más de cada individuo.

Trabajo, familia, educación y amigos se convierten en una enorme telaraña, moviendo el individuo a todas partes, voluntaria o involuntariamente. Algunas veces, restringiéndolo y limitándolo. En otros momentos, dándole momentos de incontable placer o ganancia extrema.

Hay diversas metodologías para establecer y mantener la agenda diaria, semanal o mensual. Sin embargo, lo que hablaremos en estas reflexiones es el trasfondo de esta agenda.

El propósito personal y la conciencia

Alineación

Lo primero a tener en cuenta es que todas las tareas y actividades del día estén alineadas con el propósito personal de cada uno.

El propósito, o la misión individual, es una fuerza que mueve a todos los seres humanos. Es la razón de ser de porqué estamos aquí, porque nacimos en tal y tal país o en este cuerpo y no en otro.

Alguien cierta vez dijo que el ser humano nace en desventaja pues, distinto a los animales, carece de instinto, de una “brújula” interior. Aunque esto es parcialmente verdadero desde el punto de vista biológico, no lo es desde el punto de vista espiritual y mental. El propósito es esta tan anhelada brújula, que nos indica el norte correcto a seguir.

Antes de todo, es fundamental que cada uno identifique el propósito que tiene en su vida – este no se puede “inventar” o copiar de alguien, pues es único para cada ser humano. Una forma sencilla es hacer una lista de las situaciones en las cuales se experimentó el máximo de satisfacción interna y otra lista de las situaciones donde hubo total insatisfacción; esto porque cuando las cosas son realizadas de acuerdo con el propósito personal, el ser siente una plena realización y, lo opuesto, si se hacen cosas que van en contra el propósito individual, entonces hay una sensación de vacío o inconformidad total. La pregunta que se puede hacer es: ¿Qué me movió a hacer eso? (en el caso de las actividades que generaron total satisfacción); y: ¿Qué perdí al hacer esto? (en el caso de las actividades donde se sintió insatisfacción).

Después de descubrir el propósito, es hora de verificar las actividades que se van a realizar. La alineación implica que mi día sea de total realización; por lo tanto puedo: a) evitar las tareas que van en contra este propósito; b) cambiar las actividades para que estén alineadas con el propósito, o c) cambiar la conciencia a la hora de realizar algo.

La conciencia en la agenda personal

No es normal que alguien mencione la conciencia a la hora de hablar de organización individual. Ken O’Donnell, a través de un curso de manejo del tiempo, hace referencia a este tema al decir que el problema principal de la distribución del tiempo es la conciencia con la que lo hacemos.

Hay innumerables definiciones para la palabra “conciencia”, pero podemos simplificar diciendo que es la posición desde la cual se ve e interactúa con la vida. Así que un crítico de cine, desde su conciencia, ve una película juzgando elementos que alguien que va a ahí solo para disfrutar, no lo haría.

Entonces, miremos las actividades del día y pensemos: ¿Con qué conciencia debo realizar esto? ¡Imaginen el crítico de cine volviendo a la casa a cenar y manteniendo la misma conciencia crítica a la hora de probar la comida recién preparada! Cuando

descubro la conciencia perfecta para cada tarea, puedo realizar cualquier cosa sin perder mi sentido de alineación con el propósito de vida.

Por ejemplo, si voy a hablar con un cliente importante hoy, alguien que temo perder, puedo entrenar la conciencia de ser un amigo de esta persona; aunque lo pierda como cliente, lo mantendré cercano. O a la hora de hablar con un hijo sobre un problema delicado, puedo desarrollar la conciencia de ser su hermano y no el papá o mamá; de esta manera, hablaré no de la posición de autoridad, sino de compañerismo.

Si ya conozco mi propósito en la vida, entonces la alineación ideal es verificar que conciencia hay por detrás de esta misión. Si el propósito es “ayudar a los demás a descubrir sus potenciales internos”, la conciencia que debo tener en cada tarea debe reflejar esta urgencia de ayudar a los otros, permitiéndolos encontrar su propio poder. Volviendo a los ejemplos anteriores, conversaré con el cliente, ayudándolo a comprender su potencial integral y no solamente laboral, mientras que con el hijo, lo veré como un ser humano en proceso, alguien que solo necesita una ayudita para continuar en su evolución.

La visión del futuro

El regalo de tener una visión del futuro

No es común, ni es sencillo. Vivimos tan presos al presente que el futuro existe como un lejano sueño, o bien tomamos el presente como base para el futuro, olvidando que el futuro es algo diferente, algo abierto que no podemos definirlo cien por cien.

O todo lo contrario: hay personas que viven en el futuro de las posibilidades, viven en los planes y, por lo tanto, no son capaces de cultivar el presente de la forma adecuada. Estas personas se olvidan de una ley sencilla: el presente es la semilla del futuro. Si no se tiene presente, definitivamente no va a haber futuro.

Entonces, ¿cómo es tener una visión del futuro? Hay dos formas básicas para que esto se dé:

1. Observar los actos diarios y ver hacia donde van. Entender los valores y el propósito personal y en qué rumbo nos llevan. Nuestras acciones del día a día son las semillas y así podemos ver el futuro. Por ejemplo, alguien que trabaja con perseverancia, sin pereza, con honestidad y enmarcado dentro de su propósito personal tiene un futuro tranquilo en términos de bienestar, pues estas son las semillas que está sembrando.
2. Dejar que hable la intuición. Por ejemplo, sentarse en un lugar tranquilo en la naturaleza, dejar la mente tranquila y hacerse la pregunta: “¿Qué me espera el futuro?” Permitir que imágenes, sonidos o sensaciones fluyan en la mente, sin forzar o impedir. Después, se puede dibujar o tratar de describir lo que se vio. La intuición funciona mejor si uno antes medita un poco, liberándose de deseos o necesidades inmediatas.

Los dos procesos anteriores pueden que no sean inmediatos. Puede que se necesite hacer lo mismo varias veces o pedir ayuda a expertos. Pero funciona: apenas se tenga clara la visión del futuro, se siente como si hubiese una razón mayor para vivir.

En situaciones desesperadas, de crisis y caos, la visión del futuro ayuda al ser a mantener la esperanza y seguir adelante sin parar.

La influencia de la visión en la agenda personal

Hay dos influencias fundamentales de la visión personal en la agenda que se tiene.

La primera es que cada acción pasa a ser confrontada con la visión. No tanto en términos de decidir si se hace o no – como en el caso del propósito personal – sino dar a la acción una perspectiva más amplia. Cada acción es un ladrillo hacia la construcción de la visión

integral. Si bien es verdad que al mirar un ladrillo solo no puedes visualizar el edificio, por lo menos puedes entender dónde se debe colocarlo y en qué momento.

La segunda es que, especialmente en días especiales o tareas realmente cruciales, se puede establecer la visión de esta tarea o día utilizando principalmente el segundo método, el de la intuición. “¿Qué me espera al final de esta/este tarea/día?” Esto dará un nuevo sentido a las pequeñas actividades y acciones que llevarán a la conclusión de la tarea. No serán meros ladrillos, sino parte de una maravillosa obra maestra.

El impacto de la visión

Las personas suelen describir el impacto de su visión de diferentes maneras. Un consultor cierta vez la definió como la soga que nos ayuda a cruzar situaciones difíciles. Otra persona decía como la visión del futuro la ayudó a dar un nuevo rumbo a su vida.

En las agendas normales, difícilmente se toma en cuenta la visión. Son ladrillos siendo acumulados uno a uno. Hay una corta historia de dos pedreros poniendo ladrillos. Una persona llegó y le preguntó al primero que hacía y este dijo, de malhumor, que ponía ladrillos. Obviamente estaba frustrado por algo.

El segundo, sin embargo, dijo que hacía una gran obra – era la iglesia de Notre Dame, en París. ¿Cuál de los dos pedreros es usted?

Árboles y bosques

La visión impide la rutinización de la agenda, pues pasamos a dar un valor extraordinario a cada “ladrillo”, a cada pequeña operación.

Lo ideal es, por lo tanto, al planear cada actividad, por más pequeña que sea, tener la clara idea de su impacto futuro, de su importancia en la tarea final. Por ejemplo, “reunión con cliente XXX a las 4 p.m.” puede tener un sentido más amplio si usted piensa en la red de personas que está creando y como esto afectará su futuro, o como el dinero obtenido de la venta será utilizado en la consecución de su visión, etc.

Sin embargo, nunca es bueno advertir: pensar en bosques, sin olvidar los árboles. La visión tiene su ritmo, no tiene que ser apresurada o forzada a suceder, especialmente la que es fruto de la intuición.

En realidad, cuando usted elige la intuición como método, esté abierto para que muchas cosas sorprendentes sucedan. Es algo mágico que muchos han narrado de cómo al establecer una visión clara adelante, los recursos surgieron de la nada, personas llamaron sin esperar y las circunstancias fueron cambiando sin razón alguna. Sí, la visión es poderosa. Ahora, es su vez de aplicarla.

Marcelo Bulk (marcelo@bkcolombia.com)

- ❖ Profesor y estudiante de Brahma Kumaris en Bogotá, desde donde coordina las actividades de Brahma Kumaris en Colombia.
- ❖ Coordina la página de Brahma Kumaris, bkcolombia.com
- ❖ Consultor empresarial en el área del talento humano

Publicado originalmente en el BK@net, ediciones 66 y 67