



*PODIUM - revista electrónica*

PARTE IV  
**PROACTIVIDAD**  
**TOMANDO ACCIÓN HACIA EL CAMBIO**  
**Una decisión sin acción nunca fue una decisión.**

¿Cuántas veces tomamos una decisión para luego no hacer nada en cumplimiento de esa decisión? Este es el caso de la gran mayoría de la gente y es justamente una de las grandes razones por la cual no se logra obtener los cambios o logros deseados.

Una vez usted logre escribir definiendo lo que quiere cambiar, en forma positiva, presente, sensorial y específica (cuando, cuanto, con quien, porqué etc.), entonces está listo para tomar acción. **¿Cuándo debe tomar acción? Ahora**, y todos los días. Que no pase un día sin tomar algún tipo de acción. El pensar que va a tomar acción y no decidir cuándo, es



solamente soñar y esperar que de alguna forma mística los cambios se realicen. Lamentablemente el mundo está lleno de soñadores. Son pocos los que sueñan en cambios y toman acción proactiva hacia esos cambios. Sus cambios no pueden depender de otros. Usted no puede esperar a que otros hagan o logren cambios para usted entonces hacer sus cambios. Si usted espera en otros, entonces está perdido, pues está tomando una postura reactiva y peligrosa. El reactivo espera que otros inicien antes de ellos iniciar. Por otro lado, el proactivo no depende de otros, más bien inicia la acción independientemente de otros.

La acción debe ser constante de tal forma que todos los días usted tome acción para lograr los cambios deseados. Haga algo, por poco significativo que le parezca su acción, ésta mantiene el movimiento y la inercia. El detenerse puede ser contra productivo a sus propósitos ya que mucha gente que se detiene con intención de luego re-iniciar nunca logran re-iniciar. Por lo tanto sea constante, sea fiel, sea apasionado hacia los cambios que usted desea lograr en su vida.

Su acción debe ser dirigida, enfocada y ecológica. Considere los cambios deseados, considere la gente que le rodea y que son significativos en su vida.

De vez en cuando es necesario hacer un alto y evaluar los resultados que usted está obteniendo de sus acciones. A esto le llamamos agudeza sensorial. Agudeza sensorial es utilizar todos sus sentidos para determinar si sus acciones le producen los resultados deseados o no. Si está obteniendo los resultados, entonces siga con lo que está haciendo, pero si no está obteniendo los resultados deseados, entonces debe re-evaluar sus acciones y hacer algo diferente. Recuerde: "si sigue haciendo las cosas de la misma forma obtendrá los mismos resultados, si desea resultados diferentes tiene que hacer las cosas de forma diferente". El estado necesario para poder "experimentar" con acciones diferentes es la flexibilidad. Flexibilidad de comportamiento es un recurso personal que le otorga poder. Requiere la determinación y fortaleza de hacer las cosas de forma diferente, de experimentar y esto significa salir de la zona de confort. Se puede recibir terapia para comenzar a lograr este recurso personal (al igual que todo lo demás), por otro lado requiere, como todo lo demás, una decisión de hacerlo y la acción de lograrlo. Muchos van a un terapeuta o consejero esperando una varita mágica y que se logre un cambio sin esfuerzo personal. Generalmente, esto no funciona de esta forma, requiere participación proactiva de parte de la persona interesada en lograr los cambios.



Los cambios son posibles y se pueden lograr rápidamente. Lo que se necesita es tener el deseo de cambiar, definir claramente y específicamente lo que se quiere y tomar acción. Luego usar la agudeza sensorial para determinar si la acción tomada es la correcta y tener la flexibilidad de seguir haciendo los cambios necesarios hasta lograr el cambio deseado.

Melvin Ruiz Miranda, D.C.  
N.L.P. Master Trainer