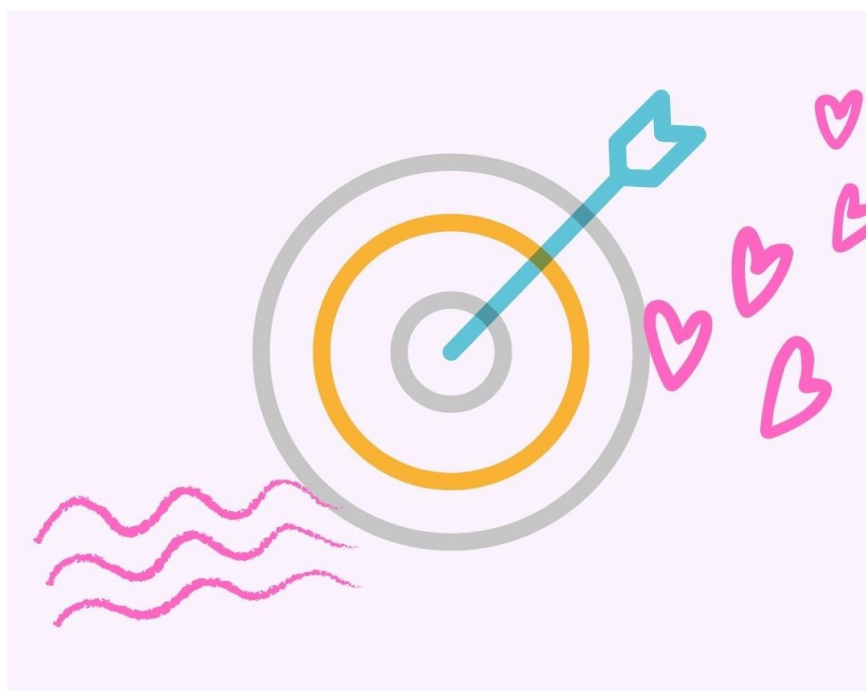


AUTOCOACHING

1



# META: DE LO ILUSIONANTE A LO ALUCINANTE



María José Pont

COACHING EMOCIONAL

[mariajosepont.org](http://mariajosepont.org)

# De lo ilusionante a lo alucinante

## AUTOCOACHING

Aunque el título te remita a la sospecha de un simple juego de palabras, te invito a prestar atención a la diferencia de significado entre un vocablo y otro; que a su vez los hace inseparables, en el camino hacia la meta.

Para que puedas marcarte esa meta, es de vital importancia, que al menos identifiques dónde está el “hipotético límite” de tus capacidades. Allí situarás tu frontera fiable. Así, con toda certeza te fijarás metas alcanzables.

Cuando eres capaz de quedarte dormido pensando en tu meta, soñando con ella durante toda la noche, y tan sólo abrir los ojos cada mañana, recordar tu sueño como una sensación placentera, significa que empiezas bien el día, por buen camino hacia tu meta. Seguramente, sentirás que tienes por delante toda una jornada para imaginar, apasionarte e ilusionarte. Esta idea no quiere decir que te pases el día pensando en la meta. Simplemente, es un despertador para el magnetismo, atractor de lo necesario para engrosar el camino hacia la meta marcada.

Precisamente, es aconsejable dejar a un lado, con toda intensidad, la meta, paradójicamente sin dejar de tenerla presente, y centrar la atención en el trayecto. O sea, continuando con las tareas cotidianas, pero atento a todo lo que pueda serte útil, para componer tu camino. Así, sin casi darte cuenta alcanzas tu meta. Tanta será tu sorpresa, que creerás estar en una ensoñación o alucinación. Sin embargo, lo has hecho tú; es un premio a tu ilusión.

Igualmente, te permitirá constatar otras capacidades que posees, tal vez dormidas, más allá de tus “hipotéticos límites”.

Como verás, habrías partido de lo ilusionante, en la determinación de la meta; imaginado y apasionándote con su inminente alcance. Luego, en ese logro, has descubierto nuevas capacidades, que por nuevas y aún por integrar, pueden parecerte ajenas; pero son tuyas.

La confluencia de estas circunstancias, generara en ti el deseo y la confianza suficiente para marcarte nuevas metas.

A ésta, ya hemos llegado.

¡Fíjate la siguiente con ilusión..., y margen para alucinar!

¡Ésta, la has alcanzado!

