

Una vida dinámica

En la mayoría de los casos, los clientes no acuden a un *coach* porque quieran pasar a la acción. Acción ya tienen. La razón por la que les interesa el *coaching* es que no consiguen los resultados que desean de las acciones que llevan a cabo. Quieren acciones diferentes, incluso un número menor de ellas. Sean o no conscientes de ello, cada día hacen elecciones y esas elecciones son su vida. A menudo los clientes no ven que pueden elegir; más bien ven lo contrario. Dicen cosas como: “esto es lo que hay”, “no puedo porque...” o “las cosas son como son”. Parte de nuestro trabajo como *coaches* es quitarles esa venda de los ojos y ayudarles a ver que de hecho sí ejercen opciones, incluso en los días en los que sienten que su vida les gobierna.

La esencia del coaching de Equilibrio es ayudar a los clientes a que sean conscientes de sus opciones y ayudarles a que tomen decisiones que les satisfagan. El resultado será una existencia caracterizada por una acción eficaz, llena de vida y de empoderamiento, conducente a la plenitud. Por cierto que ésta es la razón por la que los cursos intermedios de CTI empiezan por Plenitud. El *coaching* para alcanzar la Plenitud le proporciona al cliente un sentido del destino hacia el que se dirige: ¿Cómo sería para ti una vida plena y valiosa? ¿Cómo te haría sentir? Con esa idea en mente, es hora de que los clientes tomen decisiones para hacerlo realidad. En el curso de Equilibrio construimos a partir de la visión creada en Plenitud.

Es importante puntualizar aquí que Equilibrio ocurre en medio de la acción. Una vida en Equilibrio no es lo mismo que una vida equilibrada; no se trata de dar el mismo peso a todos los elementos que componen la existencia. El objetivo no es que la familia, el trabajo, el ocio, etc., tengan el mismo peso. Hay un punto de equilibrio fluctuante entre todas estas áreas importantes de la vida del cliente, y hacia ese punto se orienta el *coaching*. También hay que ser conscientes de que no llega un momento en el que la vida por fin alcanza un equilibrio perfecto; no hay un lugar en el que por fin se descansa, a excepción del lugar del “descanso final eterno”. Mientras sigamos con vida, iremos aproximándonos más al alineamiento con el equilibrio que queremos, o nos iremos alejando de él.