

# «To do list»

escrito por Daniel Restrepo

Durante toda nuestra existencia, en todos los ámbitos de nuestra vida, nos acompañan las listas que debemos cumplir: los primeros 100 alimentos antes del primer año de nacimiento; las 10 cosas que debes hacer antes de morir; los 10 errores más comunes al emprender; los 5 consejos para un matrimonio exitoso, entre otros. Estamos rodeados de estas listas sobre todos los aspectos de nuestra vida.

Mateo Guzmán, un cuasi sobrino, se encuentra en su proceso de llegar a los 100 primeros alimentos que debe consumir previo a su primer año de vida, lo cual me ha permitido reflexionar sobre las diferentes etapas de nuestra vida y cómo éstas están vinculadas a un *“to do list”*.

Estas listas que *“debemos cumplir”* tienen un doble filo. Por un lado, nos pueden enseñar a ser más disciplinados, conscientes, enfocados y que, al final del ejercicio, podamos sentir que cumplimos con nuestra misión o propósito pero, por otro lado, puede ser un catalizador de ansiedad y de estrés, al ver que nos estamos quedando y que no cumplimos con lo que está allí establecido.

La pregunta que se sigue es ¿debemos cumplir con estas listas o estos deberes sociales? ¿Los deberes sociales son los mismos para todos? ¿Qué sucede si tengo otros objetivos diferentes al resto?; estas y otras preguntas, nos acompañan desde el día que nacemos y, por ende, debemos hacer una lectura responsable y dar una respuesta acorde a nuestra realidad.

Hay una película tipo Hollywood llamada en español *“Como si tuviera 30”* que trata sobre la necesidad de una adolescente de tener 30 años y tener un empleo *cool*, ser exitosa y tener un esposo o novio ideal. Al llegar a esta edad se da cuenta de todo lo que hay detrás y que no todos los caminos son fáciles, no todos los caminos son iguales para todos y que, al cumplir con esa lista o esos objetivos trazados, posiblemente no se logra el propósito o se encuentre lo que se esperaba. Esta sensación puede ser frustrante.

Ojo, no se trata de satanizar estos objetivos, por el contrario, pueden aportar en tu proceso o camino para lograr tus objetivos; te pueden enseñar a tener foco, a dar prioridades y encontrarte con tu propósito, pero debemos ser conscientes que una lista de estas que no se cumpla o que no se esté logrando, debe ser gestionada por cada uno de manera de positiva.

Cada quien es responsable de su propio camino, de realizar, cambiar y ejecutar su propia lista. Y si por alguna razón no se cumple en los tiempos que la sociedad establece, nos reconciliemos con eso y busquemos hacerlo en nuestros propios tiempos para evitar llegar a escenarios de ansiedad, depresión, estrés o frustración.

La invitación para todos es que construyan su propia lista y aprendan de las ya existentes; pueden inspirarse en ellas y, con base en eso, buscar sus propios tiempos para llevarla a cabo. **Cada persona deberá librar su propio camino, tachar aquellos objetivos que se vayan cumpliendo e ir conectando, a medida que se van cumpliendo, con su propósito de vida.** No es una carrera contra la sociedad, contra los amigos o familiares, tal vez es simplemente una carrera contigo mismo.

Otros escritos de este autor: