



Cómo establecer prioridades

Por Tim Wesemann

Mi lista de "tareas"

- Llevar el automóvil al concesionario
- Comprar leche
- Almorzar con Roberto y Judy
- Clase de gimnasia de Jen a las 4:00
- Clase de arte de Roberto a las 5:00
- Ir a cortarme el pelo
- Consultar al veterinario sobre las vacunas del gato
- Devolver los libros a la biblioteca
- Llevarle los remedios a mi abuelita
- Asegurarme que Juan pague las facturas.

¡Tanto para hacer y tan poco tiempo para hacerlo!

¡Pero no tiene por qué ser así! La vida puede ser diferente ... si estamos dispuestos a que así sea. Para ello, vamos a considerar algunos aspectos que tienen que ver con este tema. Uno es el ritmo de nuestra vida, otro es establecer prioridades y el tercero es cómo organizarnos.

El ritmo de nuestra vida

Si eres como yo y la mayoría de las personas en nuestra sociedad, llevas un ritmo de vida frenético que sólo va empeorando con el paso del tiempo.

A veces parece que como si hubiera llegado el circo: computadoras, laptops, Internet, correo electrónico y celulares; escuela, trabajo, reuniones, eventos deportivos, vida social y conferencias; aviones, trenes y automóviles; tarjetas de crédito, compras en línea, fuera de línea y mientras hacemos línea; películas, DVDs y CDs; acciones, bonos y fondos de inversiones. ¡Y mucho más!

Tanta tecnología y opciones a disposición sin duda tienen sus beneficios, pero también nos pueden llevar a estar tan ocupados, que desatendemos lo que realmente importa. Así, nos exigimos cada vez más para poder comprar lo que nos hacen creer que debemos tener... sólo porque otros lo tienen. Muchos padres se sienten tan culpables por no poder estar más tiempo con sus hijos, que tratan de compensarlo comprándoles más juguetes, adquiriendo así más deudas y complicando más aún sus vidas.

¡De sólo pensarlo ya se me acelera el pulso! Veamos qué podemos hacer.

- **Lo primero que debemos recordar es que nosotros elegimos el ritmo de nuestra vida.** Si nuestra vida es agitada, no hay nadie más a quien culpar que a nosotros mismos. Y si hemos permitido que nuestra vida esté fuera de control, sólo nosotros estamos en condiciones de tomar las decisiones necesarias para que eso no suceda más.
- **Muy a menudo nos adaptamos a la sociedad que nos rodea, en vez de tratar de transformarla a través de un ritmo más saludable.** ¿Quién impuso ese ritmo en nuestra vida? Decir que “no” al ritmo y costumbres del mundo es un buen punto de partida para comenzar a cambiar nuestro ritmo de vida.
- **Luego viene el tema de la codicia: anhelamos, deseamos, necesitamos y codiciamos demasiado.** Y todos esos deseos aumentan, a su vez, nuestro ritmo de vida.
- **No tiene nada de malo bajarnos del carrusel.** Hay muchas otras cosas divertidas para hacer y ver. Además, probablemente el dar tantas vueltas ya te esté mareando. Bájate ... ¡te sorprenderás al ver todo lo que has perdido!
- **Finalmente, establece prioridades y permite que ellas dirijan tus decisiones.** Establecer prioridades no siempre es fácil. A veces, porque estamos viviendo en un ritmo tan agitado que ya ni sabemos lo que está bien o lo que está mal; otras, porque no logramos encontrar tiempo para hacerlo y otras porque no creemos que el hacerlo sea una prioridad.

Si te es difícil tener una visión realista de lo agitado que quizás está tu mundo, puede ser útil que le preguntes a alguien que te conoce bien. Pero eso sí, evita las comparaciones: cada uno de nosotros tiene su propio ritmo, prioridades y manera de organizarnos, cada uno está lidiando con diferentes situaciones y cada uno de nosotros hemos sido bendecidos con diferentes dones y talentos.

Así es que ahora vamos a ver los diferentes enfoques que podemos tener con respecto al establecer prioridades.

Cómo establecemos prioridades—diversos enfoques

Una prioridad es algo que uno valora y califica de acuerdo con el valor que le da. Lo ideal sería que invirtiéramos nuestro tiempo de acuerdo con la forma en que ordenamos nuestras prioridades. Entonces, preguntémonos: si alguien observara cómo invertimos nuestro tiempo, ¿podría darse cuenta de cuáles son nuestras prioridades? Si no es así, es hora de evaluar cómo priorizamos.

Si bien es cierto que la manera en que priorizamos y la forma en que enfocamos los diversos detalles de nuestras vidas puede variar, generalmente todos seguimos algún patrón. A menudo, la forma en que respondemos a las situaciones que se nos presentan está ligada a lo que aprendimos de nuestra familia de origen. Pero eso no significa que no podamos cambiar, si el cambio es necesario o beneficioso. Puede no ser fácil, pero vale la pena.

A medida que leas los siguientes enfoques, piensa cuál te resulta más familiar. Ten en cuenta que quizás vayas cambiando de uno a otro.

El pescador

El pescador puede ser tanto relajado como serio. El pescador relajado se entusiasma con los desafíos del día, pero no tiene ni idea de lo que logrará. Quizás tenga esperanza de que su día sea exitoso, o quizás no. Mirando al Lago Visión, piensa que sería bueno pescar algunos peces; pero si no pesca nada, para él no será una gran pérdida. Puede que ni siquiera sepa cuáles son sus prioridades mientras los peces nadan debajo de él, en las aguas turbias. Tira la línea en forma despreocupada, dejando a la suerte lo que vaya a suceder.

El pescador más serio, en cambio, valora la aventura y el desafío y califica altamente las cosas inesperadas que se le aparecen en el camino.

El enfoque del pescador, ya sea relajado o serio, es el más utilizado por quienes no se ponen nerviosos ante los plazos y consideran que “disfrutar de la vida” es su prioridad máxima.

El escritor independiente

El escritor independiente prioriza escribiendo y escribiendo, con énfasis en “independiente”. Esta persona tiene listas por todas partes ... en papeles, en la computadora o en el teléfono, y hace listas para todo: desde las compras para el supermercado hasta las tareas de los niños, pasando por las personas a quienes tiene que llamar, las tareas del hogar y de la oficina, las actividades deportivas de los niños, etc., etc., etc.

El hacer listas puede ser de gran ayuda a la hora de organizarse y establecer prioridades, pero también es fácil hacer una lista y verificarla dos o tres veces, para luego dejarla de lado sin lograr mucho porque es demasiado abrumadora. ¿Por dónde empezar? ¿Alguna vez terminarán las listas?

Si adoptas este enfoque, es posible que tengas la intención de establecer prioridades (las listas son prueba de ello), pero no siempre logras ejecutarlas. O quizás tus prioridades cambian drásticamente día a día. Un día crees que un proyecto es una prioridad y al día siguiente crees que ya no lo es.

Este enfoque puede ser muy útil para decidir cuál es la mayor prioridad, eliminándola de la lista cuando se realiza y pasando al siguiente punto. (Algunas personas que utilizan este enfoque, se recompensan con algo pequeño una vez que logran realizar un cierto número de proyectos.)

El jugador de fútbol

El jugador de fútbol valora la sensación de logro (y la admiración que recibe por lo que ha hecho). Sabe lo que es necesario hacer y hace todo lo que se le presenta. Está siempre motivado, conoce sus prioridades y las persigue. Pero a veces va detrás de cosas que no puede alcanzar. Para quienes adoptan este enfoque, recuerden detenerse un momento antes de abordar un proyecto o decidir sus prioridades. Hasta los jugadores de fútbol de verdad toman un tiempo para descansar.

El bombero

Probablemente a todos nos ha sucedido que un problema repentino o una emergencia, de golpe nos ha sacado del rumbo que llevábamos. En respuesta a lo inesperado, nos ponemos el uniforme de bomberos y dedicamos más tiempo a apagar los incendios causados por otros, que a actuar de acuerdo con nuestras prioridades y objetivos. Cuando todo pasa, quizás se apagaron algunos incendios ... pero los planes personales del bombero recibieron poca o ninguna atención.

Siempre es loable tener compasión; pero a veces los bomberos responden a falsas alarmas y también hay personas que se aprovechan de la generosidad de otros. Quienes utilizan el enfoque del bombero, a menudo colocan las necesidades de los demás antes que las propias.

Cada uno de los enfoques antes mencionados tiene cualidades positivas y negativas. Veamos:

- El *pescador* no es el más motivado. Sin embargo, no parece molestarse, o al menos no se deja intimidar por no tener suficiente tiempo para hacer todas las cosas.
- El hacer listas, como el *escritor independiente*, puede ser una forma útil de establecer prioridades, organizarse y lograr algo. Pero las listas también pueden llegar a ser abrumadoras y se puede sentir culpa cuando no se logra hacer todo lo que hay en ellas.
- El *jugador de fútbol* es un hacedor, pero puede desgastarse fácilmente e incluso desorientarse a veces por asumir demasiadas cosas.
- Y si bien el *bombero* tiene un corazón maravilloso, a veces dedica tanto tiempo a apagar los incendios de otras personas, que no logra nada en su propio mundo.

Entonces, ¿qué hacer?

Cuando estaba analizando estos enfoques, comencé a sentir hambre y jeso se convirtió en una prioridad! (Lo cual no es raro.) Decidí darme un descanso de escribir libros y listas de tareas y buscar algo para comer. Lo que me apetecía era comida de desayuno, pero no tenía ni tocino ni huevos y eran las 2 de la madrugada.

Así que subí a mi automóvil, me dirigí a un restaurante que se dedica a servir desayuno a cualquier hora del día o de la noche y me senté al mostrador, frente al cocinero. Ahí estaba, en medio de la noche tratando de satisfacer mi estómago, cuando me di cuenta de que estaba a punto de recibir una lección de priorización.

Lo que me lleva al quinto enfoque.

El cocinero

Ese cocinero tenía sus prioridades en orden y era un buen administrador de su tiempo. A pesar de tener mucho que hacer, su ritmo no era agitado. Estoy seguro que le llevó tiempo y entrenamiento aprender a tener todo tan bien priorizado, pero ese joven (que probablemente estaba ganando el salario mínimo y trabajando horas ridículas) debería estar enseñando a otros cómo establecer y alcanzar sus prioridades.

Estas son algunas de las cosas que noté de la manera en que ejecutaba su trabajo:

- Todo estaba organizado. Cada cosa tenía un lugar y cada cosa estaba en su lugar. Más aún, el cocinero sabía dónde estaba cada cosa.
- Sus notas estaban a la vista (todas las órdenes colgaban en fila justo delante de él), en un orden específico. Parecía ser una persona que seguía un orden preestablecido.
- Cocinaba cada alimento según su tiempo de cocción. Sabía que las papas fritas demoraban más que los huevos fritos, por lo que las comenzó primero, asegurándose así de que todo estuviera listo al mismo tiempo. Mirando a su lista de órdenes, vio una de bistec y huevos. Sabiendo que el bistec tardaría más en prepararse, y a pesar de no ser la primera orden en espera, puso el bistec en la parrilla así, cuando llegara el momento de hacer esa orden, el bistec ya estaría listo.
- En lugar de ir cuatro veces al refrigerador, hizo una nota mental de todo lo que necesitaba y fue una sola vez, trayendo lo que necesitaba para hacer varias órdenes.
- Y también estaba preparado en caso de un incendio, listo para apagarlo rápidamente, antes de que causara un problema y sin que tomara mucho tiempo.

Aunque algunas órdenes eran pequeñas y otras grandes, este cocinero las fue haciendo despacio, manteniéndose tranquilo, calmado y sereno. Nunca pareció entrar en pánico, porque todas las cosas estaban en orden y bajo control. Aplicó las mejores cualidades de cada uno de los enfoques prioritarios, creando un plan que funcionó de manera eficiente. Yo, por mi parte, quedé impresionado.

Al aliviar mi hambre con la comida que ese cocinero me preparó, me preguntaba qué lo motivaba. ¿Qué lo llevaba a actuar así? Quizás fuera simplemente una motivación personal por hacer un buen trabajo para su empleador. O quizás fuera algo tan simple como asegurarse su cheque de pago. Podría haber una variedad de motivaciones, tal como sucede con nosotros.

Luego, mientras comía, pensé: ¿qué me motiva a mí a actuar correctamente? Entonces me di cuenta: mi motivación no viene de un "qué", sino de un "quién". Él es quien creó las 24 horas del día y los siete días de la semana. Él es quien me creó y me da vida para vivir cada día. Él es mi Dios, mi Salvador, mi Señor. Su nombre es Jesucristo. Sin Él, no tendría todas las bendiciones que necesitan ser priorizadas. ¡Y esa no es sólo mi historia, sino la tuya también!

Ese cocinero probablemente tenía algo o alguien, que de alguna forma lo guiaba. Es mi intención que este folleto sirva de guía para ti.

A continuación hay algunas estrategias que puedes utilizar para poner orden, claridad y organización en tu vida.

Diez estrategias para organizarte y establecer prioridades

Si te resulta difícil organizarte y establecer prioridades, en gran o en pequeña escala, esto es lo que te sugiero:

1. Determina con cuál de los cinco enfoques para establecer prioridades presentados anteriormente, te identificas más.

- a. Escribe qué funciona bien en ese enfoque y qué te gustaría cambiar.
- b. Desecha lo que no ha funcionado en el pasado.
- c. Haz una lluvia de ideas sobre las formas en que puede mejorar.

Ejemplo: Puede que seas un bombero, siempre 'apagando incendios' iniciados por otros. Te gusta saber que te necesitan, pero te sientes frustrado cuando ello interfiere con tus planes. Decide pedir a los demás que pongan sus necesidades por escrito y respóndeles también por escrito, con una fecha límite para apagar su incendio, después que hayas clasificado su importancia. *Nota especial:* Como somos criaturas de hábito, esto puede resultar difícil al principio.

2. Haz una lista de las personas y cosas más importantes de tu vida y luego, con ella en mente, prioriza lo que quieres lograr. Este puede ser el aspecto más difícil de priorizar, ya que a menudo dejamos que lo urgente supere a lo importante. Utiliza como guía la siguiente pregunta:

- a. ¿Qué actividades son más importantes?
- b. Determina cuáles actividades son *buenas* y cuáles son *mejores*... *mejor* debería ganar sobre *bueno*.
- c. ¿Cuál es mejor: el juego de fútbol de tu niño o el informe mensual?
- d. ¿Qué puedes hacer diferente el próximo mes para asegurarte de que el informe no interfiera con los partidos de fútbol de tu hijo?

3. Espera lo inesperado. No permitas que los contratiempos arruinen tu día. Acéptalos como oportunidades para ayudar a otros o para tu crecimiento personal.

- a. ¿Te has caído al bajar corriendo la escalera por estar tan apurado para no llegar tarde a tu próxima cita y te has torcido el tobillo?
- b. Un tobillo torcido puede importunarte,
- c. o puede ayudarte a aprender a delegar responsabilidades a otros.

4. Sé realista al establecer tus metas. Si pones metas muy difíciles de alcanzar, lo más probable es que te decepciones. Por ejemplo: quizás te has propuesto hacer ejercicio todos los días, pero luego de una semana te das cuenta que no puedes mantener ese ritmo sin sacrificar otras cosas más importantes (familia, casa, etc.). Entonces, puedes reformular tu meta y proponerte hacer ejercicio día por medio, de modo que también puedas encargarte de las otras cosas importantes en tu vida, en vez de cargarte de culpas por no hacerlas.

5. Trata de aprender de quienes parecen tener sus prioridades en orden. Habla con ellos y observa cómo lo hacen. Pídeles que te aconsejen, pero recuerda no comparar tu vida o tus prioridades con las de ellos. Después de todo, cada uno de nosotros pasa por situaciones diferentes y enfrenta la vida también de manera diferente.

6. Dedicar unos minutos al comienzo del día para organizar tus pensamientos, objetivos y tareas. La lista de tareas puede ser una excelente forma de organizarte; sólo recuerda de proponerte objetivos que sean posibles de alcanzar y que coincidan con lo que es más importante. ¿Es realista hacer 20 cosas, o sería mejor reducir esa lista a 10 cosas alcanzables e importantes? Hacer este esfuerzo puede ahorrarte mucho tiempo (e incluso algunos dolores de cabeza) en el transcurso de un solo día.

7. ¡No compliques las tareas diarias más de lo necesario!

- a. Establece rutinas regulares y ve acomodando las otras metas entremedio.
- b. Divide las tareas más grandes en pasos más pequeños.
- c. No trates de hacer demasiado a la vez; haz una cosa a la vez para que puedas hacerlo bien.
- d. Mantén las cosas simples y aprende la forma más efectiva de manejarlas.

- 8. Deshazte de todo lo que no necesitas en tu vida. (Y no me estoy refiriendo sólo a cosas tangibles.)** Quizás sea el momento de deshacerte de las cosas inútiles que te hacen sentir abrumado, una habitación o un armario a la vez. Y mientras lo haces, piensa en las cosas innecesarias que están ocupando espacio en tu vida: heridas viejas, malos hábitos, preocupaciones, etc. ¡Tal vez sea hora de prescindir también de eso!
- 9. Recuerda que el día sólo tiene 24 horas.** Y en esas 24 horas debemos incluir tiempo para la familia y amistades, el trabajo o estudio, jugar, comer y dormir. Si no puedes encontrar tiempo para todo, es porque tu vida está demasiado llena de cosas o porque no te estás organizando de la manera más eficiente.
- a. ¿Es realmente necesario que te ofrezcas como voluntario en cada una de tus obras de caridad favoritas?
 - b. ¿O que colabores en cada actividad de la escuela de tus niños?
 - c. ¿Tienes demasiadas tareas en el trabajo para terminar en un día?
 - d. ¿Nunca tienes tiempo de hacer las cosas de tu casa siempre?
- Quizás este sea el momento de buscar una forma más eficiente de utilizar tu tiempo.
- 10. Sé consciente de tus fortalezas y tus limitaciones,** y no permitas que otros controlen tus acciones y decisiones de acuerdo con “quién” o “qué” piensan que tú deberías ser. Más arriba mencioné que conozco a Aquél que me creó, Aquél que me conoce mejor que yo a mí mismo y me creó con un plan en mente. Es como si tú y yo formáramos parte de la lista de tareas cósmicas de Dios.

En resumen

Olvida las viejas costumbres

Si tus prioridades están fuera de control, desecha tus viejas costumbres. Decidir qué está fuera de control puede incluir el darse cuenta de que las cosas que valoras, tu ritmo de vida o tus actitudes, no son saludables o apropiadas. Quizás valga la pena que te hagas las siguientes preguntas.

- ¿Estoy lastimando a otros con mis acciones?
- ¿Estoy disconforme con la forma en que están yendo las cosas en tu vida?

Si tu respuesta a alguna de estas preguntas es no, sigue adelante.

Comienza de nuevo

Hoy mismo puedes resolver que vas a comenzar de nuevo. Para ello, el primer paso que vas a dar es establecer tus prioridades. Pídele a algún familiar y/o amigo que te ayude en el proceso y que te haga responsable de cumplir con lo que te has propuesto para así evitar caer en tus viejos hábitos.

No te asustes si no logras todas tus metas. ¡Perdónate cuando te equivocas! Y pide perdón si le has causado un problema a otra persona porque tus prioridades se descontrolaron.

Disfruta de la satisfacción

Disfruta de la satisfacción que encuentras en ...

1. poder pasar más tiempo con las personas que más te importan;
2. no cargarte de culpas cuando no logras todo (muchas cosas pueden esperar hasta otro día);
3. aprender a disfrutar el tiempo con el que Dios te ha bendecido, en vez de vivir una vida caótica;
4. pedirle a Dios que te ayude a aprender a estar contento, más allá de las circunstancias.

Y finalmente ... ¡vive en libertad!

Cuando conducía esa madrugada de regreso a casa, después de mi desayuno, vi un letrero frente a una iglesia que decía: «¿Sabes que eres la prioridad número uno de Dios?» No pude menos que sonreír. Toda esta charla sobre prioridades y allí había una señal recordándome la lista de prioridades de Dios. Mi nombre está justo al principio de su lista ... y el tuyo también.

Dios quiere asegurarse de que sepamos que Él ofrece su perdón gratuito, su aceptación y amor completos y el regalo del cielo, a todos los que creen en su Hijo Jesucristo. Jesús vino al mundo a dar su vida en la cruz y levantarse de entre los muertos, para liberarnos de la culpa de nuestros pecados ante el Padre celestial. Su inmenso amor por nosotros nos ha puesto al principio de la lista de prioridades de Dios ... ¡para siempre!

Ese amor nos libera para que podamos vivir una vida nueva *para Él*. No sé cómo es contigo, pero a mí esto me mueve a querer responder en gratitud. ¡Quiero que Él sea mi prioridad número uno! Y esto afecta la forma en que organizo la vida con la que Dios me ha bendecido.

Palabras de aliento

Antes de terminar, quiero compartir contigo algunos de mis textos favoritos y dónde los puedes encontrar en tu Biblia.

[Jesús dijo] “Vengan a mí todos ustedes, los agotados de tanto trabajar, que yo los haré descansar.” (Mateo 11:28)

“Confía en el Señor de todo corazón, y no te apoyes en tu propia prudencia.” (Proverbios 3:5)

“El Señor es mi pastor; nada me falta. En campos de verdes pastos me hace descansar; me lleva a arroyos de aguas tranquilas. Me infunde nuevas fuerzas y me guía por el camino correcto, para hacer honor a su nombre.” (Salmo 23:1-3)

“¡Del Señor son la tierra y su plenitud! ¡Del Señor es el mundo y sus habitantes!” (Salmo 24:1)

“¡Todo lo puedo en Cristo que me fortalece!” (Filipenses 4:13)

“Ciertamente la gracia de Dios los ha salvado por medio de la fe. Ésta no nació de ustedes, sino que es un don de Dios; ni es resultado de las obras, para que nadie se vanaglorie.” (Efesios 2:8-9)



© 2019 CPTLN
Todos los derechos reservados.

Cristo Para Todas Las Naciones es la división hispana de Lutheran Hour Ministries,
un ministerio cristiano mundial cuya misión es
Llevar a Cristo a las naciones, y las naciones a la iglesia.

Las citas bíblicas han sido tomadas de la Biblia Reina Valera Contemporánea,
Copyright © 2009, 2011 Sociedades Bíblicas Unidas.

6BS41