

# El capullo

La gente suele decir -con cierta connotación negativa- que los extremos se tocan y honestamente no lo entiendo. Yo me acabo de tocar y me siento genial. Humor verde aparte, me presento: soy miembro honorífico del grupo extremista formado por aquellos obsesos por una impoluta planificación de sus quehaceres. En apenas 23 años que llevo viviendo en este mundo he desarrollado una metodología que me gusta implementar en mi día a día y con la que planifico las actividades que deseo hacer cada día. Debido a que mi vida, por lo general, no cambia en exceso de una semana a otra esta planificación se ha transformado en una especie de rutina.

*‘¿Cómo realiza esta planificación?’* os preguntareis. Pues bien, he aquí mi metodología: Al inicio de cada curso partiendo del horario de clases que tengo que atender y de los objetivos que me he marcado -objetivos tanto nuevos como previos que aún no he conseguido- me genero una estructura mental de lo que una semana de mi vida será. Este esquema mental trata de acotar en el tiempo que dispongo todas las actividades que deseo llevar a cabo a lo largo de la semana para poder aproximarme a mis objetivos de la manera más óptima. Es un esbozo de los horarios que tendré que seguir cada día para poder disponer del tiempo suficiente para esas tareas. Mi conversación interna a la hora de crear este esbozo se asemeja a lo siguiente:

## **Mi mente**

Vale. Estamos a 2 semanas de empezar el curso. Parece que los horarios provisionales serán finalmente los definitivos. Mira que como venga la puñetera uni y lo cambie a última hora me jode entero. Pero bah, me lo voy a creer. Tenemos 5 asignaturas. Todos los días hay clase. ¡Mierda, clase por la tarde! A ver como hago ahora para organizarme para hacer las entregas.

*Pequeño inciso. En efecto, cuando hablo conmigo mismo uso indistintamente la primera y la segunda segunda. No sé la razón por la que lo hago, tal vez al pluralizar los conversantes distribuyo la responsabilidad que intrínsecamente correspóndese únicamente a mi.*

### **Mi mente**

Tengo gym, grupo, amigos y uni. Por la mañana madrugo para ir al gym, de esta forma me lo quito de encima y me activo. Después, desayuno y me pongo a hacer cosas de la uni. Cuando se acerque la una y poco comienzo a preparar la comida. Sobre las dos voy para el metro que tardo mis diez minutos en llegar. A la tarde tenemos clases, así que eso que no tengo que organizar. Acaban las clases y venimos a casa a comer algo y ver que tengo que hacer. Si no tenemos muchos deberes igual quedar con amigos es viable, sino igual mejor adelantar los deberes.

*Asiento mirando a la nada mostrando mi concordancia conmigo mismo.*

### **Mi mente**

Los fines aprovechamos para ensayar con el grupo por las mañanas, quedar amigos por la tarde y los domingos hacer deberes y si hay tiempo tomar algo con amigos. Y con eso creo que ya estaría.

Y así de sencillo dibujo en un lienzo imaginario el horario a seguir durante este cuatrimestre. Evidentemente debo realizar este proceso cada comienzo de un nuevo cuatrimestre pues los horarios de las clases posiblemente alteren mi inicial programación de la semana.

Los objetivos que quiero conseguir llevando a cabo esta planificación tiendo a decidirlos al comienzo del curso académico o anual. Podría dividir mis objetivos en dos

secciones:

- *A largo plazo*: aquellos que me requieran mayor tiempo para alcanzar.
- *A corto-medio plazo*: aquellos que se pueden cumplir en un menor tiempo.

Sin ir más en detalle de este proceso, os podéis hacer una idea de cómo gestiono mi vida.

Desafortunadamente, debo admitir que estructurar mi vida de una manera tan detallada no es un modelo viable a largo o incluso medio plazo por razones evidentes. La vida no es una sucesión de eventos preprogramados de los cuales se saben los resultados. Al contrario, si algo define una vida es la incertidumbre y el desconocimiento de los eventos adversos.

Soy consciente de la imposibilidad de garantizar el correcto seguimiento de tal planificación frente a imprevistos que, por definición, no pueden verse venir. Puede sonar irónico que yo, quien ordena su vida de antemano, diga que la vida es impredecible, pues acabo de soltar una guionización de mi monólogo interno mental contando los pasos que sigo para crear mi horario, pero es así. La principal razón por la que planifico mis semanas con tanta antelación es la falsa comodidad que supone saber qué pasará, aún si realmente no se tiene la certeza de que sucederá de tal manera.

Como larva que aún no conoce el mundo externo, me asiento en la comodidad de mi horario predefinido pues me reconforta y me mima. Como humanos que somos tememos la incertidumbre. El no saber. El desconocimiento del mañana hace que cualquier plan que se genere en el instante del ahora tenga nula validez.

Curiosamente aún sabiendo que no sabemos el futuro -ya sea lejano o cercano- no nos detenemos a pensar en la posibilidad de que el mañana nunca llegue. Es tan mínima la probabilidad de que un suceso como la inexistencia del mañana suceda que tomamos licencias creativas para modelar un futuro ficticio e

irreal. Nadie piensa que sus días vayan a acabar. El pensamiento de nuestra defunción es uno que no abunda en nuestro día a día. El pensamiento de nuestra defunción nos hace vulnerables y pequeños frente a un universo del que apenas formamos una milésima parte. El pensamiento de nuestra defunción nos acobarda y acoquina. Nos humaniza.

La larva comienza a construir su capullo poco a poco hasta que queda transformado en crisálida. Del mismo modo, un evento que sucedió en mi infancia originó el comienzo de la construcción de lo que mi yo sería durante mucho tiempo. Se trata de la muerte de un familiar cercano: mi tía.

Tenía yo poco más de 11 años cuando mi tía, enferma de un cáncer que yo era demasiado pequeño para entender, falleció tras una ardua lucha que se alargó, por fortuna o desgracia, durante no demasiados meses. Hasta entonces habitaba en mí el pensamiento de la vida eterna y feliz. Iluso era aquel joven que creía que su tía mejoraría y las cosas seguirían su curso conocido. No fue así, evidentemente.

Su muerte me pilló en un momento delicado: faltando meses para el fin del último curso de primaria y a las puertas de un nuevo reto como supone comenzar el instituto en el que apenas conocería a mis compañeros.

Debido a estas circunstancias, comencé a tejer mi capullo a través de ciertas cosas entre las cuales se encuentra planificar mi semana. El propósito del capullo era protegerme del mundo exterior en un momento en el que me encontraba débil y vulnerable. Los pensamientos sobre la fragilidad humana desbordaban mi mente y me debilitaban. Encontraba en mi planificación una seguridad de que un suceso como ese no volvería a pasar. Crear un *planning* de los acontecimientos venideros me daba el confort que necesitaba para poder salir de aquel capullo que me estaba generando. En el fondo no estaba saliendo del capullo. Al contrario, tejía paredes más gruesas.

Tomé otros hábitos a raíz de la muerte de mi tía que fueron desvaneciéndose y actualmente no forman parte de mí. Con el tiempo fui rompiendo las paredes de mi capullo y aprendí a volar. Desafortunadamente un hilo se quedó atrapado entre mis alas: el de crear horarios y planificar. Ese hábito se aposentó en mí, impidiéndome volar con total libertad. Pasar por un árbol o simple rama supondría correr el peligro de engancharme y volver a herirme, haciéndome sentir de nuevo vulnerable. Volaba libre hasta que por desgracia me topé de frente con un árbol que no pude esquivar.

Una tarde mi, por aquel entonces novia -evidentemente ahora ex-novia-, viendo los buenos resultados que le trajo a la cúpula política catalana, optó por declarar su propia DUI. Claramente yo no estaba al corriente de que en su cabeza rondaba la idea de la ruptura. A mis ojos la relación iba bien. La noticia me cayó como un jarro de agua fría. Mis alas se vieron envueltas en pensamientos negativos que frustraron mi vuelo y me precipitaron al suelo. Esa noticia había destrozado por completo mi planificación y había convertido el futuro que ilusamente había planificado en un incierto nuevamente.

Pasé unas semanas conviviendo con los llantos y los recuerdos hasta que, por alguna divina razón, decidí tomar cartas en el asunto y poner punto y final a mi miedo a lo incierto. Opté por tomar otras medidas para afrontar la situación en la que me encontraba y pude volver a volar. Volví a volar habiendo aprendido a esquivar las ramas y aunque algunas eran inevitables, aprendí a elevarme más rápido y con menos rasguños.

*“¡Coño! Si antes me venía con que era miembro del grupo de personas que planifican todo y ahora me dices que ya no. ¿En qué nos quedamos?”* A ver, ciertamente el hábito de crear horarios y planificar mis semanas es uno que aún tengo. El cambio con la persona que era en mi pasado es que actualmente soy capaz de improvisar y tengo muy en cuenta que existen

infinitas variables que pueden alterar mi día, semana o incluso mes. La diferencia es que ahora soy capaz de reevaluar la situación y recalcular mi planificación sin ofuscarme o paralizarme. Admito que ciertas adversidades pueden generar que el miedo a lo incierto asombre, pero gracias a la experiencia soy capaz de controlarlo y canalizarlo de manera que me ayuda a crecer como persona.

Opino que llevar una correcta planificación de la vida de uno es una práctica excelente que nadie tendría que dejar de hacer. En ocasiones nos adentramos en cuestiones sin pensar demasiado en sus consecuencias y en cómo afectarán a nuestra vida. Tener un plan a seguir puede facilitar a valorar las nuevas aventuras en las que nos queremos meter y decidir mejor si realmente nos serán de ayuda para conseguir nuestros objetivos. Una correcta planificación también puede contribuir a una mejor definición de nuestros objetivos tanto a largo como a corto plazo. Tener los objetivos claros es vital para poder marcar un camino a seguir.

Del mismo modo debemos ser conscientes de que dicha planificación en cualquier instante puede verse alterada por cierto acontecimiento externo que no podemos controlar. Estas cosas suceden diariamente y es lo más normal y natural. Como he mencionado antes, incertidumbre es la palabra, a mi parecer, que mejor define la vida. Por ello siempre tenemos que tener presente que por mucho que planifiquemos algo, los imprevistos son inevitables. La capacidad de reevaluar una situación y rediseñar una planificación es tan importante como la capacidad de crear la propia planificación inicial.

Afortunadamente, yo puedo decir que tras años de experiencia, por fin tengo esa capacidad.