

## Propósitos de Año Nuevo, entre sueños y realidad

Comienza un nuevo año, y con él, la tradición de establecer propósitos. Perder peso, ahorrar dinero, leer más libros o aprender un idioma, suelen encabezar las listas personales de deseos. Sin embargo, cada enero también se levanta una interrogante colectiva: ¿por qué tantos de estos objetivos quedan abandonados antes de que llegue marzo?

La respuesta puede estar en la forma en que nos planteamos nuestras metas. Muchas veces, las expectativas son tan altas como vagas. En lugar de un "quiero estar en forma", tal vez deberíamos comprometernos con "caminar 30 minutos al día". Este cambio de enfoque, más específico y medible, podría transformar la estadística en nuestra favor. Otro factor es la falta de constancia. Vivimos en una sociedad que promueve resultados inmediatos, y olvidamos que el verdadero cambio requiere tiempo y esfuerzo. Al igual que un agricultor no cosecha el mismo día que siembra, nuestros propósitos necesitan paciencia y dedicación.

También hay quienes sienten que establecer metas año tras año, es un ejercicio fútil. Sin embargo, la utilidad de los propósitos no radica

exclusivamente en cumplirlos al pie de la letra, sino en reflexionar sobre qué queremos mejorar y cómo deseamos crecer. En este sentido, el simple acto de formular propósitos es un acto de esperanza, una declaración de que creemos en nuestra capacidad de cambio.

A nivel país, también podríamos adoptar esta tradición. ¿Qué propósitos podría tener Chile para el 2025? Tal vez priorizar la educación, fortalecer la salud mental o avanzar en la protección del medio ambiente. Así como los individuos necesitan pequeños pasos para alcanzar sus metas, nuestra sociedad también puede lograr grandes cambios a través de esfuerzos constantes y colectivos.

Entonces, mientras compartimos abrazos y brindis en estos primeros días del año, recordemos que cada propósito es una oportunidad. Una oportunidad para ser mejores, no solo por nosotros mismos, sino también por quienes nos rodean. Porque al final, lo que importa no es solo cumplir nuestras metas, sino también aprender y crecer en el proceso. ¡Feliz 2025! Que este nuevo ciclo traiga consigo esperanza, determinación y, sobre todo, ganas de seguir avanzando.