

PRESENTACIÓN

HAY QUE PARAR Y CURAR LA GRIPE

Algunos están dispuestos a cualquier cosa,
menos a vivir aquí y ahora.

John LENNON (1940-1980)

Imagine que su vida es un enorme puzzle que alguien le ha regalado y que debe construir en un tiempo determinado. Si lo finaliza con éxito en el intervalo acordado, vivirá una vida equilibrada, saludable y llena de felicidad. Si no es así, la desdicha se ceñirá sobre usted. ¿Cómo se le ocurriría afrontar este reto? ¿Acaso improvisaría o utilizaría reglas? ¿Sería constante y metódico o irregular y olvidadizo? ¿Interiorizaría lo que fuera aprendiendo durante el proceso o su actitud sería establecer cierta distancia? ¿Sólo se dedicaría a su construcción o también descansaría el tiempo necesario para acometer de nuevo su tarea con renovada clarividencia? ¿Verdad que a nadie se le ocurriría “dejarse llevar” para resolver tan titánico envite?

Por desgracia, a muchos de nosotros nos empuja el paso del calendario, el día a día, esperando que un golpe de suerte o la aparición de una lámpara maravillosa nos permita saber administrar nuestro tiempo y nos infunda la actitud necesaria para ser dueños de él. En realidad, como siempre, conseguirlo es todo lo fácil o difícil que resulte vencer a nuestros falsos paradigmas o incapacidades técnicas. Si alguien le explica qué actitudes son necesarias para resolver un puzzle de 10.000 piezas (como veremos en el primer bloque) o qué técnicas nos pueden ayudar a ello (como veremos a partir del capítulo noveno), usted

ya no podría justificar su desconocimiento. Se trata de tener esa información e interiorizarla. Sin más. Nos llevará nuestro tiempo y será duro, pero si *queremos* conseguirlo se podrá lograr.

La sabiduría popular está repleta de proverbios referidos al Dios Cronos:

“El tiempo es oro.”

“Al que madruga Dios le ayuda.”

“El tiempo vuela.”

“No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy.”

“No hay tiempo que perder.”

“Madre, vísteme despacio que tengo prisa.”

Todos conocemos a personas con una descomunal capacidad de trabajo en diferentes ámbitos, incansables e incombustibles, con una atareada vida familiar y multitud de compromisos sociales. Son súper-humanos, líderes en diferentes ámbitos que parecen haberse materializado directamente de los pensamientos de Nietzsche. He tenido el placer de poder trabajar junto a varias personas así (y mientras leen estas líneas, *saben* que me estoy refiriendo a ellos). Destilan modestia cuando oyen estos comentarios:

Pero, ¿cómo te las arreglas para hacer todo eso...?.

¿De dónde sacas el tiempo...?.

No entiendo como puedes con todo...

Yo creía que estaba liada, pero veo que no es nada comparado con lo que tú estás haciendo...

Nuestra impotencia es patente cuando nos intentamos comparar con ellos. Pensamos en el poco tiempo que pasamos con nuestra familia, la cantidad de trabajo atrasado que ha pasado a ser urgente en nuestro ámbito profesional, lo poco que cuidamos nuestro cuerpo o la vertiginosa velocidad a la que transcurre el fin de semana. En definitiva, sentimos que no estamos viviendo el ahora, no disfrutamos del presente, la vida transcurre y desgraciadamente no existen supermercados donde “comprar tiempo pasado”, aunque no paramos de buscarlos. El deseado y sutil equilibrio nos

queda muy lejos y, como explica Stephen R. Covey, no nos damos tiempo a afilar el hacha debido a la gran cantidad de troncos que nos quedan por cortar.

Las comparaciones siempre son odiosas, pero quizás nos apetecería parecernos un poquito más a esas personas que aprovechan tan bien su tiempo, no por prestigio, no porque lo diga un libro o un asesor, sino por disfrutar un poco más de nuestra existencia y de aquellos que nos acompañan en este viaje vital. Porque la vida pasa, y un día se acaba, ¿no es cierto?

¿Qué importancia encierra el paso del tiempo en lo que somos? Parece obvio que el movimiento de las manecillas del reloj nos oxida y nos envejece, condiciona nuestra productividad laboral, nuestros éxitos (o fracasos) profesionales, e incrementa exponencialmente el montante que debemos devolver a los bancos a cambio de vivir de prestado durante muchos años en “nuestro” piso. El tiempo, incluso, nos etiqueta como buenos o malos cónyuges, padres, hijos, hermanos o amigos en función de nuestra particular habilidad para lidiar con todos los momentos familiares y sociales que la vida nos va ofreciendo.

Aunque lo descrito arriba es capital, podemos ir más allá y decir que el tiempo modela nuestra calidad de vida. Esto es debido al carácter transversal de este factor, que acaba influyendo en todo: alimentación, descanso, ambiciones, autoestima, amor, logros, fracasos, relaciones... Para todo hace falta tiempo, o mejor dicho, según nuestra gestión de estos agentes respecto al tiempo, el péndulo que todos tenemos dentro estará más o menos desequilibrado.

Es propósito de este manual intentar convencer al lector que si ajustamos ciertas inercias con los compromisos personales y profesionales en los que buceamos a diario, quizás podamos incrementar en cierto grado nuestra autoestima sin perder totalmente nuestro propio estilo, y eso puede repercutir en una mejor relación con nuestro “yo real” y con nuestro entorno.

Invito al lector a recortar seis papelitos y tenerlos siempre a mano durante la lectura de estas páginas, con las siguientes palabras escritas:

Planificar

Priorizar

Constancia

Compromiso

Equilibrio

Calidad de vida

Si planificamos y priorizamos con constancia y compromiso las tareas que realizamos en nuestro tiempo disponible, nos acercaremos a ese equilibrio interno que nos a va a reportar mayor calidad de vida.

Imagínese elaborando ese gran puzzle que es su vida y su tiempo, hasta su finalización satisfactoria. Intentémoslo en los siguientes capítulos...

Primera parte: el arco

“No ceses de esculpir tu propia estatua
en momento alguno”

PLOTINO (205-270)

I

EL TIEMPO NO ES MÁS QUE UN CONCEPTO

Podrán cortar todas las flores,
pero no podrán detener la primavera.

Pablo NERUDA (1904-1973)

El tiempo es un artificio cuya división natural (luz / oscuridad, solsticios, latidos del corazón, etc.) o arbitraria (segundos / minutos / horas / calendario, etc.) no debe confundirnos, ya que su naturaleza es invariable. Baste imaginarlo como un océano que contiene un volumen fijo de agua. Podemos detallar la vista en una zona, en una ola o incluso en una gota en concreto, pero sigue siendo el mismo océano, ni más ni menos.

El tiempo es la inacción o el vacío. Nosotros lo llenamos de hechos y de cometidos. Incluso lo visualizamos en forma de sistemas de medición y de mecanismos que permiten apreciar su transcurrir, convirtiendo la materialización de su impulso (fabricación de cronógrafos) en una de las ciencias más renombradas y en todo un arte.

Las tareas que realizamos dentro del tiempo son las que marcan nuestra percepción de su paso, pero no añaden o restan ni una milésima al tiempo disponible. Vamos a intentar administrar las tareas, no el tiempo.

A efectos de los objetivos planteados en este libro, podemos hacer notar cuatro características importantes del factor tiempo:

- Es un recurso. Al igual que el capital o el trabajo, su correcta administración puede generar riqueza y por ello vale la pena no malgastarlo y saber gestionarlo.

- Es finito. No importa la escala de medición: la arena acabará desapareciendo de una de las mitades del reloj.
- Es unidireccional. No podemos volver al pasado ni dar un salto al futuro. Podríamos definir el presente como la materialización misma del factor tiempo.
- La percepción de su paso es variable. La gestión de las tareas nos va a llevar a intervenir en sensaciones habituales que nos generan frustración, como la semana laboral interminable, el fin de semana “visto y no visto”, o la convicción que no nos dedicamos tiempo a nosotros mismos.

Es importante entender en profundidad estas cuatro características porque de su correcta aprehensión derivará una mejor aplicación de muchos conceptos de los que hablaremos de ahora en adelante. Por ejemplo, parece claro que vivimos en sociedades que dejan un margen aparentemente estrecho a la administración individual del factor tiempo. En función de nuestro cometido profesional, de la climatología del país en que vivimos, de nuestras circunstancias familiares o de nuestro estado de salud, podremos administrar con mayor o menor destreza las tareas a las que nos vemos abocados. Con todo, cuantas más circunstancias colectivas condicionen nuestro uso del tiempo, más decisiva será la intervención individual en la gestión de las tareas. Aunque suene contradictorio, es cierto.

Veamos un ejemplo:

La empresa A y la empresa B son las principales competidoras en un determinado sector económico y son compañías con culturas organizacionales similares. Parece que la empresa A ha conseguido en los últimos meses mayor cuota de mercado que la empresa B. Para contrarrestarlo, la empresa B invierte en mejoras tecnológicas que suponen desbancar nuevamente a la empresa A. La empresa A decide entonces comprar los mismos componentes tecnológicos que la empresa B y vuelve a ponerse al mismo nivel, etc.

Si realizamos un análisis superficial de este proceso, concluiremos que la tecnología es un factor decisivo que diferencia a las dos organizaciones y sus resultados. Sin embargo, muy a pesar de la opinión de los que se mueven en el regate corto o en el vuelo raso, un buen directivo leerá entre líneas y concluirá que la tecnología está igualando a estas dos empresas. Si una está por encima por tener mejor base de datos, la otra compra lo mismo y se iguala. Si el otro dobla la capacidad de tráfico de sus redes y se pone por encima, el uno hace lo mismo y ya estamos empatados otra vez.

¿Qué factor diferencia la empresa A y la B? ¿Qué componente es clave en cualquier grupo social u organización económica estructurada? Sin lugar a dudas, el recurso humano, el factor personal, los elementos de la organización que lloran y ríen. Sus personas, con nombres y apellidos, con una historia detrás y un futuro por delante, de un valor incalculable. Si la empresa B no los tiene, aunque invierta en equipos e infraestructuras, irá por detrás de la empresa A. Porque no dispone de la pasión, de la iniciativa, de la creatividad, del atrevimiento, de la constancia, del saber hacer, del descaro, de la estrategia, del impulso, de la planificación y de la ilusión de los individuos y del equipo de la empresa A.

Paralelamente, podemos decir que aunque los factores colectivos tienden a igualar las posibilidades que todos tenemos de administrar nuestro tiempo, y aparentemente limitan nuestra capacidad individual de gestionar estos procesos, paradójicamente aún resulta más decisivo el componente individual. Las personas que son dueñas de su propio tiempo y que tanto admiramos destacan de manera sobresaliente de entre las demás por su gran capacidad personal para gestionar de manera brillante las tareas personales, profesionales y sociales en las que bucean como pez en el agua. Por eso en este aspecto destacan unos pocos. Porque no es fácil y requiere compromiso. Sólo nosotros podemos superarnos a nosotros mismos.

O mejor dicho, sólo si nosotros nos lo proponemos, podemos superarnos a nosotros mismos. Nadie lo va a hacer por nosotros. Aunque no cabe duda que en cualquier caso el margen existe y aunque no podamos ni debemos ser clones de seres ideales, parece oportuno intentar crecer individualmente en un aspecto que controla poderosamente otros ámbitos de nuestro paradigma.