

## Preguntas frecuentes

### 1. *¿Qué es Ahorrar Algo Hoy (AAH)?*

La acción de ahorrar alguna cosa con una periodicidad diaria conforma el esfuerzo más básico para mejorar la eficiencia en el aprovechamiento de los recursos que utilizamos las personas para vivir.

Ahorrar Algo Hoy es una acción que se puede realizar en cualquier situación donde se pueda hacer más eficiente un proceso emocional, productivo, intelectual, económico, social o político.

Ahorrar Algo Hoy es una actividad simple que supone un reto, permite el aprendizaje, es fácil de recordar, de promover y de utilizar. Además constituye un mensaje para cualquier individuo de la sociedad.

Ahorrar Algo Hoy es un enfoque diferente para analizar e interpretar el mundo que nos rodea, y al hacerlo así se impulsa a la imaginación para actuar de una mejor manera. Por otro lado al ser gradual y constante, se genera el hábito de ser personas eficientes, eliminando así desperdicios y anomalías durante el funcionamiento de la sociedad.

## 2. *¿Para qué es?*

1) Para ayudar a las personas a lograr un desarrollo pleno y balanceado en lo espiritual, emocional, familiar y económico; y

2) para propiciar el aprovechamiento inteligente y sustentable de recursos naturales, sociales, intelectuales, económicos y políticos, de manera que se logre efectivamente la sustentabilidad del desarrollo de la sociedad, tanto para la generación presente como para las futuras.

Ahorrar Algo Hoy es además, una herramienta adecuada para apoyar políticas y estrategias de organizaciones, tales como empresas, gobiernos, organizaciones no gubernamentales, escuelas y universidades.

## 3. *¿Cómo puedo participar en todo esto?*

Muy simple: cerciórese de ahorrar algo cada día.

## 4. *¿Qué se puede ahorrar?*

Cualquier recurso (natural, intelectual, emocional, social, cultural, político, económico, etcétera) que se descubra en exceso o carencia para posteriormente llevarlo a un nivel de suficiencia.

El talento y la habilidad de cada persona se aprovechan altamente, ya que las posibilidades del ahorro como vehículo para eficientar el uso de recursos son infinitas.

### **5. *¿Quién escribió esto?***

En realidad, indirectamente han sido muchas personas. Las características actuales de la sociedad son fruto dinámico de ideas, pensamientos y acciones de nuestros antepasados y nosotros los contemporáneos. Hay tantas cabezas detrás de estas líneas que no pueden ser obra de un solo hombre. El autor tan sólo compiló algunas ideas que andaban dispersas por ahí, dándoles un sentido lógico y orden para sacarles provecho.

### **6. *¿Por qué debo leer este libro?***

Hay varias razones:

- Porque un futuro apropiado para el mundo no depende solamente de la plenitud de algunos, sino de la suya también.
- Porque cada persona es un protagonista importante en este momento por el que pasa la humanidad, y usted tiene una posición única para contribuir a la eficiencia y balance integrales de la sociedad.



## Agradecimientos

Quisiera, a través de estas humildes líneas, rendir mi más profundo agradecimiento

... a Dios, por permitirme estar aquí y haberme puesto exactamente en este lugar.

... a mis padres Eduardo y María Eugenia, ya que sin su esfuerzo interminable no tendría las bases para ser quien soy. A mi papá por su ejemplo, su autoridad, su convicción y sus ideales, que han transformado mis aspiraciones. A mi mamá, cuya entrega a su familia es un acto de amor infinito y siempre está ahí con palabras de aliento, perseverancia y coraje.

... a mis hermanos Carolina y José Eduardo, con quienes aprendo a ser el hermano mayor, y a quienes estimo y quiero con toda mi alma.

... a mi querida Edit, con quien disfruto los años más felices de mi vida, sin su amor y apoyo incondicional no sería yo el mismo.

... a todos y cada uno de mis familiares y amigos, con quienes me he dado cuenta de que la amistad es la mejor manera de acompañar cualquier momento.

... a todas las personas con quienes he compartido experiencias en mis viajes para descubrir el mundo. Su paciencia y amistad me han ayudado a conocer y comprender ideologías, lugares y culturas mágicas de este planeta, que hasta no hace mucho ni me imaginaba que existían.

... a mis maestros y compañeros por su ejemplo y compañía en estos últimos 29 años y asimismo a todos aquellos con quienes me tocará vivir antes de despedirme de este mundo.

... a los que con sus comentarios y retroalimentación inspiraron que este trabajo fuera publicado y no siga siendo sólo un proyecto.

A todos ellos mis mejores deseos para que ahorrando algo hoy propiciemos la plenitud de vida que todos anhelamos.

Antes de empezar...

## **AHORRA ALGO HOY**

Seguramente algunas ideas le vienen a la mente en relación con estas tres palabras. Le pedimos, por favor, tomarse unos minutos y escribir en una hoja de papel o aquí mismo todas esas ideas que tiene usted en estos momentos.

Al final de la lectura de este libro utilizaremos de nuevo estas ideas que escribió, por lo que le solicitamos conservarlas hasta entonces. Al terminar esta aventura que usted está comenzando, el concepto que tiene sobre la idea de ahorrar algo hoy, se reforzará y será más amplio y con seguridad usted estará ya aprovechando los beneficios de los ahorros audazmente aplicados.





## Prólogo

*El mundo se mueve no solamente por los poderosos  
impulsos de los héroes, sino también por la suma  
de los pequeños impulsos de cada trabajador honesto.*

FRANK C. ROSS

A Heráclito de Éfeso, filósofo griego, se le atribuye la frase de que un hombre no puede bañarse dos veces en el mismo río. Esta idea proviene de la noción del cambio constante. Es decir, aun cuando el cauce, la geografía o el nombre del río sean los mismos, no serán nunca las mismas aguas las que corran en él. La idea de temporalidad está fuertemente inscrita en estas sabias palabras.

De la misma forma, todo aquello en lo que participamos cambia. Podemos repetir una actividad simple como levantarnos por la mañana o compleja como una declaración de impuestos, y siempre que lo hagamos será diferente. Nuestra vida está llena de pequeñas repeticiones que, sin embargo, no dejan de mostrar una mínima variación entre sí.

No obstante, así como reconocemos un solo río dentro del infinito número de ellos que corren en un raudal muchas de nuestras acciones apelan a un común denominador que nos permite agruparlas como experiencias similares. No es

posible confundir el Sena (Francia) con el Nilo (Egipto) y sin embargo sí podemos convenir en que un conjunto determinado de nuestras acciones es similar; lo que quiere decir que adquirimos experiencia.

La repetición está presente en nuestro ejercicio diario. Es una parte vital de nuestro aprendizaje. Es fácil descubrir que nuestra memoria trabaja mejor cuando la hacemos incurrir repetidas ocasiones en la misma situación. Así ocurre con los errores. En general, debemos equivocarnos en varias ocasiones para poder conocer nuestra falla y evitarla más adelante. No es fácil aprender si no erramos. Pero, ¿cómo sería si, en lugar de sufrir las consecuencias de nuestros errores una serie de veces, pudiéramos reconocerlos, resolverlos e incluso prevenirlos desde la primera ocasión?

Sin duda evitaríamos un gran desgaste en nuestra labor diaria, ahorrando la energía perdida en la solución de las consecuencias. Además, haríamos nuestro trabajo de forma mucho más eficiente. Pero, ¿qué ocurre cuando repetimos cientos de veces la misma conducta sin darnos cuenta de nuestro error?

Con bastante frecuencia nos introducimos en una rutina malsana que va mermando nuestra calidad de vida, que deteriora el ímpetu con que solíamos arrojarnos a nuestros proyectos. Lentamente ese pequeño error, esa costumbre insignificante va acumulando su efecto nocivo hasta derrumbar todo lo que la rodea: proyectos, trabajo, matrimonio, salud...

Problemas como la obesidad o el estrés ocurren así. Cedemos el control de nuestros actos al inconsciente, evitándonos la molestia de regularlos nosotros mismos. Dejamos que se conviertan en problemas evidentes que para entonces ya nos son muy difícil corregir de forma inmediata.

## Prólogo

Pues bien, de lo dicho podemos concluir que en nuestra vida debemos procurar tanto balance como eficiencia. *Eficiencia* porque buscamos utilizar el mínimo de recursos necesarios para lograr exitosamente nuestros objetivos (para qué equivocarnos diez veces si basta una sola para evidenciar el daño), y *balance* porque nos interesa eliminar por igual los excesos y las carencias, además de satisfacer plenamente todas las facetas que conforman nuestras vidas: amor, trabajo, familia, crecimiento, etcétera.

Cuando nos detenemos un momento a pensar en los problemas del mundo, de inmediato notamos que éstos se reducen a excesos y carencias. A una falta de balance desde las comunidades hasta los individuos. Pocas personas y muy pocas sociedades han logrado un estado de balance en sus vidas y suelen ser dignas de nuestra admiración.

Lograr un autoconocimiento tal, para descubrir nuestras limitaciones y después modificarlas, es un proceso arduo y complejo si lo vemos desde su totalidad. Y aún más al recordar que no basta con alcanzar un equilibrio en nuestra vida —emocional, económico, laboral, fisiológico...— sino que además debemos mantenerlo, previniendo y solucionando de inmediato problemas por venir.

En las páginas siguientes se plantea una fórmula, sencilla y universal, con la cual escudriñar nuestras faltas, digerir nuestros problemas y plantearnos un camino por el cual conducir nuestra vida en balance total y continuo. Esta propuesta, por demás ambiciosa, requiere de su convencimiento para mejorar su vida, y de su capacidad de introspección.

A partir de nuestro propio balance integral lograremos un cambio fundamental en el accionar de la sociedad. Mínimo, quizá, pero definitivo. ¿Que cuánta mejora puede lo-

grar en un mundo globalizado de miles de millones de individuos, con problemas de guerra, enfermedades, pobreza, hambruna, racismo? Primero agradezcamos que figuras como el Dalai Lama o la Madre Teresa de Calcuta no pensarán así. Pero si nuestra modestia y humildad nos impiden reconocer ese potencial en nosotros mismos, reconozcámonos tan sólo como una pieza del rompecabezas que se va construyendo a nuestro alrededor. Si pronto líderes, presidentes, empresarios, trabajadores, doctores, estudiantes, amas de casa, logran balancear sus acciones y aprovechar eficientemente sus propios recursos, el impulso crecerá de forma exponencial y se forjará un destino: una historia.

*Ahorrar Algo Hoy* es una expresión que al principio podría sugerir poco; sin embargo, esconde un conocimiento profundo. En este libro se convierte en una herramienta fundamental para dilucidar el proceso de análisis que necesitamos. Es una idea que ha vagado sin rumbo con un injusto énfasis en su variable económica. Aquí se le rescata del yugo de la abstención y la inversión para darle un uso más práctico y en definitiva mucho más sugerente.

A lo largo del libro se muestra una serie de anécdotas iniciáticas que utilizan el método de ahorro y eficiencia aquí propuesto o evidencian la necesidad de su uso. Al ser una idea de vasta proyección, no se pretende determinar un sistema de errores y aciertos. La intención es crear un esquema mental para enfrentarnos a problemas que nos afectan aun ignorándolos, y otros que nos pueden afectar al futuro aunque los podemos prevenir hoy.

Nos detendremos en siete puntos clave que oscilan alrededor del concepto de *Ahorrar Algo Hoy*: tiempo, ahorro, eficiencia, balance, procesos de cambio, perspectivas y toma de decisiones.

## *Prólogo*

Jorge Luis Borges, escritor, poeta, cuentista y crítico argentino, escribió: «Es meramente fortuito que sea yo el escritor y tú el lector de estas páginas». No pretendemos haber descubierto la fórmula infalible de la armonía entre individuos y sociedades. Ni argumentamos que nuestra experiencia y percepción de la vida superen las de otros. Simplemente nos ha tocado vivir un conjunto de situaciones de las que solemos ser víctimas o beneficiarios. Y si el resultado de dichas experiencias, siempre casuales, siempre impredecibles, puede ser compartido, si acaso produce nuevos frutos o inspiraciones en otras mentes, en otros tiempos incluso, que sirva entonces esta tinta de humilde sierva, de semilla expectante para un mundo ególatra que se quiere mejor.

De modo que, si nos concede el privilegio de su lectura, estoy seguro de que este esfuerzo no acabará en la contraportada: debemos ahorrar algo hoy.

RODRIGO VALADÉS  
Otoño 2007



## Introducción

*No hay forma de culpar a otros por nuestro propio bienestar. Tu estás en tu cuerpo, yo estoy en el mío y somos responsables de ellos. Si no ejercitas esas responsabilidades, no hay necesidad de culpar a nadie más por lo que sucede.*

JOHN-ROGER

Jean Paul Sartre, iniciador de un movimiento ideológico llamado *existencialismo*, propone, entre otras cosas, la concepción del hombre como un espejo de su propio universo. Es decir, que hay una relación única entre la realidad y quien la vive. Por lo tanto, el cúmulo de experiencias que distingue a cada persona, refleja a su vez una percepción del mundo que jamás se repetirá en otro individuo.

Por ejemplo, a la palabra «perro» cada quien atribuye una imagen referencial distinta. Puede ser su mascota, el que lo mordió en la infancia, una caricatura, una fotografía o un perro imaginario. O incluso podría ser el último que vio, lo que hace notar que nuestra percepción está condicionada por el momento que vivimos.

Pero no podemos negar que existen directrices que sostienen nuestra realidad dentro de patrones comunes. Cuan-

do alguien menciona a un perro en una conversación, sería inusitado pensar en uno con cinco patas o en un champiñón.

Si bien es crucial reconocer que nunca podremos compartir por completo nuestra conciencia con otros ni podremos seguir las líneas del pensamiento de los demás, debemos saber que la piedra angular de nuestro conocimiento es la relación con la sociedad. Todo lo que logramos ser parte del principio de la comunicación.

Ahora, cuando hablamos de espacios comunes de la realidad, debemos ubicar ciertos límites de la percepción. Si nuestra forma de pensar es imagen del espacio en que vivimos, lo es, por ende, también de la gente con quienes nos comunicamos. Mientras nos alejamos de aquellos que nutren a diario nuestra percepción del mundo, descubrimos que ciertos puntos de vista aceptados o marginados en nuestro espacio vital, sufren diferentes diagnósticos según el lugar y el tiempo. Temas insondables como la muerte, la sexualidad o la guerra reciben respuestas distintas a las que forman nuestro bagaje ideológico. Hoy en día, con la efervescencia tecnológica y el papel todopoderoso que juegan los medios en nuestras decisiones políticas y en nuestros juicios de la realidad, nos parece que dichas barreras culturales se van rompiendo hacia la universalidad: la globalización.

Esto no es del todo cierto. La comunicación intercultural no ha mejorado su influencia al romperse los paradigmas geográficos. Desde generaciones atrás ciudades como Montreal, Londres o París han dictado la dinámica interracial e intercultural del mundo occidental. Lo que el silicio y la contaminación espacial han permitido es la afluencia de información basura (una supercarretera de información que nadie necesita recibir) y una filigrana bestial de los emporios comerciales.



## Introducción

Hoy en día cualquier individuo puede hacer cruzar en una imagen toda la superficie de la Tierra en segundos, lo que no significa que la información tenga algo de valiosa. Por otro lado, la habilidad posmoderna de trasladarnos en vivo hasta guerras y desastres que tienen lugar en ciudades que no existían más allá de un plano cartesiano, nos crea una ilusión de conocimiento. Creemos realizar un cultivo de conciencia universal. Lo que ocurre es que caemos en el juego de la estupefacción. Estamos pasivamente enterándonos de la actualidad del orbe con el «control» remoto en las manos mientras la realidad se nos escapa a dos metros del sillón.

Todos mantenemos un vínculo inseparable con la sociedad que nos rodea. Esta influencia unívoca es proporcional en ambas direcciones. En la medida en que la sociedad determina al individuo, el individuo impacta en la sociedad.

La sociedad contemporánea carga un pasado determinado principalmente por la historia. En la misma medida vivimos el resultado de la revolución industrial como el del descubrimiento de América. Esto porque sus consecuencias nos atañen de igual forma. Pero cargamos con el resultado de las decisiones negativas tomadas detrás de nosotros, antes de la revelación de nuestras facultades y extendiéndose siglos hacia el ayer.

Ya sea como individuos o como integrantes de una sociedad, podemos encontrar desequilibrio. Es aquí donde se asoman *ahorro* y *eficiencia*. Busquemos respuestas a lo siguiente.

- ¿Cuánta libertad es suficiente para respetar la soberanía de una persona o país?
- ¿Cuánta hambre es necesaria para poder apelar a la caridad?

- ¿Cuánto necesito quejarme antes de decidir resolver algo yo mismo?
- ¿Cuánta tensión es admisible para que mi trabajo no afecte mi salud ni mi integridad?
- ¿Cuántos problemas es justo soportar para mantener una relación de pareja?
- ¿Cuánto tiempo dedico y cuánto debería dedicar a mis actividades diarias?

Las respuestas no son sencillas. Normalmente permitimos que las cosas lleguen al límite antes de hacer algo por ellas. Y para entonces un problema simple, aunado a la acumulación de varios por los que no hicimos nada, provoca soluciones no placenteras: divorcios, hambruna, libertinaje, desórdenes fisiológicos por estrés, anorexia, terrorismo, etcétera.

Pero prestemos atención a un cuestionamiento más. Si yo le dijera que puede evitarse una porción de cada problema al punto de que evite trastornos graves después, ¿qué haría con esa pequeña porción extra de tiempo, de salud, de energía, de relajación, de vida?

### *Una herramienta más que una metodología*

Ahorrar Algo Hoy establece un marco de condiciones que debe concebirse desde un todo y que busca capacitar para la confrontación de problemas y evasión de patrones que conducen a la recurrencia de los mismos.

La idea se concentra en medir una, diez o todas nuestras actividades a través de hábitos de eficiencia. Ahorrar Algo Hoy pretende sostener nuestra vida en balance constante y lograr así una vida plena e integral.

## Introducción

El principio de Ahorrar Algo Hoy busca introducir en nuestra cultura de vida tres beneficios principales: 1) lograr una tendencia a la perfección en actividades concretas o abstractas que se realizan de forma individual, 2) orientarlas hacia un balance sostenible de acuerdo con las características de cada persona, y 3) propiciar una cultura de suficiencia en el aprovechamiento de recursos, satisfaciendo las necesidades vigentes y asegurando recursos para generaciones futuras: desarrollo sustentable.

Ahorrar Algo Hoy no es propaganda ni un producto innecesario que se acumulará en los sobrevaluados estantes de la superación personal. Es una tecnología puesta a su disposición para que, al estar completamente satisfecho con los beneficios que vislumbra, se convenza de aplicarlo a lo que guste, con miras a mejorar el aspecto de su vida que le interese y lograr ventajas disponibles «solamente» de lo que usted desee.

El primer capítulo en esta aventura habla del tiempo. Siendo éste un marco referencial en el que existimos, es fundamental dar a conocer la perspectiva que Ahorrar Algo Hoy tiene sobre él. Fuera de nosotros mismos el tiempo es continuo, permanente y se distinguen tres etapas: pasado, presente y futuro.

Dos conceptos claves en Ahorrar Algo Hoy son *el ahorro* y *la eficiencia*, por lo cual es de suma importancia dominar todo su espectro de significación. A ellos se dedican los siguientes capítulos.

El segundo capítulo se centra en el tema del ahorro. El ahorro práctico —donde la particularidad económica es sólo una de sus facetas— facilita el desarrollo de la eficiencia. A lo largo del capítulo se exploran algunas posibilidades de utilizarlo a nuestro favor.

El capítulo tercero trata de la distinción correcta entre *eficacia*, *eficiencia* y *efectividad*. De estos tres conceptos, el más importante para nosotros es el de eficiencia. Se establece su relación de significados de acuerdo con las palabras afines *eficacia* y *efectividad*, con las cuales resulta evidente que comparte una raíz y se confunde en el habla diaria. La búsqueda de la efectividad se realiza tradicionalmente a través de la eficacia, ocasionando un desgaste y un margen importante de error. La perspectiva de la eficiencia ofrece resultados visibles a corto plazo y facilita la resolución de problemas.

Estos tres capítulos establecen lo que quisiera denominar «memoria común» —el término lo tomo prestado del magnífico semiólogo Y. M. Lotman, creador del concepto de «semiosfera» y que precisamente da título a los tres volúmenes que recopilan su obra ensayística—. Supongamos que un físico quiere explicar las incidencias descubiertas a raíz del colapso de dos hoyos negros. Si pronuncia su conferencia entre físicos, su labor no será muy difícil debido a que podrá utilizar términos que todos conocen, podrá hablar de quarks y ondas gravitacionales sin tener que explicar su significado, porque estos términos están en la «memoria común» del auditorio, distinto a lo que tendría que exponer si se presentara en un auditorio con estudiantes de preparatoria. Los capítulos a los que hago referencia no presumen poseer un conocimiento científico que el lector no tenga, sino que lo hago partícipe de las ideas básicas que sostienen los fundamentos de Ahorrar Algo Hoy para poder explicarme mejor en los capítulos subsecuentes.

Del capítulo cuarto al séptimo se concentran los tópicos más sugerentes de Ahorrar Algo Hoy y de hecho representan la evolución natural de la idea.

## Introducción

En el cuarto capítulo se habla de balance. Los excesos y las carencias son los extremos en el rango, y el balance es la aproximación permanente a un punto medio. Descubriremos que es factible contemplar un escenario desde ambas perspectivas y que una situación inesperada suele manifestar un error de procedimiento aun cuando esté disfrazada como un golpe circunstancial de suerte. Muchas ocasiones no entendemos cuando se manifiesta un problema grave precisamente después de una cadena de situaciones benéficas. Se proponen medidas para mantener el balance o para saber desplazarse entre ambos extremos sin perder el control.

El capítulo quinto se refiere a los procesos de cambio o transformación. El cambio es la única constante. Sin embargo, la repetición de ciclos es común y nos permite establecer referencias acerca de nuestro entorno (las horas del día y la inteligencia emocional son ejemplos de patrones referenciales que evidencian ciclos de comportamiento). Las conductas repetitivas facilitan el aprendizaje a través del error. La observación es algo que dominamos pero pocas veces le dedicamos el tiempo requerido para cuestionar las deficiencias de procesos establecidos. Con la determinación de situaciones, capacidad que tenemos todos, podemos acostumbrarnos a corregir futuros agravantes o a prevenir situaciones dañinas.

El sexto capítulo toca el tema de las perspectivas y los puntos de vista. En *La insoportable levedad del ser*, Milan Kundera hace decir a uno de sus personajes que si cada habitante de un país definiera la cultura de la nación, se establecería una nación diferente por cada habitante. Cada persona tiene un bagaje intelectual y emocional que le otorga diferentes capacidades y habilidades para comprender, respetar o negociar. Es necesario aprender a potenciar nuestra

posición al apoyar a los demás y apoyándonos en ellos. La aprehensión de múltiples puntos de vista nos dará siempre una visión más rica y completa de un solo fenómeno. Pensemos en el despegue de un avión en un aeropuerto internacional. Una sola persona no podría lograrlo, es necesaria la cooperación del piloto, el controlador aéreo, el supervisor técnico, etcétera, y cada uno de ellos tiene una perspectiva enteramente distinta del fenómeno. Uno está viendo un radar, otro la pista, uno más el motor, otro la cabina.

En el séptimo capítulo hablamos de las decisiones que tomamos de manera cotidiana y con las cuales forjamos nuestros destinos. Rescatamos en este capítulo también un recurso que tenemos abandonado y que nos puede ayudar a potenciar nuestra formación de sabiduría.

Finalmente, la segunda y última parte se consagra a recapitular y presentar las bases para el desarrollo posterior de la eficiencia y el balance a nivel individual y quizás el goce respectivo de las futuras generaciones.

Este libro basa una parte importante de sus explicaciones en gráficas y esquemas. Existen personas que entienden mejor conceptos semiabstractos en un diagrama, por ello he creído relevante su inclusión. Además, hacen más ágil la lectura, facilitan la introspección, la reflexión y sobre todo, pueden complementarse con sus ideas y pensamientos.

El esfuerzo contenido en estas páginas se entrega a usted para contribuir al desarrollo sustentable de la humanidad, sabiendo que no es tan tarde si reconocemos que cuando los seres humanos nos proponemos una meta, logramos conseguirla.

Cambemos pues un poco de belicosidad y avaricia por amor y compasión para que el paso de nuestra generación no sea una desdicha para nuestros descendientes y para el planeta mismo.

# 1

## TIEMPO:

### Cuando el futuro se convierte en pasado

*No podemos elegir cómo vamos a morir o cuándo vamos a hacerlo. Sólo podemos decidir cómo vamos a vivir.*

JOAN BAEZ

¿Recuerda lo que hizo el día de ayer? ¿Recuerda alguna experiencia sucedida 10 años atrás? Es curioso cómo en nuestra mente dos eventos ocurridos en momentos tan distantes entre sí, pueden recrearse en nuestra memoria justo ahora que los recordamos. Lo acontecido ayer es muy reciente, por lo que con relativamente poco esfuerzo podemos recordar cada momento con bastante detalle. Entretanto, lo que le pasó hace 10 años quizá no esté tan fresco en su memoria como lo que ocurrió ayer; pero comience a recordar más detalles sobre ello: quiénes estaban con usted, cuántos años tenía, cómo era el día, en qué lugar sucedió, y sentirá cómo poco a poco se conecta su conciencia con aquel momento. Comenzará a percibir todos los detalles nuevamente, incluyendo la química en su cuerpo de las emociones que sintió.

Entre esos dos instantes pasaron aproximadamente 10 años (días más, días menos, no importa). Considerando primero su experiencia más lejana, la de una década atrás, situémosla en una fecha específica; así podríamos ubicarla mejor mediante lo que ese año, mes y día significan.

Ahora bien, marquemos en el calendario la fecha del día de ayer, momento en el cual sucedió esa experiencia suya más reciente. Con esto hemos identificado dos momentos en la continuidad de todos los que ha vivido durante su vida.

¿Qué más pasó entre esas dos fechas, entre esos dos momentos? ¿Seríamos capaces de nombrar, aunque sea uno por día, todos los eventos que acontecieron en nuestras vidas en ese lapso?

En primera instancia podría ser difícil, pero toda esa información está en su memoria y está disponible. Lo difícil es solamente acceder a ella.

Sin desviarnos al tema de cómo almacenamos información en nuestro cerebro, es interesante darse cuenta de que, a medida que transcurre el tiempo, vamos teniendo experiencias y se van registrando en algún lugar de nuestra fantástica materia gris.

¿Tiene algún plan para mañana? ¿Tiene alguna visión de lo que estará haciendo en 10 años? Para complementar ambas respuestas, puede pensar en el lugar donde va a estar, con quienes va a estar, qué fecha marcará el calendario, etcétera.

La «distancia» en el tiempo que separa el ayer del hoy es prácticamente la misma entre hoy y mañana, así como la de diez años atrás y una década después con respecto a hoy. Puede suceder que una se sienta más grande que otra, pero técnicamente son equivalentes.



Ahora bien, ¿cuántos momentos y cuántas experiencias reunirá? ¿Está usted listo para vivir, disfrutar, aprender y almacenar cada uno de esos momentos en el libro de su vida?

El tema principal de este capítulo es el tiempo y algunas observaciones sobre éste. Mentes poderosas como las de Einstein y Hawking han escudriñado las características del tiempo a niveles muy elevados y las han expuesto en libros sumamente interesantes y apasionantes. Nosotros intentamos aquí tan sólo poner en términos simples algunos aspectos sobre el tiempo que son de importancia para la herramienta Ahorrar Algo Hoy.

El tiempo lo visualizamos como una sucesión continua, constante y permanente de momentos.

Básicamente, la regla general es que entre un momento cualquiera en relación con cualquier otro es que uno sucede antes y el otro después. Y así de simple y lógico, el pasado sucede antes que el presente mientras que este último acontece antes que el futuro.

Ahora bien, lo que ocurre en un momento dado lo llamamos *evento*, de manera tal que un evento sucede en algún momento. Por ejemplo, este preciso momento en que está leyendo este renglón. Para cuando termine de leer esta página, el momento en que leyó aquel renglón habrá quedado en el pasado.

Los eventos se pueden repetir en diferentes momentos. Usted puede leer el párrafo anterior cuantas veces lo desee. Pero la primera vez que lo hizo fue antes que la segunda y que la tercera y que la cuarta, etcétera, mientras que a su vez, la segunda vez fue antes que la tercera y la cuarta, y así sucesivamente. No hay manera de esquivar el tiempo (aunque a veces quisiéramos que fuera posible).

## *Concepción del tiempo*

El tiempo se interpreta como un fenómeno continuo e infinito. Es decir, un tiempo sin principio y sin fin absolutos y que continúa, continúa y continúa...

En otras palabras, en la medida en que ubiquemos un momento que presuponga un inicio, por tan sólo reconocer que hubo un momento anterior a ese, nos iremos al pasado infinitamente. De la misma forma sucede en el futuro, siempre habrá un momento posterior a cualquiera que podamos indicar como «el último». Y sucederá así aun cuando no estemos presentes para corroborarlo.

El tiempo es entonces un fenómeno sin principio ni fin absolutos, pero lleno de momentos relativos. El hombre lo conquistó parcialmente cuando inventó el calendario y el reloj. Con ellos ha sido más fácil ubicar los momentos cuando ciertos eventos suceden y cuantificar la «distancia» entre ellos. De manera tal que hacemos referencia a una medida cronológica en la cual suceden los eventos y con ello somos capaces de comprender lo que significa el antes y el después.

Existen diversas unidades con las que medimos la posición de un evento en un punto específico del tiempo. Los alcances de cada una van desde las que agrupan una «gran cantidad de tiempo» (por ejemplo siglos) hasta las que suponen un instante minúsculo (microsegundos).

La división del tiempo está hecha por niveles, y aunque existe una gran diversidad de agrupaciones, sus unidades más frecuentes son:

segundos → minutos → horas → días →  
 semanas → meses → años → lustros →  
 décadas → siglos → milenios

## Tiempo

Supongamos que construimos una regla para medir el tiempo, digamos que mida un siglo. Entonces su tamaño sería demasiado grande; tan sólo un siglo está compuesto de 3 mil 155 millones 760 mil segundos ( $60 \text{ segundos/minuto} \times 60 \text{ minutos/hora} \times 24 \text{ horas/día} \times 365,25 \text{ días/año} \times 100 \text{ años/siglo}$ ). Si la regla fuera del tamaño de un siglo, y tuviera graduaciones de un milímetro para medir cada segundo, la regla mediría nada más y nada menos que ¡3 mil 155 kilómetros! Casi una cuarta parte del diámetro de la Tierra en el ecuador (12 mil 756,32 kilómetros).

Para hacer el ejercicio más sencillo, dejemos fuera los segundos, minutos y horas. Finalmente es también posible y válido considerar momentos específicos dentro del espacio de un día. Y consideremos que este pequeño periodo de un día mide 1 cm. Entonces nuestra regla se achica un poco y si cada día «mide» un centímetro, entonces un siglo «mediría» 36 mil 525 centímetros ( $365,25 \text{ días/año} \times 100 \text{ años/siglo}$ ) o, lo que es equivalente, 365,25 metros.

Utilicemos ahora con nuestra mente la regla que hemos construido. Si con ella medimos el tiempo entre dos eventos, entonces habría que ubicar los momentos en los puntos correspondientes de la regla y hacer la medición.

Continuemos con los dos eventos que recordábamos hace un rato: precisamente el de ayer y el de hace 10 años. Si con esta regla medimos la distancia entre ellos, marcaríamos una distancia aproximada de 36,5 metros entre uno y otro. ¿Cuántas cosas caben en semejante espacio? Considere que es todo lo que sucede en 10 años.

Es relativamente fácil distinguir que estas dos experiencias o eventos sucedieron en diferentes momentos, pero quizá resulte un poco difícil concebir simultáneamente TODO lo que pasó entre ellas.

### *Relatividad del tiempo*

El tiempo es relativo, ya lo decía Einstein, y aun cuando parezca muy pequeña la porción que concebimos los simples mortales en los 70 u 80 años que en promedio viviremos respecto al infinito del tiempo, de cualquier manera 5 años, 10 años, 3 meses, nos pueden parecer mucho o poco.

Para medir el tiempo también se inventaron las equivalencias. Así podemos despreocuparnos de lo engañosa que puede ser la magnitud del número y encontrar la más adecuada para interpretarla o valorarla mejor. Siguiendo con nuestra medida de los 10 años, éstos equivalen aproximadamente a:

0,01	milenios
0,1	siglos
1	década
2	lustros
120	meses (10 años × 12 meses c/u)
520	semanas (52 semanas × 10 años)
3.652,50	días (365,25 por año)
	(Recordemos los años bisiestos)
87.660	horas (3.652,50 días × 24 horas c/u)
5.259.600	minutos (87.660 horas × 60 minutos c/u)
315.576.000	segundos (5.259.600 min. × 60 seg. c/u)

La concepción del tiempo puede dimensionarse con la ayuda del reloj, del calendario y respecto de sus equivalencias. Pero hay que tener cuidado: toda cosa que el hombre crea suele contener algunas imperfecciones. Lo más importante es no desubicar lo que sucede antes y lo que acontece después.

## Tiempo

Un reloj con la hora exacta lo único que hace es darnos una etiqueta con el nombre del momento, justo en ese preciso instante.

El momento en el que reloj marca las 10:30 am sucede *después* que cuando marca las 9:30 am. Simple y lógico, ¿no?

¿Pero qué pasa cuando hablamos de las 10:30 am del martes y las 9:30 am del miércoles? Entonces un momento a las 10:30 am sucede *antes* que a las 9:30 am del miércoles. Más aún, un momento a las 9:30 am de un martes de febrero sucede *después* de las 10:30 am de un miércoles de enero. Finalmente, si consideramos el año en la fecha, entonces un martes de febrero de 2010 a las 10:30 am ocurre *antes* que un miércoles de enero de 2011 a las 9:30 am, pero *después* que cualquier miércoles de enero de cualquier año igual o anterior al 2010.

Más trágico, para la defectuosa concepción del tiempo que tenemos, es reconocer que es posible que lo que sucede a las 9:30 am sucede también a las 10:30 am.

En algo tenían que participar los husos horarios. Supongamos que yo estoy en Mazatlán y usted en la ciudad de México y hablamos por teléfono a las 9:30 horas de Mazatlán. En ese momento son exactamente las 10:30 horas en México.

En relación con estas aparentes distorsiones del tiempo, o mejor dicho, defectos de las reglas que le ponemos a éste, es posible encontrar algunas todavía más curiosas: cuando en Japón es *viernes* a las 6 de la mañana, en México es *jueves* a las 4 de la tarde. En ese preciso instante tenemos el mismo momento pero concebido de modo totalmente diferente.

Otra cuestión curiosa, que de repente suena ilógica, es que cuando alguien viaja en avión de Londres a París, aparentemente lo hace por 2 horas 20 minutos, pero si va de París a Londres entonces su viaje es de 20 minutos. Aunque el

viaje dura aproximadamente 1 hora 20 minutos, las referencias que tomamos son los horarios de salida o llegada en cada ciudad puesto que ambas se localizan en husos horarios diferentes.

La percepción del tiempo está también asociada a nuestra edad. Siguiendo con la cada vez más precisa concepción de lo que significan 10 años, si a un niño de 12 le hablamos de 10 años, éstos representan prácticamente toda su experiencia de vida. Para un adulto de 50 años, equivalen a una quinta parte de su vida, o lo que es lo mismo, 20 por ciento, mientras que para un anciano de 80 esos diez años son tan sólo un 12,5 por ciento de su vida.

¿Qué tan diferentes pueden ser las percepciones de cada individuo si su conciencia del tiempo está en función de la «cantidad» de tiempo que ha vivido?

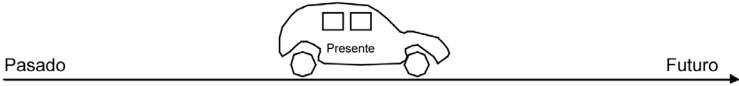
Cuando recién termina la época de Navidad, algunos niños se desesperan un poco al pensar que pasará otro larguísimo año para repetir las festividades. A medida que crecen se dan cuenta de que cada vez se vuelven más frecuentes las navidades. Imagino entonces que para un adulto mayor, un año completo que pasa equivale cada vez a una porción menor de lo que es toda su vida; no porque el tiempo vaya más rápido, sino por la gran cantidad de experiencias alusivas que tiene, en este caso, a la Navidad, y por la gran cantidad de recuerdos que se alumbran cuando tan sólo la palabra *dicembre* hace activar algunas neuronas.

### *Pasado, presente y futuro*

Estos tres espacios están claramente definidos en la línea infinita del tiempo. Con la siguiente analogía podemos conceptualizar cada uno de ellos: imaginemos que manejamos

## Tiempo

un automóvil en una carretera recta. Hacia delante está el futuro mientras que atrás está el pasado. Sólo que este auto no tiene reversa y viaja solamente en dirección al futuro.



Debido a que el auto está en constante movimiento, el presente se traslada a cada momento que pasa. Es decir, el presente se localiza en el espacio del propio auto, o en otras palabras, el auto es el presente mismo y el presente es ahora.

A medida que el auto avanza, un momento, que por un instante fue presente, se va dejando atrás y se convierte en pasado reciente. Como el auto sigue su marcha, ese pasado se hace cada vez más y más distante o lejano.

El futuro siempre se va acercando, pero el camino es infinito, siempre se avanza, de manera que un momento que sucederá en el futuro se convertirá en presente en algún instante y se convertirá después en pasado.

El presente, en el más estricto de los casos, es tan sólo un instante. Hay quienes hasta sugieren que el presente no existe, puesto que realmente sucede en una fracción de segundo. Sin embargo, si siempre estamos encapsulados en él, simplemente nuestra perspectiva del presente es en relación con el futuro y el pasado.

En Ahorrar Algo Hoy el presente tiene una consideración un tanto más amplia que un simple instante: un día, el día de HOY. El presente es el hoy de cada persona, con todas sus horas, minutos y segundos desde que abre los ojos por la mañana hasta cuando los cierra en la noche para dormir.

Cuando hablamos del pasado hacemos referencia a todos los momentos anteriores que van desde el ayer hacia atrás. Finalmente, con futuro nos referimos a todos aquellos momentos que sucederán de mañana en adelante.

Pasado, presente y futuro son sumamente importantes. Al ir leyendo estas páginas se dará cuenta de por qué consideramos necesario hablar del tiempo en el primer capítulo. Iremos descubriendo poco a poco muchas cosas interesantes; concernientes a cada uno de esos tres espectros del tiempo que son *pasado*, *presente* y *futuro*.

En la gran mayoría de los esquemas, el tiempo está implícito y en ocasiones incluso dibujado.



Sin olvidarnos de lo mágico que es el tiempo y de todo lo que podemos hacer con él en nuestra mente, sustraemos unas cuantas de sus características para considerar algunos puntos en el universo de Ahorrar Algo Hoy. Por lo pronto, mientras el futuro se va convirtiendo en pasado, podemos incidir en ello de la manera más conveniente, sabia y eficiente posible, el día de hoy.