

## Prefacio a la edición española

Pronto me di cuenta de que yo no había nacido para trabajar. Salvo los trabajos manuales y la gimnasia, las tareas escolares no se me hacían muy exigentes, y resultaba relativamente fácil mantener contentos a progenitores y educadores. Varios profesores me insistieron que, si trabajaba más, podría hacerlo mucho mejor. Pero la televisión y las novelas de Julio Verne eran demasiado divertidas como para abandonarlas por los libros y apuntes de la ikastola. Dormir profundamente tampoco era algo que requiriese mucho esfuerzo.

Así que, poco a poco, me fui convenciendo de que era vago. Al menos algo perezoso. Seguramente fue eso lo que despertó mi vocación por la filosofía. Después de todo, siempre se me había dado bien pensar en las musarañas, o dedicarme a eso que los filósofos clásicos llamaban «contemplación» (o como quiera que lo dijeran en su lengua). Sin embargo, los profesores de filosofía del instituto no parecían llevar una vida del todo contemplativa y feliz, así que opté por la uni-

versidad (o, quizá debería decir, la universidad optó por mí, pero explicar esto requeriría mucho trabajo). En todo caso, acabé siendo funcionario del Estado. El ideal de un perezoso, pensará usted. Pero no crea. Si hubiera sabido antes la cantidad de trabajo que exigía, me lo habría pensado mejor. Futbolista, banquero o político me parecen ahora mejores opciones, aunque desconozco si, más allá de mi pereza natural, estoy dotado de las cualidades necesarias para esas nobles ocupaciones.

El caso es que, no sé cómo, pero saqué la oposición a profesor de universidad. Eso me había obligado a participar antes en sesudos seminarios, conferencias y congresos en Europa y América. En uno de esos viajes me topé con John Perry y, al poco tiempo, con su ensayo sobre la procrastinación («La procrastinación estructurada», capítulo 1 de este libro). Ambos me impresionaron mucho. Al primero lo conocía sólo de oídas (o más bien de *leídas*). Su nombre había aparecido años antes, junto al de Jon Barwise, en el programa de la asignatura «Filosofía del Lenguaje» de 5.º de carrera, como autor de la teoría llamada «Semántica de Situaciones», o algo así. Su aspecto respondía al del filósofo sabio e ilustre. Su ensayo sobre la procrastinación no. Fue una auténtica sorpresa. Ni siquiera había oído la palabra. Y el ensayo me cautivó tanto como su autor.

John Perry es agudo y brillante, uno de los filósofos más conocidos y respetados del panorama filosófico contemporáneo internacional; y, a la vez, es muy

amable, tremendamente divertido, y excepcionalmente humilde. Mantiene un trato cordial tanto con sus colegas filósofos como con sus estudiantes y discípulos (que se cuentan por docenas). Todos lo admiran. Lo admiramos. Y lo queremos. Casi tanto como sus hijos y nietos, que involuntariamente protagonizan muchos de los ejemplos más conocidos de sus influyentes escritos. Creo que no exagero si afirmo que, si hicieran una de esas encuestas preguntando «¿con qué filósofo vivo importante se iría usted de cañas?» entre los miembros de la comunidad filosófica internacional, John Perry aparecería el primero de la lista, o al menos en el *Top Five*. (También es verdad que no hay que insistir mucho a los filósofos para ir de cañas y que, sinceramente, se van con cualquiera; pero estoy hablando de una hipotética respuesta unánime a una hipotética pregunta de una hipotética encuesta y, repito, creo que no exagero). Además Perry es muy gracioso. Hasta los chistes malos parecen buenos cuando los cuenta él. Tengo entendido que tenía vocación de *stand-up comedian*, es decir, de cómico monologuista, de esos que tanto abundan en los Estados Unidos de América. Así empezó Woody Allen y mire dónde ha llegado. Probablemente, Allen no sea un procrastinador. John sí. Y nunca ejerció de cómico. Pero mire, no obstante, dónde ha llegado. Obtuvo en 2011 el *Premio Ig Nobel de Literatura*. Su obra más famosa no es ninguno de sus libros y artículos de filosofía del lenguaje, de la mente, de la identidad personal, ni de semántica o pragmática. Su trabajo

más conocido es este mismo: *La procrastinación eficiente*.

No sé usted, pero yo nunca había oído antes la palabra «procrastinador». Eso sí, cuando la escuché por primera vez, me pareció que «procrastinator» en inglés sonaba mucho mejor que «perezoso» en español. Naturalmente, no miré en el diccionario y, sin reparar en su evidente origen latino, decidí que no existía en español. Error. Por fin consulté hace poco el diccionario de la Real Academia Española, y en su versión *on-line* dice

**procrastinar.** (Del lat. *procrastinare*)

1. tr. Diferir, aplazar.

Esta escueta definición, la verdad, no aclara mucho. Pero créame. «Procrastinador» es algo parecido a «perezoso». Y procrastinar no es una virtud. En el ensayo, John reconoce que es procrastinador, y aunque no se enorgullece de ello, viene a decir que no es tan terrible. La lectura del ensayo resulta realmente tranquilizadora para todos los procrastinadores que somos conscientes de serlo. Hay cosas peores; incluso mucho peores. Este nuevo tratado viene a abundar en esa idea. Nos dice algo así como: «Procrastinador, conócete a ti mismo». Yo, gracias a este libro, lo he hecho: me he conocido algo más. Y no es que esté encantado de conocerme. No se trata de eso. Digamos que he dejado de lamentarme y castigarme por mi falta de apego al trabajo y mi prácticamente nulo sentido del deber.

Para empezar, ahora sé que no soy ni perezoso ni procrastinador, sino *procrastinador estructurado*. Y la diferencia, como se verá, es crucial. Si había algún rastro de culpa y autoflagelo por mi pereza, ya ha desaparecido completamente. Los procrastinadores estructurados somos capaces de hacer muchas cosas útiles. Basta leer este tratado para darse cuenta. No hace falta tratar de superar la procrastinación; la mayoría de las veces resulta inútil y genera aún más culpabilidad y procrastinación. De lo que se trata es de convertirse en procrastinador *estructurado*. O, aún más fácil, de tomar conciencia de que uno ya lo es. Y, en el improbable caso que uno ya lo supiera (por haber leído el ensayo original, por ejemplo), este tratado está lleno de pistas para llegar a la cuasi-perfección, que no a la perfección, en procrastinación estructurada (cuidado con ser perfeccionista, que es una de las causas ocultas de la procrastinación (capítulo 2, «Procrastinación y perfeccionismo»)).

Le digo la verdad, yo creo que siempre he sido un procrastinador estructurado. Si no, no me explico cómo pude escribir una tesis de licenciatura y una tesis doctoral, publicar un número considerable de libros y artículos, dar clases a un buen número de generaciones poco numerosas de filósofos y filósofas, dirigir varios proyectos de investigación, participar en innumerables reuniones importantísimas y, en general, cumplir medianamente bien con la infinidad de tareas indispensables para el buen funcionamiento de nuestro sistema burocrático-académico de I+D+i+...

(no recuerdo si ahora se le suma alguna otra letra más). No, no es que mi extraordinaria fuerza de voluntad o mi estricto sentido del deber se impusieran a mi natural tendencia a la pereza. Nada más lejos de la realidad. La única explicación verosímil es que toda mi vida adulta he sido, aunque no lo supiera, un *procrastinador estructurado* y no un vago; del mismo modo que siempre he tenido un sentido de la *organización horizontal* y nunca he sido simple y llanamente un desordenado (véase el capítulo 6, «Alegato a favor de los organizados horizontalmente»).

Perry nos advierte de que los procrastinadores estructurados no debemos sentirnos orgullosos de ello. Pero, a veces es difícil no hacerlo, ya que la procrastinación estructurada tiene beneficios colaterales evidentes (capítulo 8, «Beneficios adicionales»). El mío es también un caso claro al respecto. Aparte de tener el honor de contarme entre los colaboradores que John Perry menciona aquí, puedo enorgullecerme de ser entre ellos el único procrastinador, aunque, según Perry, lo sea en menor medida que él (cuestión esta última, sobre la que discrepo; (porque, aunque él sea la única autoridad en procrastinación estructurada, puede equivocarse al medirla (si bien es verdad que, por otra parte, con la edad, creo que estoy adquiriendo el *desorden del déficit de paréntesis de cierre* que padece David Israel (nota mental: preguntárselo a John...

Parece normal que los resultados de la colaboración entre dos procrastinadores confesos y convictos

sean impredecibles. Perry no se explica cómo pudimos acabar de escribir *Critical Pragmatics*. Yo tampoco. Sinceramente, es un gran libro y merece tener un gran impacto en la filosofía del lenguaje, la semántica y la pragmática contemporáneas (la procrastinación, creo, no implica falsa modestia). Pero lo importante no es eso. Lo importante es que ambos nos lo pasamos genial. Con tal de no acabar el libro, pescamos en lagos semisecos del verano californiano, caminamos y acampamos en Yosemite, degustamos pintxos en Donostia, y catamos vinos en La Rioja; John descubrió a Kepa Junkera y Mikel Laboa y el queso de Idiazábal; yo a Willie Nelson y a los Credence Clearwater Revival y el cigarrillo electrónico. Con tal de no acabar el libro, también reescribíamos los capítulos docenas de veces y es posible que así mejoráramos considerablemente el resultado final, quién sabe. Pero, incluso si nuestra editora hubiese perdido toda su paciencia, hubiera roto el contrato y *Critical Pragmatics* nunca hubiera visto la luz, piense en todo lo que hicimos mientras lo posponíamos una y otra vez. Hasta que llegó algo más importante que nos obligó a entregar la última versión, digo yo.

En pocas palabras, es evidente que este libro promete. Si es usted un procrastinador, y consigue ponerse a leerlo, y acabarlo, aprenderá a vivir con su procrastinación, a no pelearse con su conciencia cada instante y a no gastar su dinero en libros de autoayuda que en cualquier caso probablemente nunca lea.

Si usted no es un procrastinador, mejor para usted. Ponerse a leer el libro no le costará mucho y, por oposición, también habrá descubierto algo sobre usted mismo: algo importante sobre lo que *no* es.

Seguro que todos, procrastinadores o no, tenemos algo más importante que hacer ahora mismo. Pero seguro también que, sea lo que sea, puede esperar.

KEPA KORTA

*Profesor titular de la Universidad del País Vasco/  
Euskal Herriko Unibertsitatea.*

*Autor, junto a John Perry, de Critical pragmatics.*

*An Inquiry into Reference and Communication.*

*Cambridge University Press, 2011*

## Introducción

# La paradoja de la procrastinación

Los humanos somos, por naturaleza, animales racionales. Se supone que nuestra capacidad para razonar nos diferencia de otros animales, así que, al parecer, deberíamos ser increíblemente razonables y basar cada cosa que hacemos en la reflexión y hacer lo que sea mejor según esas reflexiones. Platón y Aristóteles estaban tan imbuidos de este ideal que estaban convencidos de que nuestro fracaso para vivir de acuerdo a él era un problema filosófico: *akrasia*, el misterio de por qué elegimos hacer otra cosa que lo que es mejor para nosotros.

Esta imagen de los humanos como seres racionales, que basan sus actos en reflexiones y cálculos sobre lo que es mejor, ha permanecido viva desde que fue formulada en la Antigüedad. Las ciencias sociales más influidas por las matemáticas, como la economía, descansan en gran medida en la noción de que los humanos son animales racionales que toman decisiones teniendo en cuenta qué acto favorecerá, con

una mayor probabilidad, sus anhelos más importantes. Es bastante extraño, dado que muchas de las otras ciencias sociales, incluyendo la psicología y la sociología, proporcionan numerosas pruebas de que no funcionamos así en absoluto.

La verdad es que no tengo nada en contra de la racionalidad, ni siquiera de hacer lo que creamos que es mejor ni de hacer lo que, más probablemente, satisfará nuestros anhelos. He puesto a prueba estas estrategias en diversas ocasiones, a veces con buenos resultados. Pero creo que el ideal del agente racional es fuente de mucha infelicidad innecesaria. No es el modo en que muchos actuamos y, ciertamente, no es el modo en que yo actúo. Y actuar como lo hacemos habitualmente da buenos resultados y no es, en realidad, una razón para bajar la cabeza llenos de vergüenza y desesperación.

Mi defecto más importante, en relación con este ideal, es la procrastinación. En 1995, mientras no trabajaba en un proyecto en el que debería haber estado trabajando, empecé a sentirme como un auténtico desastre. Pero entonces observé algo. En general, tenía fama de ser alguien que hacía muchas cosas y hacía una aportación razonable a la Universidad de Stanford, donde trabajaba, y a la disciplina de la filosofía, que es en lo que trabajo. Era una paradoja. En lugar de poner manos a la obra en mis proyectos importantes, empecé a pensar en este dilema. Me di cuenta de que yo era lo que llamo un *procrastinador estructurado*; una persona que consigue hacer muchas cosas de-

jando de hacer otras. Escribí el breve ensayo que es el primer capítulo de este libro y, al instante, empecé a sentirme mejor conmigo mismo.

Este ensayo se publicó, posteriormente, en *The Chronicle of Higher Education* y en la revista satírica de ciencia *Annals of Improbable Research*, y lo puse en mi página web de Stanford. Bien, soy filósofo profesional, por extraño que eso pueda parecerle a la mayoría. He escrito docenas de artículos y media docena de libros. En mi humilde opinión, estos artículos y libros están llenos de ideas, profunda sabiduría e inteligentes análisis y fomentan nuestra comprensión de todo tipo de cosas interesantes, desde el libre albedrío a la identidad personal, pasando por la naturaleza del significado. Mis padres han muerto, así que quizá sea el único que tenga tan alta opinión de mi trabajo en filosofía. Pero dado que entré en Stanford por la puerta de atrás, como miembro del cuerpo docente —porque nunca me habrían admitido como estudiante— mi obra ha sido suficiente para seguir empleado como profesor de filosofía. Por lo tanto, no debe de ser una absoluta estupidez.

Sea como sea, nada que haya escrito ha sido leído por tantos ni sido útil para tantos —por lo menos, según su propio testimonio— ni ha alegrado tantos días como mi breve ensayo sobre la procrastinación estructurada. Durante muchos años, el artículo era el número uno cuando alguien buscaba *procrastinación* en Google. Después de trasladarlo de mi página web de Stanford a una página privada ([23](http://www.structured-</a></p></div><div data-bbox=)

procrastination.com), para poder vender camisetas de Structured Procrastination, cayó en las clasificaciones y luego volvió a subir, así que ahora no suele estar muy por debajo del artículo de *Wikipedia* sobre procrastinación. Cada mes recibo alrededor de una docena de correos electrónicos de los lectores. Casi todos son positivos y algunos dicen que el ensayo ha tenido un considerable efecto. Veamos un ejemplo:

Querido John:

Su ensayo sobre la procrastinación estructurada me ha cambiado la vida. Ya me siento mejor conmigo mismo. He llevado a cabo miles de tareas en los últimos meses, mientras me sentía muy mal por el hecho de que no eran las realmente importantes, las que estaban por delante de ellas en la lista de prioridades. Pero ahora empiezo a descubrir que las nubes cumulonimbos de culpa y vergüenza que había encima de mi cabeza empiezan a disiparse... Gracias.

Mi correo electrónico favorito es el de una mujer que decía que había sido una procrastinadora toda su vida. Afirmaba que eso la había hecho sentir muy desdichada, en gran parte porque su hermano la criticaba constantemente por tener ese fallo de carácter. Leer mi ensayo, decía, le había permitido llevar la cabeza muy alta y comprender que era un ser humano valioso que lograba hacer muchas cosas, pese

a ser una procrastinadora. Después de leerlo, decía, y por vez primera en su vida, había tenido al valor de decirle a su hermano que cerrara el pico y se fuera a paseo. «Por cierto», añadía, «tengo setenta y dos años».

A lo largo de los años, he tenido la intención de ampliar el ensayo, aunque, de forma característica, lo he ido dejando para más adelante. Gradualmente, al leer los correos electrónicos que recibía, practicar la introspección, pensar mucho y leer un poco, me he dado cuenta de que comprender el concepto de la procrastinación estructurada es sólo el primer paso de un programa que me parece que puede ayudar a una gran mayoría de procrastinadores, como me ha ayudado a mí. Lo extraño es que, una vez que comprendemos que somos procrastinadores estructurados, no sólo nos sentimos mejor con nosotros mismos, sino que, además, mejoramos un tanto nuestra capacidad para hacer las cosas, porque una vez que el miasma de la culpa y la desesperación se desvanece, comprendemos mejor lo que nos impide hacerlas.

Así pues, este libro presenta una especie de programa filosófico de autoayuda para los procrastinadores deprimidos. La verdad sea dicha, llamarlo programa es un tanto generoso. Empieza con un par de pasos útiles que podemos dar. Después, ofrece algunas ideas, anécdotas y sugerencias que podrían ser de ayuda. También hablo un poco de los problemas organizacionales que atormentan a muchos procrastinadores.

No todos somos procrastinadores, ni a todos los procrastinadores les será de ayuda reconocer la estrategia de la procrastinación estructural, porque a veces es una manifestación de problemas más profundos que exigen más terapia de la que puede ofrecerles una filosofía ligera. Con todo, si mi bandeja de entrada de correo electrónico puede servir de guía, muchas personas se descubrirán en estas páginas y, como resultado, se sentirán mejor consigo mismas. Además, contarán con el beneficio adicional de encontrar algunas bonitas ideas y palabras que aplicarse, como *akrasía* (debilidad de la voluntad), *organización horizontal*, *triaje de tareas* y *síndrome del déficit del paréntesis de cierre*. Y puede que algunas de estas personas consigan incluso hacer más.