

Administrar el tiempo es administrar la vida

Tenemos más 42 millones de minutos de vida para disfrutar de nuestra existencia

Por **José Ballesteros De la Puerta**®, especialista en motivación y desarrollo personal

Muchas personas asisten a talleres de administración del tiempo, leen libros al respecto y luchan cada día por ser más eficientes. Se enfocan en los síntomas, pero pocos trabajan la causa de un eficiente aprovechamiento del tiempo: ¿tienen claro para qué vivimos?

UNA VEZ oí: “El tiempo es de lo que está hecha la vida”. Aunque tengo claro que la vida es mucho más que tiempo, desde luego el tiempo es uno de los cuatro grandes recursos con los que todos contamos para conseguir lo que nos proponemos en esta vida –además de la energía, el dinero y las relaciones personales–. De cómo usamos nuestro tiempo depende, en gran medida, cómo disfrutamos nuestra existencia. De ahí su tremenda importancia.

El tiempo, a diferencia de los otros tres recursos es tremendamente democrático. Todos somos millonarios. Viviendo una vida promedio de 80 años (hoy día se sabe que podemos vivir incluso más) tenemos ante nosotros la millonaria cifra de 42.048.000 minutos de vida. En segundos es todavía más impactante: 2.522.880.000 segundos de vida. ¡Enhorabuena, somos multimillonarios!

Una vez recuperados del descubrimiento, ¿cómo podemos hacer para aprovechar nuestro millonario regalo de la mejor manera? Al ser un regalo –ya que nada hemos hecho para merecerlo– muchas veces lo tratamos como el niño pequeño ante los juguetes de Reyes: al tercer día están despreciados en el baúl de los juguetes rotos.

Según el diccionario de la RAE en su octava acepción, administrar consiste en “graduar o dosificar el uso de algo, para obtener mayor rendimiento de ello o para que produzca mejor efecto”.

¿Cómo dosificar pues el tiempo para sacarle mayor provecho?

Cuando tenemos un porqué vivir nítido, aprovechamos el tiempo de manera fructífera, por el contrario, cuando no tenemos un objetivo de vida claro, es muy fácil caer en la desidia y la desgana, desaprovechando el tiempo de manera pasmosa, ante la mínima distracción en forma de conversación que no lleva a nada.

¿A que cuando tenemos que hacer algo, sí o sí, sabemos decir no cuando nos vienen a distraer? Sabemos priorizar y, por supuesto, sabemos aprovechar cada segundo como lo que es, mucho más que oro molido.

Vivir es elegir, elegir es sacrificar y sacrificar es priorizar. Y para priorizar, tenemos que saber hacia dónde vamos, y esto sólo es posible si tenemos un concreto propósito de vida. El que tiene un para qué en la vida sabrá administrar bien su tiempo. 

