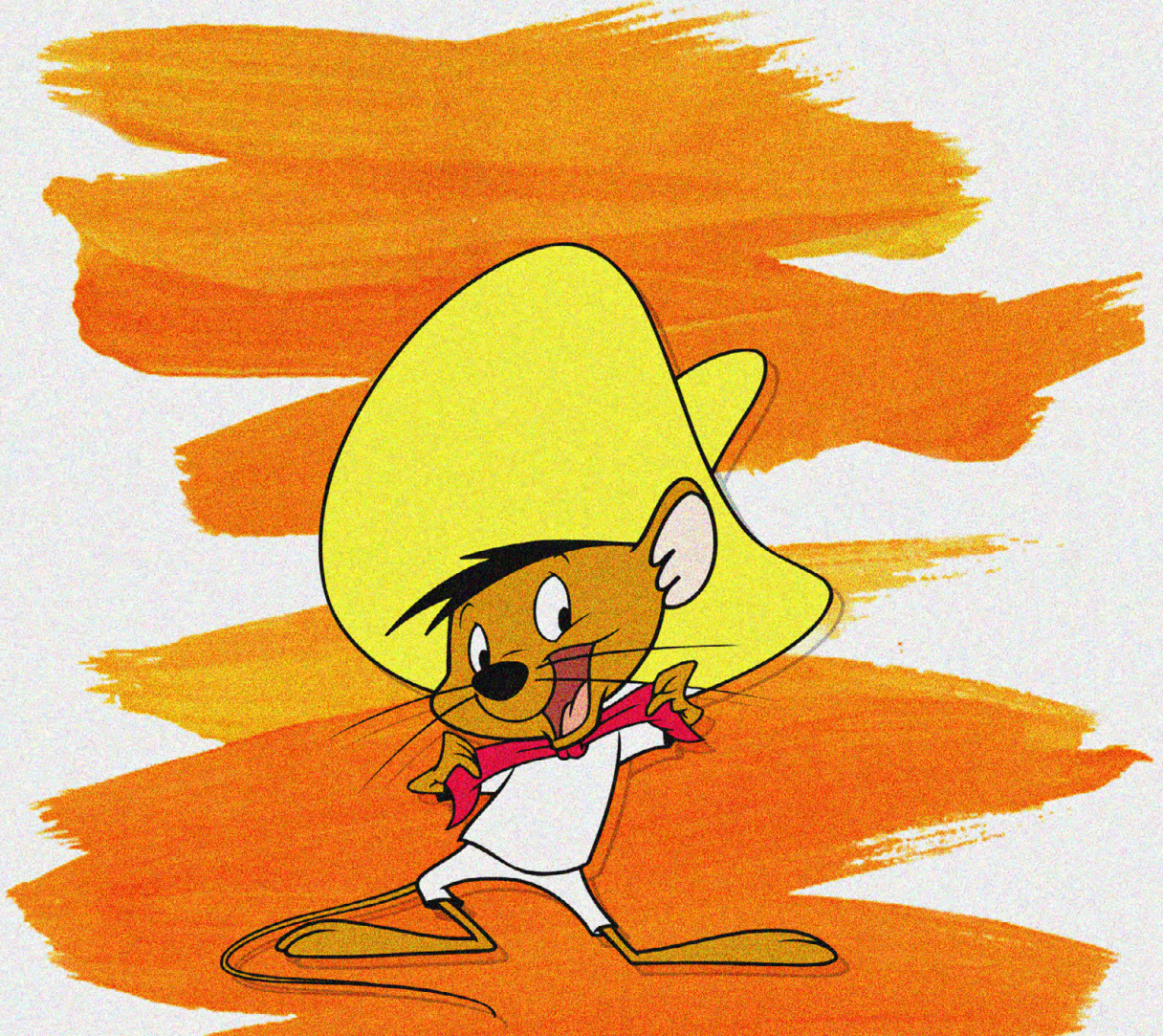


**Horacio  
Marchand**  
PhD



# SPEEDY GONZÁLEZ

*Superada la pobreza económica caemos inevitablemente  
en la pobreza de tiempo.*

*Todo es rápido, rápido, rápido; time is money, el tiempo  
vuela, las cosas son para ayer y la vida se te va.*

# SPEEDY GONZÁLEZ

*Superada la pobreza económica caemos inevitablemente en la pobreza de tiempo.*

*Todo es rápido, rápido, rápido; time is money, el tiempo vuela, las cosas son para ayer y la vida se te va.*

## ¿Quién diseñó el sistema de vida que llevas?

Todo es rápido, rápido, rápido; time is money, el tiempo vuela, las cosas son para ayer y la vida se te va.

Entre mayor concentración urbana y mayor crecimiento económico, mayor pobreza de tiempo. Es que superada la pobreza económica caemos inevitablemente en la pobreza de tiempo.

El acelere puede ser adictivo. Nos quejamos pero lo procuramos, nos lamentamos pero incluso lo presumimos, como asociando el grado de ocupado al grado de éxito. Y esto me recuerda a un socio norteamericano que me llamaba los lunes en la mañana y me preguntaba: "Are you working hard or are you making money?".

Vivir acelerado y sumergido en el "ocupismo" resulta ser un tipo elegante de neurosis, además de que tiene ganancias secundarias: es la excusa perfecta para no hacer introspección, para no establecer contacto real y nos evita el confrontar la angustia existencial.

Además de pobreza de tiempo, hay pobreza de conexión. Ya no hay tiempo para conectar con la gente que tenemos cerca, con la que trabajamos cotidianamente, con nuestros vecinos, con la comunidad, los amigos, la comida, los lugares.

Hay crisis de intimidad. No hay tiempo para ver a los ojos a alguien, para conversar con quien queremos, para estar en compañía sin presión. Las conversaciones profundas

son cada vez más infrecuentes.

Y, paradójicamente, si llega la posibilidad de intimidad, estamos tan desacostumbrados que nerviosamente nos disculpamos y volvemos a correr. El miedo a la intimidad sabotea el deseo a la intimidad.

En lugar de vivir aquí y ahora, vivimos en el pasado, atrapados por remordimientos, o en el futuro, atrapados por miedos.

Estamos sobre-estimulados y no escuchamos al que tenemos enfrente y menos a nuestra voz interior. Comemos frente al televisor, pendientes del celular, leyendo el periódico, escuchando la radio. Y si interactuamos es para "aprovechar" la comida y nos sentamos a negociar.

Nadie parece frenar el paso acelerado de la vida excepto una enfermedad, una depresión, un infarto. Cuando el ego no cede y no quiere entender, el cuerpo toma el control y nos dice lo que nosotros no queremos decirnos.

La industria de la velocidad aparece por todos lados: comida rápida, cruceros de 7 días, bronceados en 20 minutos, dietas de tres días, lectura rápida, sexo rápido, masajes express, yoga de 15 minutos.

Si se trata de aprender otro idioma, lo puedes hacer en tres meses; si quieres hacer una maestría ya hay de sólo un año, incluso semestres de cuatro meses. También llegó la hora de 45 minutos, como la practican muchos

psicólogos y psiquiatras.

Si quieres conocer el mundo hasta la ciudad eterna, Roma, la puedes conocer en un día: vas corriendo al Coliseo, al Vaticano, a la fuente de Trevi y listo. En París te tomas una foto en la Torre Eiffel y al Louvre llegas preguntando, al grano: ¿dónde está la Mona Lisa? Listo, bye.

Y la industria para desacelerarte también aparece por todos lados: spas, retiros espirituales, vacaciones hedónicas, centros de adicciones y rehabilitación.

Y las dos industrias, la del acelere y la de la desaceleración, coexisten y se alimentan una a la otra.

Cincuenta semanas de velocidad extrema para que te puedas dar el lujo de tirarte dos semanas al sol; 50 años de vida acelerada para que puedas estar 10 años en el retiro.

Cafeína para subirte, alcohol para bajarte.

Pastillas para que, rápido, caigas dormido en la noche, obtengas una erección inmediata, bajes de peso en días, mejores la memoria en minutos, te quites el dolor al instante.

Somos una sociedad instantánea y la impaciencia es el sello de los tiempos. En esta inmediatez, en el deseo desenfrenado de vivir rápido, no hay tiempo para reinventarnos.

Speedy González era el ratón más rápido del mundo, pero ratón se quedó.

Como respuesta a la vida de acelerador nace en Italia, en dónde más podría haber sido, el movimiento Slow en la voz de Carlo Petrini. Este movimiento pretende recapturar el placer de la vida y desacelerarnos para conectar los sentidos con el aquí y el ahora.

Carl Honoré, otro promotor, lo relaciona con balance de vida en el sentido de que ir rápido no es malo en sí mismo, siempre y cuando sepas dónde desacelerar. Honoré recomienda:

- **Estiramientos Slow.** Cinco a 10 minutos de estiramientos antes y después de dormir. Respira profundo.
- **Caminar Slow.** No tomes tiempo, observa, siente, huele.
- **Fin de semana Slow.** No los satures de actividad. Diseña holguras y aprende a lidiar con ellas.

- **Comida Slow.** Comidas de 3 a 5 tiempos, un buen tinto, conversación.

- **Jardinería Slow.** Es terapéutico hacerte amigo de las plantas.

- **Sexo Slow.** Hay que revisar las tesis del sexo Tântrico que tienen más de 5 mil años.

- **Piensa Slow.** A la hora de la creatividad la métrica de eficiencia es absurda.

Hay que reflexionar sobre los consejos de Honoré, aunque desacelerar el esquema de vida es más complejo que seguir una serie de pasos. El paradigma productividad-velocidad lo tenemos insertado en el DNA cultural y ocurre sin darnos cuenta.

Ya ni pensamos de dónde vino esta forma de vida, cómo fue que se configuró y consolidó.

Quizá en el futuro habrá generaciones que volteen a ver este sistema de vida y nos etiquetarán como una generación hiperactiva, hija de la Ilustración, la Revolución Industrial y el método científico, y que renunció a disfrutar de la vida y lo natural.

O quizá vivan aún más acelerados y virtuales que nosotros y volteen a vernos con romanticismo y digan que estos fueron los buenos tiempos.

Si en realidad queremos incorporarnos al mundo Slow, hay que diseñar y cambiar hábitos. Es que la actitud no cambia la conducta, sino la conducta cambia a la actitud.

# Horacio Marchand

## PhD

---

PhD en Psicología Profunda y Estudios Mitológicos, con la tesis: El Lado Ciego del Management, de la Pacífica Graduate Institute, Santa Barbara, California. Cuenta con un Master en Negocios (MBA) con enfoque en Marketing de University of Texas, Austin y una Licenciatura en Administración por el Tecnológico de Monterrey.

Ha impartido clases en el programa de Executive MBA en la Universidad Adolfo Ibáñez en Miami, en la EGADE Business School en Monterrey y en la ESADE en Barcelona.

Publicó el libro de Hipermarketing, Ed. Océano en el 2004; un modelo estratégico de alineación enfocado al cliente. Ha publicado más de 1500 artículos sobre estrategia, ventas y marketing, para el Grupo Reforma y para más de 20 revistas nacionales y extranjeras.

Ha emprendido 5 empresas y tiene experiencia como VP de Marketing y Director de Ventas en distintos corporativos. Actualmente, participa en el consejo de administración de diversas empresas.

Es fundador de **Marchand & Asociados**: una firma de consultoría especializada en estrategia, marketing y ventas, entre otras áreas claves de

---

[horaciomarchand@marchandysociados.com](mailto:horaciomarchand@marchandysociados.com)



©Horacio Marchand | Monterrey, N.L. México | 2017

[www.marchandyasociados.com](http://www.marchandyasociados.com)

**youtube**/horaciomarchand

**twitter**/HoracioMarchand