LA PREGUNTA QUE NADIE SE HACE

Y QUE TODO EL MUNDO DEBERÍA HACERSE

PARA TOMAR EL CONTROL Y EMPEZAR A OCUPARSE

DE UNA MALDITA VEZ

DE SU DINERO

POR DIMITRI URALOV

+ Un ejercicio simple, breve y revelador que te ayudará a alinear tu vida con lo que verdaderamente (te) importa

¡Hola 👋!

Antes de que alguien vuelva a gritarte en YouTube que «necesitas ganar más» o que «estás perdiendo dinero si no inviertes ya», quiero invitarte a **parar**.

Llevo más de 17 años trabajando codo con codo con personas de todo tipo –médicos, taxistas, amas de casa, autónomos, empleados, emprendedores – y siempre veo el mismo patrón:

Mucha información.
Mucha presión por «hacer algo» con el dinero.
Muy poca claridad sobre **para qué**.

Esa es la pregunta que hace falta en este mundo loco en el que vivimos:

¿Para qué?

¿Para qué todo eso que nos dicen que debemos hacer?

La educación financiera que abunda en redes suele saltarse ese paso. Hablan de presupuestos en piloto automático o de fórmulas para hacerse rico, pero casi nunca te preguntan si esa carrera tiene algo que ver con la vida que quieres vivir.

Desde muy pronto sentí que ahí faltaba algo.

Y un día, viendo un documental sobre minimalismo, descubrí un ejercicio absurdamente sencillo que consistía en hacer **dos listas**.

En cuanto lo hice, pensé: «Esto es oro».

Y vi al instante que podía ser **una herramienta poderosa para que las personas conectaran con algo que siempre habían intuido pero nunca habían puesto en palabras**.

Desde entonces he repetido el ejercicio con cientos de clientes de coaching financiero y siempre ocurre lo mismo:

O se iluminan,
o se enfadan consigo mismos,
pero nunca vuelven a mirar su dinero igual.

Por eso estás leyendo estas líneas.
No vengo a venderte libertad financiera exprés.
Vengo a regalarte cinco minutos de honestidad brutal.

Solo necesitas papel, boli y algo de silencio (si estás en el metro y sólo tienes una servilleta, también vale; mejor hacerlo imperfecto que no hacerlo).

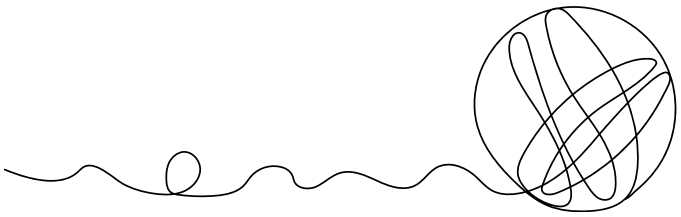
En la siguiente página encontrarás la primera lista. Hazla sin pensar demasiado. Luego vendrá la segunda, y, al final, te pediré que observes la relación entre ambas (y te compartiré algunas reflexiones mías).

Hazlo de verdad. Las respuestas que busques fuera llevan años dentro de ti. Este ejercicio solo las pone sobre la mesa.

Nos vemos en la página siguiente.

Un abrazo,

Dimitri Uralov
Coach financiero y fundador del Instituto de Finanzas Personales



INSTRUCCIONES

Lo que vas a hacer a continuación es un ejercicio práctico.

No necesitas saber nada de finanzas.
No necesitas hacerlo perfecto.
Solo necesitas ser honesto contigo.

Habrá dos listas.
En la primera anotarás 10 cosas.
En la segunda, otras 10.

Eso es todo.

Pero si lo haces con atención, puede que no vuelvas a mirar tu vida ni tu dinero del mismo modo.

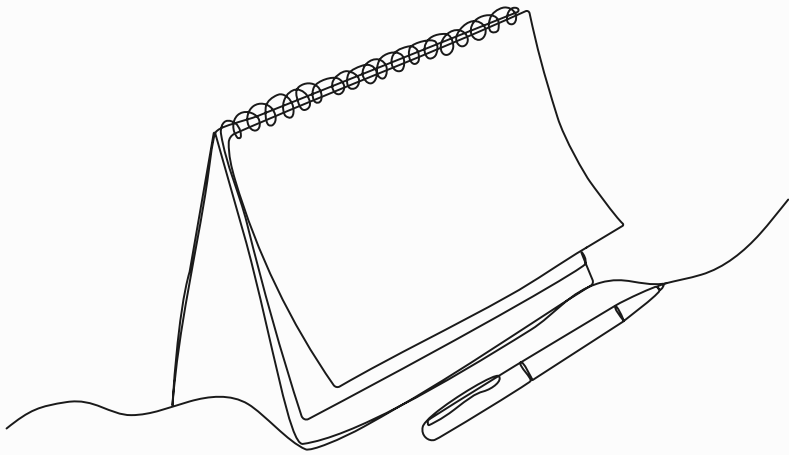
No intentes adivinar a dónde va esto.

Haz una lista. Luego la otra. Y después... observa.

Tómate el tiempo que necesites.

Y si puedes, hazlo sin distracciones.

Te prometo que vale MUCHO la pena.



1. PRIMERA LISTA

Para hacer la primera parte del ejercicio, necesito que te pares un momento y mires con honestidad **tu economía actual**.

Quiero que pienses sobre aquellas cosas (gastos, posesiones, partidas) que **más dinero** te están consumiendo en tu día a día, semana a semana, mes a mes.

Si ya tienes tu economía más o menos en orden, y sabes exactamente en qué gastas cada mes, genial. Este ejercicio te resultará más fácil: simplemente piensa en aquellas partidas o categorías en las que más sueles gastar cada mes. Escríbelas sin filtro.

Si no tienes del todo claro a dónde se va tu dinero —que es lo que le ocurre a la mayoría de personas— no pasa nada. No intentes hacerlo perfecto. No hace falta tener los datos exactos delante. Simplemente párate un momento y piensa con honestidad: ¿en qué sientes que se va gran parte del dinero que entra en tu vida?

👉 ¿Y si no tengo ni idea?
Haz tu mejor estimación. Piensa en los últimos meses. ¿Qué aparece una y otra vez? ¿En qué sientes que estás metiendo dinero constantemente?

👉 ¿Y si me parece una tontería o no veo utilidad?
Hazlo igual. Es solo el primer paso. Pero este ejercicio funciona mejor cuando lo haces sin intentar anticipar lo que viene después.

Pueden ser gastos puntuales o recurrentes. Pueden ser cosas materiales o decisiones que implican gasto. No hay respuestas correctas o incorrectas. Solo tu percepción actual.

Ahora, sin juzgarte y sin necesidad de justificar nada, apunta abajo las 10 cosas que crees que más dinero te están costando actualmente:

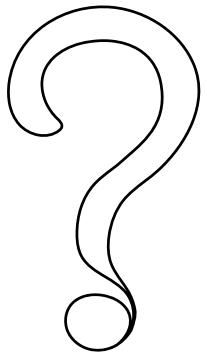
Las 10 cosas que más dinero me cuestan son:

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Perfecto, ya está. No lo sobrepienses.

Lo importante es tenerlo por escrito.

Ahora viene la parte que nadie te pide hacer (y que lo cambia todo).



2. SEGUNDA LISTA

Ahora quiero que cambies completamente el enfoque.

Olvídate del dinero.
Olvídate de tus gastos.
Y piensa **en ti**.

En las cosas, situaciones, personas o momentos que más te hacen **disfrutar**.
En esas experiencias que, cuando están presentes o las vives, te llenan de felicidad, de paz, de sensación de disfrute, de estar en el ahora.

Pueden ser grandes o pequeñas. Repetitivas o excepcionales.
Pueden costar dinero o no costar nada.
Pueden estar presentes hoy o ser cosas que tuviste y echas de menos.

👉 ¿Y si no sé qué poner?
Piensa en los últimos días, semanas o meses.
¿En qué momentos te has sentido más pleno, satisfecho, disfrutando?
No busques grandes respuestas. A veces lo más valioso es lo más sencillo.

👉 ¿Y si son cosas “tontas” o muy simples?
Mejor todavía. A menudo, lo esencial pasa desapercibido.

👉 ¿Y si me doy cuenta de que hace mucho que no siento eso?
No pasa nada. Este ejercicio también sirve para eso: para volver a mirar con claridad lo que importa.

Tómate tu tiempo.

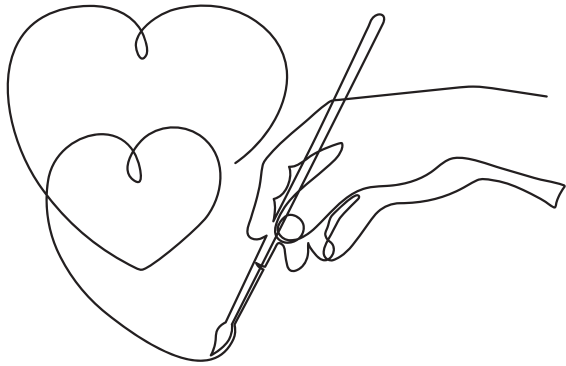
Y, sin juzgar lo que sale, apunta las 10 cosas que más felicidad y disfrute te aportan en tu día a día, o que más has disfrutado en los últimos meses:

Las 10 cosas que más felicidad me dan son:

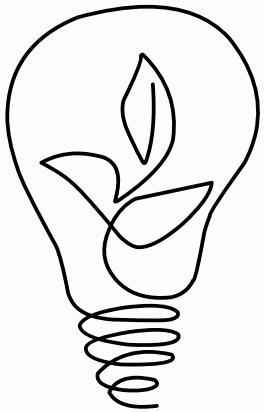
1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Cuando termines, no cierres el documento todavía.

Lo que viene ahora es lo que le da todo el sentido.



¿QUÉ HA PASADO AQUÍ?



Antes de seguir leyendo, detente un momento.

Mira con atención lo que has escrito.
No hace falta que saques grandes conclusiones. Solo observa.
A veces basta con hacer las **preguntas** correctas.

Te propongo cinco:

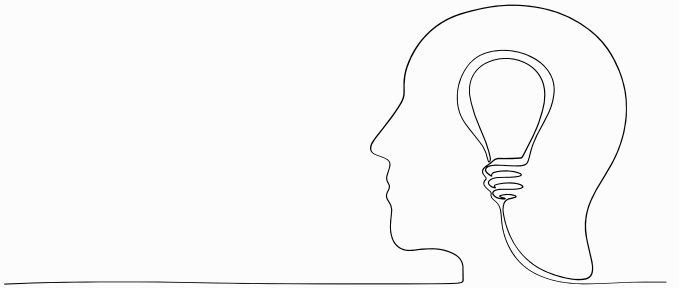
1. ¿Qué ves cuando pones tus dos listas una al lado de la otra? ¿**Coinciden**?
2. ¿Hay relación entre **lo que más dinero cuesta** y **lo que más felicidad te aporta**? ¿Cuesta mucho dinero aquello que te hace más feliz?
3. ¿Estás gastando tu dinero en lo que más disfrutas? ¿O hay una **desconexión**?
4. Si mañana solo pudieras quedarte con **tres elementos de la lista #1**, ¿cuáles serían?
5. ¿Qué podrías hacer esta semana para dar más espacio a **los elementos de la lista #2**?

No hace falta que respondas a todo.

Pero si alguna de estas preguntas se te ha quedado dentro, escúchala.

Quizás lleva tiempo llamando a tu puerta.

¿TE COMPARTO MIS REFLEXIONES?



7 cosas que he aprendido viendo este ejercicio una y otra vez

1. Las listas no coinciden.

La mayoría de personas gastan dinero, tiempo y energía en cosas que, si se analizan con calma, no son las que más felicidad les aportan. Lo hacen por inercia, por costumbre, porque toca. Porque un día tomaron una decisión (o alguien la tomó por ellos) y desde entonces la sostienen sin cuestionárselo.

Sí, algunas cosas de la primera lista son necesarias. Todos necesitamos comer, tener una vivienda, pagar suministros. Pero, ¿y las otras cosas? ¿De verdad necesitas esa suscripción o ese modelo de coche? Aquí es donde empieza la primera reflexión seria: distinguir lo esencial de lo accesorio. No para volverse súper austero, sino para dejar de cargar con aquello que no te aporta tanto.

2. Las cosas que más felicidad dan suelen costar poco… o nada.

Cuando comparas ambas listas, aparece algo muy revelador: lo que más disfrutas suele ser barato o gratuito. Un paseo, una conversación, una comida hecha en casa, una tarde de lectura, una clase de yoga, una siesta, un abrazo. Cosas sencillas y humanas. Cosas que están cerca.

Eso no significa que no puedas tener placeres más caros. A veces apetece esquiar, viajar o correr en un circuito con coches de alta gama. Y está perfecto. No se trata de demonizar el dinero, sino entender que no necesitas una cuenta millonaria para experimentar felicidad real. Y si descubres que tus mayores fuentes de disfrute cuestan poco, puedes reorganizar tu economía para vivir mejor con menos —o usar el dinero para potenciar lo que ya te hace bien.

3. Las cosas que más valoras requieren tiempo (y no lo tienes).

Aquí viene el segundo gran choque: muchas de las cosas que más disfrutas —las de la lista 2— requieren tiempo. Tiempo que muchas veces no tienes. ¿Por qué? Porque estás ocupado trabajando, produciendo, cumpliendo... para poder pagar las cosas de la lista 1, que ni siquiera te importan tanto.

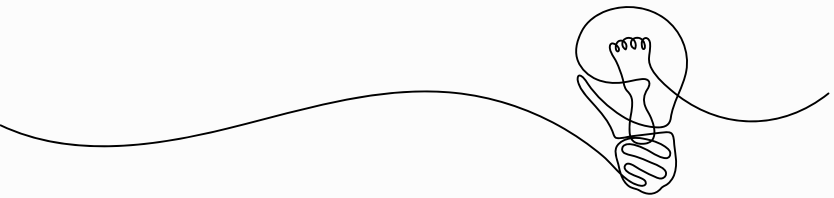
Es una trampa invisible. Un sistema que te atrapa con buenas intenciones ("tengo que pagar mis gastos") pero que, en el fondo, te va alejando de ti. De tus hijos. De tu pareja. De tus pasiones. De tu cuerpo. De tu calma. Lo decía muy bien Will Smith: "Trabajan en empleos que odian, para ganar dinero que no necesitan, para comprar cosas que no les hacen falta, para impresionar a gente que les cae mal".

Este ejercicio te muestra ese sinsentido con claridad. A veces por primera vez.

4. Algunas cosas no se pueden comprar.

Hay elementos de la lista 2 que, literalmente, no están en venta. No puedes comprar tiempo con tus hijos cuando ya han crecido. No puedes comprar la salud cuando se ha perdido. No puedes comprar una relación de verdad con tu pareja ni una reputación construida con años de coherencia.

Puedes gastar mucho para intentar compensar su ausencia —comprar juguetes, pagar terapias, salir de vacaciones, ponerte implantes dentales— pero hay cosas que, si se rompen o se pierden, no vuelven. No importa cuánto ganes. Esta lista es una brújula. Te recuerda cuáles son las "bolas de cristal" de tu vida. Esas que, si se rompen, no tienen reemplazo. Y te invita a cuidarlas antes de que sea tarde.



5. ¿Para qué estás aquí?

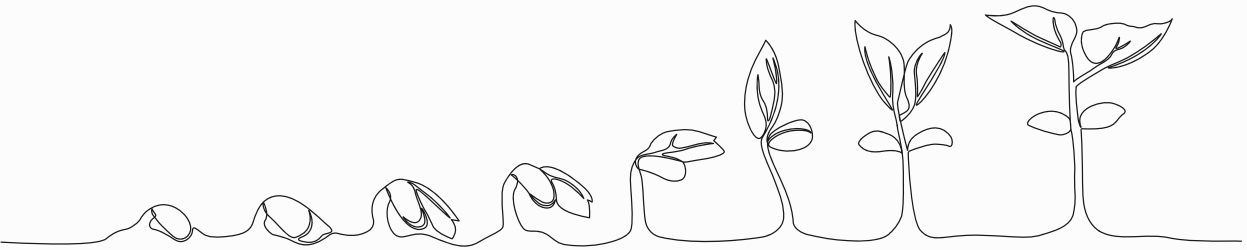
La pregunta de fondo no es financiera. Es existencial. ¿Para qué estás aquí? ¿Venimos a esta vida para pagar facturas y sostener gastos? ¿Para producir y consumir, hasta que tu cuerpo diga basta? ¿O venimos para ser felices, experimentar, crecer, disfrutar, amar?

Y ojo: producir está bien. Aportar valor, crear riqueza, construir, dejar huella... todo eso forma parte de una vida con sentido. Pero si todo eso te desconecta de ti, de los tuyos y de lo que te hace bien... ¿cuál es el sentido de todo esto?

6. Este mundo está muy loco.

Cuando ves la desconexión entre ambas listas, entiendes algo que ya intuías: este mundo está muy loco. Dedicamos esfuerzo, dinero y atención a cosas que no nos aportan. Mantenemos estilos de vida que no nos llenan. Y dejamos de lado, por falta de tiempo o foco, lo que más sentido tiene para nosotros.

Vivimos en una sociedad donde tener tiempo para ti, para descansar o para simplemente estar en paz se ha convertido en un lujo. Donde todo te empuja a hacer más, gastar más, tener más. Este ejercicio es una manera de parar y recordar algo básico: si no cuidas lo que te hace bien, nadie lo hará por ti.



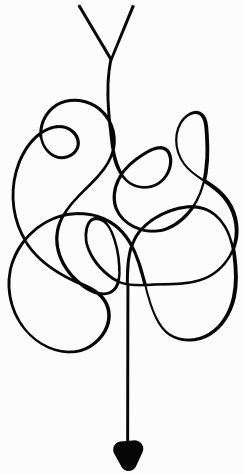
7. El dinero es un medio, no un fin.

Joe Domínguez, el autor de 'La Bolsa o la Vida', decía que el dinero es "aquello por lo que intercambiamos nuestra energía vital". Y este ejercicio nos recuerda cuál es la verdadera función de este intercambio.

El objetivo del dinero no es pagar gastos y mantener un determinado nivel de vida (lista 1), por mucho que también sirva para eso. Está aquí para ayudarnos a disfrutar de lo que de verdad importa (la lista 2).

Y si después de hacer este ejercicio empiezas a ver el dinero así —como una herramienta al servicio de tu bienestar y no al revés—, ya habrá valido la pena.

Pero la reflexión más simple —y más incómoda— te espera en la siguiente página.



8. ¿Cómo es posible que casi nadie haya hecho este ejercicio?

Cada vez que hago este ejercicio con clientes, no solo me sorprende lo que descubren. Me sorprende también **que nadie se lo haya propuesto antes**.

Vivimos en una sociedad donde millones de personas no saben con claridad en qué se va su dinero... ni qué les hace realmente felices. No por falta de inteligencia. Sino porque **nunca se han parado a hacerse estas dos preguntas**:

1) ¿Dónde va mi dinero?
2) ¿Qué es lo que me hace bien de verdad?

Estamos tan ocupados, tan distraídos, tan llenos de cosas urgentes, que lo esencial se nos escapa entre los dedos. Y si tú has llegado hasta aquí, probablemente no quieres seguir en piloto automático.

Por eso, y en nombre del **Instituto de Finanzas Personales**, sólo me queda darte la más sincera bienvenida.

Como ves, por aquí tenemos una manera diferente de entender el dinero.

Ahorrar por ahorrar, ganar más por ganar más, o invertir por moda, distracción o para hacer cosas chulas e interesantes con nuestros ahorros... para nosotros no tiene ningún sentido.

Y suele pasar que cuando entiendes eso, todo aquello que buscabas y esperabas del dinero, comienza a ocurrir.

No es magia,
sino método.

Así es como entendemos nosotros las finanzas personales.

Y justo de eso queremos hablarte en IFP, pero ya será el próximo día y por correo ;).