

**KRISTY SHEN Y BRYCE LEUNG**

# **JUBÍLATE SIENDO MILLONARIO**

**Sin necesidad de trucos, suerte  
o planes de jubilación**



**EDICIONES OBELISCO**

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escribanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Psicología, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.

Puede consultar nuestro catálogo en [www.edicionesobelisco.com](http://www.edicionesobelisco.com)

**Colección Empresa**

JUBÍLATE SIENDO MILLONARIO

*Kristy Shen y Bryce Leung*

1.ª edición: abril de 2022

Título original: *Quit Like a Millionaire*

Traducción: *David George*

Maquetación: *Juan Bejarano*

Corrección: *Sara Moreno*

Diseño de cubierta: *Isabel Estrada*

© 2019, Huihui Shen y Bryce Leung

Edición original publicada por Tarcher Perigee.

Derechos de traducción negociados a través de Harvey Klinger Inc. y Sandra Bruna Ag. Lit.

(Reservados todos los derechos)

© 2022, Ediciones Obelisco, S. L.

(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S. L.

Collita, 23-25. Pol. Ind. Molí de la Bastida

08191 Rubí - Barcelona - España

Tel. 93 309 85 25

E-mail: [info@edicionesobelisco.com](mailto:info@edicionesobelisco.com)

ISBN: 978-84-9111-841-1

Depósito Legal: B-3.833-2022

Impreso en SAGRAFIC

Passatge Carsí, 6 - 08025 Barcelona

*Printed in Spain*

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor. Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

# Índice

Prólogo . . . . .	9
Introducción . . . . .	13

## **PARTE 1 LA POBREZA**

1. Dinero manchado de sangre . . . . .	17
2. Almíbar de melocotón, cajas de cartón y una lata de Coca-Cola . . . . .	25
3. Formarse o morir . . . . .	37
4. No sigas tu pasión (todavía) . . . . .	43
5. MDD = Me debes dinero . . . . .	53
6. Nadie va a venir a salvarte . . . . .	67

## **PARTE 2 LA CLASE MEDIA**

7. Confesiones de una antigua adicta a los bolsos . . . . .	77
8. Estar drogado con la dopamina . . . . .	83
9. Tu hogar no es una inversión . . . . .	101
10. Los verdaderos ladrones de bancos . . . . .	113
11. Cómo sobrevivir a un desplome de la bolsa . . . . .	125
12. Los impuestos son para los pobres . . . . .	147
13. Nunca vuelvas a pagar impuestos . . . . .	161
14. El número mágico que me salvó . . . . .	181

### **PARTE 3**

## **HACERSE RICO**

15. El colchón de dinero y el escudo del rendimiento . . . . .	197
16. Que te paguen por viajar . . . . .	213
17. Cubos y respaldos . . . . .	227
18. La inflación, los seguros y la asistencia sanitaria: cosas amedrentadoras que no son tan amedrentadoras . . . . .	243
19. ¿Qué hay de tener hijos? . . . . .	257
20. El lado oscuro de la jubilación temprana . . . . .	273
21. No necesitas un millón para ser libre . . . . .	283
22. Sigue tu propio camino . . . . .	295
Apéndice A (Capítulo 14) . . . . .	305
Apéndice B (Capítulo 14) . . . . .	307
Apéndice C (Capítulo 15) . . . . .	325
Apéndice D (Capítulo 21) . . . . .	331
Agradecimientos . . . . .	337
Índice alfabético . . . . .	339

Al padre de Kristy, que le enseñó el significado de *chi ku*,  
y para todos los lectores de Millennial-Revolution.com,  
que nos inspiraron para escribir este libro.

# Prólogo

Algunos de vosotros vais a odiar este libro.

Por lo menos así será si eres un orgulloso miembro de la coalición de los detractores: los que dicen que alcanzar la independencia económica (IE) sólo es para los privilegiados, y que su desafortunada situación personal lo hace imposible.

Antes de llegar ahí, somete a tu relato a este filtro:

- ¿Creciste en un régimen totalitario?
- ¿Vivió alguna vez tu familia con cuarenta y cuatro centavos de dólar diarios?
- ¿Fue tu primera Coca-Cola la experiencia más increíble de tu vida hasta ese momento?
- ¿Te sirvió luego esa lata vacía como tu posesión más preciada?

Aquí tenemos mi desafortunada historia mientras crecía:

Cuando tenía cinco años, recogía botellas sucias de refresco de los arcenes para llevarlas al centro de reciclaje (me daban dos centavos de dólar por cada una) y vendía matamoscas de puerta en puerta por diez centavos de dólar cada uno.

Aquí tenemos a Kristy mientras crecía en la China rural:

Cuando tenía cinco años rebuscaba entre un vertedero de material médico en busca de tesoros que pudiera convertir en juguetes. ¿Te preguntas si alguna vez encontró alguno que valiese diez centavos de dólar?

Mi familia se preocupaba por la salud y el negocio menguantes de mi padre.

Su familia estaba preocupada porque los comunistas chinos echaran su puerta abajo y se llevaran a su padre a un campo de trabajos forzados.

En lo referente a unos inicios difíciles, mi historia no se encuentra a la misma altura que la suya, y apuesto a que la tuya tampoco.

Aquí tenemos la clave: sus inicios no la reprimieron. Sus adversidades no la refrenaron. Los obstáculos que se encontró en su camino no la contuvieron.

Se convirtieron en sus herramientas, su motivación, sus referencias.

Esta niña que hacía juguetes a partir de desechos de material médico y que guardaba una lata de Coca-Cola como si fuese un tesoro, viaja ahora por todo el mundo, come en buenos restaurantes, escribe libros y creó un aclamado blog.

Nos lleva con ella en su viaje desde la pobreza en China hasta ser una forastera de la que se burlaban en la escuela, en Canadá, y hasta ser una estudiante universitaria, una ingeniera, una inversora, una millonaria. Hacia la libertad.

Este libro va a hacer que algunas mentes exploten.

Kristy va a explicarte cosas como:

**El dinero es la cosa más importante del mundo.**

**Vale la pena sacrificarse por el dinero.**

**Incluso vale la pena sangrar por el dinero.**

¡Espera! ¿Qué herejía es ésta? ¿Acaso no es el dinero la raíz de todos los males?

No, en este mundo actual no lo es. Es la herramienta más poderosa de la que disponemos. Bien empleado hace que todo sea mejor, más fácil, más interesante. Genera opciones maravillosas de la nada. Es como una varita mágica.

¿Qué hay del amor? ¿Qué pasa con la familia? ¿Qué hay de la educación? ¿Qué pasa con la cultura? ¿Qué hay de...? ¿No son éstas las cosas más importantes del mundo?

¿Qué pasa con ellas?

¿Quieres cuidar de tu familia y de los que te importan? Será mejor que tengas dinero.

¿Quieres pasar más tiempo con ellos? Será mejor que tengas dinero.

¿Quieres disponer de tiempo y ocio para la educación? ¿Para leer? ¿Para la cultura? Será mejor que tengas dinero.

¿Quieres lo mejor de todas esas cosas y disponer del tiempo para disfrutarlas plenamente? No sólo será mejor que tengas dinero, sino que será mejor que dispongas de una cantidad de dinero que funcione en tu caso.

Si la cabeza no te explota, Kristy puede mostrarte cómo hacerlo.

Este libro hará que algunos de vosotros os convirtáis en millonarios.

Pero sólo algunos.

Debes estar preparado para dejar atrás tus excusas y ponerte a trabajar. La mayoría de la gente no está dispuesta.

Debes estar dispuesto a asumir la responsabilidad de tu vida económica y del resto de los aspectos de tu vida. La mayoría de la gente no está dispuesta.

Si eres una de esas pocas personas que está dispuesta, con Kristy has encontrado a tu guía.

Junto con su historia, que se lee como si fuera una buena novela, te guiará por el proceso de hacer aumentar tu riqueza, protegiéndola del recaudador de impuestos y de los desplomes del mercado, y promoviendo que se convierta en una máquina potente que satisfaga tus necesidades mientras se repone a sí mismo.

Aprenderás acerca de cosas prácticas como la naturaleza insidiosa de las tasas por las inversiones y cómo minimizarlas.

Describe en detalle dónde ha invertido y por qué, y te guía para hacer lo mismo.

Presenta técnicas geniales sobre cómo gestionar, mover y retirar tu dinero una vez que lo hayas invertido.

Puede que no estés de acuerdo con todo, pero una de las cosas que más me molestan son las personas que critican un libro porque no se ajusta a sus propias ideas.

Un gran libro debería ampliar tus horizontes, y no sólo confirmar tus inclinaciones. Las ideas contenidas en él deberían valorarse no sólo enfrentándolas a las tuyas, sino basándolas en la firmeza de la lógica subyacente a ellas y a la claridad de la forma en las que se exponen.

Este libro es un modelo de lógica y claridad.

Este libro sabe que el camino puede resultar amedrentador.

Kristy lo comprende. Comparte sus propias objeciones, miedos, dudas y tropezones por el camino. Después proporciona ideas y estrategias tangibles para sortearlos uno por uno.

Nos toma de la mano y nos explica:

**[...] el dinero no es una cosa grande y complicada que requiera de un cociente intelectual de un genio para comprenderlo. En lugar de ello, consiste en una serie de lecciones sencillas que, una a una, no son difíciles de comprender, pero cuando las combinas todas se convierten en un superpoder.**

Te presentará poderosas ideas que ayudan a hacer que la libertad económica sea más fácil y menos arriesgada. Cosas como el arbitraje geográfico, la IEJP secundaria y la independencia económica (IE) parcial.



Examina y explora los mitos de que necesitas unos ingresos de seis cifras para hacerlo, que no puede conseguirse si tienes hijos o de que no es necesario ni vale la pena hacerlo si disfrutas con tu trabajo. Confía en mí. Todo es mejor si el dinero te respalda, especialmente tu trabajo.

Para aquellos que sigan mostrándose escépticos, en el apéndice B incluso detalla las cifras exactas en dólares, año tras año, en su ascenso hacia el estatus de millonaria.

Este libro quiere que seas rico: en cuanto al dinero, el tiempo y en tu vida.

Por supuesto, probablemente no serás un detractor plañidero y quejumbroso. Has cogido este libro. No dispones de tiempo que perder para fundamentar acerca de por qué no puedes hacerlo. Quieres empezar. Quieres saber cómo se hace.

Con este libro has acudido al lugar adecuado. Ella te orientará a lo largo del proceso paso a paso. Se trata de cosas factibles que puedes hacer independientemente de tu edad, de dónde vivas, de tus orígenes o de tu educación.

Por último, permíteme que te deje con mi frase favorita del libro:

**«Si comprendes al dinero, la vida es increíblemente fácil. Si no comprendes al dinero, la vida es increíblemente dura».**

Yo te digo que escojas el camino fácil.

J. L. Collins

# Introducción

Mientras crecía me dijeron que, como había nacido pobre, no hablaba inglés y tenía el color de piel incorrecto, las oportunidades que estaban abiertas a otros niños no estaban abiertas para mí. Quería hacerme rica, viajar por el mundo y escribir libros para ganarme la vida. Esos sueños simplemente no se harían realidad nunca, decían los odiadores.

Los odiadores estaban equivocados.

Cuando tenía treinta y un años me convertí en millonaria y abandoné mi trabajo, y ahora viajo por el mundo y escribo profesionalmente.

Pero antes de embarcarme en mi viaje, deberías saber que éste *no* es un libro de autoayuda despreocupado. La clave no consiste en «pensar como si fueras rico», «pensar en positivo» o «estar en sintonía con la energía del cosmos». He leído esos libros, he probado sus consejos y ninguno de ellos funcionó.

No te voy a decir lo que quieres oír. Lo que sí haré, sin embargo, es contarte la verdad.

Hacerse rico no es algo rápido ni fácil. Cualquiera que te diga otra cosa o contó con ventajas o está intentando engañarte para que le des dinero. No estoy aquí para engañarte. No necesito tu dinero. Ya soy millonaria, ¿recuerdas?

De hecho, este libro estuvo a punto de no existir en absoluto. Como no compré acciones de Apple a diez dólares, no inventé el siguiente Snapchat y no hice nada realmente excepcional hasta que cumplí treinta años, pensé que mi historia no era muy interesante. Si te enseñase mi expediente universitario verías que ni siquiera soy tan inteligente. ¿Por qué iba a importarle a alguien? Una editora de Penguin Random House, Nina Shield, tuvo que convencerme de que valía la pena explicar mi historia. Me dijo que era valiosa *porque* no me hice rica gracias a ventajas o a la suerte. Esto significa que mi travesía es accesible para todos.

Mi viaje también abarca todo el espectro socioeconómico. Nací en la más absoluta pobreza: en un momento dado, toda mi familia vivió con cuarenta y cuatro centavos de dólar al día. Así pues, tengo la esperanza de que, independientemente de dónde te encuentres, reconozcas tu experiencia en la mía. Tanto si estás inten-

tando escapar de la pobreza o de la clase media y te estás preguntando cómo funciona un plan 401(k),<sup>1</sup> como si eres uno de entre cien que quiere aprender cómo optimizar una cartera de inversiones desde el punto de vista de los impuestos, parte de mi historia discurre en paralelo a la tuya. Puede que encuentres que estas lecciones son algo completamente nuevo o que te saltes alguna sección porque no es pertinente en para ti. Ambos casos no suponen ningún problema. Averigua en qué puntos tu camino coincide con el mío y luego copia lo que hice yo. Deberíamos acabar en la misma línea de meta.

Hacerse rico no es rápido ni fácil. Sin embargo, es algo sencillo y reproducible. Ahora comprendo que la reproducibilidad es lo que hace que mi historia sea valiosa. Después de que descubriera la IEJP (siglas de independencia económica, jubílate pronto) y creara mi blog, Millennial Revolution, para enseñar a la gente cómo hacerlo también, la página web se convirtió rápidamente en un recurso entre la comunidad de la gente que se jubilaba joven. Los lectores implementaban mis consejos, y funcionaban. Las respuestas a preguntas como: «¿Debería comprarme una casa?» o «¿Debería asumir una deuda para cambiar de trayectoria profesional?» quedaron claras una vez que transformaron los costes en el tiempo dedicado a trabajar para otra persona.

A fin de cuentas, no tiene que ver con el dinero, sino con el *tiempo*, y cómo emplearlo con inteligencia para vivir la mejor vida posible.

Este libro existe porque estas lecciones que aprendí abriéndome camino desde el 1 % inferior al 1 % superior están disponibles para todos, independientemente de tu raza, la cantidad de dinero en tu cuenta y los privilegios que puedas haber heredado o no.

Independientemente de dónde te encuentres, todos deberían saber cómo jubilarse siendo millonarios.

Empecemos.

Kristy Shen

---

1. Un plan 401 (k) es un acuerdo que permite a un empleado elegir entre recibir una compensación en efectivo o diferir un porcentaje a una cuenta. El importe diferido no está sujeto a impuestos para el empleado hasta que se jubila o distribuye el dinero del plan. (*N. del T.*)

# **PARTE 1**

## ***LA POBREZA***

## Dinero manchado de sangre

Uno de mis recuerdos de infancia a los que más cariño tengo es el de escarbar con mis amigos entre un montón de material médico desechado en la China rural. Mientras examinábamos las pilas de guantes de látex, las batas manchadas y las jeringas usadas, una vocecita en el fondo de mi cabecita de cinco años sugirió que quizás esto no fuese una idea tan genial, pero se veía superada por una voz mucho más fuerte y optimista que decía: «¿Qué tesoros encontraré hoy?».

No obstante, no me malinterpretéis. No vivía en la pila de material médico de desecho: no soy un monstruo; pero sí que disfrutaba con ello porque, al contrario que en una tienda de verdad, si veía algo que quería, podía conseguirlo. Por lo demás, una experiencia típica solía discurrir de la siguiente forma:

«Mamá –decía con mi cara apretada contra un escaparate–. Sé que somos pobres y que no tenemos dinero, pero un día, cuando crezca y gane mi propio dinero, ¿podré tener entonces esa muñeca?».

Y de algún modo, la respuesta *seguía siendo* que no.

Así que ésa es la razón por la cual mis amigos y yo estábamos en la parte de detrás del hospital ese día. Si no podía comprarme un juguete, pensé que podría hacerme uno.

Lo creas o no, encontré algo en un suministro prácticamente inagotable de gomas elásticas desechadas. Atábamos los anillos entre sí para formar una cadena,

y luego convertimos la cadena en goma de saltar. Lo mejor era que cada vez que nuestra goma se rompía, la podía reparar cambiando la goma elástica estropeada.

En la actualidad, esto supondría una razón para que interviniesen los servicios sociales para la protección de la infancia, pero en aquella época así era la vida. Éramos pobres de solemnidad, y cuando eres extremadamente menesteroso, no puedes elegir entre una Barbie y un Mi Pequeño Pony. Tenías que elegir entre la comida, la calefacción y las medicinas, en ese orden. Los juguetes quedaban completamente descartados.

Según la Oficina del Censo de EE. UU., en 1987, el sueldo nacional medio en Estados Unidos fue de 18 426,51 dólares estadounidenses anuales por persona.<sup>1</sup> En China era de 1,459 CNY (yuanes),<sup>2</sup> o 327 dólares estadounidenses (USD) anuales por persona.<sup>3</sup> Por ponerlo en perspectiva, ganar lo suficiente para comprar una videoconsola Nintendo (la edición de lujo), que entonces tenía un precio al por menor de 179 USD, le habría llevado al trabajador estadounidense medio menos de una semana. ¿Y al trabajador chino medio?: más de medio año.

Además, 327 USD anuales eran los ingresos de la persona *media*, lo que incluía a toda la gente que vivía en los principales núcleos urbanos. Nosotros vivíamos en Taiping, una aldea rural con una población de sólo tres mil habitantes, por lo que los salarios eran todavía inferiores: alrededor de dos terceras partes menores.<sup>4</sup> Todos los ingresos de mi familia fueron, en un momento dado, de 600 CNY, o 161 USD, anuales, o 44 centavos de dólar estadounidense diarios. Mi padre, mi madre y yo teníamos que vivir con menos de un 1% del salario estadounidense medio.

No te estoy explicando todas estas chorradas sobre mi infancia para que sientas pena por mí. De hecho, estoy muy agradecida por haber crecido así, porque acabé desarrollando algo llamado la mentalidad de la escasez, que desempeñó un importante papel para convertirme en quién soy en la actualidad.

- 
1. «National average wage index», US Social Security Administration, [www.ssa.gov/oact/cola/AWI.html](http://www.ssa.gov/oact/cola/AWI.html)
  2. A título informativo, en agosto de 2021, un dólar estadounidense (USD) equivalía a 0,85 euros, y un yuan (CNY) a 0,13 euros. (*N. del T.*)
  3. «China average yearly wages», *Trading Economics*, <https://tradingeconomics.com/china/wages>
  4. WANLI, Y.: «Rural-urban income gap narrows», *China Daily*, actualizado el 22 de abril de 2015, [www.chinadaily.com.cn/china/2015-04/22/content\\_20509439.htm](http://www.chinadaily.com.cn/china/2015-04/22/content_20509439.htm)

## ¿Qué es la mentalidad de la escasez?

Para comprender la mentalidad de la escasez, retrocedamos en el tiempo.

Era el año 1945. El 27 de enero, el ejército soviético entró en Auschwitz y liberó a siete mil hombres, mujeres y niños del mayor campo de concentración que habían construido los nazis. Naturalmente, el primer instinto de los soldados fue el de entregarles sus raciones militares y decirles: «¡Tomadlas! ¡Tomadlas todas!».

Resulta que no deberían haber hecho eso. Los prisioneros se atiborraron con la comida y acabaron enfermando gravemente, y algunos incluso murieron. En esa época todavía no lo sabían, pero proporcionar demasiada comida a una persona muerta de hambre provoca que sus niveles de azúcar en sangre se disparen, lo que da lugar a un descenso peligroso en los niveles de electrolitos, lo que, a su vez, provoca un trastorno médico que más adelante se conocería con el nombre del síndrome de realimentación.

Casi al final de la guerra, los científicos de la Universidad de Minnesota llevaron a cabo un estudio para determinar cuál era la forma más segura de tratar a la gente famélica.<sup>5</sup> Treinta y seis hombres accedieron a que los alojaran en una residencia universitaria, les hicieran pasar hambre (pasar el hambre suficiente, pero no matarlos de hambre) y se los monitorizó.

Sentarse se convirtió en algo muy doloroso. Tenían que colocarse almohadones entre el trasero y las sillas porque habían perdido tanta grasa que les dolía. Se hincharon como un globo. Empezaron a acumularse fluidos suplementarios bajo su piel (un trastorno llamado edema) que les provocaba un hoyuelo semipermanente siempre que algo ejercía presión sobre su cuerpo. Estaban tan débiles que ni siquiera podían darse una ducha, ya que no disponían de la energía necesaria.

Pero el cambio más sorprendente se produjo en su cerebro. El verse constantemente privados de alimento provoca cosas extrañas en la psique. La comida se convirtió en su única preocupación. ¿Odiaban las coles de Bruselas? No importaba. Cualquier alimento que les pusieran delante lo devoraban, y lamían el plato hasta dejarlo limpio. Algunos de los sujetos llevaron consigo libros de cocina y menús de restaurantes locales y los leían una y otra vez. Leían detenidamente los periódicos, memorizando y comparando los precios de los tomates y los huevos.

---

5. BAKER, D. y KERAMIDAS, N.: «The psychology of hunger», *Monitor on Psychology*, vol. 44, núm. 9 (octubre de 2013), [www.apa.org/monitor/2013/10/hunger.aspx](http://www.apa.org/monitor/2013/10/hunger.aspx)

Incluso ver una película se convirtió en una experiencia peculiar. Los voluntarios eran incapaces de recordar el argumento o a los personajes, pero recordaban con todo lujo de detalle cualquier momento en el que los personajes estuviesen comiendo algo.

En un reciente estudio que tuvo lugar en un laboratorio, se separó a los sujetos entre aquellos que habían almorzado y los que no. Al sentarlos frente a una pantalla se proyectaban palabras como por ejemplo «MARTA», «CARTA» Y «TARTA» durante un treintavo de segundo. Los que no habían almorzado identificaron las palabras relacionadas con la comida con mucha mayor frecuencia que los miembros del grupo de control.<sup>6</sup>

Cuando no obtienes suficiente de alguna cosa, ésta se convierte en lo más importante en tu vida. Todo lo demás es secundario. El experimento cambió a los sujetos no sólo física, sino también mentalmente.

Ésta es la mentalidad de la escasez.

Cuando alguien está famélico, su cerebro ignora prácticamente todo excepto aquello que no tiene.

## **Mi mentalidad de la escasez**

En 1958, Mao, el líder y presidente el Partido Comunista, inició una campaña conocida con el nombre de el Gran Salto Adelante. Supuso un intento por modernizar rápidamente la economía china para que pasara de agraria a industrializada para así competir con Occidente. Lo único es que fue diseñada por alguien con los conocimientos de economía de un niño pequeño. A los pueblos agrícolas se les asignó una cuota de producción de acero, a pesar del hecho de que el aldeano medio poseía un conocimiento nulo sobre cómo producir acero. Los lugareños abandonaron sus esfuerzos por la agricultura y construyeron fraguas en sus patios traseros. Fundieron sus ollas y sartenes para satisfacer las cuotas.

Esto provocó rápidamente lo que vino en conocerse como la Gran Hambruna China, que asoló el campo durante tres años. Mientras tanto, el Gobierno exportó cereales a Occidente, Cuba y África, a pesar de las graves carencias de alimento en

---

6. RADEL, R. y CLEMENT-GUILLOTIN, C. (2012): «Evidence of motivational influences in early visual perception: Hunger modulates conscious access», *Psychological Science*, vol. 23, núm. 3, pp. 232-234, DOI 10.1177/0956797611427920



el país, para así publicitar lo bien que estaba funcionando el plan de Mao. La gente estaba cayendo como moscas, mientras se rechazaba la ayuda extranjera. Se prohibió la propiedad privada de la tierra, y que alguien cultivara sus propias cosechas se etiquetó de «contrarrevolucionario» y se podía condenar con la muerte, asumiendo, por supuesto, que todavía no hubieses muerto de hambre.

Después de haber devorado cada brizna de hierba, cada hoja e incluso los insectos, la gente empezó a comer arcilla. La arcilla recibía el nombre de «Guan Yin», por la diosa de la piedad: una diosa de cuento de hadas que vestía una túnica blanca y que era adorada por su compasión y amabilidad. Como este tipo de arcilla era blanca, la gente pensó que la diosa de la piedad la había bendecido para salvarlos. La arcilla, por supuesto, tuvo el efecto contrario, y mucha gente murió entre dolores debido a bloqueos intestinales. Pese a ello, la gente siguió consumiéndola, simplemente por encontrar algo de alivio ante los dolores provocados por el hambre.

Durante su paseo hacia la escuela, mi padre oía regularmente un golpe seco y lo que veía era a un compañero de la escuela que se había desplomado. Resume esta época diciendo: «Mi único deseo era estar lleno».

Durante el peor mes de la hambruna, Wenxiang, el mejor amigo de mi padre, le salvo la vida dándole un bocado de un boniato medio podrido que había encontrado en el campo de un agricultor. Se lo habían dejado cuando el Gobierno confiscó la cosecha, y si le hubiesen pillado le habrían ejecutado. A día de hoy, el boniato es uno de los alimentos favoritos de mi padre.

Wenxiang murió de hambre, como muchos de los amigos de mi padre, tan sólo algunos meses después de que la hambruna finalmente acabase en 1962.

Desde entonces, mi padre ha conseguido su deseo de saber qué se siente estando lleno; pero la comida sigue siendo su obsesión. A mí mi siquiera se me permitía desperdiciarla. Cada pedazo de un animal debía comerse, desde la cabeza hasta la cola, el tuétano debía chuparse de los huesos hasta dejarlos limpios. Ésa es la razón por la cual encontré tan raro que en los supermercados occidentales los pollos se empaquetaran en forma de «muslos», «pechugas» o «alas». ¿Acaso no tenían esos pollos cabeza, cuello o patas? Pensar en cómo se descartaban esas partes no deseadas le dolía en el corazón.

La historia de mi padre me enseñó cómo la escasez se apodera de tu mente. Yo no había vivido una hambruna, por lo que mi vida ya estaba un gran paso por encima de la suya. Pese a que no disponía de ropa interior o calcetines que mi madre no hubiese zurcido una y otra vez hasta que lo que había era más zurcido

que calcetín; incluso aunque sufrí acoso escolar por mi ropa de tiendas de segunda mano e incluso pese a que me convertí en toda una experta en hacer ver que estaba enferma para evitar las excursiones que mis padres no podían permitirse, nunca olvidé lo afortunada que era.

Pero crecer siendo pobre también generó en mí una mentalidad de la escasez. Estaba obsesionada con el dinero.

En 1988, mi padre tuvo la oportunidad de emigrar a Canadá para su doctorado, dejándonos a mi madre y a mí en China. En mi séptimo cumpleaños me envió una tarjeta musical de felicitación. Mi padre me contó que la había comprado en una tienda en la que todos los productos valían un dólar canadiense (CAD).<sup>7</sup> Hice los cálculos rápidamente. Un CAD equivalía a unos tres CNY en aquella época, lo que significaba que esa tarjeta podría haber alimentado a mi familia durante casi dos días.<sup>8</sup> Era, con mucho, el objeto más preciado que había tenido nunca. Así, por supuesto, fui por todo el vecindario haciéndola sonar una y otra vez y dando un golpetazo a cualquier sucia mano que osase acercarse a ella. La envolví en un paño y la guardé bajo mi blusa como si se tratara de un pajarillo que necesitara de cuidados constantes.

Varios meses más tarde, su diminuta pila se agotó y tuvo una muerte glorificada, pero nunca olvidé el tiempo durante el que fui la orgullosa propietaria de la tarjeta más cara y especial del mundo. Dos años más tarde, después de que mi madre y yo emigrásemos para reunirnos con mi padre en Canadá, él decidió llevarme a una tienda de juguetes por primera vez en mi vida. Cogió un osito de peluche de una estantería. Miré la etiqueta del precio y di un soplido. Cinco CAD bastaban para alimentar a nuestros primos, allá en China, durante más de una semana. Devolví ese carísimo osito de peluche a su estantería y tiré de mi padre hasta llevarle al contenedor con el cartel gigante de color naranja que decía «OFERTA: 0,50 CAD». Después le hice enviar los restantes 4,50 CAD a nuestros primos, y me sentí de maravilla cada vez que pensaba en cómo estarían alimentados durante una semana gracias a mi sacrificio.

Pese a todo, la mentalidad de la escasez tiene sus inconvenientes. Cuando tenía nueve años, vivíamos en un diminuto apartamento de una habitación cerca de la

---

7. A título informativo, en agosto de 2021, un dólar canadiense (CAD) equivalía a 0,68 euros. (*N. del T.*)

8. «World economic outlook databases», Fondo Monetario Internacional, [www.imf.org/en/Publications/SPROLLS/world-economic-outlook-databases](http://www.imf.org/en/Publications/SPROLLS/world-economic-outlook-databases)

universidad en la que trabajaba mi padre. El lugar estaba amueblado con muebles que no combinaban y medio rotos que mis padres habían rescatado de la calle o que habían cogido de un contenedor de basura; pero en comparación con la caja de hormigón en la que habíamos vivido en China, sin calefacción, con humedades en el suelo y con un cuarto de baño que no era más que un hoyo en el suelo, era un palacio.

Un día regresé de la escuela y me encontré con que había perdido mi llave. Después de poner mi mochila escolar patas arriba y de mirar con detenimiento en todos mis libros, la ropa de deporte y el estuche en el que guardaba mis lápices, seguí sin encontrarla. Mi pecho se llenó de un frío sentimiento de terror. Retrasé lo inevitable todo lo posible, pero después de la cena tuve que confesar.

Tenía que pagar el precio por los treinta CAD que hacían falta para cambiar la cerradura. Con eso quiero decir que mi madre me pegó. Ese día no sólo alcancé un elevadísimo umbral de dolor (soy, básicamente, como Lobezno), sino que confirmé mi sospecha de que cuando eres pobre el dinero es la cosa más importante del mundo, ya que el dinero implica supervivencia. No cometes errores negligentes porque, si los cometes, la gente pasa hambre o incluso muere.

Mira, no te estoy explicando estas historias porque quiera que llores debido a mi desdichada niñez ni que me aplaudas por lo lejos que he llegado. Quiero mostrarte que no es necesario que crezcas en un entorno privilegiado para convertirte en millonario. Cuando era niña ni siquiera podía imaginarme qué era un millonario. ¿Estaba la alacena llena o vacía? Eso es todo lo que sabía acerca del dinero.

Mi familia empezó desde el 1 % inferior, lo que reconectó mi cerebro para hacer que estuviese hiperconcentrado en aquello de lo que carecíamos. Esa mentalidad de la escasez me hizo priorizar la seguridad económica por encima de todo, y es precisamente esa mentalidad de la escasez la que me condujo hasta donde me encuentro en la actualidad: en el 1 % superior. En la actualidad, en lugar de escarbar en la basura, viajo por el mundo como jubilada de treinta y cinco años. En lugar de perjudicarme, la mentalidad de la escasez me enseñó tres lecciones que acabarían convirtiéndome en millonaria:

**El dinero es la cosa más importante del mundo.  
Vale la pena sacrificarse por el dinero.  
Incluso vale la pena sangrar por el dinero.**

## **Almíbar de melocotón, cajas de cartón y una lata de Coca-Cola**

La primera vez que me sentí rica fue cuando mi padre me dio una lata de Coca-Cola. En China, la Coca-Cola se llama Kekou Kele, que significa «Sabrosa Diversión». En aquella época tenía suerte si el agua que bebía no estaba contaminada con parásitos, por lo que la idea de que algo fuera sabroso y divertido hizo que, con siete años, mi cabeza explotara. Allá donde fuera veía anuncios que mostraban lo que asumía que eran niños ricos de Occidente bebiendo Coca-Cola, y me hicieron querer, desesperadamente, ser una niña rica.

Por lo tanto, en mi primer día en Canadá, cuando mi padre me dio una lata de esta «Sabrosa Diversión», mis manos temblaban tanto que apenas podía sostenerla recta. Cuando tomé mi primer sorbo, la cabeza casi me explotó (o eso creí. De hecho, eran mis capilares. La emoción y el subidón de azúcar me hicieron sufrir una enorme hemorragia nasal). Estaba a punto de cumplir ocho años y por fin supe a qué sabía la bebida de la gente rica.

La mayoría de la gente te dirá que la Coca-Cola es un agua azucarada barata que te pudre los dientes y te provoca diabetes, y no sólo eso, sino que, además, la mayoría de la gente puede permitírsela; pero yo no sabía nada de eso. Cuidé de mi lata cada día, saboreando cada gota. Cuando me la acabé, mi padre intentó

tirlarla, pero esa lata vacía era demasiado valiosa para, simplemente, deshacerse de ella. Se convirtió en mi taza, mi vaso para el cepillo de dientes y mi rulo para el cabello. La llamé CanCan y dormía con ella cada noche. CanCan fue mi compañera constante hasta que mi padre me compró ese osito de peluche del contenedor de las ofertas.

Esa Coca-Cola fue el capricho más caro que me había dado nunca, por lo que la protegí, le saqué todo el jugo a cada sorbito de placer salido de ella y no desaproveché ni una sola gota. No lo supe en esa época, pero ésa fue la primera lección de la mentalidad de la escasez.

A los libros de negocios les encanta hablar mal de la mentalidad de la escasez, diciendo que «es un lastre para ti». La idea es que si te concentras en lo que *no* tienes en lugar de en lo *podrías* tener tenderás a no reconocer las oportunidades que se presenten justo delante de ti.

Eso está bien. En el contexto de ser un emprendedor, probablemente sea un consejo decente, pero lo que estos autores de libros de negocios no comprenden es que nadie opera desde una mentalidad de la escasez porque *quiera*. Se ve *forzado* a hacerlo porque, en algún momento, no dispuso de recursos suficientes, y la mentalidad de la escasez le ayudó a sobrevivir. La escasez no siempre es algo malo. Incluso puede ser constructiva.

Recuerda el colegio. Tienes una gran tarea escolar que entregar en un mes. Postergas la redacción de ese trabajo charlando con amigos en las redes sociales, obsesionándote con las noticias y viendo programas de telerrealidad. Procrastinas porque tus recursos (en este caso el tiempo) son abundantes. Está bien entretenerse porque dispones de una gran cantidad de este recurso.

Pero si el plazo acabara en cuestión de horas o días, emplearías el tiempo de forma más inteligente. Ignorarías esa llamada de tu mejor amiga para hablar de cotilleos y ese vídeo de canguros que te ha enviado tu primo, pese a que sabes que será fabuloso. Esas distracciones pueden irse al infierno, porque ahora eres un tornado de productividad. Con el plazo de entrega a la vuelta de la esquina, te concentras al máximo y empleas cada una de tus neuronas para acabar la tarea.

Aquí tenemos la mentalidad de la escasez en funcionamiento. Cuando el tiempo escasea, te obligas a hacer tanto como sea posible, porque el tiempo es precioso.

Lo mismo ocurre en el caso del dinero. Cuando el dinero te sale por las orejas no aprecias su valor porque crees que siempre habrá más; pero cuando eres pobre, atesoras cada céntimo. Aprendí a valorar cada centavo que ganaban mis padres,

cada centavo que conseguía repartiendo periódicos, y desarrollé una memoria prácticamente fotográfica en lo tocante a los precios. El dinero era la cosa más importante en nuestra vida. La escasez era la limitación que moldeó la creatividad en mi niñez.

Y eso fue una faena desde muchos puntos de vista, pero considero que fue un valor netamente positivo, porque para ser verdaderamente creativo son necesarias las limitaciones. Si alguna vez has intentado escribir una novela, sabrás de qué hablo. Quedarse mirando fijamente una pantalla de ordenador en blanco genera una sensación debilitante. Con infinitas direcciones que tomar, acabas paralizado, pero imponiendo algunas limitaciones (como aprender cómo estructurar tus párrafos, desarrollar un arco narrativo y escribir una escena, o realizar un ejercicio de escritura) empezarás a ver un camino por el que avanzar.

Presuntamente, Ernest Hemingway se apostó con sus amigos que podría escribir una historia con sólo siete palabras. Se rieron de él: ¿cómo podría un puñado de palabras transmitir la profundidad de una narrativa completa? Ni siquiera dispondrías del espacio para describir una pestaña, y ya no hablemos de un personaje. Pero Hemingway lo hizo. No sólo escribió el relato, sino que incluso lo dotó de un mensaje emocional. ¿No me crees?

«Se venden zapatitos de bebé. Nunca usados».<sup>1</sup>

¿Ves cuánta energía puedes meter en un espacio pequeño? Eso es lo que hacen las limitaciones.

## La escasez me hizo más fuerte

Yo no soy Hemingway, pero al igual que ese microrrelato puso de manifiesto su ingenio, crecer siendo pobre desató el mío. La pobreza me enseñó cuatro habilidades vitales que sigo empleando en la actualidad. Son habilidades que resumo con el acrónimo CRAP:<sup>2</sup> creatividad, resiliencia, adaptabilidad y perseverancia (el acrónimo es una metáfora perfecta debido a toda la mierda por la que tuve que pasar para conseguirlas).

---

1. COOPER, B. B.: «Proof that constraints can actually make you more creative», *Fast Company*, 10 de marzo de 2014, [www.fastcompany.com/3027379/the-psychology-of-limitations-how-and-why-constraints-can-make-you-more-creative](http://www.fastcompany.com/3027379/the-psychology-of-limitations-how-and-why-constraints-can-make-you-more-creative).

2. *Crap* en inglés podría traducirse como «mierda» o «basura». (*N. del T.*)

## **Creatividad**

Cuando tenía diez años, soñaba con tener la Casa de los Sueños de Barbie. Había visto el anuncio muchas veces porque sólo teníamos cuatro canales de televisión. Incluso hoy día, más de veinticinco años después, puedo recordarlo con todo lujo de detalles: la cámara haciendo zoom sobre las dos felices niñas colocando a Barbie sobre su colcha de satén de color rosa, y luego apartándose mientras encendían la farola que había fuera, al lado de su ventana, mientras reían. Pese a las muchísimas ganas que tenía de tenerla, ni me tomé la molestia de pedir un regalo tan caro para mi cumpleaños o para las Navidades, ya que sabía que mis padres no podían permitírselo. Ese estúpido juguete valía tanto dinero que ni siquiera pensaba que *Santa Claus* pudiese permitírselo.

Pero la tentación por la casa de muñecas era fuerte. Así pues, un día me di cuenta de que había unas muy buenas cajas de cartón en el contenedor de basura que había en la calle, frente a nuestro apartamento, así que las cogí.

De vuelta en mi habitación (que también hacía las veces de habitación de mis padres, área de trabajo y espacio de almacenamiento) rebusqué en el cajón de un escritorio hasta que encontré un lápiz y unas tijeras. Dibujé unos cuadros para las ventanas, marqué las puertas delantera y trasera y empecé a cortar con precisión quirúrgica. Uniendo, inclinados, dos trozos de cartón, hice un tejado. Luego, pegando los recortes de las puertas, hice un colchón. Añadí los toques finales transformando los retales de la bolsa de costura de mi madre en una colcha con motivos florales.

Me aparté un poco para admirar mi obra maestra. Mi pequeña casa de muñecas hecha con retazos no se parecía en nada a la del anuncio, pero no me importaba. Construirla había sido muy divertido, así que ¿a quién le importaba si no disponía de una zona de estacionamiento para el coche de Barbie (que se vendía por separado) o no tenía dispositivos de iluminación que funcionasen?

Siempre que me aburría de ver publlirreportajes y de fabricarme yo misma mis juguetes, iba a la biblioteca, donde encontré todo un edificio lleno de libros, y podía llevarme hasta quince cada vez sin que nadie llamase a la policía. No podía creérmelo.

Al principio sólo sabía leer en chino, por lo que me ceñí a la sección de lenguas extranjeras. Un día estaba caminando por el pasillo, dejando vagar mis dedos por los lomos de los libros, cuando un tomo me llamó la atención. Era *La pequeña*

*princesa*, traducido al chino. Cuando llegué al puesto de la bibliotecaria, ésta tuvo que convencerme amablemente para que lo soltara un segundo para así poder escanearlo para que me lo pudiese llevar.

Devoré el libro en tres días. El relato consistía en una niña llamada Sara que era tan rica que tenía su propia doncella, carruaje y pony, pero que también era amable y generosa. Su padre la enviaba a un bonito internado para que así él pudiera ir a la guerra, pero no antes de invertir toda su fortuna en una mina de diamantes. Luego muere en el campo de batalla, y no sólo eso, sino que además todo el dinero desaparece. La directora del internado le roba a Sara sus pertenencias para pagar sus gastos escolares, y ésta se ve forzada a trabajar como sirvienta en el internado.

Esta historia en la que el personaje pasa de la riqueza a la pobreza era totalmente lo contrario a mi vida, lo que hizo que el relato me resultase de lo más intrigante.

Seguí leyendo. Empecé a leer tomos escritos en inglés también: las series de libros de *El club de las canguros*; *Pesadillas*, de R. L. Stine; y *Spooksville*, de Christopher Pike. Al final tuve los suficientes conocimientos de la lengua inglesa como para escribir mis propios relatos.

Eso hizo despegar mi amor, de niña, por la escritura, que más tarde se transformó en mi sueño de convertirme en autora. Veinticinco años después, la culminación de ese sueño la estás sosteniendo entre tus manos.

Y todo porque mi familia no podía permitirse la televisión por cable.

## **Resiliencia**

Cuando tenía trece años, el ojo derecho se me hinchó tanto que se me cerró y no podía ver con él por culpa del picotazo de una avispa. Esto tuvo el efecto de hacer que tuviese el aspecto de un cíclope, lo que no resultó exactamente útil para mejorar mi estatus social como adolescente cohibida; pero no disponíamos de los quince CAD que costaba el medicamento antiinflamatorio, por lo que simplemente me puse unas gafas de sol compradas en una tienda de segunda mano y fui al colegio haciendo ver que era una rapera. Extrañamente, esto no me granjeó el cariño de mis compañeros, que ya me sometían a acoso escolar regularmente. Pero, oye, cuando tus padres no pueden permitirse solucionar los problemas con dinero, aprendes a aguantarte.



—Bonitos pantalones —me decía un compañero de la escuela a mi espalda, con su voz rezumando sarcasmo.

—Lo sé. Tengo buen gusto —le replicaba sonriendo y haciendo ver que me sacudía unas migas de mi peto descolorido.

—Tus padres son pobres.

—No. Son millonarios a los que simplemente les gusta el estilo de moda desaliñada.

Creo que ésta es la razón por la cual, años más tarde, cuando finalmente pasé de la pobreza a la clase media con mi salario de ingeniera informática, nunca caí en la trampa del miedo de perderme algo (MDPA), también conocido como «seguirle el ritmo al vecino». Desarrollé una coraza desde un buen principio, por lo que, mientras mis colegas se gastaban su sueldo en coches, ropa y casas, y trabajaban durante muchísimas horas (cosa poco saludable) para mantener ese tren de vida, a mí no me importaba un comino lo que pensasen los demás.

## ***Adaptabilidad***

Cuando era niña, nos mudamos muchas veces, siempre buscando un alquiler barato para que así mis padres pudiesen enviar sus ahorros a nuestra familia en China. Cada vez que acababa en un nuevo distrito escolar, perdía a los amigos que había podido hacer y tenía que volver a empezar de nuevo.

La primera vez que tuvimos que mudarnos, rompí a llorar. Mi padre me llevó a un lado, sujetó mi barbilla entre sus manos y me miró directamente a los ojos: «Sé que estás triste por tener que despedirte de tus amigos, pero he encontrado un lugar más barato que nos hará ahorrar dinero. Tus primos cuentan con este dinero para poder ir al colegio, y tienen muchas menos cosas que tú. No querrás decepcionarlos, ¿verdad?». Eso me hizo callarme.

Ésa es la razón por la cual las incomodidades y los contratiempos nunca me perturban. En la universidad averigüé cómo estirar el dinero ganado con mis prácticas remuneradas, hasta hacer que cubriera los gastos educativos, el alquiler, la comida y todo lo demás. Vivía en una habitación en un sótano que me costaba trescientos CAD mensuales, pero no era gran cosa. Ciertamente, tenía su buena ración de polvo y moscas negras, y el calor era achicharrante en verano sin aire acondicionado, pero eso sólo significó que pasé más tiempo en la biblioteca, leyendo.

do. (Y, oye, por lo menos disponía de un sistema de seguridad a prueba de balas: una rama que usaba a modo de cuña para mantener la ventana cerrada). No era glamuroso, pero la adaptabilidad que había asentado durante mi niñez me permitió cubrir todos mis gastos y me gradué sin deudas en absoluto.

## **Perseverancia**

Obtener mi grado universitario es una de las cosas más difíciles que he hecho nunca. Me inscribí en uno de los programas de estudios de grado más duros de Canadá: el de ingeniería informática en la Universidad Waterloo (también conocido como el MIT, o Instituto Tecnológico de Massachusetts, de Canadá).

Me di cuenta de en dónde me había metido durante la primera semana de mi primer año universitario. Mientras los alumnos que habían elegido otras carreras estaban haciendo amigos, emborrachándose o saliendo de fiesta, a nosotros nos machacaron con dos intensos exámenes: los que no los superasen tendrían que estudiar asignaturas compensatorias además de toda la carga lectiva de un curso completo. (Juro que si te estuvieses ahogando en el océano, la Universidad de Waterloo daría con alguna forma de atarte unas rocas a los pies, porque si no la vida sería demasiado fácil). Afortunadamente, había oído hablar de esos exámenes previamente, por lo que burlé a esos bastardos renunciando a mis vacaciones de verano para estudiar.

Pero al final todo eso valió la pena. Tan pronto como me gradué, no sólo pude cubrir mis gastos, sino que tenía dos años de prácticas de experiencia y un currículum formidable. ¿Y sabes qué? *En el mejor de los casos*, obtuve unas calificaciones mediocres. Mis compañeros de laboratorio siempre obtenían sobresalientes, mientras que a mí me llevaba diez horas comprender un concepto sencillo sólo para acabar sacando un aprobado.

Pese a ello, eso no me detuvo. Sabía que no tenía por qué ser la mejor. Si simplemente podía aprobar y conseguir mi grado universitario, este extenuante programa habría valido la pena. Si tenía que trabajar duro, como una psicópata, para así forzar a mi cerebro, que era de aprendizaje lento, a comprender materias increíblemente difíciles, que así fuera. Si tenía que arrastrar mi adormilado cuerpo por las trincheras, que así fuese. ¡Demonios! En una ocasión llegué tan lejos como para beberme toda una botella de jarabe Buckley para la tos (su lema es «Sabe horrible,

pero funciona») para permanecer despierta durante un examen porque me encontraba fatal y hacía dos semanas que no dormía. (De algún modo superé el examen, pese a que apenas recuerdo nada de ello).

## El despilfarro invisible

Pensarás que revivir estas historias me haría sentir triste, pero, de hecho, recuerdo mi niñez y los años como adulta joven con cariño. No sólo sobreviví, sino que tengo algunos recuerdos muy felices. Además, mi experiencia me proporcionó la perspectiva de una observadora externa sobre la cultura occidental que me ha sido de mucha utilidad.

La gente me escribe todo el tiempo preguntándome si puedo ayudarla a analizar su situación económica, y me envían su balance general, que muestra que gastan múltiples veces más la cantidad que yo gasto cada año *ahora*, que soy millonaria. Cuando les señalo esto amablemente (o no tan amablemente), su reacción es: «¡No puedo pensar en ni una sola cosa en la que pueda recortar gastos!».

Hablaremos más sobre la razón bioquímica por la cual sucede esto en el capítulo 8, pero una de las lecciones más valiosas que aprendí del hecho de haber crecido siendo pobre fue la capacidad de identificar un despilfarro invisible.

Permíteme que te ponga un ejemplo. Cuando era niña, quería ser diabética fuese como fuese.

Raro, ¿verdad? Deja que te explique.

Para mí, la diabetes era la enfermedad más prestigiosa del mundo. Sólo la gente rica, o por lo menos la gente que tenía dinero para comprar montones y montones de dulces, podía permitirse tenerla. Así pues, una vez que emigré, pasé buena parte de mi niñez comiendo e ingiriendo grandes cantidades de azúcar. Me gustaban especialmente los melocotones en conserva, pero nunca me comía los melocotones, sino que sólo me bebía el almíbar. Mi madre trabajaba en un bufet chino lavando platos, y cada vez que las camareras llenaban un recipiente con mitades de melocotón para la zona de postres, tiraban el almíbar, y mi madre esperaba, lista para hacerse con él antes de que lo lanzaran por el desagüe. Me convertí en una adicta al almíbar y lo bebía a todas horas. Me hacía feliz, no sólo debido a todo el azúcar gratis, sino porque ya no teníamos que gastar dinero comprando leche o zumos. Podía subsistir a base de almíbar de melocotón en

conserva, agua y cualquier cosa que el restaurante tirase al final de la jornada. Era como estar en el cielo.

Hace poco le expliqué esta historia a una amiga y se quedó completamente horrorizada, pero ése era mi mundo. No sabía nada de las categorías de alimentos o de las raciones diarias recomendadas. Mi comida era, básicamente, el recipiente en el que venía tu comida: tú te comías la fruta y yo me bebía el almíbar.

Si todavía no has captado la idea, aquí la tienes: lo que para otras personas era basura para mí era un tesoro, y a medida que lo asimilé, me di cuenta de cuánto despilfarro es completamente invisible. El periódico *The Guardian* estima que cada año se echan a perder hasta 60 millones de toneladas de comida sólo en Estados Unidos simplemente porque es deforme o está descolorida.<sup>3</sup> ¡Esto supone *una tercera parte* de toda la comida que se produce!

Ésa sólo es la punta del iceberg. Los estadounidenses tiran 11 millones de toneladas de ropa al año.<sup>4</sup> ¡11 millones de toneladas! Eso es incluso peor que en el caso de la comida, ya que puede que a la ropa le lleve cientos de años biodegradarse, por lo que simplemente se encuentra ahí, en nuestros vertederos, junto con todas las bolsas de plástico y los teléfonos móviles del año pasado, destruyendo lentamente el medioambiente.

La sociedad occidental siempre se esfuerza por conseguir más, ¿pero es el «más» la clave de nuestra felicidad? Los estudios muestran que cualquier diferencia en la felicidad relacionada con la seguridad económica toca techo con un salario de 75 000 USD anuales.<sup>5</sup> A partir de ahí, «más» no parece ayudar realmente cuando se trata del bienestar. Las estadísticas también muestran que un salario de tan sólo 34 000 USD anuales te hace formar parte del 1 % superior del mundo.<sup>6</sup>

---

3. GOLDENBERG, S.: «Half of all US food produce is thrown away, new research suggests», *The Guardian*, 13 de julio de 2016, [www.theguardian.com/environment/2016/jul/13/us-food-waste-ugly-fruit-vegetables-perfect](http://www.theguardian.com/environment/2016/jul/13/us-food-waste-ugly-fruit-vegetables-perfect)

4. BRYANT, K.: «You won't believe how much clothing the US throws away in a year», TakePart, [www.takepart.com/video/2015/05/29/clothes-trash-landfill](http://www.takepart.com/video/2015/05/29/clothes-trash-landfill)

5. FRANK, R.: «The perfect salary for happiness: \$75,000», *The Wall Street Journal*, 7 de septiembre de 2010, <https://blogs.wsj.com/wealth/2010/09/07/the-perfect-salary-for-happiness-75000-a-year/>

6. KENNY, C.: «We're all the 1 percent», *Foreign Policy*, 27 de febrero de 2012, <https://foreignpolicy.com/2012/02/27/were-all-the-1-percent/>

Si un recipiente con almíbar de melocotón en conserva puede entusiasmar a una niña que no conoce nada mejor, entonces puede que, de todos modos, tampoco necesitemos mucho. Parte o incluso la mayoría de las cosas que compras no te están haciendo feliz. Parte de tus gastos suponen un despilfarro: es así de sencillo.

## **Hacer que el despilfarro invisible se haga visible**

Hagamos un ejercicio para averiguar cuánto despilfarro invisible hay en tu vida:

### **EJERCICIO: ELIMINAR EL DESPILFARRO INVISIBLE**

#### **MATERIALES: UN ARMARIO ROPERO Y CINTA DE CARROCERO**

Abre tu armario ropero. Empuja toda la ropa hacia la izquierda.

Toma una percha y envuelve un trozo de cinta de carroceros a su alrededor, tal y como se muestra aquí, y cuélgala en el extremo derecho.



Durante el próximo mes, cada vez que te pongas una prenda y después de lavarla, cuélgala a la derecha de la percha marcada.



Con el tiempo, esto pondrá de manifiesto con qué frecuencia te pones ciertas prendas. La ropa que se encuentre más a la derecha será la que más te pones. Hacia el centro, pero todavía a la derecha de la percha marcada, tendrás prendas que te pones, pero que no has llevado recientemente. A la izquierda de la percha marcada estará la ropa que no te pones en absoluto. Cuanto más tiempo hagas esto, más preciso será el mapa de tu armario ropero, y podrás captar la sensación de cuántas prendas están «activas», es decir, cuáles rotan de forma regular. De forma parecida, aprenderás qué porcentaje de tu armario ropero está «inactivo» y nunca ve la luz del día.

No te preocupes: no tienes que tirar la ropa que no te pones, pero es de esperar que empieces a pensar en el gasto invisible y lo rápidamente que puede colarse en tu vida. Utilizaremos la información obtenida aquí cuando examinemos, en el capítulo 8, *por qué* todos compramos más de lo que necesitamos.

En nuestra cultura, la mentalidad de la escasez se describe como pura privación, un obstáculo para el desarrollo de un niño, pero crecer con esa perspectiva me ayudó de formas que nunca podría haber predicho cuando era esa niña en China que anhelaba una lata de Coca-Cola. La escasez es una limitación poderosa. Me ayudó a atravesar la CRAP para convertirme en alguien más creativa, resiliente y adaptable y a perseverar para generar la vida que tengo en la actualidad.

La escasez también me permitió identificar rápidamente el despilfarro invisible. Ha llegado la hora de empezar a localizarlo también en tu vida.