mdt.

Ex Datis, Claritas

Reseña de "Essentialism - The Disciplined Pursuit of Less", de Greg McKeown

Reseña de «Essentialism», de Greg McKeown: una tesis valiosa y recomendable, pero demasiadas páginas para un concepto que no pide tanta extensión.

Manuel Delgado Tenorio · 25 de enero de 2025

Publicado originalmente en www.manueldelgado.com/blog/resena-de-essentialism-the-disciplined



McKeown dedica demasiadas páginas a transmitir un concepto que no pide tanta extensión. Mientras que la tesis principal del libro es valiosa y recomendable, la ejecución es chapucera y prescindible.

No estoy seguro de cómo llegué a *Essentialism* (titulado "Esencialismo" en su edición española), porque ya llevaba algún tiempo (corrijo: *demasiado tiempo*) en mi pila de libros por leer. La cosa es que, hace un par de días, cuando tocaba elegir mi siguiente lectura, me llamó la atención su subtítulo ("*The Disciplined Pursuit of Less*"), porque enlaza bien con un par de tendencias que estoy tratando de potenciar en mí, últimamente. En concreto, tanto la parte de "*disciplined*" como la de "*less*".

El libro no engaña en el sentido de que, efectivamente, trata sobre cómo adoptar una actitud de reducción de lo innecesario en nuestra vida. En este sentido, no está lejos de otras corrientes como las Marie Kondo y su obsesión con limpiarnos los armarios pero, en este caso, el autor no se centra tanto en nuestra colección personal de ropa sino en cómo tomar decisiones o, mejor dicho, cómo elegir el rumbo de nuestra vida. No obstante, también menciona el armario de la ropa ♂

La premisa principal del libro es, en resumidas cuentas, que debemos decir "no" a muchas más cosas. El modo de vida del "esencialista" es uno en el que se sopesa, de forma activa y consciente, una gran cantidad de opciones, se ve con claridad lo que sacrificas al elegir una u otra y, finalmente, se elige de manera decidida, todo ello mientras te aseguras de proteger en todo momento tu capacidad para seguir eligiendo.

Hasta ahí, todo bien. De hecho, muy bien. El problema viene cuando vamos más allá.

Las partes más débiles del libro son su exagerada extensión para transmitir un concepto que no es tan complejo (el gran problema de todos los libros de este estilo que nos vienen de los Estados Unidos) y, sobre todo, que el marco de trabajo que plantea es, en mi opinión, exageradamente vago. ***Essentialism* no es un libro de negocios ni de productividad personal: es un libro de autoayuda, en el sentido peyorativo del término.**

Así que no esperes una metodología infalible y fácil de aplicar, sino una serie de consejos amplios y genéricos que, cuando te enfrentes a su puesta en práctica, demostrarán grandes carencias: la vida suele ser mucho más compleja y poliédrica que lo que estos libros se empeñan en transmitirnos.

Los ejemplos "de la vida real" que salpican el libro son, en realidad, narrativas ultraprocesadas para sustentar sus tesis y recomendaciones (y, por cierto, las de este libro ni siquiera son particularmente eficaces en ese propósito) y guardan poca o ninguna relación con los innumerables factores que te asaltarán de forma más o menos consciente cuando te enfrentes a muchas de las decisiones que, en esas páginas, resultan cristalinamente evidentes, como por arte de magia.

No esperes, tampoco, gran profundidad intelectual en muchas de las disquisiciones que el libro plantea, llegando en algún caso a lo grotesco, como afirmar, sin mayor discusión, que tu capacidad para tomar decisiones no se ve afectada por la drástica reducción de opciones a tu alrededor. Algo que me habría sorprendido si no se lo hubiera leído ya a Ayn Rand, por ejemplo, y es que hay mucho de Rand en este libro, para su desgracia (y, sobre todo, para la del lector incauto).

Si te quieres acercar a esto de eliminar lo superfluo en tu vida para mejorar, hay caminos mucho más enriquecedores que este libro. Sin duda, mi recomendación

principal sería prestarle atención al concepto de *vía negativa* que recoge Taleb en su libro Antifrágil.



Sobre el autor

Manuel Delgado Tenorio

Manuel Delgado Tenorio es asesor independiente de estrategia de datos e inteligencia artificial, profesor e investigador. Cofundó y vendió una *startup* de inteligencia artificial, fue socio de la práctica de Data & Analytics para servicios financieros en EY y responsable de Data Analytics para el sur de Europa en AWS. Es profesor asociado en IE University, donde imparte la primera asignatura de grado sobre Customer Lifetime Value en España, investiga sobre el CLV en su doctorado en la Universidad Complutense de Madrid y es autor del libro "Customer Lifetime Value (CLV): No todos tus clientes valen lo mismo".

manueldelgado.com · LinkedIn · X

Recibe cada artículo en tu correo con la newsletter Ex Datis, Claritas:
manueldelgado.com/newsletter/suscribete