



# La semana laboral de 4 horas

No hace falta trabajar más

Por Tim Ferriss

## En *La semana laboral de 4 horas*:

1. Obtendrás las herramientas para aprovechar al máximo el tiempo que dedicas al trabajo.
2. Descubrirás cómo equilibrar tu vida laboral y tu vida personal para mejorar tu calidad de vida.
3. Aprenderás cómo ganar más dinero trabajando menos.

## La semana laboral de 4 horas

*La semana laboral de 4 horas* es una guía para diseñar un estilo de vida de lujo. En este libro, Tim Ferriss nos enseña cómo pasó de ganar \$40.000 al año trabajando 80 horas a la semana a ganar \$40.000 al mes trabajando 4 horas a la semana. Su objetivo es que imitemos sus pasos para reducir las horas de trabajo y mejorar la calidad de vida.

Para Ferriss, si queremos cambiar nuestro estilo de vida debemos cambiar el modo en que trabajamos. El eje de su sistema se basa en la ley de Pareto o principio 80/20. Este principio fue descubierto por el economista italiano Vilfredo Pareto, y propone que una minoría de causas y esfuerzos conducen a la mayoría de los resultados. Dicho de otro modo: la mayoría de causas y esfuerzos generan pocos resultados. ¿Qué significa esto? Que si eliminas el 20% de las tareas que se comen el 80% de tu tiempo y solo generan el 20% de los resultados, podrás mantener estos resultados empleando mucho menos tiempo.

A partir de la ley de Pareto, Tim Ferriss reorganizó todo su negocio: definió objetivos, eliminó las distracciones, delegó las tareas monótonas que le robaban más tiempo y automatizó los sistemas de su empresa. ¿Cuál fue el resultado? Mejoró la rentabilidad de la compañía trabajando solo 4 horas a la semana. Esto le permitió viajar por todo el mundo mientras seguía liderando su negocio. De hecho, fue este viaje lo que le inspiró a escribir este libro.



Aplicar la ley de Pareto es uno de los pasos imprescindibles para formar parte del selecto grupo de «los nuevos ricos». Los nuevos ricos son los que dejan de trabajar por trabajar y los que empiezan a delegar tareas monótonas y poco productivas a terceros a cambio de ser más eficaces y productivos en las tareas importantes. Son los que eliminan los clientes y proyectos menos rentables o minimizan el tiempo que les dedican. Y son los que no tienen ataduras y se pueden mover por el mundo libremente trabajando a distancia.

Si empiezas este camino de optimizar tu tiempo y tus esfuerzos, obtendrás la semana laboral de 4 horas y podrás vivir la vida que siempre has deseado.

## Biografía de Tim Ferriss

Tim Ferriss es un empresario y autor de éxito estadounidense. En 2001, fundó BrainQUICKEN, un negocio de suplementos nutricionales de venta online, mientras trabajaba como asalariado para otra compañía. Fue esta experiencia lo que le llevó a escribir *La semana laboral de 4 horas*.

Ferriss ha participado como inversor ángel en empresas como Alibaba, Facebook, Twitter o Uber, y ha sido nombrado como uno de los «empresarios más innovadores» por la revista Fast Company.

También es autor de cinco best-sellers #1 del New York Times y del Wall Street Journal: *La semana laboral de 4 horas*, *The 4-Hour Body*, *The 4-Hour Chef*, *Armas de Titanes* y *Tribu de Mentores*.

Su blog encabeza los mejores rankings de negocios, y su podcast, *The Tim Ferriss Show* ha superado los 400 millones de descargas.



Ha aparecido en más de 100 medios de comunicación y ha sido invitado a hablar en algunas de las organizaciones más innovadoras del mundo, incluyendo Google, MIT y la Harvard Business School. También fue conferenciante invitado en la Universidad de Princeton, donde habló de la iniciativa empresarial como una herramienta para el cambio mundial y el diseño de un estilo de vida ideal.

Su estilo de vida le ha permitido dedicarse a sus múltiples pasiones. Tiene un récord Guinness por bailar tango, es campeón nacional de kickboxing en China, actor en una serie televisiva de máxima audiencia en Hong Kong y activista político en distintas partes del mundo.