



RYAN HOLIDAY

INAMICUL
ESTE
EGOUL

Traducere din limba engleză de
Radu Filip

 ACT și Politon

2019

Această ediție este publicată prin acordul cu Portfolio, marcă a grupului editorial Penguin, o divizie a Penguin Random House LLC.

EGO IS THE ENEMY

Copyright © 2016 by Ryan Holiday

Originally published by Portfolio/Penguin, an imprint of Penguin Random House LLC, 2016

© 2019 Editura ACT și Politon pentru prezenta ediție românească

Editura ACT și Politon

Str. Înclinată, nr. 129, Sector 5, București, România, C.P. 050202.

tel: 0723 150 590, e-mail: office@actsipoliton.ro

www.actsipoliton.ro/blog

Traducător: **Radu Filip**

Redactor: **Ines Simionescu**

Tehnoredactor: **Teodora Vlădescu**

Editor: **Raluca Giuroiu**

Coperta: **Marian Iordache**

Copyright Manager: **Andrei Popa**

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

HOLIDAY RYAN

Inamicul este egoul / Ryan Holiday; trad.: Radu Filip. - București: ACT și Politon, 2019

ISBN 978-606-913-482-5

I. Filip, Radu (trad.)

159.9

AVERTISMENT: Distribuirea, copierea sau piratarea în orice fel a acestei cărți nu este pedepsită numai prin lege, dar contravine și tuturor normelor și principiilor etice și sănătoase pe care un astfel de titlu le promovează. Ce fel de efect va avea energia pe care vreți să o transmiteți mai departe, dacă aceasta vine prin furt, ilegalitate și lipsă de respect față de autor și față de toți cei care au contribuit la crearea acestei cărți, astfel ca ea să ajungă la dumneavoastră? Împărtășiți cu ceilalți informațiile importante, valorile și lecțiile pe care le-ați aflat din acest material, într-un mod corect și responsabil.

Să nu credeți că cel care încearcă să vă consoleze trăiește lipsit de griji, printre cuvintele simple și liniștite care vă fac bine uneori. Viața lui constă în multe neajunsuri și tristețe și e cu mult mai modestă decât a voastră. Dacă ar fi fost altfel, n-ar fi putut găsi cuvintele acelea niciodată.

– RAINER MARIA RILKE

CUPRINS

<i>Dificilul prolog</i>	13
Introducere	21

PARTEA I. ASPIRAȚIA

VORBE, VORBE, VORBE	44
A FI SAU A FACE?	51
DEVINO ELEV	58
NU FI PASIONAT	66
URMEAZĂ STRATEGIA TABLOULUI	74
STĂPÂNEȘTE-TE	82
IEȘI DIN PROPRIA MINTE	89
PERICOLELE MÂNDRIEI TIMPURI	97
MUNCĂ, MUNCĂ ȘI IAR MUNCĂ	104
PENTRU TOT CE VA VENI ÎN CONTINUARE, INAMICUL ESTE EGOUL...	110

PARTEA A II-A. SUCCESUL

RĂMÂI ÎNTOTDEAUNA ELEV	125
NU-ȚI SPUNE POVEȘTI	131
CE E IMPORTANT PENTRU TINE?	138

ÎNDREPTĂȚIRE, CONTROL ȘI PARANOIA	145
AUTOGESTIONAREA	152
FII ATENT LA BOALA LUI EU	159
MEDITEAZĂ ASUPRA VASTITĂȚII	166
PĂSTREAZĂ-ȚI CUMPĂTAREA	172
PENTRU CEEA CE VINE ADESEA ÎN CONTINUARE, INAMICUL ESTE EGOUL...	178

PARTEA A III-A. EȘECUL

TIMP VIU SAU TIMP MORT?	198
EFORTUL ESTE SUFICIENT	203
MOMENTELE <i>FIGHT CLUB</i>	210
STABILEȘTE LIMITA	217
ȚINE PROPRIA TABELĂ DE MARCAJ	224
IUBEȘTE ÎNTOTDEAUNA	230
PENTRU ORICE URMEAȘĂ MAI DEPARTE, INAMICUL ESTE EGOUL...	238

EPILOG	241
Ce ar trebui să citești mai departe?	248
Bibliografie selectivă	250
Mulțumiri	253



PARTEA I

ASPIRAȚIA

Aici ne începem călătoria către împlinire. Avem în față un obiectiv, o chemare, un nou început. De aici începe orice călătorie – însă mult prea mulți dintre noi nu ajung niciodată la destinația dorită. Cel mai adesea, vinovat este egoul. Ne dezvoltăm pe baza unor povești fantastice, pretindem că am înțeles totul, ne lăsăm steaua să ardă strălucitor și cu pasiune doar ca să se stingă și nu avem nicio idee de ce. Acestea sunt simptomele egoului, pentru care remediile sunt modestia și obiectivitatea.



INDIFERENT CĂTRE CE ASPIRI,
INAMICUL TĂU ESTE EGOUL...



Se spune că un chirurg îndrăzneț este cel ale cărui mâini nu tremură dacă se operează pe el însuși; și, adesea, este deopotrivă de îndrăzneț și acela care nu ezită să dea la o parte vălul misterios al autoamăgirii, acela care ascunde din calea lui urâtenia propriului său comportament.

– ADAM SMITH

Cândva, în preajma anului 374 î.Hr., Isocrate, unul dintre cei mai cunoscuți învățători și retori din Atena, i-a scris o scrisoare unui tânăr pe nume Demonicus. Isocrate fusese prietenul recent răposatului tată al băiatului și voia să-i dea câteva sfaturi despre cum să urmeze exemplul tatălui său.

Aceste sfaturi se întindeau de la unele practice la unele morale – toate comunicate sub forma a ceea ce Isocrate descria ca fiind „maxime nobile”. Erau, după cum spunea el, „precepte pentru anii ce vor veni”.

La fel ca mulți dintre noi, Demonicus era ambițios, acesta fiind și motivul pentru care i-a scris Isocrate, deoarece calea ambiției poate fi periculoasă. Isocrate a început prin a-i spune tânărului că „nicio podoabă nu i se va potrivi mai bine ca modestia, dreptatea și autocontrolul; pentru că acestea sunt virtuțile prin care, așa cum sunt de acord toți bărbații, este ținut în frâu caracterul celor tineri”.

„Practică autocontrolul”, spunea el, avertizându-l pe Demonicus să nu cadă în mrejele „toanelor, plăcerii și ale durerii”. Și „detestă deopotrivă lingușitorii și pe cei care te înșală; deoarece, dacă sunt crezuți, îi păgubesc pe cei care au încredere în ei”.

Își dorea ca tânărul „să fie amabil în relațiile cu cei care îl abordează, și niciodată trufaș; pentru că mândria celor aroganți e îndurată greu chiar și de sclavi” și „să nu se grăbească atunci când judecă, dar să o facă atunci când își duce la îndeplinire hotărârile”; îi spunea că „cel mai bun lucru pe care-l avem în noi este buna chibzuință”. Antrenează-ți permanent intelectul, îl sfătuia el, „pentru că cel mai important lucru pentru orientarea în viață este o minte sănătoasă într-un corp omenesc”.

Unele dintre aceste sfaturi s-ar putea să sune familiar. Asta pentru că s-au transmis în următoarele două mii de ani până la William Shakespeare, care avertiza adesea cu privire la egoul dezlănțuit. De fapt, în *Hamlet*, folosind această scrisoare drept model, Shakespeare pune cuvintele lui Isocrate în gura personajului Polonius, într-un discurs al acestuia către fiul său, Laertes. Discursul, dacă l-ați auzit, se încheie cu această strofă scurtă.

*[...] Iar mai presus de-orice : nu te minți
Pe tine însuți. Și de-aci urmează,
Ca noaptea după zi, că nimănui
Nu vei putea să-i fii de rea-credință.
Drum bun. Și binecuvântarea mea
Rodească-n tine sfaturile-acestea.**

* Traducere în limba română de Ion Vinea, în William Shakespeare, *Teatru (Henric Al V-lea, Hamlet, Othello, Macbeth, Poveste De Iarna)*, editura Univers, București, 1971. (n.ed.)

S-a întâmplat ca aceste cuvinte ale lui Shakespeare să ajungă până la un tânăr ofițer din armata Statelor Unite, pe nume William Tecumseh Sherman, care urma să devină probabil cel mai mare general și gânditor strategic al țării sale. Poate că nu auzise niciodată de Isocrate, dar îi plăcea mult piesa și cita adesea acest discurs.

La fel ca tatăl lui Demonicus, și cel al lui Sherman murise când acesta era foarte tânăr. La fel ca Demonicus, el a fost luat sub oblăduirea unui bărbat înțelept, mai în vârstă, în speță Thomas Ewing, cel care urma să fie curând senator S.U.A. și care fusese prieten cu tatăl lui Sherman; acesta l-a adoptat pe băiat și l-a crescut ca și cum ar fi fost al lui.

Ceea ce e interesant în legătură cu Sherman este faptul că, în pofida influențului său tată, aproape nimeni nu ar fi prezis că va avea mai mult decât niște realizări minore – cu atât mai puțin faptul că, într-o zi, urma să facă pasul fără precedent de *a refuza președinția Statelor Unite*. Spre deosebire de Napoleon, care a venit de niciunde și a intrat ca o furtună pe scena politică, pentru a eșua și a dispărea la fel de repede, ascensiunea lui Sherman a fost una lentă și graduală.

Și-a petrecut primii ani la West Point, iar după aceea în armată. În primii lui ani de serviciu, Sherman a străbătut aproape toată întinderea Statelor Unite călare, învățând încet din fiecare sarcină care i-a fost dată. Pe măsură ce au început să apară semnele Războiului Civil, Sherman și-a făcut drum către est ca să-și ofere serviciile ca voluntar și a fost pus la treabă curând, în Bătălia de la Bull Run, o înfrângere dezastruoasă pentru unioniști. Ca urmare a lipsei serioase de personal de conducere, Sherman a fost promovat la gradul de general de brigadă și a fost convocat să se întâlnească cu președintele Lincoln și cu cei mai buni consilieri

militari ai acestuia. În mai multe ocazii, Sherman a conceput nestingherit strategii și planuri împreună cu președintele, dar la sfârșitul călătoriei sale, i-a adresat o cerere ciudată: accepta noua promovare doar dacă primea asigurări că *nu* va trebui să-și asume o funcție mai înaltă. Urma să-și dea Lincoln cuvântul în ceea ce privește acest lucru? Dat fiind că toți ceilalți generali cereau cât mai multe ranguri și cât mai multă putere posibilă, Lincoln a fost de acord bucuros.

În acel moment, Sherman se simțea mai confortabil să fie pe plan secundar. Simțea că este apreciat sincer pentru abilitățile sale și că acest rol i se potrivea cel mai bine. Imaginează-ți asta – o persoană ambițioasă care refuză șansa de a avea mai multe responsabilități pentru că voia, de fapt, să fie pregătit pentru ele. Este chiar așa o nebunie?

Nu că Sherman ar fi fost întotdeauna modelul perfect de cumpătare și ordine. La începutul războiului, fiind însărcinat să apere statul Kentucky cu trupe insuficiente, mania și tendința lui de a se îndoii de el însuși s-au combinat într-un mod nefast. Tunând și fulgerând că are prea puține provizii, incapabil să iasă din propriile scenarii, paranoic în ceea ce privește mișcările inamicilor, a ieșit din formație și a vorbit în mod nechibzuit cu mai mulți reporteri. În urma scandalului care a urmat, a fost destituit temporar de la comandă. A avut nevoie de săptămâni întregi de odihnă ca să-și revină. A fost unul dintre cele câteva momente aproape catastrofale din cariera lui care, altfel, era într-o ascensiune constantă.

Sherman și-a creat cu adevărat un renume după această scurtă poticnire – după ce a învățat de pe urma ei. În timpul asediului de la Fort Donelson, de exemplu, Sherman avea, tehnic vorbind, un grad superior față de generalul Ulysses S. Grant. În timp ce restul generalilor lui Lincoln se

luptau între ei pentru putere și recunoaștere, Sherman a renunțat la rangul său, alegând să-l susțină și să-i întărească cu bucurie poziția lui Grant, în loc să dea el ordine. Aceasta e lupta ta, i-a spus Sherman într-o notă care însoțea un transport de provizii; cheamă-mă dacă ai nevoie de ajutor. Împreună, au câștigat una dintre primele victorii ale uniuniștilor din război.

Bazându-se pe succesele sale, Sherman a început să pledeze pentru faimosul lui marș către mare – un plan îndrăzneț și curajos din punct de vedere strategic, care nu se născuse din vreun geniu creativ, ci care se baza, mai curând, pe topografia exactă pe care o cercetase și o studiasse când era doar un tânăr ofițer, în ceea ce atunci părea un avanpost fără rost dintr-o văgăună.

Dacă Sherman fusese cândva prevăzător, acum era încrezător. Dar, spre deosebire de mulți alții care aveau o mare ambiție, el își *câștigase* această încredere. În timp ce stabilea o cale de la Chattanooga la Atlanta, și de la Atlanta la mare, a evitat tradiționalele bătălii succesive. Orice student la istorie militară poate vedea felul în care aceeași campanie, dacă ar fi fost condusă de ego în loc de un puternic sentiment al scopului, ar fi avut un sfârșit foarte diferit.

Realismul său i-a permis să vadă tocmai prin Sud o cale care altora li se părea imposibilă. Întreaga lui teorie a manevrelor de război se baza pe evitarea deliberată a atacului frontal sau a etalării forțelor sub forma luptelor înverșunate și pe ignorarea criticilor destinate să obțină o reacție. Nu le-a dat atenție și a rămas fidel planului său.

La sfârșitul războiului, Sherman era unul dintre cei mai faimoși oameni din America, dar cu toate astea, nu căuta o funcție publică, nu gusta politica, dorind, pur și simplu,

să-și facă treaba și apoi să se pensioneze. Respingând laudele neîncetate și atenția, inerente unui atare succes, el i-a scris prietenului său Grant, sub forma unui avertisment: „Fii natural și fii tu însuși, iar această lingușeală plină de strălucire va fi la fel de trecătoare ca briza de pe mare într-o zi călduroasă de vară”.

Unul dintre biografiile lui Sherman a sintetizat omul și realizările lui unice într-un pasaj remarcabil. Acesta este motivul pentru care el este modelul nostru în această fază a ascensiunii.

În rândul oamenilor care acced la faimă și la conducere, pot fi recunoscute două tipuri: cei care se nasc cu încredere în ei înșiși și cei în care aceasta apare ca o creștere lentă, dependentă de realizările actuale. Pentru oamenii din ultima tipologie, propriul lor succes este o surpriză constantă, iar roadele acestuia sunt mai delicioase, însă trebuie gustate cu prudență, cu un sentiment chinuitor de îndoială, ca nu cumva totul să nu fie decât un vis. În această îndoială constă adevărata modestie, nu prefăcătorii subevaluării nesincere, ci modestia „moderației”, în sensul filozofic grecesc. Este vorba de ținută, nu de poza ei.

Cineva s-ar putea întreba: Dacă încrederea ta în tine însuși *nu* este dependentă de realizările efective, atunci de ce depinde? Mult prea adesea, atunci când suntem la început, răspunsul este *de nimic*. Egoul. Și acesta e motivul pentru care vedem atât de des ascensiuni vijelioase urmate de căderi catastrofale.

Deci, tu ce fel de persoană vei fi?

La fel ca noi toți, Sherman a trebuit să găsească echilibrul între talent, ambiție și forță, mai ales atunci când era tânăr. Victoria lui în această luptă a fost în mare măsură motivul pentru care a reușit să gestioneze succesul care i-a schimbat viața și care i-a ieșit în cale, în cele din urmă.

Probabil că toate acestea sună ciudat. În timp ce Isocrate și Shakespeare doreau ca noi să fim independenți, să avem o motivație lăuntrică și să fim conduși de principii, cei mai mulți dintre noi am fost învățați să facem opusul. Valorile noastre culturale aproape că ne fac să fim dependenți de validare, să ne credem demni de onoruri și să fim conduși de emoții. De o generație încoace, părinții și profesorii s-au concentrat să clădească *stima de sine* a fiecăruia. De aici, subiectele tratate de mentorii spirituali și de persoanele publice au fost orientate aproape exclusiv spre a ne inspira, a ne încuraja și a ne asigura că putem să facem orice ne punem în minte.

În realitate, asta ne face slabi. Da, despre tine e vorba, cu toate talentele și promisiunile de când erai băiatul minune sau fata care va ajunge departe. Cred cu adevărat că ți-ai făcut o promisiune. Acesta e motivul pentru care ai ajuns la universitatea prestigioasă la care ești acum, pentru care ți-ai asigurat fondurile pentru afacere, pentru care ai fost angajat sau promovat, pentru care ți-a ieșit în cale oricare dintre oportunitățile pe care le ai acum. Așa cum spunea Irving Berlin, „talentul e doar punctul de pornire”. Întrebarea e: Vei fi capabil să profiți la maximum de el? Sau îți vei fi cel mai mare inamic? Vei stinge vâlvătaia care tocmai s-a aprins?

Imaginea lui Sherman este cea a unui om profund legat și conectat la realitate. A fost un om care a pornit de la zero și a realizat lucruri extraordinare, fără să simtă niciodată

că era *îndreptățit* în vreun fel să primească onorurile pe care le-a primit. De fapt, el s-a lăsat pe mâinile altora în mod frecvent și consecvent și era mai mult decât fericit să-și aducă contribuția într-o echipă învingătoare, chiar dacă asta însemna mai puțin credit și faimă pentru el. E trist să te gândești că generații întregi de băieți au învățat despre gloriosul atac de cavalerie al lui Pickett, un atac al Confederației care *a eșuat*, dar modelul lui Sherman, de un realism liniștit, lipsit de strălucire, este uitat sau, și mai rău, defăimat.

Cineva ar putea spune că abilitatea de a-și evalua propriile capacități e cea mai importantă deprindere dintre toate. Fără ea, perfecționarea e imposibilă. Și, cu siguranță, egoul face dificil acest lucru la fiecare pas. Este, desigur, mult mai plăcut să ne concentrăm asupra talentelor și a punctelor noastre forte, dar unde ne duce asta? Aroganța și concentrarea asupra sinelui inhibă creșterea. La fel fac și fantezia și „viziunea”.

În această fază, trebuie să înveți să păstrezi o distanță față de tine, cultivând abilitatea de a ieși din propria minte. Detașarea e un fel de antidot natural pentru ego. E *ușor* să fii implicat emoțional și îndrăgostit de propria ta activitate. Oricare și fiecare narcisist poate să facă asta. Ceea ce e rar nu e talentul brut, nu e abilitatea și nu e nici măcar încrederea, ci modestia, sârguința și conștiința de sine.

Pentru ca activitatea ta să conțină adevărul, trebuie să vină din adevăr. Dacă vrei să fii mai mult decât o strălucire efemeră, trebuie să fii pregătit să te concentrezi pe termen lung.

Vom învăța că, deși *avem ambiții mari*, trebuie să acționăm și să trăim modest pentru a realiza ceea ce aspirăm. Deoarece vom fi concentrați asupra *acțiunii* și a *educației*

și vom renunța la validare și la statut, ambiția noastră nu va fi grandioasă, ci cumulativă – câte un pas unul după altul, învățând, crescând și alocând timp.

Cu agresiunea, intensitatea, concentrarea asupra sinelui și nesfârșita promovare de sine de care dau dovadă, concurenții noștri nu-și vor da seama cum își pun în pericol eforturile (ca să nu spunem nimic de sănătatea lor mentală). Vom lansa o provocare la adresa mitul geniului sigur de sine, căruia îndoiala și introspecția îi sunt străine, precum și la adresa mitului artistului îndurerat, torturat, care trebuie să-și sacrifice sănătatea pentru munca lui. În timp ce ambii sunt separați de realitate și de alți oameni, noi vom fi profund conectați, conștienți și vom învăța din toate acestea.

După cum spunea Churchill, faptele sunt mai bune decât visurile.

Deși împărtășim aceeași *viziune* de măreție cu mulți alții, înțelegem că *drumul* nostru către aceasta e foarte diferit de al lor. Urmărindu-i pe Sherman și pe Isocrate, înțelegem că egoul este inamicul nostru în această călătorie, așa că, atunci când vom dobândi succesul, acesta nu ne va scufunda, ci ne va face mai puternici.

VORBE, VORBE, VORBE

Cei care știu nu vorbesc.

Cei care vorbesc nu știu.

– Lao Zi

In faimoasa lui campanie din 1934 pentru postul de guvernator al Californiei, scriitorul și activistul Upton Sinclair a făcut un pas neobișnuit. Înainte de alegeri, el a publicat o carte de mici dimensiuni, intitulată *I, Governor of California and How I Ended Poverty* (*Eu, guvernatorul Californiei și cum am pus capăt sărăciei*), în care sublinia, la timpul trecut, strălucitoarele politici pe care le instituisese el în calitate de guvernator... funcție pe care încă nu o câștigase.

A fost o mișcare nonconformistă dintr-o campanie nonconformistă, menită să valorifice cel mai mare avantaj al lui Sinclair – în calitate de scriitor, el știa că poate să comunice cu publicul într-un fel în care alții nu puteau. Acum, campania lui Sinclair a fost întotdeauna un pariu riscant și nu era într-un stadiu prea bun atunci când i-au publicat cartea. Dar observatorii de atunci au remarcat imediat efectul pe care l-a avut – nu asupra alegătorilor, ci asupra lui Sinclair însuși. Așa cum scria mai târziu Carey McWilliams

despre pariul legat de guvernare al prietenului ei, pariu care se dovedea păgubos, „Upton nu numai că și-a dat seama că va fi învins, dar părea, oarecum, că și-a pierdut interesul pentru campanie. În bogata lui imaginație, deja jucase par-tea cu «eu, guvernator al Californiei...», așadar de ce să se mai obosească să o pună în scenă și în viața reală?”

Cartea a fost un bestseller, campania un eșec. Sinclair a pierdut cu aproximativ un sfert de milion de voturi (o mar-jă de mai mult de 10 puncte procentuale); a fost complet distrus în cadrul a ceea ce au fost, probabil, primele alegeri moderne. Este clar ce s-a întâmplat: discursul lui a fost mai presus decât campania, iar voința de a reduce spațiul din-tre ele s-a prăbușit. Mulți politicieni nu scriu astfel de cărți, dar se pun pe ei mai presus, în aceeași manieră.

E o tentație care există în fiecare dintre noi – ca vorbi-tul și promovarea de sine să înlocuiască acțiunea.

Caseta fără text: „Ce-ți trece prin minte?”, întreabă Face-book. „Compune un tweet”, îți semnalează Twitter. Tumblr. LinkedIn. Căsuța noastră de e-mail, Iphone-urile, secțiunea de comentarii din partea de jos a articolului pe care tocmai l-ai citit.

Spații goale, cerând să fie umplute cu gânduri, cu foto-grafii, cu povești. Cu ce *avem de gând* să facem, cu ce *ar trebui* sau *ar putea* să fie lucrurile, cu ce sperăm că se va întâmpla. Tehnologia care îți cere, te îndeamnă, îți solicită să *vorbești*.

Aproape în toate cazurile, tipul de reprezentare pe care o transmitem prin rețelele de socializare este pozitivă. E în general de tipul: „Hai să-ți spun cât de bine îmi merge. Uite ce grozav sunt”. Rareori e: „Mi-e frică. Mă chinui. Nu știu”.

La începutul fiecărui drum, suntem agitați și nervoși. Așa că vom căuta să ne liniștim din afară în loc s-o facem

dinăuntru. Există o latură slabă în fiecare dintre noi care – la fel ca un sindicat – nu e chiar rău intenționată, dar, în definitiv, tot vrea să obțină cât de mult credit public și cât de multă atenție se poate, făcând cât mai puțin. Noi numim această latură ego.

Emily Gould, scriitoare și fost blogger pe Gawker, o Hannah Horvath din viața reală, fără doar și poate, și-a dat seama de acest lucru în timpul strădaniilor ei de doi ani de zile de a publica un roman. Deși avea un contract de șase cifre pentru o carte, era blocată. De ce? Era prea ocupată „să petreacă o grămadă de timp pe internet”, de aceea.

De fapt, nu-mi amintesc să fi făcut și altceva în 2010. Postam pe Tumblr, pe Twitter și derulam paginile. Asta nu-mi aducea niciun ban, dar simțeam că muncesc. Îmi justificam față de mine obișnuințele în diferite feluri. Îmi construiam marca. Să scriu pe blog era un act creativ – chiar și o „recenzie” făcută prin repostarea articolului altcuiva era un act creativ, dacă vrei să știi. Era, de asemenea, singurul lucru creativ pe care-l făceam.

Cu alte cuvinte, făcea ceea ce fac foarte mulți dintre noi atunci când sunt speriați sau copleșiți de un proiect: făcea orice altceva *în afară de* a se concentra asupra lui. Romanul propriu-zis la care se presupunea că lucrează a rămas blocat. Timp de un an.

Era mai ușor să vorbească despre scris, să facă lucrurile incitante care aveau legătură cu arta, cu creativitatea și cu literatura, decât să se dedice actului în sine. Nu e singura. Cineva a publicat recent o carte intitulată *Working On My Novel (Lucrând la romanul meu)*, plină cu postări de pe

rețelele de socializare ale unor scriitori care, în mod clar, *nu* lucrau la romanele lor.

Scrisul, la fel ca multe acte creative, e dificil. Stai acolo și te uiți în gol, furios pe tine, furios pe material pentru că nu pare suficient de bun și pentru că tu nu pari suficient de bun. De fapt, multe dintre activitățile valoroase pe care le realizăm sunt dureros de dificile, fie că e vorba de organizarea unei noi afaceri sau de stăpânirea unui meșteșug. Dar vorbitul, vorbitul e întotdeauna ușor.

Se pare că noi credem că tăcerea e un semn de slăbiciune. Că a fi ignorați e echivalent cu moartea (iar pentru ego, acest lucru e adevărat). Așa că vorbim, vorbim, vorbim, de parcă viața noastră ar depinde de asta.

În realitate, tăcerea înseamnă tărie – mai ales la începutul oricărei călătorii. Așa cum avertiza Kierkegaard, filozof (și, se pare, o persoană care ura ziarele și flecărelile lor), „simpla pălăvrăgeală previne vorbitul real, iar exprimarea lucrurilor care sunt încă doar gânduri slăbește acțiunea prin înfrânarea ei”.

Și acesta e lucrul care e nespus de înșelător în ceea ce privește *vorbitul*. Oricine poate vorbi despre el însuși. Chiar și un copil știe cum să bârfească și să flecărească. Majoritatea oamenilor se pricep destul de bine să se promoveze și să se vândă. Deci, ce se găsește cu greutate și arareori? Tăcerea. Abilitatea de a te menține în mod voit în afara discuțiilor și de a trăi fără validarea lor. Tăcerea e răgazul celor încrezători și puternici.

Sherman avea o regulă bună pe care încerca s-o analizeze. „Nu da niciodată explicații pentru ceea ce gândești sau faci până când nu ești obligat să faci asta. Poate, după un timp, îți va veni în cap o explicație mai bună.” Marea

stea a baseballului și a fotbalului, Bo Jackson, a decis că erau două lucruri pe care voia să le realizeze în calitate de sportiv la Auburn: să câștige Trofeul Heisman și să fie primul pe lista de propuneri pentru formarea Ligii Naționale de Fotbal. Știți cui i-a spus? Nimănui altcuiva în afară de prietena lui.

Flexibilitatea strategică nu e singurul beneficiu al tăcerii, atunci când toți ceilalți flecăresc. Este și psihologia. Asta avea în minte poetul Hesiod când spunea: „Cea mai mare comoară a omului este o limbă cumpătată”.

Vorbitul ne epuizează. Vorbital și competiția pentru aceleași resurse. Cercetările arată că, deși vizualizarea obiectivelor e importantă, după un anumit punct, mintea noastră începe să o confunde cu progresul efectiv. Același lucru e valabil și pentru verbalizare. S-a dovedit că, chiar și faptul că vorbim tare cu noi înșine în timp ce rezolvăm probleme dificile scade semnificativ înțelegerea și progresul. După ce am petrecut atât de mult timp gândind, explicând și vorbind despre o sarcină, începem să simțim că am ajuns mai aproape de îndeplinirea ei. Sau, și mai rău, atunci când lucrurile devin dificile, simțim că putem să dăm deoparte întregul proiect, pentru că am încercat tot ce-am putut, deși, desigur, nu am făcut-o.

Cu cât e mai dificilă sarcina, cu atât e mai nesigur rezultatul, cu atât mai costisitor va fi vorbitul și cu atât mai departe vom fugi de răspunderea efectivă. Vorbital ne stoarce de energia de care avem nevoie cu disperare pentru a învinge ceea ce Steven Pressfield numește „rezistența”^{*} – obstacolul

* Concept introdus de Steven Pressfield, în cartea *The War of Art (Războiul artei)*. În concepția autorului, rezistența este acea forță universală care ne blochează creativitatea și care ne ține pe loc, prin diferite mijloace (ne face să căutăm justificări, ne însuflă teama de a acționa, ne distrage atenția). (n.ed.)

care stă între noi și exprimarea creativă. Succesul necesită 100% din efortul nostru, iar vorbitul irosește o parte din acel efort înainte să putem să-l depunem.

Mulți dintre noi cedăm în fața acestei ispite – mai ales atunci când ne simțim copleșiți sau stresați sau atunci când avem multă treabă de făcut. În faza de construcție de sine, rezistența va fi o sursă constantă de disconfort. Vorbitul – să ne ascultăm pe noi înșine vorbind, făcând o prezentare în fața unui public – e aproape ca terapia. *Tocmai am petrecut patru ore vorbind despre asta. Asta nu înseamnă nimic?* Răspunsul este nu.

Să faci o treabă extraordinară înseamnă să te străduiești. Este epuizant, e demoralizator, e înspăimântător – nu întotdeauna, dar poate fi resimțit în acest fel atunci când suntem în mijlocul ei. Vorbim ca să umplem golul și incertitudinea. Golul e înspăimântător pentru majoritatea oamenilor, spunea cândva Marlon Brando, un actor tăcut, fără doar și poate. E aproape ca și cum am fi asaltați de tăcere sau ne-am confrunța cu ea, mai ales dacă ne-am lăsat egoul să ne mintă de-a lungul anilor. Acest lucru e dăunător dintr-un motiv: cele mai mărețe lucruri și forme de artă vin din *lupta* cu golul, din confruntarea cu el, în loc să te grăbești să-l faci să dispară. Atunci când te confrunți cu o anumită provocare – fie că e vorba de cercetarea într-un nou domeniu, începerea unei afaceri, producerea unui film, găsirea unui mentor, promovarea unei cauze importante –, întrebarea e dacă tu cauți răgazul de a vorbi sau te confrunți pe deplin cu lupta.

Gândește-te: *vocea unei generații* nu se numește ea singură așa. De fapt, dacă te gândești la asta, îți dai seama cât de puțin par să vorbească aceste voci. E un cântec, e un

discurs, e o carte – volumul de creație poate să fie mic, dar ceea ce e înăuntru e concentrat și cu foarte mult impact.

Ei muncesc în tăcere într-un colț. Își transformă agitația interioară în obiect și, în cele din urmă, în tăcere. Ignoră impulsul de a căuta recunoaștere înainte să acționeze. Nu vorbesc mult. Nu se supără că alții, care se află în public și se bucură de lumina reflectoarelor, primesc cumva partea cea mai bună. (Nu e așa.) Sunt prea ocupați să muncească ca să mai facă și altceva. Iar atunci când vorbesc – e un drept *câștigat*.

Singura relație dintre muncă și flecăreală este că una o ucide pe cealaltă.

Lasă-i pe ceilalți să se lingusească unii pe alții în timp ce tu ești în laborator, în sala de sport sau îți cauți de lucru. Astupă gaura care îți poate absorbi forța vitală – da, aceea, din mijlocul feței tale. Vezi ce se întâmplă. Vezi cât de mult devii mai bun.