Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

BÉATRICE MILLÊTRE

Ghid pentru oamenii inteligenți

care se desconsideră pe nedrept şi nu au încredere în forțele proprii

Traducere din limba franceză de
Edith Negulici

philobia

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

PETIT GUIDE À L'USAGE DES GENS INTELLIGENTS QUI NE SE TROUVENT PAS TRÈS DOUÉS

Béatrice Millêtre

Copyright © 2007, 2018, Editions Payot & Rivages.

GHID PENTRU OAMENII INTELIGENȚI CARE SE DESCONSIDERĂ PE NEDREPT ŞI NU AU ÎNCREDERE ÎN FORŢELE PROPRII

Béatrice Millêtre

ISBN 978-606-9707-14-2

© 2021 – Editura PHILOBIA

internet: www.philobia.com
e-mail: contact@philobia.com

Editor: **Bianca Biagini**
Traducere: Edith Negulici
Redactor: Bianca Biagini
Corector: Oana Ţăranu
DTP: Petronella Andrei
Copertă: Cătălin Furtună
Credit foto copertă: Shutterstock

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
MILLÊTRE, BÉATRICE
Ghid pentru oamenii inteligenți: care se desconsideră pe nedrept şi nu au încredere în forţele proprii / Béatrice Millêtre; trad. din limba franceză de Edith Negulici. - București: Philobia, 2021
ISBN 978-606-9707-14-2

I. Negulici, Edith (trad.)

159.9

Tipar: ARTPRINT
Email: office@artprint.ro

CUPRINS

Introducere 9

PARTEA ÎNTÂI. Cine sunt?

CAPITOLUL I. Sunt deseori convins de lucrurile evidente 17
... pe care nu mi le pot explica 17
... pe care mi-e greu să le detaliez 18
... dar care deseori se dovedesc a fi adevărate, bazate pe experiență 19
... și care îmi dau impresia că am întotdeauna dreptate 19

CAPITOLUL II. Am vaga senzație că ceva nu este în regulă 21
Nu știu ce anume mă deranjează 21
Nu știu dacă sunt inteligent sau ignorant 22
Uneori mă gândesc că sunt în stare de orice 23
Și totuși, nu fac nimic 24
Câteodată simt că-mi pierd timpul 25
Nu sunt nici pro, nici contra: adesea „nu știu" 26

CAPITOLUL III. Sunt singur printre oameni 29
Nu cred că am fost vreodată pe deplin înțeles 29
Îmi place să fiu singur 30
Dar am nevoie de ceilalți 30
Care mă enervează uneori (deseori) 31
Și cu care am uneori probleme de comunicare 31
Și cărora le place compania mea 33

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

CAPITOLUL IV. La locul de muncă 35
Am dificultăți în conceperea unui plan 35
Am impresia că mă risipesc tot timpul 37
Nu știu cum să-mi structurez ideile 38
Nu știu cum să expun pe larg 38

PARTEA A DOUA
Două planete conviețuiesc în același univers

CAPITOLUL V. Ce înseamnă raționamentul global? 47
O viziune în paralel a datelor problemei 48
Cu o linie generală a raționamentului pentru fiecare element 48
Mai multe perspective cognitive simultan 49
Fără a mai fi nevoie să te gândești 50

CAPITOLUL VI. Acest lucru presupune... 53
O mare sensibilitate a percepțiilor 53
O percepție fină a detaliilor 55
O viteză mare de gândire 55

CAPITOLUL VII. Pe scurt despre neurofiziologie 57
Un raționament aflat sub controlul emisferei cerebrale drepte 57
Un impuls nervos mai rapid 59

CAPITOLUL VIII. Consecințele 61
Intuiția 61
Nevoia de a avea mai multe proiecte sau idei în același timp 62
Creativitatea și imaginația 64
Curiozitatea 64
Pasiunea pentru complexitate 65
Nevoia de a avea o viziune de ansamblu, pentru a înțelege 66

Idei rămase uneori neînțelese 67
Idei noi, care te transformă într-un deschizător de drumuri 67
Numeroase proiecte neterminate, nerealizate sau neîncepute încă 68
Certitudinea că ai potențialul de a reuși 68
Teama din cauza neînțelegerii altora 69
Sentimentul de a fi „pe lângă" 69
Lipsa încrederii în sine 70
Și o minte fără repaus 70

PARTEA A TREIA. Îmi eliberez potențialul

CAPITOLUL IX. Îmi organizez gândirea 77
Nu mă mai rătăcesc în labirintul informațiilor 77
Mă rezum la subiectul care mă interesează 78
Amân căutarea răspunsurilor la numeroasele întrebări care îmi vin în minte 79

CAPITOLUL X. Îmi structurez raționamentul logic 81
Îmi transform proiectul într-o prioritate 81
Îl alimentez cu bună știință 81
Îmi întind antenele pentru a prelua toate informațiile 82
Las lucrurile să se întâmple de la sine, fără să intervin 82
Mă gândesc la această idee într-un colț al minții mele 83
Aștept ca ideea să prindă contur 84
La momentul potrivit, scriu automat 85
Învăț când să mă opresc 86
Am mereu prezent în minte scopul 87

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

CAPITOLUL XI. Trebuie să fac mai multe lucruri în același timp 89
Această abordare stă la baza modului meu de funcționare 89
Este ceea ce mă face să fiu mai eficient 90
Mai multe lucruri sau idei sau proiecte 90
Pe care nu le las să mă copleșească 91

CAPITOLUL XII. Îmi găsesc vocea în mijlocul numeroaselor mele proiecte 93
Fac o listă cu toate proiectele mele 93
Le clasific în proiecte „profesionale" și hobby-uri 94
Identific proiectul sau proiectele pe care le consider relevante și din care creez unul nou 95
Accept ideea că unele proiecte nu vor fi niciodată realizate 96
În timp ce altele vor fi doar hobby-uri 97
Iar altele, în cele din urmă, vor fi posibile abia mai târziu 97

CAPITOLUL XIII. Intru în logica altora 99
Planurile 99
Planificările și termenele limită 101
Fișele de lucru și rezumatele 102
Pentru a promova un examen 103

CAPITOLUL XIV. Îmi prezint ideile 107
Idei exprimate prea devreme 107
Înțeleg modul de funcționare al celorlalți 108
Mi se cere să-mi justific concluziile 109
Am o logică inversă 109
Caut avantajele și atuurile 110
Le explic punându-mă în locul interlocutorului meu 110
Evit atitudinile care vor fi percepute ca fiind negative 111

CAPITOLUL XV. Mă dezvolt la locul de muncă 113
Personalitatea mea se exprimă oricum, dar eu nu-mi dau seama 113
Șeful meu este o nulitate absolută și nu înțelege nimic 115
Îl țin la curent cu evoluția muncii mele 116
Ies în evidență 118

CAPITOLUL XVI. Țin cont de cei din jurul meu 121
Îi înțeleg pe ceilalți 121
Îi apreciez pentru ceea ce-mi pot oferi 122
Lucrurile banale nu mi se potrivesc 123
Renunț să mă mai compar cu ceilalți 124

CAPITOLUL XVII. Mă motivez 125
Am nevoie de o viziune de ansamblu 125
Forța imaginației tale este de așa natură încât te vei regăsi în aceeași stare de spirit și-ți vei dobândi motivația 126
Am tendința de a complica lucrurile foarte simple 126

CAPITOLUL XVIII. Am încredere în mine 129
Îmi urmez instinctul, intuiția, prima idee 129
Încerc să nu mă gândesc 130
Dețin cheile pentru a înțelege contextul 130

ÎNCHEIERE. Și acum? 133

Trăsăturile persoanelor cu o gândire globală 137

PENTRU INFORMAȚII SUPLIMENTARE 139

MULȚUMIRI 142

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

CAPITOLUL I

Sunt deseori convins de lucrurile evidente

De multe ori crezi că ai dreptate, nu pentru că nu te poți gândi la alte alternative, ci pentru că le-ai analizat deja și nu stau în picioare.

Ceea ce nu înseamnă o lipsă de deschidere, ci mai degrabă o capacitate de a percepe simultan mai multe aspecte ale unei situații, de a trece direct la subiect și chiar mult mai în profunzime.

Prin urmare, acest stil de gândire intuitivă și globală este rezultatul unei analize amănunțite care te determină să afirmi că „asta este"!

... *pe care nu mi le pot explica*

Dar nu știi de la bun început raționamentul care te-a condus la această afirmație.

Pentru tine, acest lucru este evident. Asta e tot.

Explicarea sau justificarea evidentă nu este nicio problemă atunci când ai acces la raționamentul care te conduce acolo.

Libris.ro
Resurse pentru oameni și cărți

Pentru tine, concluzia este evidentă. Și știi că nu este doar o impresie.

În adâncul sufletului, știi că această concluzie este rezultatul logicii, al observațiilor, al unei analize pe care ai efectuat-o în prealabil. Cu excepția faptului că nu ești conștient care anume.

„Evident, războaiele au, inițial, doar un interes economic pentru cei care le poartă. Așadar, ei îți spun că vor salva oamenii, dar nu acesta este adevăratul motiv care i-a determinat să le înceapă."

„Uită-te la americani, în timpul celui de-Al Doilea Război Mondial, au venit în Europa pentru a ne elibera. Recunoaște, a fost un gest altruist."

... pe care mi-e greu să le detaliez

Așadar, fie spui: „Cum adică, nu vezi? Dar este evident!"

Fie încerci să găsești dovezile care te-au condus la rezultat. Identifici câteva și reușești să le explici, mai mult sau mai puțin. Mai mult sau mai puțin, deoarece indiciile tale nu sunt neapărat cele mai semnificative pentru alții. Prin urmare, ei continuă să te privească surprinși, deoarece, pentru ei, raționamentul tău nu este cu adevărat relevant.

„Da, americanii au venit să ne salveze, dar deja au emis dolari francezi și și-au pregătit conducerea. Nici nu intenționau să plece. Din fericire, a existat generalul și omul politic Charles de Gaulle."

Acest lucru este valabil numai dacă ai cunoștințele necesare pentru a oferi explicații.

În caz contrar, fie taci, convins că ceilalți greșesc.

— De unde știi?

— Habar n-am.

Fie afirmi:

— Așa simt, nu știu cum să-ți explic, dar asta simt. Și aici pătrunzi pe tărâmul intuiției.

... dar care deseori se dovedesc a fi adevărate, bazate pe experiență

Acordă puțină atenție spuselor tale. Și așteaptă o vreme să vezi ce se întâmplă. Adesea, ai avut dreptate.

Acest politician se dovedește a fi mai puțin simpatic decât era cu câțiva ani în urmă. Prietenii tăi sunt în asentimentul tău atunci când spui:

— Nu-mi prea place de el.

— Ba da, vezi doar că face fapte bune.

— Da, și totuși nu-mi place.

Acum discursul s-a schimbat:

— Ce ahtiat este după bani și onoruri! Nu este un tip rău, dar de fapt, nici nu este foarte simpatic...

În cele din urmă, este propusă o astfel de idee strategică pentru firma ta: tu ai sugerat-o, cu mult timp în urmă.

... și care îmi dau impresia că am întotdeauna dreptate

Dacă ai reușit să observi rezultatele „estimărilor" tale, riști să dezvolți sentimentul că ai întotdeauna dreptate. Sentiment foarte incomod, pe care îl poți percepe ca pe o incompetență a altora, care nu văd nimic sau cărora le ia mai mult timp până să ajungă la o concluzie.

Te superi pe ei:

— Mă contrazic intenționat, când știu că am dreptate.

Ești frustrat că ideile tale nu contează acum, dar mai târziu, alții și le vor însuși.

Te enervezi pe ceilalți când le reproșezi:

— Ți-am spus eu. Vezi, am avut dreptate!

Asta nu înseamnă că vrei să-i superi, ci doar că nu înțelegi cum de n-au remarcat ceva atât de evident.

Acolo unde este cazul, riști să dezvolți sentimentul inadecvat al omnipotenței.

Dar, de asemenea, obișnuiești să pui etichete, să devii doamna sau domnul „Știe Tot" și să nu te recunoști, deoarece parada de erudiție nu se potrivește deloc cu personalitatea ta.

Ai adesea dreptate, nu îți poți justifica punctul de vedere, te enervezi repede în fața neînțelegerii sau chiar a prostiei altora, care îți lipesc etichete negative în care nu te recunoști.

Astfel te afli într-un echilibru instabil, într-o situație periculoasă, între ceea ce este evident pentru tine și o logică care este doar a ta.

Toate acestea te determină să dezvolți un sentiment de neliniște, de disconfort general, nedefinit, dar aflat acolo în permanență.

CAPITOLUL II

Am vaga senzație că ceva nu este în regulă

Știi că întâmpini neplăceri, dar nu știi neapărat cum să le exprimi.

Cu excepția marilor conflicte.

Este un sentiment neclar, tulburător și persistent.

S-ar putea să te gândești la multe lucruri mici, dar nu reușești să le identifici pe toate. Probabil îți stabilești un scop: să fii spontan, să fii fericit, să fii fără griji, să-ți reduci la tăcere creierul agitat care întotdeauna desface firul în patru, din cauză că te gândești constant sau obsesiv la anumite situatii negative prin care ai trecut sau prin care ai putea trece.

Și probabil îți vei spune doar: ceva nu este în regulă, chiar dacă am făcut totul ca să fie bine, dar ceva nu este în regulă și nu știu ce anume.

Nu știu ce anume mă deranjează

Încă din copilărie, te-ai simțit diferit, dar fără să știi în ce sens.

Este adevărat, la 13 ani, nu te interesau fetele, chiar dacă toți prietenii tăi te îndemnau să-ți faci o prietenă.

Este adevărat, ție îți plăceau basmele, când alte fetițe vorbeau despre băieți, regimuri de slăbit, coafură și machiaj.

Este adevărat, ție îți place să filosofezi, să argumentezi susținându-ți punctul de vedere, să discuți, să stai la taclale, de dragul cuvintelor și ești numit tocilar, deși în sinea ta nu te consideri astfel.

Nu înțelegi de ce lumea poartă discuții superficiale, când mai există atâtea subiecte interesante de conversație.

— Vă dați seama, mi-a spus odată o femeie, îmi petreceam timpul cu fratele meu și cumnata mea. Ore întregi, ea îmi vorbea doar despre scutecele murdare ale fiului ei. Cinci minute, de acord, dar nu toată după-amiaza: chiar n-avea niciun rost!

Pentru această femeie, subiectele interesante de conversație sunt mai degrabă cele din domeniul ideilor: a face schimb de opinii, a-ți împărtăși gândurile, a analiza... A prezenta lucrurile, da, dar nu pentru mult timp.

La o petrecere, îți place să fii alături de prietenii tăi, să râzi împreună cu ei, să discuți, să schimbați păreri.

Și din senin, fără să știi ce se întâmplă, „ți se rupe filmul", devii spectatorul unei piese de teatru care se joacă fără tine. Nu mai simți nicio plăcere: salvezi aparențele, dar nu mai ești prezent. Ci ești pierdut, absorbit de gândurile tale, încercând să înțelegi ce ți se întâmplă.

Nu știu dacă sunt inteligent sau ignorant

Dacă ai fi doar tu pe lume, dacă ai face abstracție de ceilalți, de toți cei care te înconjoară și dacă ai face abstracție și de conotații (sună arogant să te consideri inteligent), atunci da, ai ști că ești inteligent.

Și totuși îi vezi pe ceilalți, care fac cu ușurință o mulțime de lucruri banale, la îndemâna tuturor. Numai tu nu reușești să le faci, sau îți este atât de greu, încât te consideri prost.

Totuși, nu înseamnă că ești prost, ci doar că ai abilități diferite.

Pentru că tu faci alte lucruri cu ușurință, fără niciun efort.

Da, dar este normal. Și din moment ce toți oamenii sunt la fel, înseamnă că și alții pot face aceste lucruri.

Însă tu nu apreciezi aceste abilități care prezintă atât de puține dificultăți, încât îți spui că sunt accesibile oricui.

Apreciezi ceea ce nu știi să faci și nu pui preț pe lucrurile de care ești capabil.

Și nu te poți considera inteligent atunci când propriile tale slăbiciuni îți sunt evidente. Mai ales din moment ce vezi că eforturile tale de a avea succes nu duc nicăieri.

Pentru că te poți considera inteligent, poți avea toate ideile din lume, chiar și cele mai inovatoare, cele mai strălucite... dar atâta timp cât ele nu au succes și nu sunt realizate, nu ai nicio dovadă a inteligenței tale și totul rămâne doar o perspectivă subiectivă asupra minții tale.

Indiferent de domeniul de activitate, lumea intelectuală trebuie să găsească un punct de acces în realitate. Pentru că noi, oamenii, nu suntem meniți să fim doar materie cenușie și atât. Toată puterea gândului nostru se află în slujba omenirii din jurul nostru, cu care facem o punte.

Și uneori îți lipsește acea punte, acea concretizare a inteligenței tale, obținută prin intermediul unei realizări.

Uneori mă gândesc că sunt în stare de orice

— Nu este vina mea dacă am capacități. Când încep ceva, orice, reușesc și am succes.

Și totuși, în spatele acestei propoziții foarte simple, se simte foarte clar consternarea acestei fete care știe, simte că are capacități, dar întâmpină tot felul de neplăceri.

Când îndrăznești să-ți exprimi talentul, îți dai bine seama că ai capacități. Practici un sport și faci rapid progrese.

Pictura, sculptura și creațiile tale artistice sunt apreciate.

Scrii, știi să organizezi excursii, înveți limbi străine cu ușurință.

Ți-ar fi plăcut – și probabil încă mai visezi și astăzi –, să fii arhitect sau doctor, sau chiar profesor, cercetător, astronom, explorator, om de afaceri sau să lucrezi în marketing, să fii muzician, pilot de curse, să lucrezi în domeniul decorațiunilor interioare, să cultivi flori, să te ocupi de catering, gastronomie, să elaborezi programe de software, să scrii cărți *etc., etc.*

Nu numai că ești interesat de unul dintre aceste domenii, dar știi că ai și calitățile necesare pentru a reuși.

În cele din urmă, înzestrat cu o multitudine de talente, uneori îți spui că ești în stare de orice.

Și totuși, nu fac nimic

Toate aceste idei, toate aceste proiecte, toate aceste realizări care nu duc nicăieri și care nu înseamnă nimic. Nimic, după părerea ta.

Picturile și sculpturile tale? Gradina ta de flori? Poeziile tale? Jobul tău?

Nimic? Calificativul lipsește.

Nimic: suficient, recunoscut, util, satisfăcător din punct de vedere intelectual, care să-ți valorifice potențialul, nimic extraordinar, original.

Absolut nimic. Nimic nu-ți este suficient, pentru că vrei să faci mult mai mult și crezi că toți ceilalți fac și mai mult decât tine.

O tânără, pe care prietenii ei – dar nu și ea însăși – o considerau o fire dinamică, mi-a mărturisit:

— Prietenii mei îmi spun că niciodată nu mă opresc, că fac prea multe lucruri. Dar, de fapt, ce anume fac? Nimic. Doar merg la film, la teatru și la concert, nu știu, cam o dată pe săptămână; fac sport, o dată sau de două ori pe săptămână; merg la expoziții, merg la plimbare, mă întâlnesc cu prietenii. Vedeți, mă ocup doar de lucruri absolut normale, chiar foarte banale, fac ceea ce fac toți oamenii, dar de fapt, nu mare lucru.

Și nu este suficient. Nu este niciodată suficient, conform criteriilor tale de evaluare. Pentru că tu știi că poți face mai mult. Acest gând devine laitmotivul vieții tale.

Dar dacă te-ai compara cu ceilalți, cu prietenii tăi, cu colegii tăi și cu celelalte cunoștințe ale tale și dacă ai crede ceea ce ți-au spus, atunci ai vedea că, de fapt, faci multe lucruri. În comparație cu ei.

Pentru tine nu înseamnă nimic; însă pentru ei înseamnă mult, chiar prea mult.

Câteodată simt că-mi pierd timpul

Ai impresia că ai mers întotdeauna pe un drum oarecum banal, fără dezastre majore, dar și fără strălucire. Totuși, un drum cam dificil.

Știi că ai calități, dar mediul tău înconjurător nu te lasă să le exprimi.

Nu te afli în vârful ierarhiei sociale sau profesionale și ești convins că șeful tău și-ar însuși ideile tale, dacă i le-ai împărtăși.