

Ghidul introvertitului pentru a domina lumea

Cum să-ți faci o rețea de oameni importanți
și să-ți îmbunătățești viața

Nick Shelton

Traducere:
Larisa Andrei

© EDITURA MIX
Cristian 2024

CUPRINS

Introducere	9
Capitolul 1: Călătoria	13
Capitolul 2: Pregătește-te pentru succes	29
Capitolul 3: Creează conexiuni	51
Capitolul 4: Lucrul în rețea	85
Capitolul 5: Cum să faci cunoștință cu vedeta evenimentului	123
Capitolul 6: Socializarea la locul de muncă	133
Capitolul 7: Evenimente ulterioare	159
Capitolul 8: Menținerea relațiilor	169
Capitolul 9: Recapitulare generală	203
Mulțumiri	209
Despre autor	211

CAPITOLUL 1

CĂLĂTORIA

Începutul.

Sunt cel mai mic dintre cei doi fii ai unui avocat corporatist și ai unei gospodine devenită femeie de afaceri. Am crescut într-un cartier-dormitor, cum sunt oriunde în America. Când aveam șapte ani, familia mea s-a mutat din Houston, Texas, în Littleton, Colorado.

Mediu nou, oameni noi, școală nouă.

Ce să fac? Cum să mă adaptez? Cum să-mi fac noi prieteni?

Îmi amintesc foarte clar tehnica mea. Alegeam un copil și vorbeam cu el și numai cu el. Prietenul meu din prima zi a fost un puști pe nume Brenden, care era și el nou. Așa că am vorbit doar cu el și cu nimeni altcineva. Asta îi includea și pe profesori – nu eram mare să vorbesc cu adulții, pentru că am crezut că toată chestia cu „noi nu vorbim cu străinii” trebuie luată foarte în serios.

Profesorii au crezut că poate nu auzeam bine. Nu pot să explic raționamentul din spatele acestei concluzii, dar am ajuns în clasa copiilor cu probleme de auz.

De fapt, mi-a plăcut. Eram numai patru elevi în clasă, Patty, Ingrid, Isaac și cu mine. A fost un cadru intim și nu a trebuit să vorbesc, așa că mi-a plăcut. Mi-am făcut repede prieteni, am jucat jocuri interesante și am învățat limbajul semnelor.

Dar vremurile bune nu țin niciodată prea mult. După câteva zile, mama a aflat și le-a spus clar profesorilor că eram capabil să aud și că ar trebui să fiu reintrodus în „populația generală de elevi”. A fost o zi tristă pentru mine. Bun venit în junglă!

LICEUL

Aveam grupul meu de prieteni. Eram cu toții un pic cam ciudați, stângaci și anxioși, trăind la marginea cercului social. Ne purtam ca și când am fi fost pe tărâmul jucăriilor nepotrivite. Ne înțelegeam unii pe alții, sau cel puțin ne înțelegeam suficient. Dar eu încă mă simțeam ca și cum aș fi fost pe dinafară, privind înăuntru.

Faptul că nu te simți văzut te poate face să ai gânduri negre. Dacă cineva mi-ar fi spus că sunt de pe altă planetă și de aceea sunt atât de diferit și am probleme de relaționare, aș fi crezut. *Unde sunt ceilalți ca mine? Sunt singur?*

La cursul de engleză era o fată foarte frumoasă, câteva bănci mai în față. Am vrut să o invit în oraș și poate să obțin astfel un pic de... validare.

Asta se întâmpla înainte de a putea trimite mesaje pe telefon. Sunt un pic gelos pe oamenii din ziua de azi, care se pot invita unii pe alții în oraș printr-un simplu SMS. Impersonal, dar ușor. Eu a trebuit să sun acasă la părinții fetei, sperând să vorbesc cu ea.

Cu mâinile tremurânde și transpirate, am format numărul de telefon și mi-am ținut respirația când a început să sune. A răspuns o voce feminină.

Ea: Alo?

Eu: Pot să vorbesc cu...[numele fetei]?

Ea: La telefon.

Eu: Hei! Sunt Nick Shelton de la cursul de engleză.

Ce mai faci?

Ea: Cine?

Eu: Nick Shelton de la ora de engleză.

Ea: Nu cunosc niciun Nick Shelton de la ora de engleză.

Pfff, nu merge prea bine, dar am intrat în horă, trebuie să joc.

Eu: Sunt tipul de culoare care stă două bănci mai în spate.

Ea: Nu e niciun tip de culoare în clasa mea de engleză.

Acum îmi dau seama că trebuie să fi fost foarte bun la a mă băga în seamă din moment ce ea nici măcar nu știa că există fix o singură persoană de culoare în clasa ei de engleză. Eu.

Eu: Acum chiar că nu mai știi ce să spun.

Ea: E cumva o glumă?

Ea: De unde ai numărul meu de telefon?

E întotdeauna semn rău când o fată te întreabă de unde ai numărul ei de telefon.

Eu: Mi l-a dat un prieten. Oricum, mă întrebam dacă nu ți-ar plăcea să ieșim odată împreună?

Ea: Nu, mulțumesc, Nick Shelton de la ora de engleză, cred că te voi refuza.

Eu: În regulă, să ai o seară frumoasă!

Ea: Pa.

Bun... ce am aflat eu din asta? Ei bine, am aflat că nu aveam niciun motiv să aștept cu nerăbdare să mă întorc la ora de engleză. Ceea ce era cam neplăcut.

Am mai aflat, de asemenea, că eram atât de banal încât puteam să trec neobservat deși eram singurul negru din clasă. Mi-a fost clar că trebuia să găsesc o soluție – o cale de ieșire.

Oamenii ar trebui să știe măcar că exist. Vreau să fiu văzut. Vreau să contez.

Dar cum să fac asta?

COLEGIUL

Am ieșit pe poartă în forță. Colegiul este un mediu nou, în care poți să renunți la cel care-ai fost și să fii ceea ce vrei, nu-i așa? Am întâlnit câțiva oameni extravertiți și m-am gândit că dacă voi petrece timp în preajma lor, o parte din acea magie s-ar putea răsfrânge asupra mea.

Și lucrurile chiar așa stăteau când eram în oraș cu ei. Nu era însă deloc la fel când rămâneam singur sau eram cu persoane care nu aveau această trăsătură.

Așadar, am revenit la setarea mea implicită și am dispărut din nou în umbră. Ceva totuși era diferit. Căpătasem o idee despre cum e să fi extravertit. Însă cum să ajung și să rămân acolo? Exista vreun truc?

M-am gândit: BANII! Poate că dacă aș avea bani, m-aș simți mai încrezător, aș putea vorbi cu oricine, iar oamenii ar dori să vorbească cu MINE. Aș fi inclus și invitat și lucrurile s-ar așeza pur și simplu la locul lor. Trebuia doar să fac rost de niște bani.

Am început să tranzacționez contracte futures¹ și m-am descurcat binișor. Mi-am cumpărat o mașină de lux și un apartament în zona bună a orașului. Și am rămas acolo singur. Aveam lucruri frumoase, dar eram exact același om, o versiune mai bogată a aceluiași tip introvertit și timid. Nu aveam prieteni, nu eram invitat la petreceri, nu se întâmplase nimic din ceea ce îmi imaginam eu că va fi.

Din păcate sau din fericire, vremurile bune nu au durat prea mult. După cum vă poate spune oricine tranzacționează contracte futures, piețele de mărfuri fluctuează și broker-ii ajung să dea și haina de pe ei, iar eu nu am făcut excepție. La douăzeci de ani, mi-am declarat falimentul.

Dacă credeți că este o provocare să vă dezvoltați abilitățile sociale când sunteți liniștiți și fără probleme, încercați să faceți asta proaspăt ieșiți din faliment!

¹ Contract de vânzare-cumpărare a unui activ (mărfuri sau instrumente financiare), la o dată ulterioară și la un preț negociat în momentul semnării. (n.tr.)

Pasul următor a fost să încerc alcoolul, lubrifiantul social universal.

Mi-a fost mai ușor să vorbesc cu oamenii, cu siguranță, dar pentru asta trebuia să beau tot timpul. Dacă întâlneam pe cineva când eram băut și apoi îl vedeam din nou când eram treaz, s-ar fi întrebat ce s-a întâmplat cu mine. Adesea, nici măcar nu-mi aminteam că l-am întâlnit.

Aud că sunt oameni care plâng până adorm. Eu nu sunt așa.

În fiecare seară, înainte de a merge la culcare, mă rugam.

Mă rugam la Dumnezeu să se îndure de mine și să-mi ia viața în timpul nopții.

Mi-era de ajuns. Nu mai voiam să continui. În fiecare noapte, înainte de culcare, acesta era ritualul meu.

Și în fiecare dimineață mă trezeam și plângeam pentru că rugăciunea mea a rămas fără răspuns. Simțeam că sufletul meu era sfâșiat și nu știam cum să îl repar. Dar, cu toate acestea, mă îndreptam cu inima zdrobită spre o nouă zi.

ARMATA

Am decis să fac ceea ce fac mulți alți tineri cu probleme. M-am înrolat în armată. Am vrut o structură; am vrut disciplină. Am privit-o ca pe o vacanță lungă departe de mine și de realitatea mea.

Am ales Forțele Armate Aeriene. Și a fost bine pentru mine. Având o structură și disciplină, am găsit claritate.

Armata ia sarcini complicate și le împarte în pași simpli, astfel încât oricine să le poată executa. Acest lucru se aplică la orice, de la împăturirea unei cămăși la organizarea

unei operațiuni de alimentare cu combustibil în zbor. Mi-a simplificat mult viața. Am început să aplic același sistem de descompunere în pași simpli la orice. Se ia sarcina, se analizează în sens invers, se descompune în pași mici, se execută.

Dacă introvertiții au o superputere, aceea este puterea de a observa. Am început să ies des în oraș, de cele mai multe ori singur, dar uneori însoțit de oameni care se pricepeau să socializeze. Eu doar observam în liniște. Stăteam și priveam în jur, analizam dinamica socială, vedeam ce funcționa și ce nu. Urmăream fluxul și refluxul oamenilor care se amestecau.

Am început să observ tiparele. Am luat aceste tipare și le-am ajustat pentru că aveam nevoie de ceva care să mi se potrivească mie, stilului meu de personalitate. Am vrut să dezvolt un sistem în care timiditatea sau firea introvertită să fie un punct forte. Un sistem în care să nu trebuiască să devii altcineva, ci să valorifici pur și simplu ceea ce ai deja.

Prin urmare, am importat abordarea militară în domeniul situațiilor sociale, am împărțit-o în pași simpli, apoi am testat-o. Am ajustat și am testat din nou – și din nou. Obțineam victorii rapide, făceam conexiuni bune și construieam relații puternice. Acest lucru m-a încurajat să merg înainte. Sistemul a continuat să se îmbunătățească, iar eu am continuat să devin tot mai bun folosindu-l.

Viața era bună. Forțele Aeriene m-au introdus în lumea călătoriilor internaționale. Am staționat în Carolina de Nord și apoi în Japonia; de acolo, am avut ocazia să călătoresc în multe alte țări din Asia, precum și în jurul Statelor

Unite. Am început să-mi construiesc cu adevărat rețeaua internațională. Am fost binevenit, invitat, inclus, respectat și pentru prima dată în viața mea, m-am simțit văzut de lume, complet și întreg.

Timpul trece repede când te distrezi și iată că timpul meu în cadrul Forțelor Armate Aeriene se apropia de sfârșit. Sigur, aș fi putut rămâne mai departe, dar am gândit în felul următor:

1. Îmi place foarte mult ce fac aici, dar primesc rapid tot mai multe responsabilități, ceea ce mă va face ca, în timp, să iubesc armata tot mai puțin. Dacă plec acum, voi avea numai lucruri bune de spus despre experiența mea în armată.
2. Am încredere în capacitatea mea de a mă orienta în lume fără armată. Mi-ar plăcea să am libertatea să pornesc la drum în deplină libertate.

PRIMA OPRIRE: NICARAGUA

Lumea mă întreabă mereu de ce, dintre toate locurile din lume, am ales să mă stabilesc în Granada, Nicaragua, după ce am plecat din armată. E simplu. Auzisem lucruri bune despre această țară. Vreme caldă, oameni prietenoși, fete frumoase, costul vieții scăzut. Planul meu era să mă duc acolo, să deschid un bar cu banii pe care îi economisiseram și să încep un capitol nou în viața mea.

Numai bine ce am ajuns, că m-am și îndrăgostit de o femeie de o frumusețe impresionantă și toate planurile mele s-au schimbat.

M-am stabilit la o familie din partea locului pentru a deprinde obiceiurile oamenilor de acolo. M-am înscris la

cursuri de spaniolă și m-am oferit voluntar să îi ajut pe profesorii de engleză. Acest lucru mi-a oferit o experiență foarte bună, am început să cunosc oameni noi și să îmi construiesc o rețea socială. Luam adesea cina în hoteluri mici, unde se cazau turiști cu rucsacuri, astfel încât am putut cunoaște oameni din întreaga lume. De trei ori pe săptămână era ziua de „invită un străin la masă”, respectiv luam un localnic de pe stradă sau când ieșea de la muncă și mă ofeream să îl duc la restaurant, unde mâncam prânzul împreună. Era întotdeauna foarte interesant să văd pe cine întâlnesc.

Dar așa cum se întâmplă, relația mea romantică a avut pretenții.

Planul inițial de a deschide un bar nu mai era de ajuns. Aveam nevoie de ceva mai bun, pentru că intenționam să mă așez la casa mea și să am o familie.

DIN NOU ACASĂ

Cea mai avantajoasă ofertă pe care am primit-o a fost să mă întorc în State pentru o slujbă în industria petrolului și a gazelor. M-am întors, dar au existat piedici. Locul de muncă vizat nu a fost disponibil când trebuia, așa că a trebuit să caut alte locuri de muncă între timp.

Un prieten care presta servicii de pază mi-a sugerat să vin să lucrez cu el, și așa am și făcut. Slujba nu era bine plătită, prin urmare am decis să-mi suplimentez venitul cu tranzacții de contracte futures. Eram hotărât să evit greșelile care m-au dus mai demult la faliment și să fac treaba bine de data asta.

Și uite așa revenim la vechile obiceiuri.

După cum vă puteți lesne imagina, norocul nu mi-a surâs. Mi-am pierdut toți banii. Apoi iubita mea din Nicaragua s-a despărțit de mine.

Iată-mă înapoi de unde am plecat.

Combinăția tuturor acestor lucruri m-a pus la pământ. M-am simțit ca și cum flacăra s-a stins în mine și am rămas rece. M-am retras în mine însumi pentru a încerca să găsesc confort în izolare.

Trebuia să fiu liber în lume, să râd, să plutesc, când colo iată-mă după ce am pierdut totul, inclusiv pe mine. Nimeni nu-i respectă pe agenții de pază. În fiecare zi trebuia să mă duc la muncă și să fiu luat la mișto de oameni. M-am gândit să mă întorc în armată, dar nici asta nu era o opțiune. Mă simțeam prins în capcană, încolțit, slab.

Cum am ajuns aici? Încă o dată batjocorit, ignorat, invizibil. Un prieten mi-a spus că arăt cam deprimat. *Deprimat? Serios? Zici că așa fi?* Nu știam. Știam doar că ceva nu era în regulă cu mine. Nu eram în apele mele.

Mă simțeam atât de obosit. Atât de obosit! Dar nu în felul în care somnul ar fi rezolvat ceva.

Așa că într-o seară am găsit soluția.

Când ești agent de pază înarmat, ai întotdeauna opțiuni. Opțiunea mea în acea seară a fost să iau o cină plăcută, să-mi fac rondul și apoi, la primele ore ale dimineții, să-mi zbor creierii.

Cina a fost bună: fășii de pui picante cu muștar cu miere, piure de cartofi și o felie de plăcintă cu mere.

Mi-am făcut rondul, am zâmbit, am strâns câteva mâini și, sincer, m-am simțit mai bine decât mă simțisem de ani

de zile, doar pentru că știam era ultima noapte în care trebuia să fac acele lucruri.

În jurul orei 2 dimineța, am tras mașina de patrulare pe o alee (o alee curată – nu sunt un sălbatic), am așezat-o frumos în parcare, mi-am desfăcut pistolul de la șold, i-am tras încet piedica și l-am apropiat de gură.

Este interesant cât de clară îți devine gândirea când simți gustul de metal pe limbă și oțelul rece între dinți.

Viața mea nu trebuia să fie așa, trebuia să fie altfel... să fie mai bună.

Degetul meu a mângâiat trăgaciul, ca interiorul coapsei unei femei. O singură lacrimă a izvorât din ochiul meu drept și mi s-a rostogolit pe obraz. Am privit-o cum cădea, parcă era filmată cu încetinitorul, și a poposit pe pantaloni care au absorbit-o.

În curând voi fi la fel ca această lacrimă. Uitat. Nimic mai mult decât o imagine estompată.

Am închis ochii, mi-am ținut respirația și...

Undeva în capul meu, o voce îmi vorbea. Dar nu era vocea mea. Cel puțin nu semăna cu a mea. Era încrezătoare. Sigură. puternică.

Mi-a spus: „Trebuie să-ți salvezi viața.”

Poftim? O luam cumva razna? Atunci trebuia să mă grăbesc!

Am auzit din nou: „Trebuie să-ți salvezi viața.”

„Dar cum?”, am întrebat.

Liniște...

Știam că trebuia să ascult. Nesupunerea nu era o opțiune. Am îndepărtat cu grijă degetul de pe trăgaci, am tras încet pistolul din gură și am expirat adânc.