



Bernard Roth

SUCCESUL CA MOD DE VIAȚĂ

**Trezește-te din visare, acționează acum,
preia controlul!**

Traducere:
Rodica Wijnbergh-Stan



NICULESCU



INTRODUCERE: CUPRINS

PISICA CU OCHII GALBENI

INTRODUCERE: PISICA CU OCHII GALBENI	9
Capitolul 1 – Nimic nu e ceea ce pare	21
Capitolul 2 – Motivele sunt inutile	43
Capitolul 3 – Deblocarea	65
Capitolul 4 – Cum să ceri ajutor	93
Capitolul 5 – Totul e să intri în acțiune	101
Capitolul 6 – Fii atent ce spui!	119
Capitolul 7 – Obiceiuri de grup	137
Capitolul 8 – Imagine prin design	173
Capitolul 9 – Imaginea de ansamblu	195
Capitolul 10 – Cum să ai succes	213
MULȚUMIRI	227
NOTE	232
BIBLIOGRAFIE	237



CAPITOLUL 1

Cum pot spune ce gândesc înainte de a vedea ce spun?

E.M. Forster

Viața ta n-are niciun sens.

Nu spun asta ca să vă îndemn să săriți de pe primul pod care vă iese în cale; o zic într-un mod mai degrabă contemplativ. Mai întâi să fac afirmația că sensul pe care îl dăm noi oamenilor, obiectelor și propriei noastre situații este pur subiectiv. Toate acestea sunt complet lipsite de un sens intrinsec. Atât comportamentul funcțional, cât și cel disfuncțional rezultă din deciziile pe care oamenii le iau, bazându-se pe sensul pe care l-au dat lumii înconjurătoare. Asta înseamnă, în același timp, că de noi depinde să modificăm felul în care percepem lucrurile, anihilând percepțiile care ne țin pe loc și ținând mai ales seama de cele care ne sunt de folos. Felul în care te raportezi la viață e fundamental pentru succesul pe care-l poți obține. Cei cu adevărat nefericiți pot avea realizări, dar, în cele din urmă, tot nefericiți rămân. Succes ai atunci când faci ceva ce-ți place și ești mulțumit de ceea ce faci.

Ca să capeți o imagine mai clară a propriilor percepții, emoții și comportamente, e util să analizezi felul în care gândești.

TOT CEEA CE FACI CAPĂȚĂ UN SENS PROPRIU

Mike, unul dintre studenții mei de la Universitatea Stanford, și-a propus, ca proiect personal, să inventeze un instrument muzical pentru festivalul Burning Man* din acel an. Evenimentul începe în ultima zi de luni a lui august și se încheie în prima zi de luni a lui septembrie, care coincide cu sărbătoarea Labor Day.

* Omul arzând este un festival de opt zile ce se desfășoară anual (începând cu 1986) la Black Rock City, un oraș construit temporar în statul Nevada. (*n.trad.*)

Numele festivalului provine de la obiceiul de a se incendia o marionetă uriașă, care este aprinsă sâmbătă seara, în ajunul încheierii acestuia. Este organizat de compania *Black Rock City, LLC*.

Numărul participanților a crescut de la o ediție la alta, ajungând în 2013 la aproape 70 000.

Printre atracțiile acestui festival se numără sculpturi enorme, mașini originale, diverse structuri fanteziste create de participanți. Lui Mike i-a venit această idee de proiect, pentru că amândoi mergem la acest festival. Mike și-a propus să construiască o orgă cu tuburi portabilă, care să fie activată într-un mod extrem de neobișnuit: intenționa să-i aplice un mic boiler cu lemne, care să producă suficient abur. Acest abur, direcționat spre diverse tuburi, ar putea face orga să emită muzică.

La început, proiectul mi s-a părut prea ambițios. Dar n-am vrut să-l descurajez pe Mike, pentru că era foarte motivat și hotărât să realizeze acest proiect. Am convenit cu el să vină o dată pe săptămână la mine, să-mi prezinte situația proiectului.

Lucrurile n-au mers însă prea bine. La început venea din când în când și cerea scuze, spunând că n-a progresat prea mult și că nu are ce să-mi arate. La un moment dat am considerat aceste întâlniri pierdere de timp și i-am spus lui Mike să vină să mă caute doar dacă are ceva să-mi arate sau să mă întrebe. Ce mă interesa să văd era produsul finit.

În prima zi a festivalului am stabilit cu Mike să ne întâlnim la locul unde-și instala el cortul, pe terenul festivalului. I-am luat cu mine pe Adrian și pe Steve, doi ingineri foarte capabili care mă însoțeau în fiecare an la festivalul Burning Man și care erau la fel de curioși ca și mine și de interesați să vadă construcția lui Mike. Prezentarea acestuia a fost însă un eșec dramatic. Aparatul nu era terminat, iar în timpul demonstrației a mers cu întreruperi sau nu a mers deloc. Mike s-a rușinat, eu m-am simțit jenat, iar lui Adrian și Steve li s-a făcut rușine de rușinea lui. Dacă cineva mi-ar fi cerut să scriu o recomandare pentru Mike în acel moment, n-aș fi fost în stare să-l recomand cu conștiința împăcată pentru niciun job.

Trei ani mai târziu m-am dus din nou la Burning Man, tot cu Adrian și Steve. Urmăream evoluția unui grup de dans, The Flaming Lotus Girls. Dansau în jurul unei uluitoare sculpturi animate, intitulată *Serpent Mother* (Șarpele-Mamă), o construcție metalică lungă de mai bine de 51 de metri, reprezentând un șarpe uriaș încolăcit în jurul propriului său ou. Flăcări de propan îi țâșneau din spate,

din patruzeci și unu de focuri, iar flăcările se înălțau șase metri în aer. Capul și fălcile îi erau acționate hidraulic. Ne-am oprit toți trei fascinați în fața fenomenului. Cu toții am căzut de acord că aceasta este, de departe, cea mai impresionantă construcție pe care am văzut-o vreodată la festival. Am mai privit-o o vreme și pe urmă am plecat.

Câteva ore mai târziu m-am întors, de unul singur. Dansatorii plecaseră deja, iar mulțimea spectatorilor se împrăștiase și ea. Am reușit să mă apropii mai mult de *Serpent Mother* și să admir detaliile construcției mai îndeaproape. Inginerul mecanic din mine voia să afle cum erau realizate conexiunile mobile ce permiteau capului să se miște și l-am întrebat pe unul dintre supraveghetori dacă poate să-mi explice. Acesta mi-a răspuns că el nu știe, dar că „tipul ăla de la panoul de comandă poate să explice orice”. M-am uitat să văd la cine se referea și am dat cu ochii de Mike. El era omul de la panoul de comandă. M-am apropiat de el și, fără ezitare, l-am salutat îmbrățișându-l și am început imediat să discutăm.

Am aflat astfel că Mike devenise un membru foarte activ al grupului Flaming Lotus Girls și că misiunea lor era să introducă mai multe femei în grupul relativ select al creatorilor de artă interdisciplinară, combinație între sculptură, cinetică, robotică, pirotehnie și tehnologie electronică. Acest grup inițiază un proces de cooperare care îi ajută pe participanți să învețe lucruri noi, să-și dezvolte noi aptitudini și să creeze artistic. Trebuie să recunosc, am fost profund impresionat de aceste realizări.

Tot drumul înapoi de la festival, opt ore la volan, am avut timp să mă gândesc la ceea ce tocmai trăisem. Mi-am adus aminte cât de jenat mă simțisem pentru eșecul pe care îl reprezentase proiectul inițial al lui Mike. Mi-am dat seama cât eram de mândru de acest nou succes al lui. Dacă m-aș fi bazat pe experiența mea inițială, n-aș fi putut avea încredere în capacitățile lui; dacă cineva mi-ar fi cerut-o în acest moment, însă, l-aș fi recomandat pe Mike oricui, ca fiind o persoană extrem de capabilă. Cu certitudine, Mike nu era așa cum îmi imaginasem eu la început, iar povestea lui era mult mai complexă decât am fost eu în stare să-mi dau seama cu ani în urmă.

„Am reușit să mă reabilitez în ochii dumneavoastră?” mi-a scris Mike mai târziu, iar eu am zâmbit. Da, reușise lucrul ăsta pe deplin.

Uneori durează o veșnicie până ce reușim să cunoaștem pe cineva cu adevărat. Oamenii se schimbă, evoluează, și în bine și în rău, sunt capabili să se redescopere. Nu știu prin ce trecea Mike în viața lui privată în perioada în care venea la cursul meu. Bănuiesc asta că era un exemplu de student tipic, care nu

acorda suficientă atenție activităților școlare obligatorii. În acel moment aceasta era singura impresie pe care mi-o puteam face despre el. Acesta era sensul pe care i-l atribuiam. Nu vedeam atunci ce potențial ascunde.

Am primit o lecție limpede: nimic nu e ceea ce pare să fie. Noi suntem cei care dăm lucrurilor un sens.

FIICA MEA NU ARE NICIUN SENS

În timpul cursului fac un exercițiu: dau o tură prin clasă și le cer studenților să se gândească la un singur lucru din viața lor. Oricare. Apoi le cer să spună că acel ceva nu are sens. Încerc să le demonstrez că sensul nu e intrinsec unei persoane sau unui obiect. Spre exemplu, eu aș putea spune că slujba mea nu are sens, un altul ar zice că soția lui nu are sens. Desigur, o urmare firească ar putea fi aceea că unul dintre participanți va afirma că d.school nu are sens. Altcineva ar putea spune că pantofii lui nu au sens, tricoul pe care-l poartă nu are sens, părul lui sau al ei nu are sens, propria-i greutate sau propria-i bicicletă nu are sens, gândirea matematică nu are sens. De la obiecte derizorii până la chestiuni de o importanță vitală, totul, dar absolut totul poate fi pus, la un loc, în aceeași categorie: a lucrurilor care nu au sens intrinsec.

Astfel, întregul grup începe să denumească diverse lucruri cu voce tare, nimeni nu mai ascultă ce zice celălalt, fiecare e preocupat de crearea unei liste proprii cu lucruri personale lipsite de sens. Mult zgomot și mult amuzament în sală. Zgomotul, haosul sonor îi eliberează pe oameni, așa încât nimeni nu se mai jenează să spună cu voce tare că lucruri la care țin în mod particular nu au niciun sens.

Poți face acest exercițiu și de unul singur. Spunând diverse lucruri cu voce tare, chiar dacă nu e nimeni să te audă, te poate face să te simți eliberat.

E RÂNDUL TĂU

Acum inspiră adânc. Închide ochii. Ține-i închiși câteva minute. Apoi deschide-i și plimbă-ți privirea prin cameră, de la un obiect la altul. De fiecare dată când vezi un obiect, spune că acesta n-are sens (spre exemplu: „scaunul n-are sens”). Apoi gândește-te la persoane, membri ai familiei și cunoștințe, lucruri la care ții, cum ar fi cele mai mari realizări pe care le-ai avut sau obiecte

cu care te mândrești să le ai în posesie. Numește-le pe fiecare, spunându-ți că nu au sens. După ce ai trecut totul în revistă, stai câteva minute în tăcere și reflectă la experiența pe care tocmai ai avut-o.

Colegei mele, Sheri, spre exemplu, i-a venit foarte greu să spună că fiica ei nu are sens. Sigur că fata ei are sens, dar sensul pe care Sheri i-l dă fiicei ei nu e pre-determinat. Sunt mame care-și abandonează fiicele. Sunt mame care-șiucid fiicele. Sunt mame care-și ridiculizează și-și critică fiicele, dar și mame care le încurajează și le prețuiesc. Putem vorbi de o infinitate de relații mamă-fiică și, deci, de o mulțime de sensuri pe care mamele le conferă unei asemenea relații.

Scopul acestui exercițiu nu este să-i stimuleze pe participanți să renunțe la vreuna dintre relațiile pe care le au. Mai degrabă încercăm să-i ajutăm să realizeze că ei singuri *au ales* sensul pe care îl dau fiecărei relații în parte. Rezultatul e că, de cele mai multe ori, participanții devin și mai conștienți de cât de importantă este o anumită persoană sau un anumit obiect pentru ei (așa cum și Sheri, după acest exercițiu, a învățat să aprecieze și mai mult relația armonioasă pe care o are cu fiica sa), și-și dau seama că sunt în stare să modifice sensul pe care îl atribuie unei persoane sau unui obiect oarecare.

Spre exemplu, o încercare ratată poate fi, la început, dureroasă, dar devine cu adevărat catastrofală dacă îi atribui acel sens. Un alt coleg al meu, George, a fost distrus atunci când fiul lui s-a sinucis pentru că l-a părăsit iubita. Tânărul îndrăgostit a trăit o asemenea experiență dureroasă pe care, probabil, timpul ar fi putut să o vindece. El însă a transformat-o într-o problemă de viață și de moarte. E simplu să vezi elementul dramatic, atât în întâmplarea în sine, cât și în perspectiva prin care aceasta a fost privită de băiat. Asta e ce ne trebuie în mod fundamental: să privim lucrurile în perspectivă. Și știi cât e de greu să iei distanță față de tine însuși și să încerci să te privești din exterior, dar până în profunzime.

Odată ce-ai înțeles că tu ești cel care *alege* ce sens și ce greutate dai unui anumit lucru, poți înțelege și faptul că doar tu, indiferent de toți factorii externi, ești cel care-și poate influența calitatea propriei vieți.

NU EXISTĂ URMĂRI PERMANENTE

Așa cum se întâmplă de obicei, și în viața mea s-au petrecut evenimente la amintirea cărora acum pot să zâmbesc, chiar dacă la acel moment păreau dramatice. Primul incident de care-mi aduc aminte s-a întâmplat când eram în clasa a 4-a.