

RYAN HOLIDAY

OBSTACOLUL este CALEA

arta străveche de a transforma încercările în reușite

Traducere din limba engleză de
Dragoș Tudor

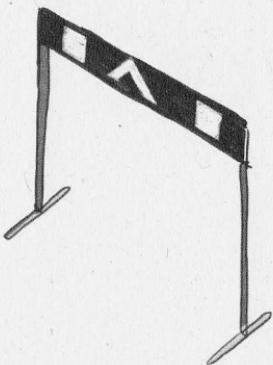


Editura Seneca

cuprins

Prefață.....	7
Introducere	11
I. PERCEPTIA	23
Disciplina perceptiei.....	25
Recunoaște-ți forța.....	32
Calmează-ți nervii.....	37
Controlează-ți emoțiile	41
Practică obiectivitatea.....	47
Schimbă perspectiva	51
Depinde de tine?	56
Trăiește momentul prezent	62
Gândește diferit.....	66
Găsirea oportunității	70
Fii gata să acționezi	77
II. ACTIUNEA	79
Disciplina în acțiune.....	81
Să ne mișcăm.....	87
Practică perseverența	93
Repetă	99
Urmează procesul	104
Fă-ți treaba. Fă-o bine!	110
Ceea ce este corect funcționează	115

Elogiu atacului pe flancuri.....	120
Folosește obstacolele împotriva lor însele	126
Canalizează-ți energia	131
Preia ofensiva	135
Fii pregătit să nu funcționeze nimic	140
III. VOINTĂ	143
Disciplinarea voinței.....	145
Construiește-ți propria fortăreață interioară.....	152
Anticiparea	157
Arta consumământului.....	163
Iubește tot ce ți se întâmplă: amor fati	169
Perseverență	176
Ceva mai mare decât tine însuți	181
Meditează asupra morții tale	187
Fii gata să o iei de la capăt.....	192
Gânduri de încheiere	194
Postscript	201
Listă de lecturi stoice	205
Alte cărți și autori	206
Articole și resurse web despre stoicism	207
Recomandări de lectură.....	208
Bibliografie selectivă	209



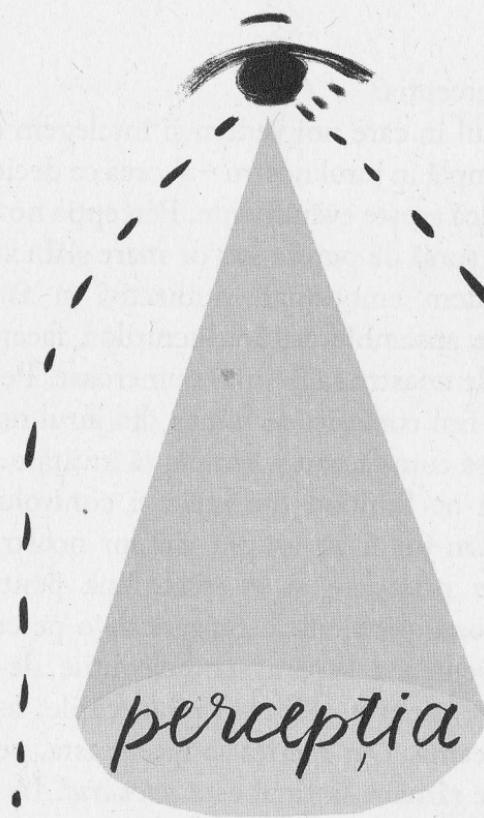
CONTINUĂ TU

I

percepția

Ce este percepția?

Este modul în care noi vedem și înțelegem ceea ce se întâmplă în jurul nostru – și ceea ce decidem că semnifică aceste evenimente. Percepția noastră poate fi o sursă de putere sau de mare slăbiciune. Dacă suntem emoționali, subiectivi și fără o viziune de ansamblu asupra lucrurilor, facem ca problemele noastre să fie mai numeroase. Pentru a evita să fim copleșiți de lumea din jurul nostru trebuie, aşa cum faceau și anticii, să învățăm cum anume să ne limităm dorințele și controlul pe care cei din jur îl au asupra vieților noastre. E nevoie de pricepere și de disciplină pentru a înlătura toate problemele cauzate de o percepție greșită, pentru a separa semnele utile de cele înșelătoare, pentru a filtra prejudecățile, aşteptările și teama. Dar merită să facem asta, pentru că ceea ce rămâne la final este *adevărul*. În timp ce unii vor fi nervoși sau temători, noi vom rămâne calmi și imperturbabili. Vom vedea lucrurile simplu și direct, aşa cum sunt de fapt – nici bune, nici rele. Acesta va fi un avantaj incredibil pe care îl vom avea în lupta cu obstacolele.



Disciplina percepției

Înainte de a fi petrolist, John D. Rockefeller era contabil și investitor în devenire – finanțator de ocazie în Cleveland, Ohio. Fiul unui criminal alcoolic care își părăsise familia, Tânărul Rockefeller a avut prima slujbă în 1855, la vîrstă de 16 ani (un moment pe care îl va aniversa toată viața ca pe „Ziua Muncii“).

Brusc a lovit Criza. Mai precis Panica financiară din 1857, o criză generalizată, care a avut originea în Ohio și a afectat mai cu seamă Cleveland. Cum mai toate afacerile au falimentat, iar prețul grâului a scăzut în toată țara, expansiunea spre vest a stagnat rapid. Rezultatul direct a fost o recesiune cruntă, care a durat ani buni.

Rockefeller ar fi putut să se sperie. Era cea mai mare criză din istorie și l-a afectat când abia începușe să stăpânească mersul lucrurilor. Ar fi putut să întoarcă spatele la tot și să plece, precum făcuse tatăl lui. Ar fi putut să renunțe la domeniul financiar în favoarea unei profesii mai puțin riscante. Numai că, deși era Tânăr, Rockefeller a avut sânge rece: un echilibru imperturbabil în mijlocul unei situații stresante. A putut ține capul sus, în timp ce lucrurile pentru el mergeau în jos, și a putut să-și păstreze firea când toți ceilalți își pierdeau cu totul discernământul.

Și uite așa, în loc să-și plângă de milă din cauza situației economice, Rockefeller a observat cu rapiditate oportunitățile momentului. Aproape în ciuda evidenței, a ales să vadă lucrurile ca pe o sansă de a învăța, ca pe un botez al pieței.

Și-a economisit banii cumpătat și a observat greșelile celorlalți. A văzut slăbiciunile din economie pe care unii își sprijiniseră în totalitate planurile de afaceri, ceea ce i-a lăsat fără apărare când a apărut criza.

A învățat o lecție importantă, pe care o va ține minte toată viața: piața este, prin natura ei, imprevizibilă și adesea problematică – doar o minte rațională și disciplinată poate spera să tragă profit de pe urma ei. A înțeles, atunci, că speculația duce la dezastru, ceea ce îl va face să ignore întotdeauna „mulțimea nebună” și preferințele acesteia.

Rockefeller a început să se folosească imediat de aceste concluzii. La vîrstă de 25 de ani, un grup de oameni de afaceri i-a oferit posibilitatea de a investi circa 500 000 de dolari după bunul-plac, dacă va găsi niște zăcăminte de petrol profitabile. Recunoscător pentru această șansă, Rockefeller a decis să facă un tur al câmpurilor petroliere din zonă. În câteva zile s-a întors la Cleveland și i-a șocat pe investitori, venind cu mâinile goale, fără să fi cheltuit sau să fi investit vreun dolar din bugetul alocat. Opțiunile nu i s-au părut promițătoare atunci, chiar dacă cei din piață păreau entuziasmati de situațiile existente – aşa că a înapoiat banii și s-a ținut departe de domeniul forajelor.

Autodisciplina și obiectivitatea erau caracteristicile la care ținea cel mai mult și ele i-au permis lui Rockefeller să depășească fiecare obstacol care i-a apărut în cale, precum Războiul Civil sau crizele economice din 1873, 1907 și 1929. Așa cum a mărturisit la un moment dat, era dispus să vadă o oportunitate în orice dezastru. La asta am putea să adăugăm: avea puterea de a rezista tentațiilor sau euforiei de moment, indiferent de cât de seducătoare ar fi fost acestea, indiferent de împrejurare.

La 20 de ani de la acea criză, Rockefeller avea să dețină, de unul singur, controlul asupra a 90% din piața țărăneștilor. Competitorii lui lacomi dispăruseră. Colegiul lui temători îi vânduseră acțiunile și își părăsiseră afacerile. Cei care îl considerau slab de inimă dispăruseră la rândul lor.

În tot restul vieții, cu cât haosul era mai mare, cu atât Rockefeller devinea mai liniștit, mai ales atunci când cei din jurul lui erau fie panicați, fie lacomi. Cea mai mare parte din avere a obținut-o exact în aceste perioade de fluctuații ale pieței – pentru că vedea ceea ce alții nu puteau să vadă. Ideea aceasta se regăsește într-un citat care îi aparține lui Warren Buffett: „Fii cumpătat când ceilalți sunt lacomi și lacom când ceilalți sunt temători“. Rockefeller, ca și alții mari investitori, putea rezista impulsului de moment în favoarea unei rațiuni reci, profunde.

Un analist, lăudând imperiul lui Rockefeller, descria trustul Standard Oil drept „o creatură mitică proteică“ capabilă de a se metamorfoza la orice încercare a concurenților sau a guvernului de a o distrage. Era un fel de critică, dar sugerează foarte bine caracteristici ale personalității lui Rockefeller: flexibilitate, adaptabilitate, calm, genialitate. Nu putea fi afectat de nimic – nici de crizele economice, nici de mirajul strălucitor al falselor oportunități, nici de adversarii agresivi, nici măcar de procurorii federali (pentru care el reprezenta o mare bătaie de cap, atunci când venea vorba de demonstrarea unor vinovății).

S-a născut astfel? Nu. Aceasta este un comportament dobândit. Iar Rockefeller a învățat această lecție undeva în zona disciplinei. A început prin criza din 1857, cu ceea ce s-a numit „școala problemelor și a stresului“.

„O, cât de binecuvântați sunt tinerii care trebuie să lupte pentru a-și face un rost în viață“, a spus el, la un

moment dat. „Nu voi înceta niciodată să fiu recunoscător pentru cei trei ani și jumătate de învățăminte și de dificultăți care au trebuit depășite.“

Desigur, multe persoane au trecut prin aceleași experiențe precum Rockefeller – au urmat aceeași școală a vremurilor dificile. Puțini au reacționat ca el. Puțini au fost cei care s-au pregătit pentru a descoperi oportunități în interiorul problemelor, pentru a înțelege că ceea ce i-a lovit nu era un ghinion de care nu puteau scăpa, ci un cadou al educației – șansa de a trage învățăminte dintr-un moment crucial al economiei.

În viață ne întâlnim cu obstacole – corecte sau nedrepte. Și vom descoperi, de fiecare dată, că ceea ce contează cel mai mult nu este ceea ce sunt aceste obstacole, ci cum le percepem și dacă ne putem păstra calmul în fața lor. Vom învăța că această reacție este cea care determină succesul pe care îl vom avea în soluționarea lor sau care ne va aduce înfrângerea în fața lor.

Acolo unde cineva vede o criză, o altă persoană poate vedea o șansă. Unde cineva este orbit de succes, altul poate fi obiectiv. Acolo unde unii pierd controlul emoțiilor, alții rămân calmi. Disperarea, deznaștere, teama, lipsa de putere – aceste reacții sunt funcții ale perceptiei noastre. Trebuie să îți dai seama: nimic nu ne face să simțim în acest fel; noi ne aruncăm în brațele acestor sentimente. Să alegem, precum Rockefeller, să nu facem asta.

Din această divergență – între cum a perceput Rockefeller, raportat la ceilalți din jurul lui, realitățile momentului – s-a născut succesul, aproape de neimaginat, pe care l-a avut. Fiind precaut și atent, încrederea în sine i-a devenit o incredibilă sursă de putere. Să percepi ceea ce altora li se pare negativ ca pe ceva ce poate fi aprofundat

rațional, limpede, și, cel mai important, ca pe o oportunitate – nu ca pe ceva de care să te temi, de care să te plângi.

Rockefeller este mai mult decât o analogie.

Trăim într-o epocă a lucrurilor poleite. În mai puțin de un deceniu, am trecut prin două bule economice, toată industria se clatină, numeroase vieți au avut de suferit. Suntem asaltați de lucruri care par nedrepte. Curbe financiare, agitații civile, adversitate. Oamenii sunt temători și descurajați, nervoși și supărăți, se adună în spații publice sau în comunități online. Așa ar și trebui, nu?

Nu neapărat.

Aparențele exterioare sunt dezamăgitoare. Ceea ce se află în interiorul lor, în spatele lor, asta este ceea ce contează.

Putem învăța să percepem lucrurile diferit, să traversăm iluziile în care alții cred sau de care se tem. Putem să încetăm să vedem „problemele“ din fața noastră drept probleme. Putem să învățăm să ne concentrăm asupra a ceea ce lucrurile sunt cu adevărat.

Prea des reacționăm emoțional, devenim abătuți și pierdem perspectiva corectă. Toate aceste situații care doar par rele se transformă în lucruri rele cu adevărat. Percepțiile nefolositoare ne invadă mințile – acest loc sacru al rațiunii, acțiunii și voinței – și ne afectează simțul de orientare.

Creierele noastre s-au format într-un mediu foarte diferit de cel în care locuim acum. Ca urmare, purtăm cu noi tot felul de moșteniri biologice. Natura umană este încă setată să vadă primejdii acolo unde ele nu mai există – gândiți-vă la transpirația rece atunci când aveți grija banilor, sau la reacția de ripostă pe care o simțiți atunci când șeful tipă la dumneavoastră. Siguranța noastră nu este cu adevărat pusă în pericol în aceste situații, deși, adesea, pare să fie așa.

Trebuie să decidem cum răspundem acestor situații (de fapt, pentru orice situație ne-ar fi dată). Ne putem lăsa conduși de aceste sentimente primare, sau le putem înțelege și putem învăța cum să le filtrăm. Disciplina în percepție ne permite să vedem limpede avantajul și reacția potrivită pentru fiecare situație – fără amenințarea panicii sau a friciei.

Rockefeller a înțeles bine asta și a renunțat să se mai preocupe de percepțiile distructive. A preferat abilitatea de control, de canalizare și de înțelegere a acestor semnale. Aceasta acționa ca o superputere: din cauză că mulți oameni nu pot accepta această parte a lor, sunt supuși impulsurilor și instinctelor pe care niciodată nu le analizează.

Putem vedea dezastrul strict rațional. Sau, mai bine, precum Rockefeller, putem vedea oportunitatea din fiecare dezastru și putem transforma această situație negativă într-un prilej de învățare, de dobândire a unei abilități noi, sau ca pe un noroc. Văzut așa cum trebuie, tot ceea ce se întâmplă – fie că e vorba despre un dezastru economic, fie că este o dramă personală – reprezintă o șansă pentru a merge înainte. Chiar dacă este vorba despre o direcție pe care nu am prevăzut-o.

Sunt puține lucruri pe care trebuie să le avem în vedere atunci când avem de-a face cu un obstacol care pare de nedepășit.

Trebuie să încercăm:

- să ne calmăm
- să fim obiectivi
- să ne controlăm emoțiile și să ne ținem tare
- să alegem să vedem partea bună a lucrurilor
- să ignorăm ceea ce îi deranjează sau îi limitează pe alții
- să vedem lucrurile în perspectivă

- să revenim la momentul prezent
- să ne concentrăm asupra a ceea ce poate fi controlat.

Doar așa se poate vedea oportunitatea dintr-un obstacol. Nu se întâmplă de la sine. Este un proces – unul care deurge din logică și autodisciplină.

Logica asta îți se poate potrivi și tăie. Trebuie doar să o folosești.

