

Cum să vorbim în public

*Selecție și prescurtare de
Dorothy Carnegie*

DALE CARNEGIE

Ediția a III-a, revizuită

Traducere din engleză de
IRINA-MARGARETA NISTOR

Cuprins

Introducere.....	7
Capitolul 1	
Dezvoltarea curajului și a încrederii în sine.....	9
Capitolul 2	
Formarea încrederii în sine.....	28
Capitolul 3	
Cum își pregăteau cuvântările oratorii celebri	52
Capitolul 4	
Îmbunătățirea memoriei.....	77
Capitolul 5	
Elementele de bază ale discursului eficient.....	104
Capitolul 6	
Secretul unei exprimări reușite	117
Capitolul 7	
Prezența și personalitatea oratorului	138
Capitolul 8	
Cum să începi un discurs	162
Capitolul 9	
Cum să închei un discurs.....	186
Capitolul 10	
Cum să-ți exprimi clar punctul de vedere.....	206
Capitolul 11	
Cum să stârnești interesul publicului	228
Capitolul 12	
Îmbunătățirea stilului.....	248

Capitolul 1

Dezvoltarea curajului și a încrederii în sine

Peste cinci sute de mii de bărbați și de femei au participat la cursurile despre discursul public și au folosit metodele mele încă din 1912. Mulți dintre ei mi-au scris explicându-mi de ce au ales să facă această pregătire și ce sperau să obțină de pe urma sa. Evident, argumentele diferă, dar dorința de bază din aceste scrisori este aceeași pentru marea majoritate, rămânând în mod surprinzător neschimbată de-a lungul timpului: „Când sunt chemat să țin un discurs“, au scris mii și mii de oameni, „devin atât de timid, de speriat, încât nu mai gândesc limpede. Nu mă pot concentra și nu-mi amintesc ce aveam de gând să spun. Vreau să capăt încrederea în mine, calmul și capacitatea de a gândi când mă aflu în fața publicului. Îmi doresc să mă pot aduna, să vorbesc logic, să fiu în stare să spun ce am de zis clar și convingător în fața celor care sunt în sală, fie că este vorba de niște oameni de afaceri, fie de niște membri ai clubului, fie că mă găsesc în fața unui public, în general.“ Cam așa sunau nenumăratele lor mărturii.

Aș vrea să citez un caz concret: cu mulți ani în urmă, un domn pe nume D.W. Ghent a frecventat cursul meu susținut la Philadelphia. La puțin timp după ce am început să predau,

m-a invitat la prânz la Manufacture's Club. Era un bărbat de vârstă mijlocie și dusesese dintotdeauna o viață activă. Auzisem și eu de afacerile lui în domeniul manufacturii, dar și că este un lider în activitățile de caritate întreprinse de biserică, participând la multe acțiuni civice. Cum mâncam noi acolo, s-a aplecat peste masă și mi-a spus: „De multe ori am fost rugat să vorbesc diverselor adunări, dar niciodată nu am fost în stare s-o fac. Mă emoționez atât de tare, încât dintr-odată mintea mea devine un gol absolut: de aceea am refuzat toată viața așa ceva. Dar în prezent am ajuns președintele Colegiului Credincioșilor și trebuie să le prezidez întrunirile. De aceea, e necesar să vorbesc... Credeți că aș putea să învăț să mă exprim în public chiar și la o vârstă destul de înaintată?”

„Nu se pune problema să *cred*, dle Ghent“, i-am replicat. „Nu așa stau lucrurile. *Știi sigur că poți*. Și mai *știi că vei reuși* dacă vei exersa și îmi vei respecta îndrumările.“ Ar fi vrut el să se lase convins, dar i se părea o opinie mult prea optimistă. „Tare mă tem că o spuneți doar așa, din curtoazie“, mi-a zis. „De fapt, încercați doar să mă încurajați.“

După ce cursul s-a încheiat, o perioadă am pierdut legătura. Ne-am întâlnit după un timp și am luat din nou masa la Manufacture's Club. Am stat în același colț, la aceeași masă ca și prima dată. Amintindu-i de conversația noastră, l-am întrebat dacă am fost cumva prea optimist atunci. A scos un carnețel roșu din buzunar și mi-a arătat lista cu discursurile ținute și datele la care fusese solicitat. „Posibilitatea de a face asta“, mi-a mărturisit el, „și plăcerea cu care o fac, pe

lângă serviciul pe care îl aduc comunității – sunt lucrurile cele mai de preț din viața mea actuală.”

Curând după aceea, la Washington a fost ținută o importantă conferință pentru dezarmare. Atunci când s-a aflat că va fi prezent și prim-ministrul britanic, biserica baptistă din Philadelphia a trimis o telegramă invitându-l să vorbească la o importantă întrunire ținută în orașul lor. Dl Ghent mi-a spus că dintre toți bapțiștii din oraș el a fost ales să-l prezinte publicului pe prim-ministrul englez.

Acesta era liderul în activitățile de caritate care stătuse la aceeași masă cu mine cu trei ani în urmă și mă întrebase, cu cea mai mare seriozitate, dacă eu credeam că va fi vreodată în stare să vorbească în public.

Oare rapiditatea cu care a progresat în această direcție este una neobișnuită? Deloc. Au existat sute de cazuri similare. De exemplu – pentru a mai cita un caz – cu mulți ani în urmă, un medic din Brooklyn, pe care o să-l numim dr. Curtis, și-a petrecut iarna în Florida, lângă terenurile de antrenament ale echipei Giants. Fiind un mare fan al baseball-ului, se ducea adesea să-i vadă pe jucători. Cu timpul, chiar s-a împrietenit cu echipa și a fost invitat la un banchet dat în onoarea acesteia.

După ce s-a servit cafeaua, câțiva oaspeți de vază au fost invitați „să spună câteva cuvinte”. Dintr-odată, brusc și pe neașteptate, l-a auzit pe cel care toasta zicând: „În seara asta avem alături de noi un doctor și am să-l rog pe dr. Curtis să ne vorbească despre sănătatea jucătorilor de baseball.”

Oare era pregătit pentru așa ceva? Desigur. Chiar foarte bine: studiase și practicase medicina și igiena de aproape

treizeci de ani. Putea să stea pe scaun și să vorbească toată noaptea despre acest subiect celor care se aflau în jurul lui. Dar, să se ridice și să spună același lucru chiar și unui public restrâns – constituia cu totul altceva. Era ceva paralizant. Inima a început să-i bată tot mai tare numai la ideea aceasta. Nu ținuse un discurs public în viața lui și parcă dintr-odată îi zburaseră toate gândurile.

Oare ce să facă? Publicul aplauda, toată lumea se uita la el. A dat din cap, dar asta n-a făcut decât să fie și mai aplaudat, sporind interesul auditoriului. Au urmat ovații tot mai puternice și mai insistente: „Dr. Curtis! Discurs!“

Se afla într-o stare de nefericire pozitivă. Știa că dacă se va ridica în picioare, va eșua, nefiind în stare să lege nici șase propoziții. S-a ridicat totuși și, fără o vorbă, le-a întors spatele. Apoi a ieșit din încăpere, profund jenat și umilit.

Nu este, așadar, deloc de mirare că primul lucru pe care l-a făcut după ce s-a întors în Brooklyn a fost să se înscrie la cursul meu despre vorbitul în public. Nu dorea să mai fie pus într-o asemenea situație penibilă și să iasă la fel de prost și a doua oară. Era genul de elev care îl încântă pe orice profesor: extrem de sincer și dornic să învețe cum să vorbească în public. Ar fi făcut orice ca să-și îndeplinească această dorință. Își pregătea cu grijă discursurile și le exersa cu o voință extraordinară, nelipsind nici măcar o dată de la curs.

Și a reușit exact ceea ce reușește un astfel de elev; a făcut niște progrese uluitoare chiar și pentru el, depășind cele mai optimiste așteptări. După primele întâlniri, emoțiile au scăzut, iar încrederea a sporit. În două luni a devenit principalul vorbitor al întregului grup. Curând a primit

invitații să vorbească și în alte părți. Începuse să-i placă și se arăta chiar entuziasmat, mai ales că era tot mai respectat și-și făcea noi prieteni.

Un membru al Comisiei pentru Campania Republicană a orașului New York, ascultându-i unul dintre discursuri, l-a invitat pe dr. Curtis să vorbească în numele orașului, la o petrecere. Cât de surprins a putut să fie acest politician atunci când și-a dat seama că doar cu un an înainte același vorbitor se ridicase și plecase de la un banchet, rușinat și dezorientat, pentru că nu-și găsisse cuvintele și se temuse să vorbească în public.

Dobândirea încrederii în sine și a curajului de a gândi calm și clar atunci când ne adresăm unui grup nu sunt nici pe departe niște lucruri atât de dificile pe cât își închipuie, în general, oamenii. Nu reprezintă un har de la Dumnezeu, cu care sunt înzestrați doar câțiva aleși. E ca atunci când joci golf. Oricine își poate dezvolta talentul ascuns, cu condiția să aibă suficientă dorință s-o facă.

Există, oare, un motiv logic pentru care nu puteți gândi în fața unui public așa cum o faceți atunci când stați jos? Știți bine că așa ceva nu există. De fapt, ar trebui chiar să gândiți mai limpede atunci când vă aflați în fața unui grup de oameni. Prezența lor ar trebui să vă stimuleze și să vă înalțe spiritual. Mulți vorbitori vă vor spune că în fața publicului se simt stimulați, inspirați și mintea le funcționează mai limpede, mai eficient. În asemenea momente, gânduri, întâmplări, idei pe care nici nu le bănuiau „ies la iveală fumegând“, așa cum spunea Henry Ward Beecher; nu trebuie decât să