

CĂRȚI ESENȚIALE

Recomandări de lectură pentru o lume incertă



cărțurești
carte, ceai, muzică, dichis

**WVAST &
FCURIOUS**

CĂRȚI ESENȚIALE

Recomandări de lectură pentru o lume incertă

Aceasta broșură face parte din seria „Cărți esențiale”, un proiect Cărturești dezvoltat în colaborare cu specialiști din diverse domenii și dedicat cititorilor în căutarea acelor lecturi care le pot deschide noi orizonturi în înțelegerea lumii și a propriei vieți.

Broșura este disponibilă în librăriile Cărturești în perioada 2020—2021.

Foto: Arhiva personală

Design: Artemisa Pascu

Tipar: SC Quality Professional Services SRL

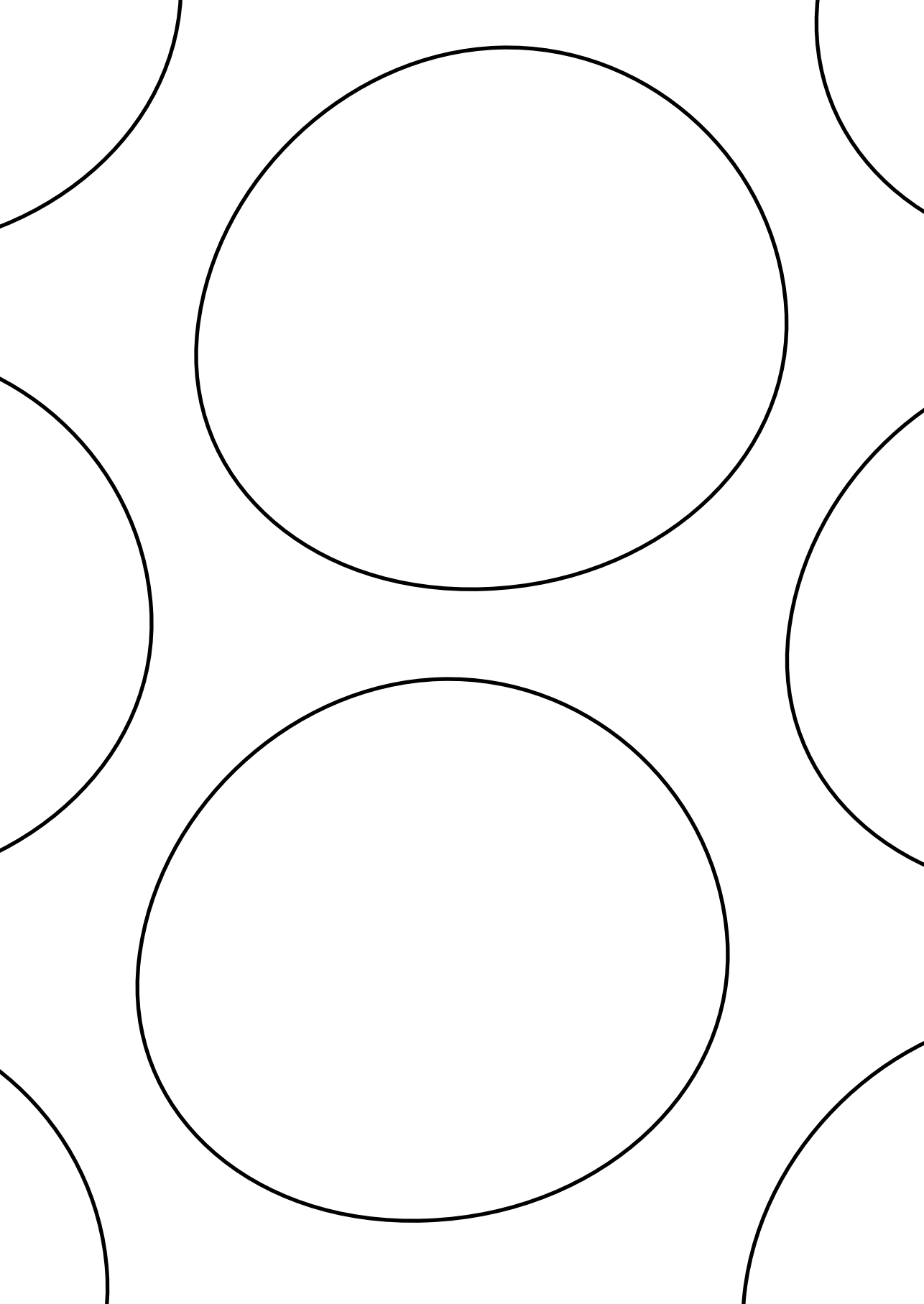
Tiraj: 20.000 buc.

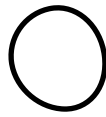


Andreea Roșca

Andreea Roșca este jurnalist, scriitor și antreprenor. Este fondator al **The Vast & The Curious**, un proiect de interviuri care explorează strategia, principiile, deciziile și cultura internă din companiile construite de antreprenori români. Este co-autor al cărții „Cei care schimbă jocul”, prima și singura carte despre gândirea și deciziile antreprenorilor români care au construit companii remarcabile. Este, de asemenea, co-fondator al Fundației Romanian Business Leaders.

O găsiți pe www.andreearosca.ro.





În doar câteva luni de zile, lumea noastră a fost bulversată de evoluții pe care nu le credeam posibile. Cel puțin, nu la un loc. Rezultatul acestei intersecții de crize - sanitară, economică, socială, psihologică - e o stare de incertitudine și lipsă de claritate despre viitor. Indiferent dacă viitor înseamnă cum vom munci, unde vom lucra, cum ne vom instrui copiii, ce se întâmplă cu businessul, sau când viața va reveni la normal. Sau dacă acest lucru se va mai întâmpla.

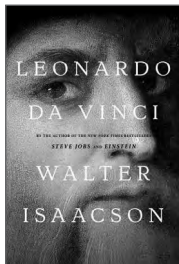
Într-un fel, constatăm că „normalul” nostru nici măcar nu era întotdeauna chiar așa dezirabil: creșterea de dragul creșterii, consumul de dragul consumului și competiția oarbă nu sunt, ne spunem acum, chiar atât de sănătoase. Poate că viitorul va fi mai „normal”, ne spunem: vom fi mai atenți unde călătorim, ce consumăm, cum echilibrăm munca și viața, cât timp acordăm oamenilor importanți din viața noastră și ce fel de business vrem să construim.

Nu știm cum va arăta realitatea într-un an. Nimeni nu știe. E un film care se derulează și pe care îl scriem pe măsură ce avansăm. Pentru a naviga această realitate neclară trebuie să creăm un întreg nou set de instrumente și practici. Să ne obișnuim cu decizii în incertitudine, să ne obișnuim să găsim repere în altă parte și să ne deschidem către opțiuni la care nu ne-am gândit înainte.

Am făcut această selecție de cărți cu gândul la ce ar putea fi valoros și util pentru a naviga ape necunoscute. Dar și cu gândul la care sunt acele cărți care aduc nu doar cunoaștere, dar și o scriitură frumoasă. Care aduc plăcere și surpriză, dincolo de valoarea lor practică. Nu e întâmplător gândul: ignorăm adesea rolul pe care frumosul îl joacă în viața noastră. O carte bine scrisă îți ridică spiritul. Îți creează un moment de încântare și speranță. O carte bine scrisă care e utilă e de două ori valoroasă.

Andreea Roșca

Pentru un orizont mai larg



1.

[Leonardo Da Vinci](#)

Walter Isaacson

Biografia lui Da Vinci este mult mai mult decât o poveste a vieții unui artist de geniu. Cartea poate fi citită într-o altă cheie, deosebit de utilă și interesantă pentru fiecare dintre noi: este o demonstrație a puterii uluitoare a curiozității. Isaacson a studiat mii de pagini din carnetele lui Da Vinci pentru a înțelege cum, de exemplu, zâmbetul etern al Mona Lisei e rezultatul studiilor de anatomie. Cina cea de taină e o capodoperă a umanității, dar și o dovadă a felului în care Da Vinci a pus pe pânză cunoașterea despre ceea ce numim iluzie optică.

Interesul lui pentru domenii diverse, de la arhitectură, la arta spectacolului, anatomie, optică, mecanică și lumea naturală este ingredientul nevăzut pe care s-a construit geniul său. Creativitatea și inovația se nasc, am putea spune, acolo unde lumile se intersectează. Deși multe dintre ideile lui Da Vinci au rămas schițe pe hârtie sau au eșuat în realitate, simplul fapt că nu s-a oprit niciodată din a încerca este ceea ce a contat, până la urmă.



2.

[Range](#)

David Epstein

Suntem cu toții rezultatul unei educații și unei viziuni care preaslăvesc specializarea. Dar, așa cum demonstrează Epstein, specializarea creează „tranșee” în mintea noastră, ne îndeamnă să săpăm din ce în ce mai adânc și să ridicăm din ce în ce mai rar capetele ca să privim în tranșeea vecină după soluție. Range e o carte fermecătoare, plină de povești și personaje, care spune un lucru esențial pentru ziua de azi: trăim într-o lume în care schimbarea e atât de rapidă și de radicală, încât avem nevoie să ne lărgim orizontul și experiența pentru a găsi idei și soluții.

Specializarea e bazată pe ideea că lumea e creată din modele repetitive. Când modelele încetează a mai fi repetitive, specializarea e o piatră de moară și duce la decizii mai proaste. Un fel mai „generalist” de a gândi, o aplecare către a studia și înțelege lumi diverse e mult mai util pentru o realitate care refuză să coopereze cu vechile modele.

Pentru a te gândi la sens



3.

Jocul Infinit

Simon Sinek

Cartea lui Sinek este temă de reflecție în business, dar și în general, despre jocul pe care-l jucăm fiecare dintre noi. Ori de câte ori există doi oameni angrenați într-o relație, există un joc. El poate fi finit sau infinit. E o chestiune de mentalitate. Jocurile finite sunt jocuri pe termen scurt și cu sumă zero - cineva pierde, cineva câștigă. Jocurile infinite sunt fluide, pe termen lung și pot avea, în același timp, mai mulți câștigători. Dar, cel mai important, spune Sinek, sunt conduse de „cauze drepte”, dincolo a avea dreptate sau a bate competiția sau a face profit sau a lansa un produs. Au în spate aspirații care, paradoxal, par că nu pot fi niciodată îndeplinite. Relațiile sunt un joc infinit. Afacerile sunt un joc infinit. Doar că le jucăm cu mentalitate finită, în termeni de „cine pierde” și „cine câștigă”. Dacă perioada prin care trecem ne arată ceva, ne arată limitele lumii pe care am construit-o pe baza dictatului lui Milton Friedman, cum că singurul scop al unei organizații este să facă profit pentru acționari. Și ne arată că suntem, de data aceasta, într-un joc pe care nu-l putem câștiga decât împreună. „Jocul infinit” e o carte de business care merită citită de oricine își pune o cât de mică întrebare despre sensul muncii, al efortului, al implicării, al unui start-up sau al unei corporații. Pentru următoarea etapă, lumea are probabil nevoie de mai mulți

lideri dispuși să vadă că nu sunt singurii din teren și nici creatorii tuturor regulilor, ci parte dintr-un angrenaj în care victoriile pe termen scurt și separate pot ruina tot jocul, pe termen lung.

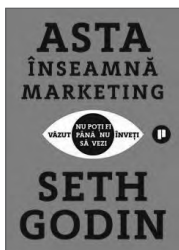


4.

Echipe de vis

Shane Snow

Frumusețea acestei cărți este că e poate fi citită inclusiv ca o carte de aventuri. Conține mistere și răsturnări de situație și lucruri neașteptate și istorie. La fel de bine, este o carte despre rezolvarea de probleme și inovație. Dincolo de toate este, desigur, o carte care răspunde la întrebare „ce fel de oameni și ce fel de reguli și atmosferă sunt necesare pentru a obține performanță?”. Răspunsurile nu sunt dintre cele ușor de intuit. Pentru că echipele bune nu sunt cele în care există armonie, unde oamenii au experiențe similare, unde există acord și nu sunt tensiuni. Din contră. Shane Snow folosește povești din sport, război, poliție, educație sau business pentru a ilustra un lucru: echipele bune, cele care pot într-adevăr să găsească soluții inovatoare, sunt cele care pot ține în echilibru niște extreme. Data viitoare când vă întâlniți cu un „agent provocator” într-o discuție, invitați-l la masă. Când întâlniți prea mult accent pe valori comune, puneți-vă întrebări despre curajul oamenilor de a emite opinii divergente. În grupuri în care toată lumea are aceleași informații, șansa de a găsi o altă cale scade. Energia aceea care face ca 1+1 să dea 3 sau 5 și nu 0,5 e bazată tensiune, nu pe consens.



5.

Asta înseamnă marketing

Seth Godin

E una dintre cărțile mele preferate. Ca orice carte a lui Godin, e puțin ireverențioasă cu așa-numitele reguli și norme care ne conduc. Marketingul nu e atenție cu orice preț, nu e vânzare pur și simplu și nu înseamnă să „împingi” lucruri către oameni. „Marketingul înseamnă actul generos de a-i ajuta pe ceilalți să devină cine caută să devină”. E, spune Godin, mai ales o chestiune de leadership: să crezi ceva valoros și în care crezi pentru un trib pe care-l aduci la un loc prin actul de a crea acel ceva. Va trebui să te arăți, să-ți asumi cu curaj și onestitate creația zi după zi și, poate, la un moment dat vei avea un trib. Marketingul este, în esență, efortul de a crea cultură. Și pornește din a înțelege dorințele și visurile, deciziile și acțiunile oamenilor.

E o carte din care orice creator, oricine are ambiția de a pune ceva în lume, poate învăța un nou fel de a o face. De la educatori care „vând” cunoaștere, la oameni de resurse umane care „vând” programe interne, la antreprenori care cresc produse. Suntem, cu toții, în business-ul de a crea schimbare, într-un moment în care oamenii sunt din ce în ce mai atenți la valoarea pe care o primesc din orice. Seth Godin pune pe masă o serie întregă de întrebări care să ne ghideze. Plus, cartea e foarte ușor de citit și amuzantă, pe alocuri.

Riscuri, decizii în necunoscut și un nou fel de a gândi



6.

Antifragil

Nicholas Nassim Taleb

Dacă există o carte care să vorbească despre haos și incertitudine și cum să te descurci mai bine cu ele, atunci aceasta este. Taleb nu e un autor ușor de citit sau comod. Dar cel mai bun argument pentru carte se află în cartea însăși și e foarte simplu: „Nu vrem doar să supraviețuim incertitudinii, doar să reușim oarecum. Vrem să supraviețuim și, în plus, să avem ultimul cuvânt. Misiunea este să domesticim, chiar să dominăm, chiar să cucerim nevăzutul, opacul și inexplicabilul”.

Trăsătura esențială a sistemelor - oamenii, companii, idei - antifragile este aceea că iubesc incertitudinea ceea ce înseamnă - iar asta e crucial - o formă de iubire pentru eroare și greșeală. E o carte care aduce un unghi interesant în discuția despre lucruri fragile sau robuste care, culmea, nu sunt deloc antifragile, în viziunea lui Taleb. Sistemele fragile se destramă, iar cele robuste rezistă la schimbare, dar cele antifragile câștigă din stres și presiune. Un start-up e antifragil. Veți privi în alt fel taximetriștii și antreprenorii - și chiar prostituatele - când veți afla că au prin definiție un element de antifragilitate scris în sistem. Și veți înțelege diferit riscul, atunci când veți vedea cum

Îl privește Taleb: când evităm durerea, schimbarea, dezordinea, haosul, pierderea și riscul, devenim fragili. Toleranța noastră pentru dezordinea inerentă din viața scade, iar viața noastră se diminuează pentru a putea gestiona atât de puțin din lume cât putem, dată fiind fragilitatea noastră.



7.

Blink

Malcolm Gladwell

„Blink” e o carte extraordinară pentru vremuri de incertitudine. Într-un fel sau altul, fiecare dintre noi a trecut prin experiențe de genul „am știut că x nu e în regulă”, „ar fi trebuit să-mi ascult intuiția în situația y”. Iar când realitatea nu se mai lasă modelată și măsurată așa cum eram obișnuiți, o cale de a avansa este să simțim mai mult ce e bine și ce nu. Să îngăduim, alături de deciziile raționale, intuiției să ne arate calea.

Malcolm Gladwell pornește, în stilul său fascinant, să răspundă la câteva întrebări care ne privesc pe fiecare dintre noi: există valoare în deciziile rapide, uneori mult mai mare decât în cele gândite și analizate îndelung? Când ar trebui să ne ascultăm intuiția și când nu? Cum ne putem educa aceste judecăți instantanee și cum le putem controla, pentru a nu ne duce pe drumuri înfundate? Veți întâlni medici și generali, consultanți și creatori de mobilă, muzicieni, actori și agenți de vânzări care sunt ași în domeniile lor și care își datorează o parte din succes felului în care și-au modelat și educat reacțiile inconștiente.



8.

Gândire rapidă,
gândire lentă

Daniel Kahneman

Daniel Kahneman este laureat al premiului Nobel pentru crearea unei întregi discipline, aceea a economiei comportamentale. Cartea lui este din categoria celor pe care le ținem pe măsura de cafea sau pe birou, e din categoria partenerilor de încredere care ne deschid ochii și ne ghidează constant. Poate cea mai bună carte despre decizii și incertitudine, „Gândire rapidă, gândire lentă” face lumină în propriile noastre procese de gândire. Când înțelegem cât de mult funcționăm pe „pilot automat” (gândire rapidă) și cât de tare ne înșelăm în legătură cu evaluarea riscului, cu ceea ce ne face fericiți, cu motivațiile și opiniile noastre despre lume și realitate, putem, în sfârșit, să avem de ales. Kahneman nu e neapărat optimist: faptul că înclinațiile noastre devin evidente nu înseamnă că le putem elimina cu totul. Dar înseamnă că putem da o mai mare șansă „gândirii lente”, aceluia mecanism conștient de dubiu, întrebări, investigație, mize calculate de care avem nevoie pentru a naviga vremuri incerte.

Realitatea nu e ce credem noi



9. Factfulness

Hans Rosling

Dacă ar trebui să răspundem la întrebări simple despre lumea în care trăim, trei sferturi din răspunsurile noastre ar fi complet greșite. E mai prost decât dacă ar răspunde un cimpanzeu, care ar alege la întâmplare.

Viziunea noastră despre lume este distorsionată grav, constată Rosling, exact pentru că nu l-am citit pe Daniel Kahneman. Și anume pentru că lăsăm niște judecăți automate să răspundă în contul nostru. Faptul că împărțim lumea în tabere, că ne impresionează mai mult negativul decât pozitivul, că ce-i urgent e distorsionat față de ce-i important, colorează viața și opiniile noastre despre viitor și despre lume. În general, o colorează în culori mai închise decât ar trebui. Rosling face apel la fapte, la date, la cifre și la știință pentru a demonstra că, de fapt, realitatea este într-o formă mult mai bună decât avem noi impresia. „Factfulness” este, de fapt, o pledoarie pentru fapte, pentru evidențe și argumente științifice.

Hans Rosling a lucrat și a luptat întreaga viață cu „ignoranța devastatoare”, așa cum o numește. Cartea este ultima sa încercare de a câștiga acest război, și e o încercare admirabil construită. Va schimba felul în care înțelegem realitatea. Hans Rosling a murit în 2017, după finalizarea cărții.

Pentru echilibru psihologic

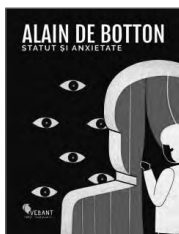


10. Rămâi cu bine

Seneca

„Rămâi cu bine” este o colecție de scrisori pe care filozoful Seneca le scrie unui prieten, tânărul Lucilius. Este o serie prețioasă de lecții de viață și de principii de orientare în buna tradiție stoică, al cărui reprezentant de frunte este Seneca. Deși scrise la începutul erei noastre - Seneca s-a născut în anul 4 î.Hr. la Cordoba și a murit în 65 din ordinul lui Nero, împăratul pe care l-a crescut și educat - scrisorile sunt incredibil de actuale și valoroase pentru această vreme în care pare că ne-am pierdut busola și valorile. Seneca scrie despre cumpătare, despre o viață cu sens, despre cum să fim vii și să discernem ce-i important, despre smerenie și conștiința propriei noastre finitudini și fragilități într-un stil conversațional și care, invariabil, te face să reflectezi.

„Rămâi cu bine” e un companion minunat pentru viața de zi cu zi, pentru a re-centra și a pune în ordine valorile noastre și felul în care trăim.



11.

Statut și anxietate

Alain de Botton

Printre lucrurile pe care societatea modernă ni le-a impus este o constantă grijă și îngrijorare legată de felul în care ne situăm față de ceilalți. Sentimentul eșecului, invidia, rușinea față de propriile greșeli, sentimentul de inferioritate sunt teme care ne ating pe toți, atâta timp cât respirăm și facem parte din rasa umană. Alain de Botton vorbește despre preocuparea noastră constantă pentru statut, și anxietatea pe care ne-o provoacă, folosind referințe filozofice, istorice, din domeniul artei sau economiei, astfel încât cartea este nu doar o reflecție despre condiția umană, dar și o lectură foarte interesantă pentru cultura generală.

Cele două părți mari ale cărții se ocupă, disciplinat, de cauze și de soluții. Alain de Botton scrie cu imensă înțelegere și compasiune și oferă un set neașteptat de instrumente pentru a înțelege mai bine cu ce ne confruntăm și cum să scăpăm, măcar puțin, din chingile acestei constante preocupări.



12.

Despre somn

Matthew Walker

Poate părea ciudată includerea acestei cărți în selecție. Dar unul dintre primele lucruri pe care le pierdem în condiții de stres prelungit este somnul. Iar somnul este cel mai prețios medicament pentru mintea și corpul uman.

Matthew Walker este om de știință, profesor la University of California,

Berkeley și fondatorul Centrului pentru știința somnului la aceeași universitate. E un scriitor dăruit, așa că „Despre somn” este precum o călătorie fascinantă într-o lume despre care știm prea puțin. Walker explică de ce dormim, ce se întâmplă în corpul și mintea noastră în timpul somnului și legătura neașteptată între somn și calitatea gândirii, memorie sau bolile de care suferim astăzi.

Într-o lume unde toți umblăm de colo-colo epuizați - ca și cum acesta ar fi un titlu de glorie - „Despre somn” vă va schimba complet optica.



13.

Legături pierdute

Johann Hari

Aparent, cartea lui Johan Hari - un jurnalist britanic care s-a luptat aproape toată viața adultă cu depresia - n-are legătură cu noi, cei care nu trecem prin astfel de suferință. Dar are. Pentru că, disperat de ineficiența medicamentelor, după 13 ani de tratament, Hari pleacă într-o călătorie în jurul lumii pentru a descoperi sursa și antidotul pentru depresie, dincolo de ceea ce îi spun medicii.

Ceea ce descoperă e fascinant și util pentru fiecare dintre noi. Cauza pentru suferințele psihologice, spune Hari, este deconectarea: de sens, de ceilalți, de familie, de muncă, de comunitate. Legături pierdute este o călătorie de la un capăt la altul al globului pentru a descoperi remediul și a explora oameni și comunități care știu cum să păstreze vii conexiunile care ne asigură echilibrul. Sunt povești ce merită citite, chiar și din curiozitate intelectuală, dacă nu pentru valoarea lor practică. Deși fiecăruia dintre noi ne-ar prinde bine puțin mai mult echilibru interior.

Citește mai departe!

La Cărturești vei găsi
mereu o selecție de titluri
de încredere, care să
te însoțească în aventura
autocunoașterii.

Intră pe site-ul nostru:

carturesti.ro.

Beneficiile lecturii

Fie că citim de plăcere, acasă, pe canapea, în vacanță, în parc, fie că citim pentru a ne îmbogăți cunoștințele, sau că citim pentru a ne perfecționa profesional, lectura este un mijloc de divertisment cu nenumărate beneficii asupra sănătății noastre fizice și psihice. Iată câteva dintre ele:

- Reduce stresul. Studiile arată că 6 minute de lectură pot reduce stresul cu 68%.
- Poate preveni încetinirea funcțiilor cognitive și apariția anumitor boli mintale.
- Contribuie la îmbunătățirea somnului.
- Scade tensiunea arterială și riscul de boli cardiovasculare.
- Îmbunătățește memoria.
- Ne ajută să înțelegem și să cunoaștem mai bine lumea în care trăim.
- Ne ajută să ne perfecționăm profesional.
- Ne ajută să ne dezvoltăm curiozitatea.
- Ne ajută să ne dezvoltăm și rafinăm simțul critic.
- Îmbunătățește capacitatea de concentrare.
- Dezvoltă gândirea analitică.
- Dezvoltă empatia și capacitatea de înțelegere a celuilalt.
- Ne ajută să vorbim și să scriem mai bine.
- Ajută la îmbogățirea vocabularului. Gândim și ne reprezentăm realitatea în cuvinte. Cu cât avem acces la un fond lexical mai bogat, cu atât putem avea o imagine mai complexă și mai nuanțată asupra lumii.
- Ajută la creșterea stimei de sine. Nimic nu te face să crești mai mult în ochii tăi decât o carte cu care te-ai luptat până la capăt :)