

KENDRA ADAČI

LENJI
GENIJE

Posvetite se onome
što je važno,
zaboravite nevažno
i završavajte poslove

Prevela
Katarina Stanisavljević Jotov

■ Laguna ■

Naslov originala

Kendra Adachi

THE LAZY GENIUS WAY: embrace what matters, ditch
what doesn't, and get stuff done

Copyright © 2020 by Kendra Joyner Adachi

This edition published by arrangement with WaterBrook,
an imprint of Random House, a division of Penguin
Random House LLC

Translation copyright © 2022 za srpsko izdanje, LAGUNA

LENJI
GENIJE

PREDGOVOR

Neki trenuci – kao što su venčanje, rođenje, matura ili prosidba – duboko se urezuju u naše sećanje zato što značajno obeležavaju naše živote. Drugi trenuci ostavljaju trag u vremenu zato što su povezani s dubokim osećanjima poput radosti, šoka, strasti ili tuge. Ipak, život je uglavnom sačinjen od onih trenutaka koji se možda čine običnim dok ih proživljavate, ali se njima vraćate sa zahvalnošću. To nije neminovno zato što su bili izuzetni već zato što su ti sitni trenuci oblikovali vaš život.

U proleće 2008, moj suprug Džon i ja bili smo usred pakovanja celokupne svoje imovine kako bismo se preselili u kuću na suprotnom kraju grada. Pored uobičajenog stresa koji prati selidbu, Džon je oko godinu dana pre toga dobio novi posao u lokalnoj crkvi i imali smo troje dece uzrasta do četiri godine. Činilo se da su svaku oblast našeg života dotakli ili haos ili promena i ja sam već nedeljama čekala da se sve to završi.

Nekoliko dana pre zatvaranja, sav naš nameštaj bio je u novoj kući, ali smo još uvek imali u staroj neke stvari koje

je trebalo da spakujemo u poslednji čas: dodatke jelima iz frižidera, gomile neželjene pošte na pultu, plastične kutije bez poklopaca u trpezariji i nekoliko poslednjih kuhinjskih fioka punih svakakvog kancelarijskog materijala, zamršenih žica i ostataka raznih sprava koji se ne mogu ni raspoznati. Kako se pokazalo, ne možete se preseliti samo sa stvarima koje vam se sviđaju. Morate se preseliti sa *svim* stvarima. Bila sam spremna na to da zapalim preostale stvari da ne bismo morali da ih pakujemo i raspakujemo. Ali umesto da zapalim šibicu, pozvala sam jednu prijateljicu.

Dok je Džon bio s decom u novoj kući, moja prijateljica je došla da mi pomogne da iznesem to malo zaostalih stvari iz stare kuće i da još jednom, poslednji put, napunim auto. Ako niste od juče, jasno vam je da je bilo prilično nezgodno da zamolite za takvu uslugu. Poznavala sam tu prijateljicu tek oko godinu dana u tom trenutku i ustručavala sam se i da je pozovem kod nas na večeru a kamoli da je pozovem da mi pomogne da prebacim čitav tovar našeg života iz stare kuće u novu. Ona će videti koliko sam neorganizovana i kako čuvam sve i svašta. Štaviše, videće me u ovakvom izdanju, iznemoglu, neistuširanu, na kraju živaca.

Ipak, došla je. Radile smo zajedno u tišini, iznoseći plastične kutije bez poklopaca pune svakakvog alata, hrane iz zamrzivača i sijalica na dvorište da bismo ih utovarile u moj i u njen automobil. Sećam se da sam osećala olakšanje što nije čekala moje instrukcije (a one bi, iskreno, u tom trenutku verovatno bile da pokažem prema dvorištu i pružim joj šibicu). Umesto toga, ona je sama videla šta treba da se preduzme i radila je brzo, bez komentara, pomažući mi da završim s poslednjim, posramljujućim utovarima i da obavim posao. Ono čega se najbolje sećam u vezi s tim danom jeste njeno pristojno ćutanje i držanje.

Ako to još niste shvatili, ta prijateljica bila je Kendra Adači. I mada je ta selidba bila pre više od deset godina a to popodne se nije dogodio nijedan značajan razgovor ili, u uobičajenom smislu, važan trenutak, često se toga setim i čak i sad mi zasuze oči kad pomislim na to. Zato što umesto da toj selidbi pristupim kao Lenji Genije, više sam postupala kao premorena budala. Radila sam pogrešne stvari pogrešnim redom i bilo me je sramota zbog stanja u kojem mi je bila kuća i zbog haosa u mom životu.

S druge strane, Kendra je stručnjak za kreiranje sistema za završavanje poslova. Ona je majstor da uradi prave stvari pravim redom iz pravih razloga, od pakovanja kutije do organizovanja zabave. Iako je, naravno, za mene bio veliki dar to što sam imala prijateljicu spremnu da mi pomogne da se preselim – i to što sam mogla da verujem jednoj prijateljici toliko da me vidi u mom najvećem ludilu – razlog što mi se ovo sećanje izdvaja od ostalih ide i dublje od toga. Izdvaja se zato što je stvar za koju sam mislila da mi uopšte ne polazi za rukom bila upravo ono u čemu je ona bila tako *dobra*, a ipak je došla kod mene, puna saosećanja, bez ikakvog osuđivanja. Pojavila se kod mene s ljubavlju.

Knjiga koju sada držite je dokaz te ljubavi. Možda ste je uzeli jer vam je potrebna pomoć da završavate poslove. Ona će vam sigurno pomoći u tome. Ali efikasni sistemi ne funkcionišu kako treba ako se uvode bez dobrote. To je jedinstveni dar koji dobijate od ove knjige i zato sam toliko zahvalna Kendri što ju je konačno napisala.

Razlog zašto knjiga *Lenji Genije* ima potencijal da promeni način na koji vodite život nisu samo praktični saveti koje ćete naći u njoj već i to u kakvom duhu su oni dati. Od toga kako čistite kuhinju do toga kako započinjete dan, biti Lenji Genije ne podrazumeva da radite stvari na *pravi*

način već da konačno pronađete *sopstveni* način. Nećete čuti prazne mantre koje će vas postideti i time naterati da bolje radite stvari. Umesto toga, bićete podstaknuti da odredite šta je ono što je važno za vas i biće vam dozvoljeno da ostalo polako ostavite za sobom.

Prošlo je već deset godina kako se moja porodica preselila. Od tada, Kendra i ja smo provele bezbroj trenutaka zajedno i više ne osećam ni trunku stida kad me vidi u najgorem izdanju. Ta promena započela je onog dana kad se pojavila spremna da mi pomogne, iako je mogla da mi popuje kako sam ovo ili ono mogla bolje da uradim. Ali nije me posramila tada, a neće posramiti ni vas. Kendra me uči kako da budem majstor za stvari koje su mi važne, a lenja u stvarima koje mi nisu važne. Pre nego što dignete ruke od svega i dozvolite da vas kaos dovede u iskušenje da spalite svoju kuću, odmaknite se od šibica i pročitajte ovu srdačnu, životvornu, praktičnu knjigu.

Emili P. Frimen
autorka knjige *Sledeća prava stvar*

SADRŽAJ

Predgovor napisala Emili P. Frimen 7

UVOD 15

(Ne preskačite ga, molim vas)

KAKO RAZMIŠLJATI KAO LENJI GENIJE 21

ODLUČITE JEDNOM 33

Princip Lenjog Genija #1

KRENITE S NEČIM MALIM 51

Princip Lenjog Genija #2

POSTAVITE ČAROBNO PITANJE 63

Princip Lenjog Genija #3

ŽIVITE U AKTUELNOM DOBU ŽIVOTA 76

Princip Lenjog Genija #4

IZGRADITE PRAVE RUTINE 90*Princip Lenjog Genija #5***DONESITE KUĆNI RED 105***Princip Lenjog Genija #6***STAVITE SVE NA SVOJE MESTO 119***Princip Lenjog Genija #7***PUSTITE LJUDE UNUTRA 131***Princip Lenjog Genija #8***GRUPIŠITE 148***Princip Lenjog Genija #9***SVEDITE NA SUŠTINU 168***Princip Lenjog Genija #10***IDITE PRAVIM REDOSLEDOM 181***Princip Lenjog Genija#11***UBACITE ODMOR U SVOJ RASPORED 196***Princip Lenjog Genija#12***BUDITE DOBRI PREMA SEBI 209***Princip Lenjog Genija#13***KAKO ŽIVETI KAO LENJI GENIJE 224***Izjave zahvalnosti 239**Napomene 243**O autorki 245*

LENJI
GENIJE

UVOD

(Ne preskačite ga, molim vas)

Nisam mama koja se igra. Mislim, hoću ja, ali lično ne volim da rušim gomile naslaganih kocaka dvadeset hiljada puta zaredom, ma koliko radosti to donosilo mojim klicima.*

Na sreću, moj muž je tata koji se igra. Pre nekoliko leta, zablistao je u punom sjaju na plaži, kad smo bili na odmoru. Iskopao je jednu ogromnu rupu u pesku, tako duboku da ste morali da se nagnete preko ivice da biste joj videli dno. A onda, s entuzijazmom jednog cirkuskog zabavljača, naterao je sve troje dece da trče do okeana i nazad, noseći kofice s vodom da bi napunili rupu što pre mogu.

Neprestano su dovlačili pune kofice i sipali vodu u rupu, dovlačili i sipali.

Ali ta rupa jednostavno nije htela da se napuni.

Baš svaku kapljicu upijao je pesak, rugajući se njihovom trudu. Pošto su moja deca slatki mali čudaci, mislili su da je

* Inače, imam ih troje. Sem je četvrti razred i ne može da živi bez *Majnkrafta*, Ben je drugi razred i opsednut je slikanjem Mona Lize, a Eni ide u vrtić i opsednuta je mnome.

to zabavno i dugo su igrali tu igru – odnosno, sve dok jato agresivnih galebova nije postalo zanimljivije od nje.

Kad su otrčali da jure ptice, videla sam odbačene kofice kako okružuju praznu rupu i shvatila da posmatram metaforu svog života. A možda je i vašeg.

Eto šta mi, kao žene*, radimo. Izaberemo mesto u pesku da iskopamo rupu, proveravajući da li i žene oko nas biraju slična (ili gutamo „knedlu“, *bolja*) mesta, i pri tome pokušavamo da ne obraćamo pažnju na njihovo majčinsko strpljenje i njihova zgodna tela u bikiniju. Počinjemo da kopamo, nadajući se da rupa bude dovoljno duboka i da ide u pravom pravcu. Kuda ide? Nemamo pojma, ali koga je briga. Svi drugi kopaju, pa kopamo i mi.

Na kraju, dođe vreme da se dovlače kofice s vodom da se napuni rupa. Turu za turom, nosimo taj teret, tu „vodu“ – kalendare u kojima su događaji i zadaci označeni raznim bojama, obaveze u savetu roditelja, planove obroka i ravnotežu između poslovnog i privatnog života. Teglimo. Trudimo se. Znojimo se. I gledamo kako ta rupa i dalje ostaje prazna.

E, sada smo zbunjeni.

Jesu li svi drugi ovo skapirali? Da li je moja rupa preduboka? I kuda odlazi sva ta voda?

Zastanemo na trenutak da uzmemo vazduh, pitajući se da li se i svi drugi osećaju kao totalni promašaj. Jedna osoba ne može stvarno da ima i čistu kuću, i posao koji je ispunjava, i dobro prilagođenu porodicu, i aktivan društveni život i režim trčanja od 25 kilometara nedeljno, je l' da?

* Ako ste muškarac, nadam se da će vam ovo pomoći da shvatite kako su žene često napete i kakve pritiske osećamo zbog kulture čiji smo deo. Takođe, hvala vam što čitate ovu knjigu, iako ću bez stida uvek koristiti zamenice ženskog roda.

S tišinom, kao jedinim odgovorom, zaključujemo, *Ne, samo ja to ne mogu. Moram da se saberem.* Ono što sledi je nalet aplikacija za praćenje navika, promena u kalendaru i traženja po internetu da bismo shvatili kako da budemo bolji dok se ne „komiramo“ od emocionalne iscrpljenosti ili stvarne iscrpljenosti nadbubrežne žlezde ili skroz ne odustanemo i vratimo se u kuću na plaži na margaritu s dodatkom srama. Živeli?

PRAVI RAZLOG VAŠEG UMORA

Niste umorni zato što veš zauzima više mesta na kauču nego ljudi, ni zato što, izgleda, nikog u vašoj kući nije briga za rok koji imate da završite neki posao, ni zato što je pravilo za ručak u školi vašeg deteta da „zrna grožđa moraju da budu isečena na četvrtine“. Zadataka ima mnogo, ali vi znate da se ne može sva krivica svaliti na spisak vaših obaveza.

Žonglirate sve vreme, pokušavajući da budete tu za svoje bližnje, izlazeći na kraj s emocijama svih oko sebe, poštujući nevidljive potrebe nepoznatih ljudi koji s vama čekaju red u pošti i mozgajući kako da zadovoljite sopstvene potrebe pomoću onoga što vam je preostalo – pod pretpostavkom da, pre svega, znate koje su vam potrebe.

To je previše. Ili se možda čini da je previše jer niste pročitali pravu knjigu, odslušali pravi podkast ili pronašli pravi sistem.

Poznat mi je taj osećaj. Provela sam zabrinjavajući broj sati tragajući za pravim oruđem kojim ću staviti svoj život pod kontrolu i imam odbačenu hrpu planera i ispodvlačenih knjiga samopomoći da to dokažem. Nepotrebno upozorenje na spojler: nisu mi pomogli.

S jedne strane, osećala sam se kao da moram da iskopiram život autora, iako ne volim da idem rano u krevet i ne putujem u dvadeset gradova godišnje da bih govorila na raznim događajima.

A s druge strane? Prati svoje snove, devojko. Očito, moj spisak stvari koje treba da uradim nije problem; moje neambiciozno razmišljanje jeste.

Ipak, označila sam na desetine pasusa, pokušavajući da skrpim neki plan koji bi mi imao smisla. Možda uz pravu kombinaciju saveta za lakši život i inspirativnih citata ne bih ležala budna od brige usred noći. Međutim, knjiga za knjigom, citat za citatom, plan za planom, a ja sam i dalje bila umorna. Možda čitate ovu knjigu jer se i vi tako osećate.

Imam dobre vesti. Nije vam potreban novi spisak stvari koje morate da uradite; *treba vam novi način gledanja na stvari*.

ZAŠTO POJEDNOSTAVLJIVANJE NE FUNKCIONIŠE

To je najčešće rešenje za osećaj preopterećenosti: pojednostavi. Radi manje, imaj manje, idi manje na *Instagram*. Smanji obaveze, neka ti nešto drugi završi i kaži *ne*. Ali učini i ti nešto za zajednicu, učlani se u književni klub i gaj organski paradajz. Sama spremaj hranu za bebu, vodi odličan dodatni posao i redovno izlazi s mužem na sastanak ako hoćeš da ti brak opstane. Kako se to može nazvati jednostavnim? Po mom iskustvu, brak, preduzetništvo i baštovanstvo su neverovatno komplikovani.

Za hrišćane, pojam jednostavnog života može delovati kao još veća zbrka. Isus nije imao dom, imao je dvanaest prijatelja, a obrok i prenoćište su mu zavisili od dobrote drugih. Njegov život bio je usredsređen na samo jedan cilj, a

sve ostalo je bilo jednostavno. Ali nešto ranije u Bibliji, u 31. poglavlju *Poslovica*, nalazimo (veoma pogrešno shvaćenu) ženu koja ustaje pre zore, šije posteljину za svoju porodicu, sadi vinograd i ima snažne ruke.

Hoće li neko, molim vas, da mi kaže o čemu treba da brinem pa da mogu jednostavno da živim svoj život?

I eto zašto pojednostavljivanje uopšte nije jednostavno. Ne postoji niko ko može da nam kaže kako da živimo. Čak i u biblijskoj poruci „ljubi Gospoda Boga i bližnjega svoga“ leži milion mogućnosti kako bi to praktično moglo da izgleda.

Treba nam neki filter koji bi nam omogućio da kreiramo život usredsređujući se samo na ono što je nama važno, a ne na ono što bilo ko drugi kaže da bi *trebalo* da bude važno.

Dobro došla u način života Lenjog Genija, draga moja!

KAKO ČITATI OVU KNJIGU

Evo vaše nove mantre: budite majstor za stvari koje su važne i lenji za stvari koje nisu važne... *vama*.

Kako se životne okolnosti menjaju, potrebe i prioriteti to prate. Ova knjiga je osmišljena tako da bude koristan izvor informacija kroz sve te promene, dajući vam formulacije i oruđa da napravite mesta za ono što je važno.

Svako poglavlje ističe po jedan princip Lenjog Genija, s idejama kako da ga odmah sprovedete u delo. I samo će jedan princip, sam po sebi, imati opipljiv uticaj, ali kad svaki od njih primenite u svom svakodnevnom životu, videćete kako svih trinaest zajedno mogu da pruže personalizovana rešenja za vaše probleme i da osvetle one koji nisu toliko važni.

**Evo vaše nove mantre:
budite majstor za stvari koje su
važne i lenji za stvari koje nisu
važne... *vama*.**

Možete brzo da prođete kroz ove stranice da biste se upoznali s konkretnim koracima i korisnim listama, a onda, kad imate vremena, da ih detaljnije pročitate kad napravite prostora da postanete najistinitija verzija sebe. Podstičem vas da uzmete ovu knjigu kad god naiđete na nepremostivu prepreku u svojoj svakodnevici, kad je neka promena na vidiku ili kad osetite težinu svoje prezaposlenosti.

Naučićete kako bolje da perete veš, završavate započete poslove i spremate večeru. Hvala bogu! Ali osim tog praktičnog dela, naučićete da obe-

Naučićete kako bolje da perete veš, završavate započete poslove i spremate večeru. Hvala bogu! Ali osim tog praktičnog dela, naučićete da obe ručke prihvatite život koji daje prostora za uspeh i borbu, energiju i iscrpljenost, čiste kuće i grozna jela. Sve se računa jer je sve to vaše.

ručke prihvatite život koji daje prostora za uspeh i borbu, energiju i iscrpljenost, čiste kuće i grozna jela. Sve se računa jer je sve to vaše.

Bilo da ste kod kuće s klinicima ili jurite karijeru, usamljeni ste, zauzeti ili se dosađujete, ova knjiga će vam

pomoći da odredite šta je važno, zaboravite ono što nije važno i da vodite život Lenjog Genija ispunjen i produktivnošću i spokojem.

Da počnemo.

KAKO RAZMIŠLJATI KAO LENJI GENIJE

Moj prvi posao nakon fakulteta bio je u crkvi u kojoj sam provela srednjoškolske godine i u kojoj sam se, nekoliko meseci ranije, venčala. Mnoge moje kolege na poslu su me poznavale još iz vremena dok nisam umela da vozim kola, ali sad sam bila odrasla osoba koja ima supruga i opis posla.

Bila sam željna da dokažem da pripadam tamo.

Jednom mesečno, imali smo jutarnji sastanak osoblja i kolege su se smenjivale u donošenju doručka za sve. Više meseci smo imali istu vrstu hrane: kupovne mafine i voćnu salatu i sećam se kako sam mislila: *Ja to mogu bolje.*

Na kraju sam se prijavila da donesem doručak ne iz ljubavnosti nego zato što sam htela da *moj* doručak postane zlatni standard. Da, sramota me je što javno obznanjujem takvu svoju oholost, ali kao umišljeni perfekcionista, bila sam opsednuta vođenjem računice, izbegavanjem neuspeha i ostavljanjem utiska. Upoređivanje i osuđivanje bili su normalna pojava.*

* Da sam bila dovoljno kul da idem na žurke kao tinejdžerka, svakako ne bih bila zabavno društvo na njima.

Većina ljudi se udruživala s nekim da zajedno obezbede obrok, ali ne, zaboga, ne i ja! Sama ću spremi sve za to okupljanje. Smatrala sam da slabi, neupečatljivi ljudi traže pomoć. Spolja samouvereni, a iznutra nesigurni ljudi rade solo.

Očigledno, perfekcionizam mi je bio standard – i to ne samo za hranu. Uprkos tome što smo moj muž i ja bili švorc, isprсила sam se za nekoliko velikih tanjira za serviranje iz *Poteri barna** kako bi hrana koju poslužim divno izgledala. Kupila sam laneni stolnjak; na onim mušemama iz crkve moji novi tanjiri za posluživanje loše bi izgledali. Kupila sam jedan od onih staklenih dispenzera za sokove koje možete da vidite u *Sadern livingu*** zato što savršenstvo i posluživanje sokova iz plastičnih čaša ne idu jedno uz drugo. Sveže cveće, fensi salвете — jasno vam je o čemu pričam.

Što se tiče menija, setila sam se kako smo nekoliko nedelja ranije doručkovali kod jednog prijatelja i kako cela grupa nije mogla ni da mrdne koliko se prejela njegovih punjenih prženica: zlatnožute, sa sirom koji se razvlači, one su siguran kandidat za najbolji doručak svih vremena. To je bio savršen izbor.

Ali evo začkoljice: nisam umela da pravim punjene prženice. Umela sam da skuvam pristojan sos za špagete i bila sam u ranim fazama skoro pa savršenog čokoladnog kolačića, ali moje kulinarske veštine nisu baš bile raznovrsne. Da sam pratila recept, možda bi stvari ispale drugačije.

Avaj, u to vreme, mislila sam da su i recepti samo za slabe. Tako sam krenula da pravim ne jednu nego dve vrste punjenih prženica za tridesetoro ljudi, bez ikakvih instrukcija.

* *Pottery Barn* – američki lanac luksuznih prodavnica nameštaja i drugih proizvoda za opremanje kuće. (Prim. prev.)

** *Southern Living* – časopis o životnom stilu prvenstveno namenjen čitaocima na jugu SAD. (Prim. prev.)

U slučaju da ne znate kako se prave punjene prženice, dozvolite da vam to ukratko objasnim. U suštini, napravite sendvič od dva parčeta puterastog hleba bogatog ukusa, poput brioša, a između namažete nešto ukusno kao što je sir, džem ili nutela. Onda umočite taj sendvič u smesu napravljenu od jaja, šećera i punomasnog mleka i pržite ga na vrućem puteru dok hleb ne postane hrskav i zlatnožut. Na kraju ga prelijte sirupom ili pospite šećerom u prahu i ubacite u usta viljuškom, a može i direktno kuhinjskom špatulom. Veoma je ukusno.

Evo šta sam *ja* uradila.

Za punjenu prženicu #1, stavljala sam topljeni sir između kriški rezanog „vander“* hleba, a onda sam naslagala sendviče na gomilu na papiru za pečenje – bukvalno jedan preko drugog. Kraj recepta.

Za punjenu prženicu #2, napravila sam sendviče s krem sirom i džemom od malina od tog istog čudesnog „vander“ hleba i naslagala sam i njih na gomilu.

Onda sam stavila pleh u rernu. Da to *zapečem*.

Nijednog jajeta ni parčeta putera nije bilo na vidiku. U suštini, zagrejala sam čudne sendviče i umislila da sam Marta Stjuart.** Kad sam ih izvadila, primetila sam da izgledaju malo drugačije nego kad ih je moj prijatelj spremao (ali možda je to bila dobra stvar jer sam ih ja bolje napravila?), isekla sam ih na trouglove i stavila ih na moje fensi tanjire za posluživanje. Obuci u svilu preterano samouverenu svinju.

Jedan sat kasnije (umirem kad sad pomislim koliko od-vratne mora da su postale dotad), počeo je sastanak osoblja.

* *Wonder bread* – američka marka rezanog hleba s veoma dugom tradicijom. (Prim. prev.)

** Martha Stewart – poslovna žena, pisac i TV ličnost, poznata, između ostalog, po kulinarskim receptima i emisijama. (Prim. prev.)

Sedela sam pozadi i trudila se da ne privlačim pažnju na sebe, ne zato što me je bilo sramota nego zato što nisam htela da moje kolege znaju da *hoću da znaju* da sam ja odgovorna za ovo kulinarsko remek-delo.

Sedela sam za stolom, gledajući svoje prijatelje i kolege kako staju u red za doručak, „skromno“ iščekujući da počnu da me zasipaju pohvalama.

Ne moram da vam kažem da toga *nije* bilo.

Doručak je bio grozan. Mislim, stvarno i istinski grozan. Mogla sam da osetim ne samo razočaranje u prostoriji već i kako se odvija neprijatna društvena igra u kojoj su ljudi pokušavali da se zahvale misterioznom kuvaru na doručku koji su kasnije morali da dopune štanglicama od žitarica.

Možda sam dramila kad zamalo da dam otkaz nakon ovog fijaska, ali ta reakcija je bila iskrena. Bila sam ponižena. Htela sam da ostavim utisak, da pokažem svima da mogu sve to: da savršeno postavim sto, priprelim savršen obrok i primim komplimente sa savršenom skromnošću. Umesto toga, verovatno sam nekome pokvarila stomak. *Previše sam brinula o pogrešnim stvarima.*

U slučaju da se pitate, Lenji Genije sigurno *ne* razmišlja ovako.

PREVIŠE SE TRUDITE

Kad vam je stalo do nečega, pokušavate da to dobro uradite. Kad vam je stalo do svega, *ništa* od toga ne uradite dobro, što vas onda tera da se još više trudite. Dobro došli u premorenost.

Ako ste u ovom drugom taboru, verovatno vaši napori da budete optimizovano ljudsko biće nisu urodili plodom, kao ni moji. Razum nam govori da ne možemo sve da

postignemo, ali ipak pokušavamo. Tokom poslednjih deset godina mog života, pokušavala sam da kroz samoposmatranje i terapiju shvatim zašto sam osećala da je pravo rešenje biti savršen bukvalno u svemu.

Svačija priča je drugačija, a moja uključuje zlostavljanje. (Da, ovo je bilo s neba pa u rebra, a sada znate da veoma brzo prodirem u dubinu.) Moj otac i moj život kod kuće su bili nepredvidljivi i, kao dete, naučila sam da moji izbori imaju moć da utiču na moju bezbednost. Ako budem mirna, dobijam dobre ocene i čistim svoju sobu, on se neće naljutiti. Mada moji postupci nisu uvek bili u direktnoj korelaciji s njegovim, živela sam tako kao da jesu. Izjednačavala sam bezbednost s vrednošću i ljubavlju i shodno tome sam videla svoje izbore kao jedinu meru moje vrednosti. Mislila sam da treba da budem savršena ćerka, studentkinja i prijateljica da bih nekome bila bitna.

Toliko sam se trudila da budem dovoljno dobra, ali moj tata nije prestajao da mi govori kako da budem bolja. Sećam se da sam se kao dete osećala tako bezvredno i nisam shvatala zašto smatra da treba da imam plavu kosu umesto smeđe, zašto se sve moje petice podrazumevaju, a ne proslavljaju i zašto su on i moja mama toliko nesrećni. Naravno, pretpostavljala sam da sam ja problem, da se ne trudim dovoljno ili da nisam dovoljno savršena da bih naš dom učinila srećnim mestom. Bila sam preplavljena osećajem neadekvatnosti i on se prelivao i na moje druge odnose.

Bila sam omiljeni učenik svakog nastavnika i profesora. Radila sam domaće zadatke čim nam ih zadaju i bez ijedne greške. Bila sam najpouzdaniji redar i predsednik odeljenske zajednice i sve testove sam radila bolje od drugih. Nijedan učenik nije savršen, ali sam bila vrlo blizu toga, pretpostavljajući da će me samo tako voleti.

Trudila sam se takođe da budem savršena prijateljica. Nisam „talasala“, zadržavala sam probleme za sebe i bila sam kameleon u svakom odnosu. Niko nije znao da se stidim što imam razvedene roditelje, da očajnički želim da budem lepa niti da me je jedna greška delila od toga da se potpuno raspadnem. Pretpostavljala sam da će ako dozvolim ljudima da vide nesavršene, razbijene delove mene, to ugroziti naše prijateljstvo i to nije dolazilo u obzir.

To je ironija savršenstva: zidovi koji sprečavaju da se vaša ranjivost vidi takođe ne dozvoljavaju da vas neko upozna.

To je ironija savršenstva: zidovi koji sprečavaju da se vaša ranjivost vidi takođe ne dozvoljavaju da vas neko upozna.

Uvek sam pokušavala da se sakrijem iza savršenstva jer sam mislila da ja, sama po sebi, nisam dovoljna. Možda se i vi tako osećate.

Ne pokušavam da vam se mešam u život, ali verovatno i vi imate nešto zbog čega se stidite, čega se plašite ili zbog čega ste nesigurni i ulažete mnogo napora pokušavajući da to sakrijete. Tako je kod svih nas, jer svi smo ljudska bića i taj osećaj ne mora da potiče iz nečega tako mračnog kao što je zlostavljanje u detinjstvu. Svaka priča ima svoju težinu, ali zapamtite da su te priče često udružene s lažima u koje verujemo o sebi. I vi, i ja, i ona zgodna nepoznata žena u *Targetu**, sve mi imamo priče zbog kojih se toliko trudimo oko pogrešnih stvari, a što se više trudimo, to je laž jača.

Preglasna si i zauzimaš previše prostora.

Ti nisi tako dobra kao tvoja sestra.

Isti si otac.

Nisi dovoljno pametna, dovoljno lepa, dovoljno dobra u sportu.

Ti si kriva što je ona otišla.

* Američki lanac robnih kuća (Prim. prev.)

Kako postajete stariji, te sramne misli i osećanja ne nestaju; samo menjaju oblik.

Ne kuvaš dovoljno dobro.

Kako se usuđuješ da ne želiš decu.

Previše radiš.

Mora da grešiš u nečemu ako si još neudata.

Loša si mama zato što dozvoljavaš deci da gledaju televiziju.

Niko ne želi da ti bude prijatelj.

Ako se iz sve snage trudite da impresionirate druge, da sakrijete sramotu koja vas dosadno kljuca iznutra ili da se borite protiv nje, to vam oduzima više energije nego što možete da podnesete. A još ako dodate veš i razvoženje dece na sve to? Ma, hajde, molim vas!

Kada vam propadne preveliki trud, čini se da vam ostaje samo jedan izbor: da odustanete.

NE TRUDITE SE DOVOLJNO

Ubrzo nakon debakla s doručkom u crkvi, digla sam ruke. Nema više ostavljanja utiska. Nema više brige o svemu. I otišla sam predaleko. Prešla sam se kad sam pomislila kako imam samo dve opcije: da se previše trudim ili da se uopšte ne trudim. Zaboravila sam da nije problem u samom trudu. Divno je truditi se kad se radi o stvarima koje su stvarno važne, ali ja sam primenila pristup da s prljavom vodom iz korita izbacim i dete.

Iako je jedna od mojih najvećih radosti da pokazujem ljudima ljubav tako što kuvam za njih, naručivala sam picu

kad su mi prijatelji dolazili u goste, zato što sam mislila da domaći obrok znači da se previše trudim. Mada je miran i uredan dom dobar za vrtešku u mojoj glavi, ostavljala sam kuću u rasulu zato što je pospremanje takođe značilo da se previše trudim.

Nije me više bilo briga i prestala sam da se trudim, a ipak, *i dalje* sam se osećala umorno.

Nisam ni slutila da možete biti isto tako iscrpljeni ako se ne trudite kao i ako se previše trudite. Izlaženje na kraj s

Ne morate da budete savršeni i ne morate da odustanete. Samo budite *to što jeste*.

apatijom i pukim preživljavanjem zahteva isto onoliko energije kao i raditi sve po pravilima i savršeno. Ipak, pribegavala sam principu „baš me briga“ kako bih sakrila činjenicu da mi je i te kako stalo. Trebalo mi je nešto da zaustavi to mahni-

to ljuljanje klatna između onoga da mi je previše stalo do pogrešnih stvari i toga da mi uopšte nije stalo ni do čega.

Na sreću, to je poklon koji dobijate kad postupate kao Lenji Genije. Dozvoljeno vam je da vam bude stalo. Dozvoljeno vam je da poznajete sebe i da budete svoji – budi prava ti. Ne morate da budete savršeni i ne morate da odustanete. Samo budite *to što jeste*.

Prestanite da se trudite zbog onoga što nije važno, ali nemojte se plašiti da se oprobate u onome što je važno.

Zato što je *važno*.

NISU SAMO ŽIVOTNI PROBLEMI PRAVA SLIKA

Naša kultura je opsednuta time da budemo to što jesmo, ali za to koristimo pogrešno merilo.

Dok kucam ove reči, moj srednji sin je kod kuće jer ima stomačni virus, on i moja ćerka gledaju televiziju, zato što

sam ja umorna od razgovora s njima. Nisam se istuširala nekoliko dana i u svađi sam s mužem. Kada bih to podelila na *Instagramu*, možda biste pomislili, *sviđa mi se što pokazuje pravu sliku svog života*.

Ali kad bih podelila s vama dan kad deca i ja igramo fudbal napolju, ručak je gotov na vreme, a ja sam našminkana? Da li bih i tada pokazivala pravu sliku svog života?

Da, bih, a to važi i za vas.

Ja sam prva za to da zaboravimo na savršenost, ali nekako smo povezali uspostavljeni red s predstavljanjem lažne slike o sebi. I ja to radim. Videla sam jednu slatku mamu kako gura kroz *Target* kolica s poslušnom *decom* i artiklima iz kolekcije *Džoane Gejns**, koji nisu na sniženju, i pomislila sam, *Ma da, stomak joj je ravan, deca joj jedu krastavce, a ne „goldfiš“^{***}, a ona kupuje sve što ja želim, ali verovatno ima neki poremećaj ishrane i dug na kreditnoj kartici, tako da sam ja skroz okej.*^{***}

Ja sam prva za to da zaboravimo na savršenost, ali nekako smo povezali uspostavljeni red s predstavljanjem lažne slike o sebi.

Hoću da prestanem da osuđujem žene koje drže sve konce u svojim rukama pod pretpostavkom da imaju nešto da sakriju. Hoću da prestanem da aplaudiram haosu kao jedinom pokazatelju prave slike o nekome.

Vaši problemi i nesigurnosti nisu poređani uz moje, kao na izboru za mis. Treba da prestanemo s pokušajima da nadmašimo jedni druge u prikazivanju svoga „pravog

* Joanna Gaines – poznata dizajnerka i koautorka rijaliti TV serije *Fixer Upper* (*Renoviranje kuća*). (Prim. prev.)

** *Goldfish* – veoma popularna američka marka krepera u obliku ribica. (Prim. prev.)

*** Kad bi ova knjiga imala mogućnosti za GIF, Dženifer Lorens bi sad žešće kolotala očima na moje reči.

ja“. Od takvog života smo i vi i ja umorne i hajde da se ostavimo toga.

Pa tako, kad sledeći put uhvatiš sebe kako tražiš mane kod naizgled savršenih ljudi, nadajući se da ćeš se od toga osećati bolje, nemoj. Kada govoriš sebi da si bolja od nekoga, to je podjednako štetno kao i kad govoriš sebi da si gora. Ne možemo da merimo autentičnost neke osobe na osnovu toga koliko stvarno problema ima. Ta vaga ne meri dobro.

Umesto toga, pozovite ljude da svrate kad vam je kuća prljava i kada je čista. Budite divna mama koja ponekad više na svoju decu. Uživajte u zelenom smutiju ne osećajući potrebu da se zauvek odreknete slatkiša.

Možeš da budeš „prava ti“ kad ti je život sređen i kad se raspada. Život je divno stvaran u oba slučaja.

BUDITE MAJSTOR ZA STVARI KOJE SU VAŽNE

Možda vas ne poznajem lično, ali ovo znam: stalo vam je do smislenog života. Svima nam je stalo. To je deo onoga što nas čini ljudima. A u ovoj kulturi brzih rešenja i prečica, prirodno je misliti da je cilj da sve bude što lakše. Ali nema prečice do života sa smislom.

Ne birate da u svemu budete majstor ili u svemu lenji; umesto toga, vi ste Lenji Genije.

Pre nekoliko godina, uradila sam jednu epizodu o mešenju hleba na *Podkastu Lenjog Genija*. Dobila sam na desetine komentara u smislu „ovo baš i ne zvuči lenjo“. Naravno da tu nisam lenja. Domaći hleb mi je *važan*. Pripremanje i mešenje testa rukama, provođenje jednog popodneva prateći testo kako narasta i obavljanje posla kojim se ljudi već vekovima bave... zašto bih to želela da skratim? Ali ako

vama domaći hleb ništa ne znači, izbor je lak. Izaberite brži način za dobijanje hleba i uživajte.

Principi Lenjog Genija će vam pomoći da naučite ne samo čemu je prečica potrebna već i kako da je napravite. Oni će vas naučiti da primetite šta je važno i da izdvojite dosta vremena u svom danu kako biste podsticali lični rast u tim oblastima.

Zapamtite, ne morate u svemu da budete lenji ili u svemu majstor. Možete da birate. Ako vi i ja ne isfiltriramo stvari po prioritetu tako što ćemo odrediti šta ostaje, a šta treba da se odbaci, na kraju ćemo doći do raskrsnice: iznurićemo se brinući o svemu ili ćemo dići ruke i nećemo mariti ni za šta.

Lenji Genije nudi drugačiji put: budite majstor za stvari koje su važne, a lenji za stvari koje nisu važne.

Imate dozvolu da nešto pustite, da razmatrate i ne žurite ili da poželite nešto, radite energično i izgurate to do kraja. Šta god da izaberete, vodite računa da budete usredsređeni na ono što je važno vama, a ne na ono što je važno *Instagramu*, vašoj svekrevi ili glasu u vašoj glavi koji vam govori da niste dovoljno dobri.

Svaki izbor je važan jer sve što se izabere je važno nekome, ali držite se samo onih izbora koji su važni vama. Kad živite kao jedinstvena, zadivljujuća, moćna individua, koja se posvećuje onome što je važno i odustaje od onoga što nije važno, vi ćete osnažiti žene u svom životu da čine isto.

Drago mi je što smo u ovome zajedno.

DA REKAPITULIRAMO

- Savršenstvo vas bezbedno sakriva, ali i ne dozvoljava da vas ljudi stvarno upoznaju.

- Red nije uvek lažna slika, a kaos nije uvek prava slika.
- Budite majstor za stvari koje su važne, a lenji za stvari koje nisu važne.
- Koristite recept kad prvi put spremate punjene prženice.

JEDAN MALI KORAK

Nasmešite se zgodnoj nepoznatoj ženi u Targetu ne osuđujući ni nju ni sebe. I vi i ja znamo da idete u Target danas, pa ćete imati priliku za to.

A sada, pogledajmo naš prvi princip.

ODLUČITE JEDNOM

Princip Lenjog Genija #1

Neću vam reći ništa novo, ali nekad sam mrzela ponedjeljak.

Ponekad sam tom danu pristupala s lenjim stavom „šta bude, biće“, a onda sam lila suze u svoju šolju s hladnom kafom dok su se događaji odvijali oko mene.

Neki drugi ponedjeljci dobili su dozu odlučnog majstora. Provela bih nedelju veče škrabajući kao manijak po mom najnovijem planeru, zapisujući svako jelo koje ću praviti, čašu vode koju ću popiti, poslove koje ću obaviti po gradu i stih iz Biblije koji ću izgovoriti svakog sata, a da posle, u suštini, ne bih sprovela ništa od toga.

Lenji ponedjeljci nisu funkcionisali jer nisam znala šta da radim, a majstorski ponedjeljci nisu funkcionisali jer sam sebi zadala previše da uradim.*

Onda sam ponedeljke (i mnoge druge izazove) organizovala na način na koji bi to Lenji Genije uradio, koristeći naš prvi princip: *Odluči jednom.*

* Obe vrste ponedeljka su često uključivale *Oreo* keks.