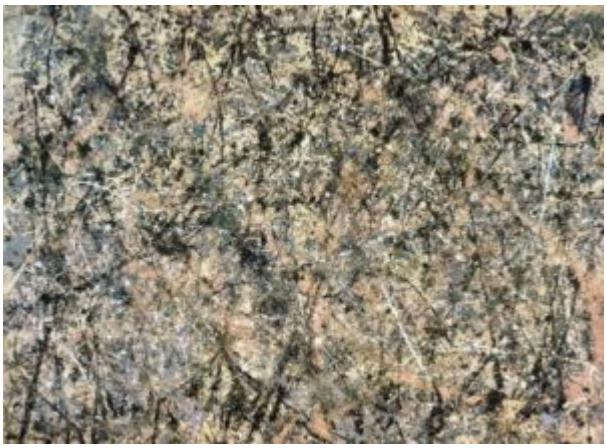
CAPITALISM ȘI OVERTHINKING

Autor: Ioana-Macrina Cotos-Jinga | 26 martie 2022



Termenul „capitalism” vine din latina târzie de la cuvântul *capitale*, cu rădăcina *caput*, care se traduce „cap”. Chiar dacă acest termen a evoluat din punct de vedere economic, în rândurile ce urmează voi interpreta cuvântul din perspectivă *oikonomică* (gr. „organizarea casei” – de unde a evoluat și termenul „economie”). Mai simplu, voi trata modul în care noi, ca tineri, ne organizăm propriile „case”, cele mai valoroase și cele mai vulnerabile locuri: mințile.

În sens larg, caracteristicile capitalismului din punct de vedere economic sunt acumularea de capital, producția de mărfuri, proprietatea privată, salarizarea muncii și investiția pentru profit. În ceea ce privește modul de organizare al minții noastre, putem să ne folosim de aceleași caracteristici. Spre exemplu, acumularea de capital poate fi asociată dobândirii cunoștințelor folositoare care ne ajută să ne dezvoltăm. Sau putem asocia producția de mărfuri cu fabricarea sau modificarea informațiilor pe care ajungem să le vehiculăm în lume.

În ceea ce privește salarizarea muncii, și aceasta se aseamănă cu modul în care ne recompensăm pentru munca intelectuală depusă. Odihna sau relaxarea sunt esențiale pentru a ne convinge mintea „să vină să lucreze” pentru noi. Din acest punct de vedere, trebuie să ne tratăm mintea așa cum un șef bun își tratează angajații pentru că, asemenea unui lucrător, mintea se revoltă atunci când întâlnește abuzuri, când este suprasolicitată sau când nu este plătită bine pentru munca pe care o face.

Investițiile pentru profit pot fi asociate cu modul în care ne gestionăm gândurile sau capacitățile intelectuale. Câte din informațiile pe care le-am dobândit le investim în vederea unei creșteri interioare mai mari, care să poată produce mai apoi mai mult capital? Cât investim în activitățile care duc la epuizare, cât în ceea ce ne relaxează? Cât în cele care ne fac să ne pierdem? Una dintre cele mai bune investiții pe care le putem face este cea în educație și în dezvoltarea talentelor pe care le avem. A învăța și a deprinde sunt acțiuni foarte scumpe; odată achiziționate, *oikonomia* aproape se face singură.

În ceea ce privește organizarea minții, „piața liberă” este atât un avantaj, cât și un dezavantaj al capitalismului ca sistem *oikonomic*. Pe de-o parte, crește „cantitatea” de gânduri pe care le avem zi de zi. Cu toate acestea, calitatea acestora scade din cauza supraproductivității creierului inundat de informații atât necesare, cât și inutile. Așadar, chiar dacă producția de gânduri este mai mare, profitul informațional de calitate este mai mic. Acest fenomen de suprasolicitare a minții este numit *overthinking*.

Indiferent de dimensiunea „mansardei” pe care o avem de administrat, suntem îngrămădiți de gânduri. Fiecare frază rostită este urmărită de o multitudine de alte rederulări ale ei, poate de regretul incoerenței sau incertitudinii de care am dat dovadă după verbalizarea ei. Fotografiile postate sunt împânzite de ore întregi de întrebări, de comparații, de nesiguranțe, pe care le internalizăm și le păstrăm ascunse. Gândim foarte mult tot ce facem și suntem afectați de aceste gânduri. Suntem tirani, duri judecători ai defectelor noastre, dar totodată suntem și asupriții gândurilor noastre, care vor constant să se revolte. În actualitate, capitalul nostru este unul de o calitate inferioară, pentru că a fost dobândit în urma unei investiții proaste (în *social media*, spre exemplu), în urma unor schimburi deficitare (precum cel de idei neverificate și apoi vehiculate în lume), sau chiar a unei experiențe negative cu salarizarea: refacerea.

Am putea fi mai „oikonomi”, adică să avem mai multă grijă de intelectul, sufletul și, totodată, corpul nostru, prin reducerea investițiilor nefavorabile (adică irosirea timpului), prin studierea pieței și investiția în domenii aducătoare de profit (precum practicarea unei pasiuni, spre exemplu). De asemenea, am putea să nu mai efectuăm schimburi deficitare prin verificarea produselor, înaine de a bate palma (adică putem să ne menținem spiritul critic și curiozitatea treze și agere, pentru a verifica informația și a nu lua totul de-a gata). Nu în ultimul rând, este necesar să învățăm să fim niște șefi buni cu noi înșine. Critica constructivă sau încercarea de a ne îmbunătăți prin autocritică sunt acțiuni nobile, desigur. Dar când acestea scapă de sub control, devin nefaste pentru întreaga noastră ființă. Un șef tiran nu a fost niciodată ascultat. Acesta a fost temut și apoi dat jos din funcție. Așa se întâmplă și cu mintea noastră, capitalismul fiind o construcție mult mai umană decât ar putea părea. Ca să închei, este necesar să învățăm să ne fim buni șefi, buni parteneri și buni organizatori ai minții noastre, ori aceasta nu va reuși să se dezvolte. Trebuie doar să ne orientăm aceste gânduri în direcția potrivită, aceea care ne aduce prosperitate și, în final, liniște.

Imagine: Jackson Pollock – „Lavender Mist” (1950); Sursa: Wikimedia Commons