

00:05 Andrei: Ascultati “Childlife: provocari de parinte”, un podcast creionat de Secom. Astazi sunt fericit si incantat sa-l am alaturi de mine pe Cristian Birta, 45 de ani, unul dintre reprezentantii extrem de importanti ai blogosferei din Romania, actual Managing Partner Kooperativa 2.0, agentie orientata cu precadere catre performanta clientilor din social media. Asadar cum ii place lui sa se descrie pe scurt: antreprenor, consultant, blogger. Este tata a trei copii si sot, are un podcast extrem de interesant pe care recunosc ca-l ascult des, positionat ca un podcast pentru sanatatea mintala. Cristi, bine ai venit si multumesc pentru invitatie!

00:46 Cristi: Bine v-am gasit si bravo ca m-ati invitat, ma!

00:51 Andrei: Ne-am tot gandit, ne-am tot gandit...Multumim mult, e o onoare si ma bucur mult de tot ca ni te-ai alaturat acestui proiect, acestui demers, “Provocari de parinte”. Cristi, probabil te-ai intrebat care a fost primul nostru gand atunci cand am zis: “Bai, Cristi la «Childlife: Provocari de parinte»”. Fireste, rolul de parinte te recomanda, insa o sa fiu foarte sincer si iti voi spune ca suntem foarte fascinati de statusurile si postarile pe care le scrii prin ochii fetitei tale, Patricia, dar si de postarile in care vorbești atat de frumos de familia ta, in general, de sotia ta. Asa ca o sa te intreb direct. Exista familia asta fericita in care copiii ne aduc numai zambete si relatia asta cu partenera de cuplu ideala, superba? Eu asa inteleg ca merg lucrurile la voi si sincer pot spune ca asa imi doresc sa ma vad si pe mine in cativa ani.

01:39 Cristi: Bai, sa stii ca e foarte bun inceputul asta de discutie pentru ca de ceva vreme incep si eu sa ma gandesc, stii. Ca asa e in viata, nu esti destept din prima. Intai esti prostalau, dup-aia prostut, dup-aia semi-destept, dup-aia destept. Si atat, acolo se opreste. Ala-i “champions league”, sa fii cat de cat mai destept pe anumite domenii. Si eu puneam fragmentele astea cu Patricia, cu Mara, dar acum mijlocia, la 15 ani, zice: “Tati, fara aprobare nu mai pui nimic!”

02:05: Andrei: Corect!

02:06 Cristi: Firesc, nu? Cu nevasta-mea pe care o ador, o iubesc, e senzationala nevasta-mea, le puneam, dar sunt niste fragmente din viata noastra. Eu am crezut ca cei care se uita la noi au – cum se zice in cartile inteligente? – celeritatea sa disocieze ca-s niste fragmente, adica e un meci din campionatul vietii. Adica e Steaua – CFR Cluj, nu-i tot campionatul acolo, stii? Numai ca uite asa cum zici tu, deja multa lume a inceput sa-mi zica, c-am inceput – fac o scurta paranteza – am inceput pe blog sa scriu un jurnal zilnic. Si acolo sunt gandurile mele, am revenit “back to

basics”, cum ar veni, la bloggeri, ce inseamna sa fii blogger. Ei, si acolo deschizandu-ma, lumea incepea sa zica: “Dar cum? Dar cum, tu n-ai viata aia perfecta? Cum, tu te certi cu copiii?” Si-am zis: “Mai, voi sunteti intregi la cap? Dar cum sa nu se intample asta?” “Pai, nu, dar noi credeam ca e perfect totul.” Si atunci zic: “Stai, mai, un pic, sa nu ma duc in partea ailalta, sa arat toata bucataria noastra interna si sa o inregistrez pe nevasta cum ma face «tampit» si sa dau public, sa zic «Ia uite, cum m-a facut asta tampit, deci nu-i perfect»”, ca nici asta nu-i adevarat, stii? Dar cumva trebuie s-o zic. Ca stai un pic, ca nu e. Sunt niste fragmente, alea bune, ce sa zic si eu. Pana la urma, asta e, si eu sunt victima social media. Ce punem noi in social media? Cand castigam meciul! Doar nu punem cand il pierdem. Sau cand ne descalifica la puncte. Asa pun si eu fragmentele alea faine.

03:33 Andrei: Dar totusi evolutia asta la tine cum s-a intamplat? Adica cum vedeai tu la inceputul casniciei ca vor fi lucrurile? Erau asa cum sunt acum sau erau diferite?

03:43 Cristi: N-aveam, mai, nicio treaba. Deci ce sa zic? Eu, pe romaneste asa, eu m-am indragostit de a mea din prima pentru ca mi-a placut foarte mult de ea cum arata si am zis: “Ia, uite, mai, ce bunaciune!” Ca orice relatie. Ce? Te uiti la o fata si zici: “Mama, ce intelect are fata asta!”? Domne, cum as petrece seri intregi discutand despre Heidegger cu ea! Nu, evident! Deci e o reactie de-aia de animal. Zici: “Mama, uite-o pe a mea, frate!” Si de acolo a inceput. Dup-aia de douazeci si ceva de ani, cat suntem, iti dai seama ca am descoperit si descoper intruna la ea niste lucruri care mi se par absolut fascinante. Eu cred ca aici e smecheria, stii, lupta asta continua... Ca e o lupta continua dragostea asta si relatia de cuplu. Lupta asta continua de a...nu de a-l surprinde neaparat pe celalalt, da’ de a-i mai arata cate ceva fara sa vrei sa-i arati. Adica tu esti asa cum esti in viata, cu provocari, cu neazuri, cu probleme si celalalt se uita la tine si zice: “Ia, uite, ma, cat e de tare gagica-mea!”, cum fac eu. Ma uit asa, o data la cateva zile am o treaba de-aia sa zic: “Esti beton, gagica-mea!” si descoperi... Ce sa-mi propun? Ca mai zic si eu cu a mea: “Tu, baba, tu! Tu te-ai fi gandit acum douazeci si ceva de ani cand ne-am cunoscut, ca o sa ajungem la nivelul asta si de relatie, si de copii si asa? Niciodata! Adica eu tin minte, de exemplu, in liceu ca ma gandeam asa. Hai sa zic altfel. Eu in liceu, daca ii intrebi pe colegii mei, ei stiu ca eu voiam sa fiu de la inceput un bunic foarte bun.

05:05 Andrei: Dar de ce asta? De unde venea asta, Cristi?

05:07 Cristi: Nu stiu, tati. Ca nu stau sa-mi fac autoanaliza de-aia ca n-as mai face altceva toata ziua. Asa mi-era mie pe cocostarc. Hai sa fiu cel mai tare bunic! Aia vreau sa ajung in viata. Si pentru ca nu e rocket science, trebuie sa-ti faci o familie pentru asta. Si cumva nevasta atunci, in planurile mele de a deveni bunic, era asa, o conditie necesara, dar nu suficienta.

05:29 Andrei: Corect!

05:30 Cristi: Adica intelegi ce zic. Si era...o sa am o nevasta, sa fie acolo, cat de cat sa nu ma puna sa dorm pe pres prea des, cam asa era faza, stii? Nu m-as fi gandit niciodata ca o sa ajungem dupa douazeci si ceva de ani si sa fiu in stadiul in care s-o ador. Stii? Adica sa imi fie mai draga decat la inceputuri. E genial, e senzational! Numai ca iar o dam in aspirationale. Stai, bai, tati, c-a fost munca, ma! Deci a fost munca de transee de multe ori. Am avut si noi scandalurile noastre si momentele noastre dure de intepenesti. Numai ca aici e smecheria. Eu cred cu tarie ca fiecare scandal, fiecare cearta, daca ai depasit-o si nu ai sarit, nu ai depasit un anumit nivel in cearta aia, ii ciment intr-o relatie.

06:13 Andrei: Dar dinamica asta, frumusetea asta, ca povestesti extrem de sincer, nu stiu, mi-ai deschis asa, multe...

06:20 Cristi: Chakre se zice.

06:21 Andrei: Chakre, chakre! Mai, dar dinamica asta faina a voastra s-a schimbat dupa primul copil? Sau asa ati fost, nu conteaza, si inainte, si dupa?

06:29 Cristi: Nu, se schimba. E ca la orice lucru, e ca la ligamente, la genunchi. La 20 de ani esti ca o caprioara, dar deja dupa 40 incepe sa bata planetara. Nu e chiar asa. Asa e si cu relatia. Primul copil a venit ca l-am vrut. Am zis: "Hai, mai, facem si noi un copil!" Adica de tineri, la 24 de ani jumate aveam cand... 24 de ani ea, 24 de ani jumate eu, cand l-am avut pe Alex. Si dupa ce a trecut momentul ala de panica totala pe care mi-am luat-o, ca ideea "mama, o sa am un copil, ce frumos!" e foarte fain, stii? Dar cand il vezi pe brotac in fata ta, ca eu am stat acolo la nastere. La toti trei am stat. Desi la primul aproape am stat, cu doua minute inainte de a-l naste pe primul, cand am vazut-o cum se chinuie, n-am mai putut rezista si am iesit. Dar in timp ce ieseam eu din salon, a venit asistenta dupa mine: "Hai, ca avem treaba" Bun! Si cand l-am vazut in fata mea, cand l-am luat in brate, iti dai seama, mi-a fost drag instant. Deci a fost asa, o

furtuna de sentimente in sufletul meu. Intai mi-a fost drag si-am zis: “Mai, esti nebun? Asta-i copilul meu!” In secunda doi: “Ba, baiatule, ma, de acum incolo trebuie sa am grija de asta! Esti nebun?” Mi-a dat panica – stii cum? – grav. Ei, dupa ce treci de panica aia, ca orice parinte trece printr-o panica, intri asa, intr-un program de constientizare si responsabilizare si te schimba, te schimba enorm un copil. Relatia ti-o schimba. Deci din punctul meu de vedere un copil ii provocarea suprema intr-o relatie. Din toate punctele de vedere. Si sexual, daca vrei. E o schimbare fantastica, sa-ti vina un copil. De timp petrecut impreuna... Am auzit, eu n-am patit asa ceva, dar am auzit ca unii tati erau cumva gelosi pe relatia mamei cu copilul. Asta mie mi se pare asa, din alte filme, dar nu ne bagam. Fiecare cu ale lui. Deci un copil e o provocare extraordinara si-ti schimba relatia. Ori ti-o intaraste, ori ti-o da la temelie.

08:24 Andrei: Si tu cum ai reusit? Zi-ne... Nu stiu, da-mi si mie un “tips&tricks” asa, un secret. Unul, nu mai multe. Cum ai mentinut armonia asta, intelegerea, ca pare in continuare...

08:33 Cristi: Nu stiu, asa a mers. Am avut scandaluri, am avut – ma rog – certuri, discutii in contradictoriu, am avut... Am dat-o de gard de multe ori, si cu cresterea copiilor, ca si asta, cand auzi parintii perfecti... Du-te, ma! Bine, faceti voi clubul, ca eu n-am, nu platesc abonament la asa ceva. Nu suntem parinti perfecti de nicio culoare. O dam de gard grav, de cele mai multe ori. E un pariu sa fii parinte. Nu stiu cum am facut. Adica de ce sa te mint?

08:55 Andrei: Dar n-ai avut un plan? N-ai stat, te-ai gandit, le-ai aranjat? A fost natural, a fost... asa a venit, asa s-a intamplat.

09:00 Cristi: Pai asa a venit, mai, mai ales la primul. Ce planuri sa ai? Ce sa-ti faci tu un plan? “Imi planific sa-mi cresc copilul fara sa fie bolnav”. Pai si daca el se imbolnaveste ce faci? Ca ti-o dat planul peste cap sau ce? “Vreau sa cresc un copil foarte destept” Du-te, ba, de-aici! Daca nu ti-e destept copilul, poate ti-e talentat pe altceva. Ce planuri sa-ti faci tu?

09:19 Andrei: Dar in relatia ta intima, acolo ai avut un plan sau te-ai gandit putin?

09:26 Cristi: Nu, nu, nu. Pur si simplu. Stii de ce? Eu chiar cred ca am fost si sunt in continuare extrem de norocos. Deci din punct de vedere al relatiei fizice, nu ca n-am avut nicio problema, dimpotriva, a crescut si s-a imbunatatit constant. Adica pur si simplu imi place ingrozitor de tare de nevasta-mea. Adica n-am ce... Cum s-o mai zic? Daca as fi simtit ca asa...normal ca

incepeam sa-mi fac planuri. Stii, de alea cu lista: zece lucruri bune care-ti plac la gaga-ta sau ceva...Mi-as fi facut plan, dar eu am fost norocos. Ce sa-ti zic? Unul mi-o zis tot asa, nu-i dau nume, o colega, psiholoaga, stii, pseudo...sau ceva, de-asta... Zice: “Eu cred ca, de fapt, tu esti – de ala, cum se zice? – in respingerea ideii, ti-ai facut asa, ti-ai idealizat-o pe nevasta-ta” si mi-o facut o teorie. Si eu am stat, m-am uitat si-am zis: “Poate ca, dar asa mi se rupe, daca functioneaza!” Si-am inchis-o. Mi-am idealizat-o, e cea mai minunata femeie. Pai, esti nebun, daca de douazeci de ani functioneaza asta, de ce as schimba asta? Adica eu stiu juca bine rugby, de ce m-as apuca de tenis de masa? Numai ca a scris unul intr-o carte ca e mai misto tenisul de masa? Nu, tati, lasa, am idealizat-o, ma mint, da-i inainte, ca merge treaba.

10:37 Andrei: Auzi, discutam acum ceva vreme cu cativa amici de-ai mei si am constatat cu stupeoare ca daca arunci o privire in literatura, povesti, cantece pentru copii, whatever, nu “baby shark, mommy shark, daddy shark”, povestile astea de familie sunt mai mult despre mama, destul de putin despre tata. Tu unde vezi, unde e tatal asta in poveste? Tu unde esti in poveste?

10:57 Cristi: Pai, ca pe vremuri. Tu tii minte ca nici tu nu esti asa, iesit acum din liceu, ca sa zic asa.

11:02 Andrei: Nu.

11:04 Cristi: Omul ala, tipul ala celebru la un moment dat, care-si trecuse pe cartea de vizita “sotul patroanei”...

11:09 Andrei: Da.

11:11 Cristi: Asa e tata in relatie. Mai ales intr-o relatie cand apar si copiii. E sotul sotiei, stii? De cele mai multe ori. Sigur ca trebuie sa fim politically correct si sa spunem: “Si tata, si mama au aceeasi implicare, acelasi rol si nu stiu ce...” Nu-i adevarat. Adica teoretic asa e, teoretic asa-i. Dar statistic vorbind, mama conduce treaba asta. Si nu numai ca, cumva, saraca isi asuma o misiune de netrecut si ca-i Agripina si intelegi ce zic? Fefelega si de-alea... Nu, pur si simplu sunt mai bune, ma! Doamnele noastre, eu cred cu tarie, ca-s mai bune la a creste copiii. In ce sens? Emotional. Ca de mancare in gura, eu stiu sa le dau. Sa-i dau cu bicicleta, stiu si eu, da. Nicio problema! Bai, dar emotional, sa-mi bag picioarele! Si eu sunt un om foarte deschis. Am o relatie cu copiii mei...Daca-ti povestesc si cum l-am prins... L-o prins nevasta pe Alex al meu

prima data ca se uita la pornosaguri. Povestim, daca vrei. Si direct, am interactionat cu el, era beton, adica am o relatie supertare. Dar una e sa ai relatia de comunicare directa si alta e sa stii ce sa zici in anumite momente, mai. Adica daca vin copiii mei cu o problema, eu incep sa zic: “Stai, mai, ca copilul are o problema. Da, iubito, spune-mi asa...” Dar parca nu intra, ma, in capul meu de tentalau, pana-n capat. Ori doamna mea, vine copilul sau ii zice copilul ceva si ea intelege ce sa-i zica mai bine decat mine, ma. Si cumva am depus armele si-am zis: “Iubita vietii mele, esti sefa pe treaba asta. Adica daca ma consulti, eu-s generalul. Tu esti presedintele si zici: «Pe ei, pe mama lor! Gata! La atac!»” Dar nu contest de ce.

12:44 Andrei: Dar sunteti o echipa.

12:46 Cristi: Absolut. N-ai cum, n-ai cum sa nu fi o echipa, fiindca indiferent de cat de misto e gagica-mea, o da si ea de gard. “Ce-ai facut?” Iti dai seama. Si atunci eu, care mai stau asa un pic mai deoparte, vin si zic: “Alo, sefa! Vezi ca...” Si ea zice: “Da, ma, ai dreptate. Am zbarcit-o pe asta!”

13:04 Andrei: Auzi, dar uite, apropo de ce ziceai mai devreme...Societatea asta, mama, tata, tu, ti-e foarte clar, ne-a invatat - cel putin eu asa percep – ne-a prezentat cumva rolul asta: mama, tata, implicit rolul sotiei, al sotului... Daca ai putea, uite, tu, maine, Cristi, sa schimbi niste paradigme, ce schimbari ai face in modul in care societatea prezinta efectiv deja preformat intr-un template rolurile astea?

13:30 Cristi: Sa stii ca m-am gandit si eu la asta, dar s-ar putea, adica nu s-ar putea, sigur suntem intr-un fel sau altul, influentati, ca sa nu zic victime, dar cei mai multi suntem victimele, parintilor nostri si a societatii in care am crescut. Eu cumva am aroganta asta funciara, sa zic, ca nu-s chiar victima, dar influentat is. E adevarat, influentat is. Doar ca oricat de tare as vrea inca o data sa zic ca avem amandoi aceeasi..., suntem egali cum ar veni in fata subiectului cresterii copiilor, emotional vorbind, emotional vorbind, eu nu-s in stare sa fac ce face doamna mea. As vrea sa fiu in stare? As vrea. Dar imi trebuie paispe facultati si inca doua vietii, cred, sa ajung la nivelul ei de empatie si de intelegere cu adevarat a nevoilor copilului. Pe de alta parte, apropo de repartizarea – cum era? diviziunea sociala a muncii, pe vremuri – cand ii vorba de ceva, de celebrul cap in gura, eu sunt fan de cap in gura. Avem prieteni care vin sa se planga pe umarul lui nevasta-mea si ea zice: “Lasa, dragule, e bine, dar hai sa vedem”. A mea e geniala la fazele

astea. Si la un moment dat asa, imi face semn asa: “Haide ca e timpul” si eu zic: “Ce-i, ma? Ce-i? Pleaca cu serviciul, mars, mai! Da-ti demisia daca esti, da-ti demisia daca nu-ti place! Ce tot...?” Eu vin cu capul in gura, intelegi? Eu sunt pe trezire. Si atunci de multe ori, nevasta-mea zice: “Bai, OK, am fezandat cat am fezandat, am pregatit terenul. Haide tu cu discutia de tatic”. E vorba de lucrul in echipa si e foarte bine ca e echipa. Adica ce? Sa facem amandoi acelasi lucru? Deci face copilul o boacana, il aducem in fata noastra si amandoi: “Esti un tampit!”. Astalalt: “Esti un prost! Te pedepsesc!” “Si eu te pedepsesc” Pai ce faci? Adica intelegi? E o redundanta parentala.

15:07 Andrei: Si atunci uneori jucati rolul asta de “bad cop/good cop” sau fiecare stie foarte bine rolul si fiecare se duce in zona lui in care stie ca trebuie sa activeze?

15:15 Cristi: Auzi, la inceput l-am jucat, dar acum nu-l mai jucam. Aia suntem, stii. Asta e filmul. E ca in ala, la “Tanar si nelinistit”, la serial. Asa de bine am intrat in rol...

15:26 Andrei: Am inteles, am inteles. Cristi, esti o persoana activa, foarte activa. Ambitii profesionale, multi dintre ascultatorii nostri sunt la fel, cu ambitii profesionale, fara doar si poate. Ai o agenda plina, mie mi-e clara chestia asta. Cum impaci timpul asta in familie cu toate lucurile astea foarte faine pe care le zici, energia asta a ta e extraordinara. Cum impaci agenda ta cu viata de familie?

15:50 Cristi: Deci eu iti spun. Eu iti spun, dar sa stii ca n-am fost asa destept. Inca o data: intai esti prostalau, dup-aia prostut, dup-aia semi-destept si destept. Asa-i in viata, in orice lucru. Dar da, ai niste etape. Fiecare trebuie sa-si faca analiza sa vada in ce stadiu e. Eu acum sunt destept in stadiul asta cu timpul, ca-n alte domenii sunt prostalau, deci sunt la juniorat, n-ai ce sa faci. Ca asa-i in viata. Ani de zile am tot incercat sa testez tot felul de sisteme. Acum, de vreo patru ani de zile, sunt in paradigma..., am lansat si hashtag-ul – m-a surprins extraordinar de tare cat de bine a prins - #dupa18faraweekend, care inseamna in timpul saptamanii dupa ora 18 si in weekend integral, eu nu mai raspund la mesaje, la notificari, la telefoane, nimic. Punct! Deci asta e. Ceea ce iti aduce nu numai timp. Imagineaza-ti weekendul ca il ai fara sa faci nimic legat de job sau profesional vorbind, orice faci tu profesional. Nu mai faci nimic. Calculeaza cat timp iti eliberezi. Enorm! Si calculeaza nu la nivel de weekend. Calculeaza la nivel de an. O sa vezi ca o sa ai sute de ore, sute de ore in care poti sa faci altceva pentru tine, pentru ca sa traiesti mai bine

in viata ta. Dupa 18, la fel. Calculeaza de cate ori dupa 18 muncesti pentru job sau pentru profesional, ce ai. Bine, dupa 18 e cazul meu. Altul, ca mi-o zis un prieten stomatolog, zice: “Pai si eu ce vrei, ma, sa fac? Ca astia vin seara, dupa serviciu, la mine, la dinti!” Si-am spus: “Bine, dar gaseste-ti tu programul tau. Fa-ti tu un calcul, unde e intervalul tau in care sa fii numai tu.” Si m-a sunat asta dupa doua saptamani si zice: “Gata, ma, de la 2 incolo muncesc” “Bravo, dar ce s-a intamplat?” Pai zice: “Veneam ca prostul la 10 dimineata si-mi dadeam seama ca de la 10 la 2 era sub 6% business la mine. Pai pentru 6% ala eu sa-mi stric...?” “Pai, iata, mai, ca ai gasit intervalul tau!” Dupa 18, fara weekend, era in cazul meu. Iti faci calculul asta de ore, care e foarte important, si dup-aia iti faci calculul de stres. Faptul ca nu mai esti stresat, faptul ca tu cand ai intrat in casa – cum povestesc eu multora si multi imi dau dreptate, foarte multi se leaga de programul asta si cumva deja simt asa cumva, am inceput sa-l reiau, sa-l mai iau la pila, sa zic: “Bai, stai un pic ca deja multa lume il face, sa nu fie ceva gauri in programul meu si dup-aia sa-mi scoata astia ochii cumva”. Si ziceau: “Bai, sa stii ca am inceput... La inceput parca eram drogat, nu puteam sa-mi iau mana de pe telefon, sa deschid mail-ul, sa raspund la telefon, mi se parea ca e extraordinar de important totul”, ori teoria mea e “Nimic nu e important”. Nimic, cu exceptia faptului ce tine de sanatate, nu ii nimic important, chiar nu ii. Si toti care...Ma certam cu ei, la un moment dat: “Nu-i adevarat! Cum? Eu am de semnat contract. Tu iti dai seama cat e de important?” El era: “Nu-i nimic mai important!” Dupa niste saptamani, luni de zile, venea, zice: “Acum ma uit retrospectiv si-mi dau seama ce bou am fost! Chiar nu era important.” “Pai vezi, mai, ce zic?” Trebuie sa intri in mindset-ul asta si atunci iti gasesti timp, iti gasesti timp, asta e basic-ul pe care eu l-am facut si mi-am gasit foarte mult timp. Si am mai facut o chestie, am scris zilele trecute pe blog. Trebuie sa... Atata timp ai, mai. Deci timpul e ca apa, are proprietatea apei, nu se...

18:58 Andrei: ...solidifica.

19:00 Cristi: O ora inseamna 60 de minute. Atat, nu inseamna mai mult. Consumi o ora in ceva inseamna ca nu consumi pe altceva. E ca la snooker. Ai bagat tu o bila, n-o mai baga alalalt. Asa-i si cu timpul asta. Si atunci trebuie sa-ti gasesti timp din ce faci. Iti faci o lista cu ce faci tu toata ziua. Eu mi-am dat seama ca mail-ul la mine, care e cel mai important instrument de comunicare pentru mine in relatia cu toata lumea, ca sa zic asa, profesionala, imi consuma extraordinar de mult timp. Si am zis: “OK, acolo trebuie sa lucrez”. Si ce-am facut? M-am dezabonat de la 80%



din newsletter-e si nu mai raspund la nici un mail unde eu sunt Bcc sau in Cc, fara sa fie clara treaba ca avem ceva de facut. Il vad ca e bcc, “Liber! La revedere!” Am calculat, cam in medie o ora si douazeci de minute pe zi am castigat cu chestia asta.

19:53 Andrei: Wow!

19:55 Cristi: O ora si douazeci de minute pe zi! Ca asa zici: “Ei, mare smecherie ai facut!” Gogule, daca-ti spun, o ora si douazeci. E enorm! O ora si douazeci in programul meu de lucru, in care ghici ce pot sa fac altceva: sa scriu un articol misto pe blog, sa stau la un podcast cu tine. Si eu cand stau, fac podcastul asta cu tine inseamna ca in ora asta puteam sa beau bere, dar – iata! – radem amandoi si ne distram, intelegi?

20:16 Andrei: Ma bucur... Comparatia cu o bere ma flateaza.

20:19 Cristi: Da, da, da. Stai linistit, ca urmeaza, ca mi-am pregatit-o. Ei, asta e! Iti gasesti timp, trebuie sa facem, nu exista. Multa lume cauta pastile de-alea minune, stii? Hai sa iau o pastila si dintr-odata...

20:31 Andrei: Deci e despre disciplina si despre cunoastere de sine, putin. Adica din ce imi zici, e mult despre disciplina.

20:39 Cristi: Foarte multa disciplina, foarte multa analiza proprie. Asta nu prea face lumea ca n-are timp. Aia e ideea, sa-ti faci timp sa-ti faci analiza asta ca sa-ti gasesti timp. Ca nu ai cum sa eviti lucrurile astea. Pur si simplu e chestie de foarte multa munca si analiza.

20:53 Andrei: Iti zic sincer: printre motivele pentru care mie mi s-a parut perfect si mi-am dorit foarte mult sa am podcast-ul asta cu tine, “like the perfect match”, e faptul ca intotdeauna mi-ai parut o persoana care spune lucrurilor pe nume si care e foarte preocupata de descoperirea de sine, de sanatate mentala, emotionala. Am vazut asta si intr-o parte a podcast-urilor pe care le realizezi. Ma ajuti putin sa ne impartasesti cand ai devenit tu preocupat de temele astea si de ce. “De ce”-ul asta ma intereseaza mult.

21:22 Cristi: Da. Ziceai ca-s o persoana onesta. Da, pentru ca pur si simplu eu mi-am dat seama de ceva vreme – la fel, inainte am fost prostalau, acum sunt cat de cat destept, n-am ajuns la gradul ala total de desteptaciune, dar sunt pe cai buni, ca sa zic asa...

21:37 Andrei: Ai zis ca sunt etape.

21:39 Cristi: Da. Am lucrat acum vreo douazeci de ani , cam asa, in administratie si in politica, marketing politic, faceam de-astea. Imagineaza-ti tonele, cisternele de rahat pe care le-am mancat, din punctul asta de vedere, intelegi? Aia s-o adunat atat de mult, incat acum mi-am jurat in viata vietii mele ca nu o sa fiu altfel decat superdeschis, supercinstit cu omul, superonest si asta e una din, intr-adevar, calitatile mele pe care mi-am autoimpus-o, apropo de disciplina. Doar nu te gandesti ca m-am trezit intr-o dimineata si-am zis: “Ia stai, mai, un pic, sa nu mai aburesc eu lumea. Sa nu mai...” Nu! A fost o munca si asta. Si esti tentat sa mai dai cu aburi. Sa mai dai cu aburi ca – na! – mai iese o combinatie. Foarte greu e asta. Uite, chiar azi inainte de a intra, m-a sunat o coleguta sa-mi zica ca avem un client. “Are o gramada de bani!”, asa mi-a zis. Un potential client, “o gramada de bani, o gramada de bani”. Zic: “Lasa gramada de bani ca nu ma intereseaza.” E noua colega, de aia nu stie teoria mea. “Da sa vad ce face!” Si cand m-am uitat, era o chestie semilegala, una mica pe site, semilegala. “Spune-i ca noi nu lucram cu oameni care fac semilegalitati”. “Mai, dar are o gramada de bani!” “Fa, tu n-auzi ce-ti zic eu aici?” N-am zis “fa”, dar intelegi ce zic acum. “Bai, colega, deci nu facem. Noi avem niste principii, nu renuntam la ele”. Si la astea-s taliban, la standardele...Bai, sunt taliban rau de tot. Stii de ce? Pentru ca am fost acolo, in partea ailalta. “In the dark side”, stii? Si prajiturelele alea de acolo, odata ce zici: “Hai, numai una mica iau”, s-a terminat! Vrei sa le iei tot timpul. Pentru ca-s bune, lua-le-ar dracu’! De aia vrei sa le iei. Si atunci zici: “Nu, nu iau nici macar o firimitura de prajitura!” Nu accepti. E foarte important sa faci...Sa-ti setezi standardele astea.

23:26 Andrei: Dar zi-mi putin...

23:27 Cristi: Deci am uitat ce m-ai intrebat, iti dai seama?

23:29 Andrei: Am vrut sa te las, ca te-ai dus bine. Te-ai dus misto.

23:32 Cristi: M-am dus bine, dar m-am dus...

23:33 Andrei: Una era cu onestitatea, ca ai luat-o pe onestitate si a doua parte era zona asta de cunoastere de sine, de cunoastere emotionala si ziceam ca si in podcast-urile tale am apreciat. Zi-mi putin care a fost trigger-ul. Uite, de exemplu, eu am avut o perioada in care voiam sa aflu mai multe lucruri despre mine. Am sapat despre mine, m-am uitat in trecut. Alta perioada – si ma aflu

acum – vreau sa vad zona asta de parenting, cum se intampla, cum ma raportez eu la ea si asa mai departe. Zi-mi putin de tine. Tu in ce moment ai simti ca vrei sa afli mai mult?

24:03 Cristi: Da. Eu cred ca e buletinul, la mine. Buletinul, pur si simplu. Si am ajuns la varsta asta in care o dai cu de-alea filosofice: “Cine sunt eu?”, “Ce caut eu in viata mea?”, “De ce m-am facut stelist?”, de-astea...Deci pui tot felul de intrebari in viata. Bine, acum cumva e si varsta. E un cumul de factori in orice lucru in viata. Nu exista o singura cauza pentru ceva. Bine, numai daca te impusca cineva, aia e o singura cauza: pistolul. Dar in spatele pistolului, sunt mai multe cauze. Intotdeauna sunt mai multe cauze. Varsta e una dintre ele. Pentru ca dupa 40 de ani, eu m-am trezit cu...Adica, pur si simplu, eu n-am fost bolnav in viata mea. Dupa 40 de ani, au inceput sa-mi cada toate, sa-mi bata planetara, sa am nu-stiu-ce. Deci toate au inceput sa-mi cada si atunci am zis: “Bai!” Cumva cred ca a fost pentru prima data cand am simtit cu adevarat: “Ba, stai, ma, ca la un moment dat o s-o mierlesti” Adica la un moment dat se termina si viata asta ca ai una care e cu termen de garantie.

24:58 Andrei: Limitat.

24:59 Cristi: La un moment dat te uiti. Cred ca toate s-au adunat asa, cate un pic in capul meu. Si am inceput sa ma interesez mai mult despre...Dar nu m-am uitat asa, filosofic. “Hai sa ma gandesc filosofic la ceva!” Nu, m-am gandit: “Sunt ca stresat, sunt cam stresat. Ia stai sa vad ce inseamna asta, stresul.” Si am inceput sa ma stiintific ce inseamna stresul. Ca de acolo incolo incepi sa citesti niste chestii. Dup-aia stai, ca aveam probleme cu somnul. Si am inceput sa citesc. Si la un moment dat, tot citind, tot descoperind, uitandu-ma la mine ce probleme am – ca eu nu m-am uitat cum as putea sa fiu un balerin bun – intelegi ce zic? – ca nu era o problema pentru mine, de nicio culoare, ca stiam ca n-o sa pot sa fiu niciodata balerin, eu semi-casalotul care sunt, dar asta e – dar ma uitam la problemele pe care le am si incercam sa gasesc...la stiinta m-am dus intotdeauna. Dar dup-aia, stii cum e, tocmai in domeniul asta, stiinta e asa, “~ish”, adica e stiinta, dar mai sunt multe lucruri... Si am inceput sa citesc, dup-aia am ajuns la literatura si dintr-o data m-am trezit ca imi place foarte mult. Din momentul in care iti place, deja nu mai e “ca trebuie” si ca vrei sa te interesezi si sa afli mai multe. Iti place, face parte din viata ta, sa citesti si sa te informezi despre asa ceva. Mie imi place foarte, foarte mult sa citesc pe zona asta de psihologie, antropologie, dezvoltare personala mai putin, ca si asta, ce inseamna dezvoltare personala?

Coelho? Pentru unii, da. Eu m-am plictisit de am innebunit cand am citit Coelho, deci m-am plictisit, m-am scurs de pe... Abia am asteptat sa termin cartea aia.

26:27 Andrei: Dar zi-mi putin, in zona asta de parenting te-ai dus putin sa sapi, inainte de a deveni parinte? Ai fost putin curios? Ti-a fost putin teama? Ai sapat sau ai zis: “No, go with the flow!”?

26:38 Cristi: Bosulica, noi vorbim asa. Alex al meu s-a nascut in 1999. Atunci era cartea lui doctor Spock, pentru sugari si pentru nu-stiu-ce, si mai era ceva de la Editura Didactica si Pedagogica din '68, ceva! Atata era din literatura. N-aveam internet. Ce sa citesti de-alea? Serios daca nu! Aia a lui doctor Spock a fost Biblie, tati. Versetul 14, litera 22, ca n-aveai ce sa faci. Deci aia a fost, atata. Dup-aia nu. Adica la a doua eram...

27:09 Andrei: Dar te-ar fi ajutat? Crezi ca ar fi fost... Ai fi accesat zona asta de parenting si de cursuri?

27:15 Cristi: Trebuie sa zici ca-n orice...Cand e o discutie, daca nu-i zici moderatorului: “E o intrebare foarte buna”, n-ai facut nimic. Asa ca iti zic si eu acum: “E o intrebare foarte buna”, dar care ne duce la un raspuns si mai bun. Intelegi ce zic? Ideea e asa: m-ar fi ajutat sau nu? Pai uita-te ce se intampla acum, de astia care urmeaza sa devina parinti si care vor sa se informeze. Intri in ceea ce digitalul ne-a adus – digitalul ne-a adus multe paradoxuri – intri in paradoxul alegerii. Ai atat de multe surse de informare si toate par coerente si minunate si adevarate, incat esti in dictatura alegerii. Ce aleg dintre astea? Ce aleg? Ideea fiind asa: daca aleg un stil de parenting mai agresiv, mai dominant, ca sa invete copilul ca viata e grea, sau aleg un stil superpermisiv – ca astea doua se anuleaza reciproc, evident – dar s-ar putea sa gresesc. Na, ia tu pariul asta! Fa-l tu pariul asta, intelegi ce zic? Deci eu sunt superfericit ca am nascut copilul, adica nu eu, adica am nascut amandoi, ca-i al nostru.

28:23 Andrei: Am auzit, pluralul asta l-am auzit de multe ori.

28:26 Cristi: Inainte de perioada asta de paradoxul alegerii. Pentru ca altfel nu stiu cum m-as fi...ce-as fi ales? Adica tu esti obligat sa alegi si atunci e si o chestie psihologica. Am citit acum. Par eu asa de la peluza, dar am mai citit. In momentul cand ai ales ceva, dupa ce ai depus atat de mult efort de cercetare si atat de multa indoiala si atat de mult dubiu, care pana la urma te-a dus

la alegerea aia, pai cand ai facut alegerea aia, devii taliban ca sa-ti confirmi faptul ca tot efortul tau de-a face alegerea aia, n-a fost in zadar. Si cei mai multi devin talibani. Tu ii vezi pe unii cum sunt. Adica ii vezi. Parintii sunt o specie aparte. Adica exista mamifere, exista insecte si exista parinti. Cand o sa mai scrie viitorul Darwin urmatoarea “Originea speciilor”, o sa fie o specie aparte parintii, stii? Adica oameni intregi la cap, stai la o bere cu ei, discuti, la un meci si zice: “Ai copii?” “Da” Si odata parca asa...intelegi ce zic? S-a facut ca-n Star Trek, i s-au inrosit ochii si devine alta specie. Te uiti la el: “Ce-ai patit, mai? Ce te-ai transformat asa?” E de inteles, discutia e lunga. Nu stiu ce sa zic, deci chiar nu stiu. Si atunci, intr-adevar la mijlocie, au inceput sa apara de-astea, internet, sa ne informam si atunci mi-am dat seama din timp: “Stai un pic, mai, ca pentru orice zici tu, eu pot sa aduc cinci studii contraargument”. Si atunci am zis: “Bai, stai, mai, un pic, ca pana acum s-au crescut copiii si fara internet si fara cursuri de parenting”. Care-i ideea? Hai sa revenim la basic, sa ai o relatie directa de comunicare cu copilul tau, sa nu fii agresiv cu el. Sunt niste chestii de baza, intelegi? Alea trebuie sa fie.

30:11 Andrei: Care sunt, mai, Cristi? Zi-mi si mie tre-patru, asa de baza, pentru tine. Sunt chiar curios.

30:15 Cristi: Deci din punctul meu de vedere...Hai sa zic! Nu zic patru, zic una singura. Ca si asta e o chestie de...Eu am teoria cu “planul B nu are voie sa existe”, in orice faci. Doar planul A, atat. Ca daca ai planul B, nu bagi tot ce trebuie in planul A. Zici: “La o adica lasa, ca e si planul B”. E mare, mare, un mare, mare pericol, pe care il facem multi in capul nostru. Comunicarea permanenta, directa, fara nicio bariera, cu copiii tai, pe orice subiect, oricum ar fi. Comunicare care inseamna inclusiv cearta, inclusiv stres.

30:49 Andrei: Cearta sub forma de comunicare.

30:50 Cristi: Si asa e o comunicare. E o forma de comunicare si asta. Stii cum e? Am cativa tovarasi...Hai sa zic altfel. Deci ala mare are 21 de ani. Deci de 21 de ani eu sunt parinte si ii vad constant pe de-astia care au copii mici si care – na! – astia crescand copiii adolescenti mai dau, mai injura, imi mai zic: “Ti-am vazut copilul, injura.” Sau...nu, ca nu fumeaza, sau nu stiu, poate, dar nu cred, nici n-am intrebat-o direct, apropo de comunicare: “Tu fumezi?” Mi-ar zice. Zice: “Ti l-am vazut fumand sau vorbind urat” “Vai, dar nu stiu ce parinti sunteti voi, dar...” Si eu zic: “Ba, dar cati ani are copilul tau?” “Doi anisori are.” “Mai stai un pic si vorbim dup-aia” si ghici?

A trecut vremea si ei zic: “Mi-aduc aminte de discutia aia. Da, ai avut dreptate.” “Pai, hai sa ne vedem fiecare de copiii nostri”. Daca la fotbal, ca tu esti stelist si eu sunt dinamoviat, ne troll-am si ne injuram si aia e. E miza mica. Dar la copii? Ia vezi-ti tu de copilul tau si lasa-l pe al meu in pace! Intelegi ce zic? Cam asa ar fi aratat smecheria asta. Comunicarea directa, permanenta cu copiii. Comunicare directa, permanenta cu copiii. Pe orice subiect, pe orice subiect. Uite ca ziceam de Alecu. Avea vreo 10-11 ani, 12 ani, nu mai stiu. Si nevasta-mea cumva nu stiu ce cauta pe internet si a gasit in browser ca s-a uitat la ceva pornosaguri Alecu. Si o venit a mea super-panicata: “Vai! Ce facem?” “Pai, ce facem? E baiat, tu! Cum? E normal sa se uite la asa ceva!” “Dar cum? Ca trebuie sa intervenim!” Zic: “Lasa ca intervin eu.” Asta era la scoala si a venit. Zic: “Haide, ma, aici! Te ce uiti, ma, pe porcariile astea?” Alecu rosu, negru, verde la fata. Zic: “Stai sa-ti arate tati la ce trebuie sa te uiti.” Nevasta-mea acolo i-a cazut fata. Si l-am directionat catre niste site-uri de “erotic art”. “Uita-te, mai, cat sunt de faine, daca tot vrei sa vezi. Uita-te, mai, la chestii frumoase, nu la porcariile astea de animale” Intelegi? A mea zice, apropo de stilurile noastre...Ea atunci n-ar fi putut face ce am facut eu. Acum poate ca...Stii cum e? Ea e o superlady, e o superdoamna, intelegi? Eu sunt un superderbedeu. Poate si de aia ne potrivim, ca ea a trebuit de la superdoamna sa coboare un pic la derbedeul care sunt, iar eu, de la ultimul din cartier, a trebuit sa mai urc un pic, sa-mi pun si eu o cravatica, chiar daca un pic sifonata, dar sa fie cat de cat, sa para ca e treaba. Deci comunicare directa. Din punctul meu de vedere, totul e acolo: comunicare directa, comunicare directa.

33:27 Andrei: Apropo de comunicare, mi se pare...Chiar o sa tin minte sfatul asta, iti zic sicer. Comunicare directa. Si eu cred mult in comunicare, in general, interuman cred foarte mult in zona asta de comunicare. Voi aveti copii de varste foarte diferite. Cum vezi tu diferenta asta dintre...Cum a fost la primul copil, la al doilea si asa mai departe? Sunt diferite de crestere intre varstele astea? Plus, intre baiat si fata? Ca si aici presupun ca e alta diferenta.

33:53 Cristi: Pai intotdeauna...Deci eu am 21, 15 si 8. Cand era pe sistemul “Ia, hai sa-i trimitem de acasa, baba, sa ne vedem si noi de viata noastra, sa facem si noi ce vrem”, pac! mai tranteam unul. Aia e, mai, rostul nostru. Deci fetele au venit ca asa au vrut ele. Au venit dincolo de orice masuri de precautie si de siguranta, si-ti dai seama ca pentru noi au fost niste miracole fetele astea doua. Bine, nu ca ala mare n-ar fi, ca-i al tau si asa. Dar pe el l-am vrut. Pe astea doua, cum mai glumesc ele: “Pe noi nu ne-ati vrut, porcilor!” Nu v-am vrut, dar bine c-ati venit! Ce pot eu

sa zic? Sunt total diferiti copiii. Totalmente diferiti. Deci iti dai seama, la primul a fost cum a fost, am gresit, am facut...am luat teapa clasica la primul. Am luat si termometre cu lansator nuclear si tot felul de chestii, ca-i asa o piata si asta a industriei pentru copii, de innebunesti. Le-am luat pe toate cate erau atunci, ca erau putine in '99. La a doua, am zis: "Mars, ma, cu de-alea, cu cadita cu termometru si nu-stiu-ce de-astea. Nu facem noi." Noi ne-am dus cumva in partea ailalta. Adevarul e undeva pe la mijloc, ca-s bune, foarte multe scule sunt bune si tot felul de chestii pentru copii. Dar copiii sunt totalmente diferiti. Iti dai seama ca la al treilea, cand am auzit ca vine a treia, "number trei", c-asa i-am zis: "number trei". Nu stiam ce e. Dupa primii doi, o iau, uite asa ti-o fac pe a mea. Pac-pac! N-are nicio sansa. Ia ghici, ma! Cine-i cea mai, cea mai, cea mai si ne face pe milimetru patrat? Exact! "Exactly, my dear Watson!" N-ai! Sunt total diferiti. Dar sunt total diferiti copiii ca asa-i normal sa fie. Fiecare om cu personalitatea lui. Dar suntem si noi diferiti. Ca una am fost in '99, intelegi ce zic? Apropo de planetara care acum bate. Si alta suntem acum, in 2020. Ca oameni, noi, parintii. Se schimba vremurile, se schimba moda, totul se schimba. Nu ai cum sa aplici aceleasi metode de parenting, ca sa le zicem asa, copiilor care sunt de varste diferite. Nici macar daca sunt gemeni. Deja pana la o anumita varsta...ca am prieteni si am fini cu gemeni, si ii vad. Si deja pe la 9-10 incep sa se distanteze, diferentieze si ei si trebuie sa ii iei pe fiecare separat.

36:13 Andrei: Dar cum gestionati gap-ul asta efectiv intre ei, intre frati, intre surori. Cum il gestionati, gap-ul fiind mare, voi, ca parinti?

36:24 Cristi: Pai, foarte simplu. Il gestionam cu sistemul ca "n-ai de ales". In primul si-n primul rand, ii lasam pe ei sa-si gestioneze relatia si asta e foarte, foarte important. Incercam sa nu intervenim intre relatiile...decat cand sar o anumita limita. Cum ar fi mijlocia asta a mea cu asta mica. Iti dai seama, asta la opt ani acum incepe sa dezvolte personalitatea si sunt inclusiv foarte libertini, ii lasam, chiar daca fortam lucrurile. Copiilor trebuie sa le dai o disciplina, dar ajungi la varsta in care mai bine ii lasi sa se descopere ei mai repede un pic cu riscul ca devin mai agresivi, mai nervosi, mai asa, si dup-aia ii aduci incet pe fagasul care crezi tu si care vezi tu ca se potriveste. E o...nici macar nu-i stiinta. E asa, pe intuitie. Nu e pe excel. Copilul nu-l cresti cu excel. Si atunci asta mica agata la asta mijlocie, asta mijlocie la 15 ani iti dai seama...Si incepe, incepe...Si atunci mai intervin din cand in cand: "Mai, lasa, mai. Tu esti mai mare." Stii, faza clasica. Cand ma trezesc zicand ce-mi ziceau si mie bunicii: "Mai, las-o, ca tu esti mai mare." Si

dup-aia imi dau seama instant ce prost sunt si spun: “Stai, ca nu asta am vrut sa zic, ca tu esti mai mare si trebuie sa te lasi dupa ea” “Ca trebuie sa intelegi ca...” Te trezesti vorbind cum vorbeau parintii, si bunicii, si vecinii cu tine. “Du tu gunoiul, ca esti mai mare!” Imi cade inima cand aud asta. Cum sa zic la...”Du tu gunoiul, ca tu esti mai mare!”

37:46 Andrei: Auzi, dar ai luat multe din trecut, sa zic asa, sau din cum ai fost tu crescut si le aplici si tu copiilor tai?

37:53 Cristi: De la mama am luat foarte, foarte mult. Mama a fost o femeie – a murit de mult, din pacate nu a reusit sa vada pe niciunul din copiii mei, a murit inainte de a se naste. Groaznic, dar asta e, ce sa-i faci? Trebuie sa treci, apropo de cum te schimba anumite lucruri. Pai cand ti se intampla una de-asta? La asta n-ai de ales. Ai atatea lucruri pe care poti sa le alegi in viata, sunt unele pe care nu poti sa le alegi. Alea nu se negociaza. Atunci negociaza-le pe restul. O viata ai. Deci hai sa numaram, dragi ascultatori, sa numaram toti impreuna: Cate vietii avem? Doi, trei, si! Unu! Si gata! Intelegi ce zic? Deci atata-i tot. Ce sa...? Am uitat ce m-ai intrebat.

38:31 Andrei: Deci ai luat, ai luat multe si de la mama ta si aplici si tu.

38:34 Cristi: Mama era o femeie extraordinara, din punctul asta de vedere. Era inaintea timpurilor ei. Adica pentru ea palma celebra – ca noi am crescut in perioada comunista, luai la palme si de la profesori, nu de la parinti, profesorul iti dadea: “Ce-ai facut, ma? Mananci in ora?” – ea era total impotriva. Deci eu am gasit acum, cand sunt mai mare, nu din teoriile mamei, ca doar iti dai seama, mama, eu copil mic si zicea: “Hai sa-ti explic ce teorii am!” Vazand ce facea si cum ne crestea ea, le vad ca sunt super in ton cu teoriile astea moderne. Si eu am invatat foarte mult. Adica pe partea de comunicare, asta m-a dus intruna inainte. Pe de alta parte, traia in vremurile alea, cum le traia, si avea anumite limitari si ea atunci si pe astea am vazut ca le preiau. Adica muream cand imi zicea sora-mea mai mica cu doi ani de zile, nu asa distante mari cum sunt intre ai nostri, doi ani de zile, adica practic aproape nimic. Si zicea mama: “Hai, du tu gunoiul ca esti mai mare. Esti ala mai mare” Eu intepeneam. Si acum innebunesc cand aud “Tu esti mai mare. Du tu gunoiul!”. Dar uita-te ca m-am trezit si eu zicand asta.

39:50 Andrei: Ai adus-o si tu in prezent. Cristi, ascultam intr-o zi podcast-ul tau si mi-a ramas in minte o expresie. Vreau sa povestim putin de ea: “a ramane o fiinta luminoasa”. Tu te adresai



parintilor care au trecut prin provocari legate de sanatate. Povesteste putin si ascultatorilor nostri ce te-a determinat sa abordezi genul asta de teme si ce concluzie ai capatat? Top of mind...

40:18 Cristi: Hai sa-ti zic de ce am inceput sa fac podcast-ul, ca si asta e o poveste foarte interesanta. Eram invitat, cum sunt invitatul tau acum, si vorbim despre avioane din continente – “Animale din continente”. Mai tii minte jocul ala, “Animale din continente”?

40:29 Andrei: Ce tare era!

40:30 Cristi: L-am gasit acum, in editie noua. Si l-am jucat cu copiii, l-am jucat cu copiii, cu un regulament inventat de mine in copilarie si a durat atat de mult, s-au plictisit ai mei atat de tare, incat acum cand mai aud de “Animale din continente”, zic: “Du-te dracu’ cu jocul tau ca nu mai rezolv jocul. Ei, si eram invitat la podcast-ul lui Robi Katai despre digital marketing, chestii destepate, eram noi pe treaba acolo, si la un moment dat nu stiu cum m-a intrebat el: “Dar cum e cu familia? Totul e in regula?” Zic: “Da, mai, da. Suntem OK, mai ales ca acum am mai scapat si eu de niste mici probleme pe care le-am avut”. Dar zice: “Ce probleme ai avut?” Zic: “Am experimentat niste atacuri de panica. Nevasta-mea a fost in spital, copii au fost in spital, cand am iesit din perioada aia – ca asa am aflat ca se intampla, dupa ce te relaxezi din ele. Si vorbeam foarte relaxat: “Da, acum e OK, am trecut de ele, stiu ce sunt, le gestionez, nu mai sunt probleme”. Si asta era tacut asa, zice: “Vai, dar cat curaj ai sa vorbești despre asta!” Si eu zic: “Dar ce curaj iti trebuie, prietene?” Ca-s ale mele, ce vrei sa fac? Sa m-arat Greuceanu cand de fapt sunt...Stii, din fata-s zimbru, din profil, timbru? Nu, astea-s ale mele, am trecut. Trebuia sa le gestionez, ce vrei sa fac? Zice: “Dar putina lume vorbeste de asta.” “Pai, dar de ce?” si eu eram contrariat. “Dar de ce nu vorbeste? De ce sa nu vorbeasca?” Adica eu cred ca daca ar vorbi lumea, ar ajuta. Si tot din vorba in vorba, zice asta: “Dar de ce nu faci tu un podcast pe zona asta?” Si eu, ma rog, c-asa sunt eu, zic: “Auzi, daca ascultatorii tai o sa zica ca exista nevoie de un podcast pe zona asta, eu il fac, tati.” Si m-am dus la bere dupa discutie. Eram la Cluj. Si da-i cu bere, da-i cu alea, era dupa 6, evident, eu n-am mai deschis telefonul, nicio treaba n-aveam. Si dimineata ma trezesc, bai, zeci de mesaje, zeci de mesaje: “Ar fi o idee geniala”, “ar fi...”, “ar fi...” Am zis, am zis, vorba bancului. Am zis, tati. Hai sa-l facem! Si l-am facut. Numai ca l-am facut la o perioada dup-aia. De ce? A trebuit sa ma interesez, in primul rand, ce inseamna sa faci podcast, in al doilea rand ce inseamna subiectul asta, cum sa abordez subiectul asta? Pentru ca erau oameni cu... Eu am vrut...Asta a fost ideea principala: oameni care au avut probleme si sa

aratam ascultatorilor cum pot sa scape de probleme sau cum sa iasa. Si asa mi-am ales primii invitati, in functie de asta. Dup-aia e discutia, acum ne facem pe zoom, ca radem, glumim si alea-alea. Pai nu poti sa faci un podcast pe sanatate mintala, daca nu-i omul langa tine, daca nu te uiti in ochii lui, daca nu simti ca transpira. Am avut cativa invitati – nu le zic numele ca nu-i frumos, dar sunt acolo public oricum – era pentru prima oara cand recunosteau public c-au avut problemele alea. Si acum ce sa zic? Nu pot sa zic ca rup norma cu podcast-urile alea, dar sunt peste 5000 de descarcari la podcast-urile alea, care inseamna tot atatia oameni care cumva au avut ceva de castigat din toate discutiile pe care le-am avut cu oamenii aia. Acum, de ce am facut eu? Ca nu-s specialist. Iti dai seama ca nu-s specialist, dar mi-a zis un tovaras foarte bun, psiholog baiatul, zice, cand i-am zis de idee: “Bai, dar nu m-as baga, mai, ca iti dai seama, sanatate mintala, dracului, oi calca pe ceva becuri pe acolo...Eu sunt tampit si slobod la gura si cine stie ce o sa fac.” Zice: “Nu, esti cel mai potrivit, pentru ca cu tine omul stabileste o relatie de comunicare foarte deschisa, ceea ce e extrem de important. Doi la mana, poate mai important, e ca tu ai experimentat un pic din ceea ce inseamna paleta asta enorma de anumite probleme de sanatate mintala” Eu am avut niste atacuri de panica. Bine, cand mi s-au intamplat, am crezut ca mor. Mi s-a parut ca se termina...Bubuia inima. Gata! Mi-am facut toate analizele, ca zic ca-i clar de la inima, ceva. Si asta doctorul zice: “Nu, ai avut atacuri de panica.” Si eu eram in faza: “Eu, atacuri de panica? Eu? Cum, mai? Eu sunt Greuceanu, Gigi Duru’, ma!” Ei, si am inceput sa fac podcast, am inceput sa ma interesez si mi-am dat seama ca ale mele sunt pistol cu apa, asta, ce-am avut eu. Pistol cu apa fata de ce...prin ce trec altii. Si in acelasi timp am vazut ca...nu inteleg de ce lumea nu vorbeste. Am acum niste promisiuni, de un fel de celebrities, care n-au zis niciodata asa ceva. Si cumva, eu am si zis, ca am asa un nas de ala de viitor, “O sa vezi ca o sa ceara lumea podcast-ul asta”. Pentru ca deja e acolo o chestie care te roade si ai vrea sa zici. Pai nu mai bine mi-o zici mie, ma? Ca eu sunt empatic, deschis...

44:49 Andrei: E eliberatoare, e eliberatoare.

44:51 Cristi: Exact, exact. Si acum m-am oprit din inregistrari ca – ce sa fac? – trebuie sa fiu fata in fata, e mai complicat. O sa le reluam in perioada urmatoare si mergem inainte cu seria asta, pentru ca reactiile sunt fabuloase. Deci am niste mesaje, ca sa-ti dau mesaje private... Bai, Gogule, deci am si mesaje de le printez si le pun pe perete, sa le vad tot timpul si sa-mi aduc aminte ca de-aia fac podcast-ul asta. Se ridica pielea pe tine cand vezi ce mesaje primesc.

45:21 Andrei: Da, sunt multe, sunt multe zone care se intampla aici, la “mansarda”. Si sunt de acord cu tine ca rareori gasesti confortul asta de a vorbi. Tu crezi foarte bine conexiunea asta si rareori gaseste omul confortul sa vina, sa-ti spuna anumite lucruri. Tu crezi spatiul asta foarte fain si mi se pare foarte misto. Chiar mi-a placut si mi-a ramas in minte expresia asta si e foarte fain, cu “a ramane o fiinta luminoasa”, a-ti pastra cumva tonusul si pozitivismul...OK, toate lucrurile merg inainte.

45:54 Cristi: Stii ce inteleg eu prin “fiinta asta luminoasa”? Intr-adevar nu stiu de ce mi-a venit sa zic eu asa ceva, ca zici ca-s din ceva, versete biblice sau asa...dar nu e asta. Eu am pornit de la unul – pentru mine e unul, daca nu, cel mai tare vers ever, din istoria muzicii – al lui Leonard Cohen. “There’s a crack in everything/That’s how the light gets in”. Deci e geniala, geniala treaba asta! “E o crapatura in orice, pe acolo intra lumina”. Daca esti fiinta luminoasa, esti tot-tot-tot o crapatura. Deci lumina trece prin tine ca tu esti tot o crapatura. Fata de un corp opac care are o mica crapatura si abia lasa un pic lumina sa intre. Asta inseamna pentru mine “fiinta luminoasa”, sa fii deschis la tot si la orice, la lumea din jur, ca sa poata sa treaca lumina prin tine. Viata e complicata, mai ales cand apare copilul, cand sunt tot felul de provocari si cumva ai tendinta sa te opacizezi, sa nu mai lasi lumea asa, sa vina inspre tine si sa treaca, sa te lumineze. Dar e o greseala fantastica, din punctul meu de vedere. Si asta e teoria mea cu fiinta luminoasa. Nu stiu daca-i gresita, daca nu-i gresita.

47:07 Andrei: Mie imi place.

47:09 Cristi: Am zis eu la un moment dat o chestie din asta si acum lumea incepe sa ma citeze, ca iar ma enervez. Trebuie sa cizelez asta, sa nu cumva sa zica cineva, ceva.

47:17 Andrei: Am pus ghilimelele de rigoare, dar iti spun sincer, chiar mi-a ramas in minte, si acum ca mi-ai si explicat si ai mai adaugat greutate. Chiar imi place si rezonaz cu povestea asta. Intr-adevar, sunt momente si momente in viata, cu diferite greutati sau cu diferite momente in care trebuie sa accepti sa treaca lumina. E foarte fain, foarte fain!

47:38 Cristi: Uite, apropo de asta, recomand tuturor, Steve Peters se numeste autorul, “Paradoxul cimpanzeului”. E o carte care e asolut senzationala, fara a fi senzationala. Pur si simplu iti explica cum functioneaza creierul tau. Ca ai un cimpanzeu acolo. Ai doua creiere, cum ar veni: cimpanzeul, ala animalicul, si asta normal, de om inteligent, care citeste “Dilema veche”, de-

astea. Problema e ca cimpanzeul reactioneaza tot timpul primul, ca-i cimpanzeu. Si tu trebuie sa-l linistesti tot timpul, sa zici: “Gogule, stai, mai, un pic, ca avem treaba. Stai, ma! Ce te tot stresezi asa? Stai, mai!” si sa negociezi cu el tot timpul, permanent. Si autorul recomanda nu cumva sa te iei la tranta cu cimpanzeul. De ce? Pai el e cimpanzeu, tu esti om. In caz ca nu stii, un cimpanzeu te face la skandenberg asa, fluierand. Si atunci trebuie o negociere tot timpul cu cimpanzeul ala.

48:27 Andrei: De cate ori te-ai luat la tranta, Cristi, cu cimpanzeul?

48:30 Cristi: Cu cimpanzeul? Da, sa-ti arat cate zile de spitalizare interioara am primit ca am zis: “Ia, hai, ma, parte-n parte ne facem!” Un cap in gura mi-a dat si trei zile eram imprastiat pe jos. Aia e, tot timpul trebuie sa negociezi cu animalul care esti, ca n-ai ce sa faci. Daca vrei sa fii om. Daca nu, du-te prin paduri si atunci fii animal.

48:51 Andrei: Cristi, ne aflam la “Provocari de parinte” si am o intrebare care asa, usor-usor, ne apropie de finalul interventiei noastre, desi nu mi-as fi dorit. E o reala placere sa vorbesc cu tine.

49:01 Cristi: Lasa ca vii si tu cu un “six pack” si dup-aia...

49:07 Andrei: Noi vorbim aici de provocari. Ne-a spus si tu din provocarile tale, invitatii mei de pana acum mi-au povestit si ei din provocarile lor. Zi-mi si mie cea mai mare provocare a ta prin care a trebuit sa treci sau prin care treci acum, de parinte.

49:20 Cristi: Uite, vezi ca-s la al treilea copil si aici, daca exista un calcai al lui Ahile al meu, ca parinte – aici iar sunt diferit de nevasta, ca ea nu-i asa – e ca de fiecare data cand unul din copiii mei, si asta la 21 de ani, daca iti poti imagina, ca n-ai cum, nu te schimbi niciodata – de fiecare data cand da semne de o mica problema de sanatate, sunt praf. Deci sunt praf! Ma agita, ma stresez, desi stiu ca nu trebuie. Cimpanzeul-parinte din mine reactioneaza instant. Deci aia e cea mai mare provocare: cumva sa ma relaxez, ca nu ajuta nimic. Copilul, daca face febra, oricum o face. Ca te agiti tu, ca nu, nu-l mai agita si tu. Asta e cea mai mare provocare din punctul meu de vedere. Sa trec mai lejer peste problemele de sanatate ale copiilor mei si ale nevastei, de fapt, ca asta e la mine. Asta e cea mai mare...e calcaiul meu al lui Ahile. Si recunosc si de ani de zile incerc sa ma reglez pe tema asta si n-am nici cea mai mica sansa. Acum zic: “Gata, zen, frumos”,

si vine aia mica: “Tati, ma doare capul.” Am intepenit. Iarasi, instant, am intrat in starea aia. N-am ce sa fac! Aici e o problema mare la mine, asta e cea mai mare provocare.

50:33 Andrei: Esti un tata aparte si foarte iubitor. Cristi, iti multumesc foarte mult pentru tot ce ai share-uit astazi cu noi. A fost o bucurie sa povestim. Apreciez foarte mult si franchetea ta.

50:45 Cristi: Da, mai, stiu. Da, da, da, sunt foarte bun.

50:49 Andrei: Esti foarte bun, da. Cand o sa ma hotarasc foarte tare, foarte, foarte tare sa devin tata, vin cu “twelve pack”, nu cu “six pack”. E clar ca trebuie sa iau ceva de la tine, cu cimpanzeii, cu lumina, ceva iau sigur. Dar pana atunci iti multumesc mult de tot ca ai fost alaturi de noi si sper sa ne revedem curand.

51:08 Cristi: Cu mare drag. Si vreau sa...ca sa lansez era sa zic, un ultim mesaj pentru ascultatorii nostri cei dragi – cred ca-s dragi, ca nu stiu cine sunt – sa fiti iubiti, dar numai daca meritati!

51:22 Andrei: Multumim mult de tot, Cristi!