

# Turinys

## **IŽANGA**

Rozeto paslaptis 9

### PIRMA DALIS

## **Galimybė**

### **PIRMAS SKYRIUS**

Mato efektas 19

### **ANTRAS SKYRIUS**

10 000 valandų taisyklė 38

### **TREČIAS SKYRIUS**

Genialumo problema, I dalis 68

### **KETVIRTAS SKYRIUS**

Genialumo problema, II dalis 88

### **PENKTAS SKYRIUS**

Trys Joe Flomo pamokos 110

### ANTRA DALIS

## **Paveldas**

### **ŠEŠTAS SKYRIUS**

Harlanas, Kentukio valstija 151

**SEPTINTAS SKYRIUS**

Etninė lėktuvų katastrofų teorija 165

**AŠTUNTAS SKYRIUS**

Ryžių laukai ir matematikos testai 207

**DEVINTAS SKYRIUS**

Maritos sandoris 229

**EPILOGAS**

Jamaikietiška istorija 247

*Pastabos 262*

*Padėkos 270*

## I Ž A N G A

## Rozeto paslaptis

„TIE ŽMONĖS MIRDAVO NUO SENATVĖS.  
ŠTAI IR VISKAS.“

Išskirtinumas:

1. Tai, kas nutolę arba skirtingai klasifikuojama nei pagrindinė ar susijusi dalis;
2. Statistinė stebėjimų reikšmė, kuri gerokai skiriasi savo verte nuo kitų imties verčių.

**1.**

Rozeto Valfortorės miestelis yra už šimto mylių į pietryčius nuo Romos, Italijos srityje Fodžoje, Apeninų prieškalnėse. Miestelis viduramžių stiliumi išsidėstęs aplink didelę centrinę aikštę. Priešais ją stovi *Palazzo Marchesale*, rūmai priklausantys Saggese šeimai, kurios atstovai kadaise buvo didžiausi šio krašto žemvaldžiai. Arkų galerija vienoje pusėje veda prie *Madonna del Carmine*, Karmelitų Dievo Motinos bažnyčios. Siauri akmeniniai laipteliai kyla kalvos šlaitu, iš abiejų pusių supami arti vienas kito susispietusiu dviaukščių mūrinių, raudonomis čerpėmis dengtų namų.

Daugelį šimtmečių Rozeto *paesani* dirbo aplinkinių kalnų marmuro kasyklose arba laukuose žemiau besidriekiančio slėnio

terasoje, iš ryto nusileidę keturias penkias mylias nuo kalno ir tokį pat ilgą kelią sukorę atgal į kalną vakare. Gyvenimas buvo sunkus. Menkai išsilavinę miestelėnai beviltiškai skurdo ir neturėjo jokios vilties, kad jų ekonominė padėtis pagerės, kol XIX amžiaus pabaigoje Rozetą pasiekė kalbos apie didelių galimybių kraštą anapus vandenyno.

1882 metų sausį vienuolikos rozetiečių grupė – dešimt vyrų ir vienas berniukas – išplaukė į Niujorką. Pirmąją naktį Amerikoje jie praleido Manhatano Mažajoje Italijoje\*, miegodami ant Mulberi gatvės tavernos grindų. Paskui ryžosi leisti į vakarus, galų gale gavo darbą skalūno kasyklose devyniasdešimt mylių į vakarus nuo Niujorko, netoli Bangoro miesto, Pensilvanijoje. Kitais metais iš Italijos į Ameriką išvyko dar penkiolika rozetiečių, ir keli šios grupės nariai taip pat atsidūrė Bangore – prisijungė prie skalūno kasyklose dirbančių tėvynainių. Šie imigrantai savo ruožtu perdavė žinią į Rozetą apie Naujojo Pasaulio perspektyvas, ir netrukus viena rozetiečių grupė po kitos krovėsi lagaminus ir vyko į Pensilvaniją, kol galiausiai pirminė imigrantų srovė tapo potvyniu. Vien 1894 metais maždaug 1200 rozetiečių kreipėsi dėl pasų vykti į Ameriką, apleisdami savo senajame miestelyje ištisas gatves.

Ant uolingo šlaito, kurį su Bangoru jungė status, furgonų provėžų išmuštas kelias, rozetiečiai pradėjo pirkti žemę. Ten jie siaurose gatvėse, banguojančiose šlaitu tai aukštyn, tai žemyn, statė greta vienas kito susigrūdusius dviaukščius mūrinius namus skalūnu dengtais stogais. Jie pastatė bažnyčią ir davė jai Karmelitų Dievo Motinos vardą, o pagrindinę gatvę, kurioje stovėjo bažnyčia, pavadino Garibaldžio aveniu – didžiojo didvyrio, kovojusio dėl Italijos suvienijimo, garbei. Iš pradžių rozetiečiai pavadino savo miestą Naująja Italija. Bet netrukus pakeitė pavadinimą į

\* Mažoji Italija (*Little Italy*) – taip JAV ir Kanadoje vadinami išėivių iš Italijos gyvenami miestų kvartalai. (Vert. past.)

Rozetą, kuris pasirodė tinkamesnis, nes beveik visi buvo atvykę iš to paties Italijos miestelio.

1896 metais vadovavimą Karmelitų Dievo Motinos bažnyčiai perėmė veiklus jaunas dvasininkas tėvas Pasquale'is de Nisco. Jis steigė religines draugijas ir organizavo bažnytines šventes. De Nisco skatino miestiečius dideliuose savo namų užpakaliniuose kiemuose įdirbti žemę ir ten sodinti svogūnus, pupas, bulves, melionus ir vaismedžius. Jis dalijo sėklas ir svogūnėlius. Miestas atgijo. Rozetiečiai daržuose už namo pradėjo laikyti kiaules ir auginti vynuoges naminio vyno gamybai. Buvo pastatyta mokyklų, vienuolynas, įrengtas parkas ir kapinės. Garibaldžio aveniu atidaryta mažų parduotuvėlių, kepyklų, restoranų, barų. Iškilo daugiau kaip tuzinas fabriku, kuriuose buvo siuvasos palaidinukės, skirtos parduoti. Kaimyninis Bangoras didžiąja dalimi buvo atvykėlių iš Anglijos ir Velso miestas, o kitame toliau už jo esančiame mieste daugiausia gyveno vokiečiai, vadinasi, – turint omeny įtemptus ano meto santykius tarp anglų, vokiečių ir italų, – Rozetas liko tik rozetiečių miestu. Jei pirmaisiais keliais XX amžiaus dešimtmečiais būtumėte išėję paklaidžioti Pensilvanijos Rozeto gatvėmis, būtumėte išgirdę kalbant tik itališkai, ir ne šiaip itališkai, o aiškiu Italijos Rozete vartojamu pietų Fodžos dialektu. Pensilvanijos Rozetas buvo mažytis, savarankiškas, aplinkinėms bendruomenėms beveik nežinomas pasaulis ir toks galėjo likti, jei ne Stewartas Wolfas.

Wolfas buvo gydytojas. Jis tyrinėjo maisto virškinimą ir skrandį, dėstė Oklahomos universiteto Medicinos mokykloje. Vasarodavo savo ūkyje Pensilvanijoje, netoli Rozeto – nors tai, žinoma, mažai ką reiškė, nes Rozeto miestelis buvo toks uždaras, kad galėjai gyventi kaimyniniame mieste ir iš esmės nieko apie jį nežinoti. „Vieną kartą, kai mes ten vasarojome – turbūt XX amžiaus šeštojo dešimtmečio pabaigoje, – buvau pakviestas

skaityti paskaitos vietos medikų draugijai, – praėjus keleriems metams duodamas interviu pasakojo Wolfas. – Po paskaitos vienas iš vietinių daktarų pakvietė mane išgerti alaus. Ir mums gurkšnojant pasakė: „Žinot, verčiuosi gydytojo praktika jau septyniolika metų. Turiu pacientų visur, bet retai sulaukiu pacientų iš Rozeto, kuriems būtų iki šešiasdešimt penkerių ir kurie sirgtų širdies ligomis.“

Wolfas jautėsi priblokštas. Buvo XX a. šeštasis dešimtmetis, laikas prieš pasirodant cholesterolio kiekį mažinantiems vaisiams ir širdies ligų prevencijos aktyvioms priemonėms. Jungtinėse Valstijose siautė infarktų epidemija. Tai buvo pagrindinė vyrų iki šešiasdešimt penkerių mirties priežastis. Sveikas protas sakė, kad neįmanoma verstis gydytojo praktika ir nesusidurti su infarktais.

Wolfas nusprendė tai ištirti. Jis pakvietė į pagalbą keletą savo studentų ir kolegų iš Oklahomos. Jie surinko miesto gyventojų mirties liudijimus nuo pačių seniausių laikų, kiek tik buvo įmanoma. Analizavo gydytojų įrašus. Nagrinėjo ligos istorijas ir sudarinėjo šeimų genealogijas. „Kibome į darbą, – pasakojo Wolfas. – Nusprendėme atlikti preliminarų tyrimą. Pradėjome 1961-aisiais. Meras pasakė: „Visos mano seserys jums padės.“ Jis jų turėjo keturias. Jis sakė: „Galite įsikurti miesto tarybos salėje.“ – „Kur tada rengsite miesto tarybos posėdžius?“ – paklausiau. „Na, – tarė jis, – mes juos kuriam laikui atidėsime.“ Tos damos mums atnešdavo priešpiečius. Turėjome mažas kabinas, kur galėjome paimti kraujo ir padaryti elektrokardiogramas. Prabuvome ten keturias savaites. Tada pasikalbėjau su valdžia. Jie skyrė mums vasarai mokyklos patalpas. Pakvietėme pasitikrinti visus Rozeto gyventojus.“

Rezultatai pribloškė. Faktiškai nė vienas Rozeto gyventojas iki penkiasdešimt penkerių nebuvo miręs nuo infarkto ir neturėjo

jokių širdies ligų požymių. Vyrų, sulaukusių daugiau kaip šešiasdešimt penkerių metų, mirties nuo širdies ligų procentas Rozeto mieste buvo beveik per pusę mažesnis nei visose Jungtinėse Valstijose. Bendras mirtingumas Rozete iš esmės buvo 30–35 procentais mažesnis, nei tikėtasi.

Wolfas atsivežė pagalbon draugą – sociologą iš Oklahomos Johną Bruhną. „Nusamdžiau medicinos studentus ir sociologijos doktorantus atlikti apklausas, ir ėjome Rozeto mieste nuo namo prie namo kalbėdamiesi su kiekvienu asmeniu nuo dvidešimt vienų metų“, – prisimena Bruhnas. Tai vyko daugiau kaip prieš penkiasdešimt metų, bet Bruhno balse vis dar juntama nuostaba, kai jis pasakoja apie tai, ką jie ten aptiko. „Jokių savižudybių, alkoholizmo, narkomanijos ir labai žemas nusikalstamumo lygis. Niekas ten negyveno iš socialinių pašalpų. Tada mes pasidomėjome skrandžio ir dvylikapirštės žarnos opomis. Jomis jie taip pat nesirgo. Tie žmonės mirdavo nuo senatvės. Štai ir viskas.“

Wolfo profesijos žmonės turėjo terminą, skirtą apibūdinti tokią vietą kaip Rozetas – vietą, kuri buvo anapus kasdienės patirties ir kurioje negalioja įprastos taisyklės. Rozetas buvo *išskirtinis*.

## 2.

Pirmiausia Wolfui į galvą šovė mintis: rozetiečiai yra sveikesni už kitus amerikiečius, nes tikriausiai išlaikė kai kuriuos iš Senojo Pasaulio atsivežtus mitybos įpročius. Bet greitai jis suprato, kad mintis nebuvo teisinga. Rozetiečiai, ruošdami valgį, naudodavo taukus, o ne Italijoje įprastą ir daug sveikesnį alyvuogių aliejų. Pica Italijoje buvo plonas paplotis su druska, aliejumi ir galbūt dar pomidorais, ančiuviais ar svogūnais. Pica Pensilvanijoje buvo tešla su dešra, *pepperoni*, saliamiu, kumpiu, o kartais ir kiaušiniiais. Tokie saldumynai kaip *biscotti* ir *taralli* Italijoje paprastai

būdavo skirti Kalėdoms ir Velykoms; Rozete juos valgydavo visus metus. Kai Wolfas pavedė dietologams išanalizuoti tipiško rozetiečio maitinimosi įpročius, šie aptiko, kad iš riebalų jie gauna milžinišką kiekį kalorijų – 41 procentą. Taip pat tai nebuvo miestas, kur žmonės keliasi auštant, kad užsiimtų joga ir žvaliai nubėgtų šešias mylias. Pensilvanijos rozetiečiai labai rūkė ir daugelis kovojo su nutukimu.

Jei maitinimasis ir mankšta nepaaiškina tokių rezultatų, kaip dėl genetikos? Rozetiečiai buvo glaudžiai tarpusavyje susijusių žmonių grupė iš tos pačios Italijos srities, ir kita Wolfo mintis buvo išsiaiškinti, ar jie nėra kilę iš ypač ištvermingos padermės, ir tai apsaugo juos nuo ligų. Taigi jis surado kitose Jungtinių Valstijų dalyse gyvenančius rozetiečių giminaičius ir aiškinosi, ar jie pasižymi tokia pat nepaprastai gera sveikata kaip giminaičiai Pensilvanijoje. Bet jie tuo pasigirti negalėjo.

Tada jis atkreipė dėmesį į regioną, kuriame rozetiečiai gyveno. Ar gali būti, kad gera sveikata kažkaip susijusi su gyvenimu rytinėse Pensilvanijos prieškalnėse? Du artimiausi miestai buvo Bangoras, įsikūręs tiesiog kaimynystėje, ir Nazaretas – vos už kelių mylių. Jie buvo panašaus dydžio kaip Rozetas, abu apgyvendinti tokiais pat darbščiais emigrantais iš Europos. Wolfas nuodugnai peržiūrėjo abiejų miestų medicininės korteles. Vyrų, sulaukusių daugiau kaip šešiasdešimt penkerių metų, mirtingumas nuo širdies ligų Bangore ir Nazarete buvo tris kartus didesnis negu Rozete. Dar viena aklavietė.

Tuomet Wolfas pradėjo suvokti, kad Rozeto paslaptis – visai ne mityba, mankšta, genai ar vietovė. *Paslaptis – pats Rozeto miestelis*. Tai Bruhnas ir Wolfas suvokė vaikštinėdami po miestą. Jie matė, kaip rozetiečiai lanko vienas kitą, sustoja gatvėje pasikalbėti itališkai arba, sakykim, gamina valgį vieni kitiems savo soduose už namo. Bruhnas ir Wolfas sužinojo apie šeiminius kla-



nus, kurie sudarė miesto socialinės struktūros pagrindą. Jie pamatė, kaip daugelyje šeimų trys kartos gyvena po vienu stogu ir kiek pagarbos čia sulaukia seneliai. Jie nuėjo į mišias Karmelitų Dievo Motinos bažnyčioje ir pamatė, kaip bažnyčia suvienija ir nuramina. Mieste, kuriame gyvena vos daugiau kaip du tūkstančiai žmonių, jie suskaičiavo dvidešimt dvi atskiras miestiečių organizacijas. Jie aptiko savotišką egalitarinį bendruomenės etosą, kuris neleido turtuoliui puikuotis pasiekimais ir padėjo nevykėliui paslėpti nesėkmes.

Perkėlę pietų Italijos *paesani* kultūrą į rytines Pensilvanijos kalvas, rozetiečiai sukūrė galingą apsauginę socialinę struktūrą, gebančią izoliuoti juos nuo šiuolaikinio pasaulio spaudimo. Rozetiečių sveikatos priežastis buvo tai, iš kur jie buvo kilę, tai, kad jie mažyčiame miestelyje tarp kalvų susikūrė savo pasaulį.

„Pamenu, kai į Rozetą atvykau pirmą kartą, ir jūs turėtumėte tai pamatyti: kaip drauge valgo trys šeimos kartos, visas tas kepyklas, tuos žmones, vaikštinėjančius gatvėmis, sėdinčius verandoje ir besišnekučiuojančius vienas su kitu, palaidinukų fabrikus, kuriuose per dieną dirba moterys, tuo metu, kai vyrai plūša skalūno kasyklose, – sako Bruhnas. – Tai buvo nuostabu.“

Galite įsivaizduoti, su koku skepticizmu susidūrė Bruhnas ir Wolfas, kai pirmą kartą pristatė savo išvadas medikų bendruomenei. Jie ėjo į konferencijas, kur jų kolegos pristatinėjo daugybę sudėtingomis diagramomis išdėstytų duomenų ir kalbėjo apie tokius dalykus kaip genai ir fiziologiniai procesai; užuot pasakoję apie tai, Bruhnas ir Wolfas prakalbo apie paslaptinę ir magišką naudą, kurią teikia žmonių stabtelėjimas pasikalbėti vienas su kitu gatvėje ir trijų kartų gyvenimas po vienu stogu. Tuo metu tradicinė galvosena bylojo, kad ilgas gyvenimas labai priklauso nuo to, kas mes esame, – t. y. nuo mūsų genų. Tai priklauso nuo priimamų sprendimų: ką renkamės valgyti, kiek nusprendžiame

mankštintis, kaip efektyviai esame gydomi medicinos sistemos. Niekas negalvodavo apie sveikatingumą *bendruomenės* terminais.

Wolfui ir Bruhnui teko įkalbėti įtakingus medikų sluoksnius mąstyti apie sveikatingumą ir infarktus visiškai naujai: reikėjo įrodyti, kad jie nepajėgs suprasti, kodėl kas nors yra sveikas, jei mąstys apie individo asmeninius pasirinkimus ir veiksmus izoliuotai. Jie turėjo aprėpti *daugiau* nei pavienis individas. Šie medikai turėjo suprasti kultūrą, kurios dalis jis ar ji buvo, suprasti, kas buvo jų draugai ar šeima ir iš kokio miesto jų šeimos atvyko. Jie turėjo pripažinti idėją, kad pasaulio, kuriame gyvename, vertybės ir mus supantys žmonės turi didžiulį poveikį tam, kas mes esame.

Šia knyga noriu pakeisti sėkmės supratimą taip, kaip Stewartas Wolfas pakeitė supratimą apie sveikatą.