

Com podem lliurar-nos d'un mediocre?



Clàudia Munné, 20 de maig del 2025, Barcelona,

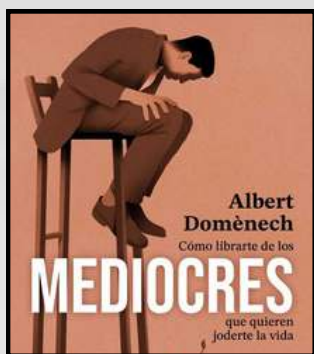
En una terrassa de Sarrià, l'Albert Domenech ens parla del seu nou llibre. Publicat el mes passat, *Como librarte de los mediocres que quieren joderte la vida* ens presenta aquelles persones difícils d'identificar que poden arruïnar-te la vida. Albert Domenech és redactor en cap de *La Vanguardia* des de fa més de disset anys. Guionista, director i locutor, ha decidit publicar el seu primer llibre, ple de comèdia però amb un missatge contundent: vigileu amb els mediocres. L'entrevistem perquè ens expliqui de què va aquest llibre. Què és un mediocre?

"Si deixem entrar les persones mediocres dins la nostra vida, ens poden fer molt mal, sobretot a nivell mental"

- **Ho he de preguntar: d'on surt la idea d'escriure aquest llibre?**

Jo sempre dic que surt de l'observació individual i de l'observació social, perquè són moltes coses que la gent ha compartit amb mi. Tenia la sensació que es parlava molt de la pandèmia, però que teníem altres plagues importants, com les persones a qui he categoritzat c

Continua a la pàgina següent



om a mediocres. Penso que cada vegada estan guanyant més terreny en la nostra societat. Vaig pensar que estaria bé fer una reflexió social amb humor i ironia, perquè l'humor fa que les idees entrin més bé, però amb crítica. Si deixem entrar les persones mediocres dins la nostra vida, ens poden fer molt mal, sobretot a nivell mental.

- **S'ha trobat amb mediocres al llarg de la seva vida? Com s'enfronta a ells?**

•
Jo n'he tingut, i crec que tots podem dir el mateix. Al llibre faig una classificació de quinze tipus de mediocre, ordenats de menys a més perillosos. He conegut molts mediocres, però per sort no m'he topat amb el més perillós de tots, que és el que té un perfil més psicòpata. I com m'enfronto a ells?

Doncs depèn. Hi ha molts mediocres que, si els mostres indiferència, ja en tens prou. Però n'hi ha d'altres, més perillosos, amb qui aquest mètode no funciona. El primer que recomano és observar, per detectar-los a temps. El segon consell és evitar obrir-se massa a un mediocre, per protegir-te i evitar que et facin mal. Finalment, si la cosa es complica, tot depèn de tu. Cal fer balança: mirar què t'aporta aquella persona. Si les coses negatives superen les positives, és moment de plantejar-se un canvi.

"Per mi, l'humor és molt important"

- **Per què diu que el seu llibre no és d'autoajuda? És un manual?**

Jo sempre dic que no és un llibre d'autoajuda, perquè la meua intenció en escriure'l és compartir experiències amb la gent. Per mi, l'

Continua a la pàgina següent

humor és molt important. A partir d'aquí, si a un lector el llibre li ha servit o l'ha ajudat, ho celebro, però aquest no era l'objectiu inicial. El que vull és mostrar una realitat i fer-ho amb humor per atreure el lector.

- **S'ha divertit escrivint aquest llibre?**

Molt. Ha estat una catarsi, i crec que això és el que passa amb tota la gent que escriu. És un llibre que vaig escriure en un mes i mig, perquè m'ho vaig passar molt bé fent-lo.

- **El seu llibre es troba entre els 50 més venuts a Amazon. S'esperava aquest èxit?**

No m'ho esperava. Per mi, l'èxit és una cosa molt relativa. No tenia unes expectatives concretes amb aquest llibre. Tenia la sensació que podia funcionar, però mai m'he plantejat si arribaríem a segones edicions. Per mi, el fet d'escriure un llibre ja és un èxit. És un procés complicat i admiro profundament totes les persones que han publicat un llibre.

- **Què espera que el lector aprengui?**

Potser "aprendre" és una paraula massa gran, perquè, com repeteixo sovint, la meua pretensió no és alligonar ningú. No és un llibre per dir: "Hola, us parla el messies dels mediocres". No, jo el que volia és que els lectors **obriessin els ulls**, que es **previnguessin** i es **cuidessin mentalment**. Espero que la gent prengui consciència que, sota aparences normals, s'hi poden amagar persones que poden anul·lar-te, i això és molt perillós. Cal tenir **tolerància zero** envers aquelles persones que et volen fer mal.

Llegeix l'entrevista completa a la pàgina de la revista:

<https://sites.google.com/view/el-gat-negre/literatura?authuser=0>