몇 년 전에는 매너리즘에 빠진 것 같아 미국의 위대한 철학자 모건 스펄록의 흔적을 따라 30일간 새로운 것에 도전하기로 했습니다.이 아이디어는 사실 상당히 심플해요. 계속 내 삶에 더하고 싶다고 생각한 것을 생각해 보고, 앞으로 30일간 시도해 보는 것 그리고, 새로운 습관을 추가하거나 뉴스를 보는 것 같은 습관을 줄이는 데 딱 좋은 시간이라는 것을 알게 되었습니다.

이 30일간 도전을 하면서 배운것은 처음에는 흔히 기억이 날아가고 기억이안나는 것이 많았지만 한달동안 매일 사진을 찍는 도전의 일환으로 내가 어디에 있고 무엇을 하고 있는지를 정확하게 기억하게 되었습니다.

30일에 걸친 힘든 도전을 거듭하면서 자신감이 생겼다는 것을 깨달았어요. 나는 컴퓨터 마니아고 데스크 앞에 살고 있었는데 자전거로 일하러 갈 사람이 되었습니다. 킬리만자로산을 최종적으로 하이킹하게 되었습니다. 아프리카 최고봉 킬리만자로 산에 오르기 전 30일간의 도전을 시작할 때까지는 이렇게 모험적이지 않았어요.

30일 동안이라면 뭐든지 할 수 있어요. 매년 11월에 수만명이 30일간 5만단어의 소설을 처음부터 쓰려고 생각해 본 적이 있습니까? 하루 1667어를 한 달 동안 계속 쓰는 것만으로 충분합니다. 그래서 저는 썼습니다. 그런데 그 비밀은 잠이 부족할지도 모르지만, 그 날을 위해 소설을 쓰지 않는 한 잠들지 않는다는 것입니다. 제 소설은 위대한 미국 소설입니다.

아니죠. 한 달 만에 저는 그것을 썼기 때문에 그것은 형편없었습니다.

TED의 파티에서 존 호지만을 만나면 자기가 컴퓨터 과학자라고 말 안 해도 돼요. 제가 말하고 싶으면 소설가 라고 할 수도 있습니다. 마지막으로 제가 배운 것은 지속가능한 작은 변화들을 일으키면 그걸 고집하는 경향이 강해진다는 거죠. 크고 크레이지한 도전은 아주 재미있는 일입니다

30일 동안 설탕을 포기하면 그걸 고집을 않아게 될 거지만 31일째는 이렇게 될 것입니다. 여러분들에게 질문이 있습니다. 좋아하든 아니든, 앞으로의 30일은 반드시 지나가기 때문에 30일간 쭉 시험해보고 싶다고 생각한 것을 생각해 보면 어떻겠습니까. 감사합니다.