

Paul Dolan

SREČNI DO KONCA DNI

Opuščanje mita o idealnem življenju

Paul Dolan

SREČNI DO KONCA DNI

Opuščanje mita o idealnem življenju

Prevedla Špela Vodopivec



UMco

Ljubljana 2020

Paul Dolan
SREČNI DO KONCA DNI
Opuščanje mita o idealnem življenju

HAPPY EVER AFTER
Escaping the Myth of the Perfect Life

Copyright © 2019 by Paul Dolan. All rights reserved.
© za Slovenijo UMco, d. d., 2020. Vse pravice pridržane.

Prevod: Špela Vodopivec
Izdajatelj in založnik: UMco, d. d.
Zbirka Preobrazba

Odgovorni urednik: Samo Rugelj
Knjigo uredila: Renate Rugelj
Jezikovni pregled: Mira Turk Škraba
Oblikovanje ovitka in postavitev: Aleš Cimprič
Slika na naslovnici: Depositphotos
Tisk: Primitus, d.o.o.
Naklada: 400 izvodov, 1. natis
Ljubljana 2020

Knjižno delo je izšlo v okviru programa, ki ga sofinancira
Javna agencija za knjigo Republike Slovenije.

V okviru določil Zakona o avtorski in sorodnih pravicah so brez pisnega dovoljenja založbe prepovedani reproduciranje, distribuiranje, javna priobčitev, predelava ali druga uporaba tega avtorskega dela ali njegovih delov v kakršnem koli obsegu ali postopku, v številni fotokopiranje, tiskanje in shranjevanje v elektronski obliki.

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

159.923.2
159.922.2-055.2

DOLAN, Paul, 1968-

Srečni do konca dni : opuščanje mita o idealnem življenju / Paul Dolan ; [prevod Špela Vodopivec]. - 1. natis. - Ljubljana : UMco, 2020. - (Zbirka Preobrazba)

Prevod dela: Happy ever after
ISBN 978-961-7050-79-0
COBISS.SI-ID 27922691

UMco, d. d., Leskoškova 12, 1000 Ljubljana
tel.: 01/ 520 18 39, e-pošta: bukla-urednistvo@umco.si, www.bukla.si

Vsebina

<i>Uvod</i>	7
-------------	---

PRVI DEL

Stremljenja

1 Premoženje	27
2 Uspeh	51
3 Izobrazba	75
Sklepne misli o stremljenju	101

DRUGI DEL

Vežanost

4 Poroka	109
5 Monogamija	137
6 Otroci	159
Sklepne misli o vežanosti	183

TRETJI DEL

Odgovornost

7 Altruizem	189
8 Zdravje	213
9 Hotenja in svobodna volja	241
Sklepne misli o odgovornosti	265

Za konec	269
----------	-----

<i>Končne opombe</i>	283
----------------------	-----

<i>Zahvale</i>	325
----------------	-----

Uvod

Obstajajo nepreštene zgodbe o tem, kako bi morali živeti svoje življenje. Morali bi stremeti k ciljem, najti večno ljubezen in dobro skrbeti za svoje zdravje. Prevladujoča družbena pričakovanja nam lahko s svojimi vedenjskimi smernicami olajšajo življenje in nas včasih naredijo bolj srečne. A v svojem bistvu so to še vedno pričakovanja – in to taka, ki morda niso primerna za današnjega človeka. Kot taka nemalokrat ustvarijo družbeno disonanco in naredijo več škode kot koristi. Tako postanejo družbene pasti, ki tvorijo mit o idealnem življenju.

JUNAK IZ DELAVSKEGA RAZREDA

Ker ta knjiga govori o zgodbah, ki jih podajajo družbene norme, naj začnem s svojo. To je zgodba o fantu iz delavske družine, ki je postal univerzitetni profesor, od katerega se je pričakovalo, da bo spremenil svoje vedenje v skladu s (škodljivimi) pričakovanji o tem, kako naj bi se obnašali akademiki. Pred nekaj leti sem sodeloval v zanimivi javni razpravi na temo čustva proti razumu, ki je potekala v okviru festivala *HowTheLightGetsIn* v mestecu Hay-on-Wye. Ko sem hodil čez polje, da bi šel nekaj pojest, je k meni pristopil možakar, star okoli petdeset let. Začela sva dobro

– povedal mi je, kako je užival ob moji prvi knjigi *Happiness by Design*¹ (*Načrtna sreča*). Nato pa me je pikro vprašal: »Ampak zakaj morate igrati junaka iz delavskega razreda?« Prosil sem ga, naj pojasni vprašanje. Rekel je: »To počnete v svoji knjigi in to počnete zdaj.« Sploh nisem vedel, kaj je mislil s tem, čeprav je res, da sem si takrat na polju prepeval *Dimnikar je črn grof* in bil tudi napravljen kot dimnikar.

Običajno bi bil z veseljem junak take ali drugačne vrste, ampak takrat, v tistem kontekstu, sem se počutil kot bedak. Možakar mi je začel razlagati, da »ko človek doseže določeno raven, pač *mora* spremeniti svoje vedenje«. Povedal mi je, da ne bi smel preklinjati; očitno sem v uro trajajoči javni razpravi dvakrat rekel pizda. Moj zločin naj bi bil še toliko bolj gnusen, ker sta v razpravi sodelovali ženski srednjih let. Saj veste: ženske, tista krhka bitja, ki bi se lahko živčno zlomila, če bi med razpravo slišala kletvico, ki je bila itak uporabljena zgolj za poudarek.

Pa zakaj ne bi smel preklinjati? Mogoče zato, ker to kaže na slab besednjak in/ali slaboumnost, čeprav takšne povezave nikoli niso odkrili.² Imamo pa dokaze, ki namigujejo, da študenti bolj zavzeto poslušajo učitelja, ki preklinja, kar jih obenem tudi spodbuja, da bodo tudi sami izrazili svoje mnenje.³ Preklinjanje je lahko škodljivo samo v primeru, če je agresivno ali žaljivo, nikakor pa ne, če preklinjamo zato, da bi izrazili navdušenje ali nekaj poudarili, in izključno tako ga v delovnem okolju uporabljam tudi sam. Dokazi kažejo, da imamo v takšnih okoliščinah od preklinjanja več koristi kot škode, torej je zamisel, da je preklinjanje nekaj slabega, »za znoret« neumna.⁴

Možakar je vztrajal, da bi kot profesor na Londonski šoli za ekonomijo in politične znanosti (LSE) moral dajati boljši

zgled tistim, ki me spoštujejo. Z boljšim zgledom je mislil takega, ki se sklada s splošnim vtisom univerzitetnega profesorja. (Če si na hitro pogledate spletno stran poljubnega oddelka na LSE ali katerikoli drugi ugledni univerzi, boste s fotografij učnega kolegija hitro doumeli, o čem govorim.) Apeliral je na družbeno pričakovanje, ki mi nalaga, da se moram obnašati na določen način, primeren moji profesiji srednjega razreda. Na moji šoli so mi zelo naklonjeni, vendar me tu pa tam še vedno mučijo splošna pričakovanja, da se moram vesti skladno z ozkogledimi omejitvami, ki jih narekujejo akademski stereotipi. Mori me zlasti to, da akademiki jemljejo sebe tako resno.

Pri tem pa je bolj pomembno to, da ravno tovrstni stereotipi odvrčajo delavsko mularijo od vpisa na univerzo, ker ji dajejo občutek, da bo morala potlačiti sebe, če se bo hotela vklopiti v tisto okolje. V Združenem kraljestvu in ZDA opažamo velik napredek pri rušenju predsodkov, ko gre za sprejemanje novih študentov iz delavskega okolja. Moja šola je povečala proporcionalno število študentov iz delavskega okolja za več kot katerakoli druga elitna univerza v Angliji. To je pohvalno. Toda tisti, ki nagovarjajo otroke iz delavskega razreda k višji izobrazbi, bi morali upoštevati tudi dejstvo, da se mnogi od teh otrok pravzaprav nočejo vpisati na elitne univerze in se družiti z mladino, ki je od njih tako drugačna. Marsikateri otrok iz delavskega razreda, zlasti fantje, ne želi na univerzo, ker to pomeni, da bi se moral družiti s kopico vrstnikov iz srednjega razreda, ki razmišlja in se vede zelo drugače, in ker bi ga učili učitelji iz srednjega razreda, ki ne morejo razumeti njegovih »alternativnih« poglobov na svet. Če pa otrok vztraja v tem okolju, tvega občutek odtujenosti

od svojega domačega delavskega okolja, v katerem se je vedno dobro počutil.

Po mojih izkušnjah dobronamerni srednji razred prigo-varja delavske otroke k višji izobrazbi ob predpostavki, da imajo ti otroci enake želje kot srednji razred. Ampak številni jih nimajo. In jih nikoli niso imeli. Okej, jaz opravljam poklic srednjega razreda in tudi moji otroci so brez dvoma v tem razredu. Toda med mojimi prijatelji je mnogo takih, ki univerze niso še videli od blizu, in tudi sam ohranjam nekatere delavske vrednote in vedenja. Dvigujem uteži z bodibilderji. Na bodibilderskem tekmovanju zlepa ne boste videli krojenega jopiča ali mokasinov. Ponosen sem na te razlike, se pa zavedam, da bi bilo moje življenje lažje, če bi izpolnjeval pričakovanja, ki jih nalagajo akademikom (ali v drugem primeru bodibilderjem).

Družbene norme predpisujejo, kaj bi si ljudje morali želeli, kaj bi morali početi, misliti in čutiti. Hočeš nočeš vplivajo na nas. Kadar nas družbena norma tako prevzame, da od vseh okoli sebe pričakujemo, da se bodo konformirali, smo padli v družbeno past. Če me bodo klicali junak iz delavskega razreda, potem naj bo to na način, ki bo pokazal otrokom iz delavskega razreda, da lahko sledijo nena-dejani poklicni poti in ob tem ostanejo zvesti sebi, in ne na način, ki je rigorozen in zatre človekovo pristnost. Ko spregledamo družbena pričakovanja, ki stojijo napoti naši sreči, imamo boljše možnosti, da bomo odpikali norme, ki so nas tako dolgo držale v šahu. Ko sprevidimo, da se lahko ujamemo v past, začnemo razmišljati o tem, ali bi spremenili, kar počnemo, in kako bi to storili.⁵ Lahko se celo zgodi, da bomo dobili še kakšnega mišičastega profesorja. Držim pesti.

ZA KAJ TOREJ GRE?

Zanimajo me zgodbe, ki nam govorijo, kako *bi morali* živeti. Ta definicija jih razločuje od večine tistega, kar je bilo napisanega do zdaj. Šlo je v glavnem za osebne zgodbe, ki posameznikom pomagajo razumeti muhavost lastnih izkušenj in oblikovati lastno identiteto. Sam se raje ukvarjam z družbenimi zgodbami, ki so jih predpisali drugi ljudje, vi pa posvojili. Te niso nujno utemeljene z neposredno osebno izkušnjo ali pozitivnim odzivom.

Družbene zgodbe so z gledišča psihologa sorodne uveljavljenim družbenim normam. Nimamo standardne definicije družbene norme, toda običajno vsebuje takšno ali drugačno kombinacijo treh elementov: vedenjskih zakonitosti, občutka, da bi nekaj morali početi, in sankcij za primere, ko norme ne upoštevamo.⁶ Tako so družbene norme postale precej omejujoča pravila vedenja, ki naj bi jih ljudje upoštevali. Denimo: »Če ste profesor na Londonski šoli za ekonomijo, potem ne preklinjate,« in tako dalje. Če se ne prilagodimo v skladu s tem, kar se od nas pričakuje, si lahko nakopljemo tako ali drugačno družbeno kazen ali pa vsaj besedni spor.

Če bo ekonomist hotel razumeti neko vedenje, bo najprej preučil, kaj ljudje hočejo: natančno bo opredelil njihove želje po določenih dobrinah, storitvah, izkušnjah in položajih. Včasih razlikujemo med očitnimi preferencami (kaj ljudje počnejo) in metapreferencami (kaj bi radi počeli). Morda nikoli ne berete pripovedne proze, bi pa radi bili človek, ki jo. Razlikujemo tudi med individualnimi in družbenimi preferencami: med tistimi, ki jih motivira zgolj osebna dobrobit, in tistimi, ki upoštevajo tudi vpliv svojega

vedenja na druge. Mojo definicijo družbene zgodbe torej lahko razumemo kot »metadružbeno preferenco«: odraža željo po tem, kako bi se moral vesti sleherni med nami.

Opredelil sem tri široke kategorije družbenih zgodb, ki jim bom rekel metazgodbe. Naslovil sem jih Stremljenja, Vezanost in Odgovornost. Vse podzgodbe, o katerih govorim, boste našli v eni od teh treh metazgodb. Pri stremljenju v prvem delu knjige razpravljam o ciljih, ki naj bi si jih ljudje želeli in vztrajno stremeli k njim. Od nas se pričakuje, da bomo hoteli biti premožni, uspešni in dobro izobraženi. Pri vezanosti v drugem delu knjige razmišljam o družbenih zgodbah, ki obdajajo naše najintimnejše odnose: morali bi se poročiti, biti monogamni in imeti otroke. Pri odgovornosti v tretjem delu obravnavam tri družbene zgodbe, ki nas zaposlijo z edinstvenimi pričakovanji: da bomo nesebični, zdravi in delovali s svobodno voljo.

Vse te zgodbe so preživele več generacij sprememb. Različno močno so jih oblikovale strukture moči, kulture, zakoni, družine, mediji, zgodovinske prakse in celo evolucijska prednost. V precejšnji meri se tudi navezujejo na nedavne klasifikacije naravnih človekovih teženj, ki jih je dala družbena psihologija, in vse pravzaprav temeljijo na domnevi, da nas ženejo primarne (tj. nepriučene) nagrade.⁷ Temeljne človekove težnje so: *kopičiti*, da se založimo z viri (premožni); *opolnomočiti*, da se vidimo kot vredne (uspešni); *umevati*, da razumemo stvari in znamo predvidevati (izobraženi); *pripadati* in *ljubiti*, da smo tesno povezani z drugimi (poročeni in monogamni); *negovati*, da skrbimo za svoj podmladek (otroci); *zaupati*, da vidimo druge, vsaj načeloma, kot neškodljive (altruistični); *krepiti sebe*, da poskrbimo za optimalno stanje telesa (zdravi); in *nadzorovati*,

da prepoznamo kontingenco med vedenjem in izidi (hotenjski). To daje zgodbam univerzalnost, da so uporabne v različnih kulturah.

Družbene zgodbe zadovoljijo nekatere naše naravne težnje, oblikovale pa so tudi pravila razmišljanja in delovanja, s katerimi lažje krmarimo v tem zapletenem svetu in ga lažje osmislimo. Ko v njih iščemo namige za življenje, najdemo jasno pot, ki ji lahko sledimo. In ne le, da ji hočemo slediti, včasih se še razjezimo na tiste, ki tega nočejo. Pravzaprav danes obstaja vrsta študij, v katerih so s slikanjem možganov pokazali, da ljudje občutimo zadovoljstvo, kadar lahko kaznujemo tiste, ki se ne obnašajo v skladu s tem, kar pričakujemo od njih.⁸ Pripravljeni smo celo plačati (z bankovci) za kaznovanje ljudi, za katere menimo, da so prekršili družbene norme.

MOČ IN ZGODBA

Povsem verjetno je, da moj prijatelj s festivala močno podpira obstoječe družbene hierarhije; ljudi z močno težnjo po izkazovanju dominantnosti v družbi (angl. SDO, social dominance orientation) grozno moti, kadar se drugi ne vedejo v skladu z določeno normo.⁹ Ta težnja je merilo, ki so ga socialni psihologi ustvarili za ugotavljanje, koliko oseba odobrava in podpira družbene hierarhije. Primer trditve: »Nekateri ljudje so pač inferiorni drugim.« Tisti z močno težnjo po izkazovanju dominantnosti v družbi se bodo s trditvijo bržkone strinjali in čutili odpor do ljudi v slabšem položaju. Pri njih je tudi večja verjetnost, da bodo zasedli položaje, na katerih bodo lahko uresničevali svoje

diskriminatorne preference, recimo pri policiji. Zgodbe, kot je na primer »Profesorji se morajo obnašati v skladu s svojim poklicnim stereotipom«, utrjujejo takšne hierarhije.

Pojem družbeni razred pogosto uporabljamo, ko določamo posameznikov položaj v hierarhiji. Družbeni razred opredelimo glede na ekonomski in družbeni položaj. Najpogosteje ga določi poklic, včasih pa tudi dohodek in izobrazba, ki so vsi tesno povezani (in vsi so elementi zgodbe o stremljenju). Službe, ki jih opravljajo pripadniki delavskega razreda v Združenem kraljestvu, so manj zahtevne, manj ugledne in slabše plačane od služb ljudi iz srednjega razreda. V ZDA uporabljajo izraza »modri ovratniki« in »beli ovratniki«, da izrazijo razlikovanje med fizičnimi in pisarniškimi delavci. V glavnem velja pravilo, čim »boljša« je služba, tem višji je družbeni razred.

Zavedam se, da gre za zelo preprosto definicijo družbenega razreda in da obstajajo razlike pri tem, kako dojemajo družbene razrede v različnih državah.¹⁰ Analiza družbenega razreda nas sili, da pogledamo, kdo v družbi dejansko ima moč in za koga se zgolj zdi, da jo ima. Z družbenimi pričakovanji ohranjamo obstoječe družbene hierarhije, zato bi bilo malomarno, če ne bi v knjigi o družbenih pričakovanjih obravnavali najvplivnejše manifestacije hierarhije – kategoriziranje ljudi po družbenih razredih. Nekatera pričakovanja bodo bržkone postala dominantna, saj prihajajo od tistih, ki imajo moč, ki utrjujejo norme in imajo od njih večjo korist kot drugi.

Tudi percepcija je stvar moči. V Združenem kraljestvu 60 odstotkov ljudi zase pravi, da so delavski razred, čeprav le polovica njih opravlja rutinske in fizične poklice.¹¹ Od osemdesetih let prejšnjega stoletja smo priča nenehnemu

zmanjševanju števila gospodinjstev, ki jih opredeljujemo kot delavski razred, čeprav je število ljudi, ki se opredeljujejo za pripadnike tega razreda, ostalo relativno nespremenjeno. V ZDA je število teh ljudi naraslo. Po Gallupovi anketi, ki so jo opravili leta 2015, se ima skoraj polovica Američanov za delavski razred. Leta 2003 je bila takšnega mnenja le tretjina tamkajšnjega prebivalstva. Podatki iz Združenega kraljestva in ZDA kažejo, da čeprav so se življenjske okoliščine tistih na dnu lestvice doživno izboljšale, ljudje tega ne občutijo.

V nadaljevanju bom torej uporabljal izraz delavski razred kot okrajšavo za družbeno skupino, katere pripadniki imajo, oziroma domnevamo, da imajo, relativno manj moči, izraz srednji razred pa za družbeno skupino, katere pripadniki imajo, oziroma domnevamo, da imajo, relativno več moči. Kjer med družbenimi skupinami obstajajo razlike v vrednotenju ljudi, bodo družbena pričakovanja združljiva s tistimi, ki imajo moč. Ne samo, da bodo zgodbe o tem, kako je treba živeti, bolj združljive z vrednotami srednjega kot delavskega razreda, pač pa se bo tudi od vsakogar, ki se je povzpел po hierarhični lestvici, pričakovalo, da bo prevzel vrednote tistih, ki imajo moč, in bo deležen očitkov, če tega ne bo storil.

V razpravah o družbeni enakosti in diskriminaciji lahko opazimo, da se v njih niso menili za družbeni razred, so pa upoštevali spol, raso, takšno ali drugačno invalidnost in spolno usmerjenost. Vse te značilnosti so v Združenem kraljestvu zaščitene z zakonom o enakosti iz leta 2010, kar pomeni, da je nezakonito diskriminirati ljudi na podlagi teh značilnosti. Družbeni razred ne uživa enake zaščite, kar pomeni, da ni ničesar, kar bi podjetju preprečilo, da

bi zavrnilo dobrega kandidata za delovno mesto zgolj zato, ker prihaja iz napačne soseske. Podobno zaščito glede spola, rase itd. imajo ZDA, in tudi tam ni varovalk pred diskriminacijo na podlagi družbenega razreda.

Nadalje in za razliko od drugih diskriminiranih skupin je v delavskem razredu zelo malo zagovornikov delavskega razreda. Ne moremo se zanesti na uspešne ljudi iz delavskega razreda, ker se morajo, če hočejo preživeti, pretvarjati, da so iz srednjega razreda. Tako torej v številnih poklicih preprosto ni vzornikov iz delavskega razreda, po katerih bi se lahko zgledovali. Poleg tega se mnogi uspešneži iz delavskega razreda, ko enkrat dosežejo določeno raven uspešnosti, geografsko in psihološko oddaljijo od ljudi, s katerimi so odrasli. Uspešne ženske in temnopolti ljudje ne bodo vedno aktivno sodelovali pri spolni in rasi problematiki, se pa tudi ne morejo oddaljiti od drugih žensk in temnopolnih, saj so te značilnosti bolj vidne kot družbeni razred.

Z gledišča nekoga, ki se ne prilagodi poklicnim stereotipom in nelagodno čepi med dvema razredoma, poznam težave in hude obsodbe, ki letijo na upornika proti tipiziranju. Na začetku se lahko znajde v neprijetnem položaju in dvomih, tudi če se njegova in družbena stiska sčasoma poležeta. Toda razumevanje pričakovanj in načinov, kako nam družbene zgodbe lahko pomagajo in škodujejo, je prvi korak pri sprejemanju odločitev, ki so bolj v skladu z nami samimi. Če nič drugega, bo to, da bomo pozorni, kdaj nam družbene norme lahko škodujejo oziroma pomagajo, spodbudilo večjo strpnost do tistih, ki takšnih pričakovanj ne sprejemajo. Dolgoročno je to zagotovo dobro za vse nas.

Čeprav bom v nadaljevanju veliko pozornosti namenil temu, kako lahko družbene norme vplivajo na našo lastno srečo, vas bom tudi povabil k razmišljanju o tem, kako vplivajo na življenje drugih. Vsak med nami ima več različnih odločevalskih pozicij. V vlogi partnerja, prijatelja, starša, šefa ali oblikovalca politike redko sprejemamo odločitve, ki bi vplivale zgolj na našo lastno srečo. Ne glede na našo moč v družbi in stopničko v družbeni hierarhiji je dobro, da pomagamo drugim in jih ne obsojamo zaradi njihovih odločitev. Potem vam morda ne bo več toliko mar za obsodbe, ki jih izrekajo o vašem življenju, in verjetno je, da vas bodo prav zaradi tega tudi manj obsojali.

KAJ JE PRI TEM SLABEGA?

Menim, da bi morali vpliv poljubne družbene zgodbe ocenjevati glede na to, kakšne občutke vzbuja pri ljudeh. Morda se sliši dobro, da je človek uspešen povzpethnik, ni pa nujno, da se kot tak tudi dobro počuti; in če se ne počutiš dobro, tudi zveneti ne bi smelo tako. Vsak bi se moral zamisliti nad realnim stanjem lastnih pričakovanj, kajti če imamo krasno službo samo v teoriji, to ne bo odtehtalo trpljenja na delovnem mestu, ki ga doživljamo v praksi. Ko poskušamo najti svojo srečo, ne da bi pri tem škodovali drugim, se moramo bolj uskladiti z lastnimi izkušnjami (ki so spremenljive) in ne z oznakami (oče, profesor, bodibilder itd.), ki nas bolj strogo določajo.

Marsikateri položaj, v katerem se moramo odločati, na primer ko moramo razporediti skromna javna sredstva, zahteva normativni standard, po katerem merimo vrednost

dejanj, okoliščin in življenja. Zato predlagam splošno družbeno zgodbo, ki bo nadomestila številne druge, o katerih razpravljam v tej knjigi: temeljila bi na resničnih izkustvih resničnih ljudi. Taka zgodba bi morala imeti prednost pred kopico zgodb, ki imajo malo zveze z ljudsko srečo. Ko se osredotočimo neposredno na izkustva, odpade stigma, povezana s tem, da človek noče in/ali ne more živeti skladno z univerzalnim pristopom, ki je enak za vse, in ki ga predpisuje določeno družbeno pričakovanje.

Če ne boste čutili pritiska, da bi se morali prilagoditi, boste vi in vaš partner morda srečnejši v sporazumnem nemonogamnem razmerju, morda se boste odločili za samski stan ali celibat. Mogoče se boste odločili, da so zakonska zveza, monogamija in otroci za vas prava stvar. Meni je čisto vseeno, kaj počnete, dokler vas to osrečuje in pri tem po nepotrebnem ne škodujete ljudem okoli sebe. Osredotočanje na izkustva namesto na pričakovanja spodbuja sožitje različnih življenjskih slogov, vključno (vendar ne zgolj) s tistimi, ki so skladni s prevladujočimi družbenimi normami. Čeprav bodo številni argumenti, ki jih bom navedel, splošno uporabni, bom v knjigi govoril predvsem o izkustvih tistih, ki živijo v Združenem kraljestvu in ZDA.

Kadar se bo dalo, se bom osredotočil na podatke o tem, kako se ljudje počutijo, a vedite, da teh podatkov ni veliko, zato se bom moral tu pa tam nasloniti na druga poročanja o življenjskem zadovoljstvu. Vendar na te ocene gledam s kritičnim očesom, saj na to, kako sem zadovoljen s svojim življenjem, vpliva tudi to, kaj družba pričakuje od mene, na primer ali imam službo, ali je služba dobra itn.¹² To pomeni, da če podpora družbeni zgodbi iščemo v podatkih o življenjskem zadovoljstvu, ne moremo z gotovostjo

razkladati o tem, kako se zgodba navezuje na dejansko doživljanje sreče. Če pa podatki o življenjskem zadovoljstvu ne podpirajo zgodbe (na primer ko poročene ženske niso nič bolj zadovoljne z življenjem kot samske), potem smo lahko bolj prepričani o konfliktu med družbenimi pričakovanji in potencialom za srečo, ker je bila družbena norma izpolnjena, zadovoljstvo pa se zaradi tega ni nič povečalo.

Večinoma zgolj na podlagi podatkov preprosto ne morem zanesljivo reči, kakšen bi bil svet brez družbenih pričakovanj. In če ugotovimo, da sta na primer sreča in zakonski stan povezana, le redkokdaj vemo, kateri je povzročil drugo oziroma ali je oboje povzročil dejavnik, o katerem nimamo podatkov, recimo osebnost. Na tem mestu ne bi dajal končnega odgovora, ampak bi raje izzval razpravo, kaj nam ti podatki lahko povedo. Sploh pa, če bi odločitve v življenju vselej lahko sprejemali le na podlagi neizpodbitnih ključnih dokazov, ne bi prav veliko naredili.

Srečni do konca dni v glavnem govori o tem, kdaj nam družbena pričakovanja škodujejo. Moje stališče je, da bi si morali pri svojih odločitvah, ki vplivajo na druge ljudi, prizadevati za čim manjše nezadovoljstvo in trpljenje. Takšno stališče pogosto imenujejo utilitarno. Odraža se v maksimi »največja sreča za kar največje število ljudi«. ¹³ V tej knjigi bom maksimo obrnil, da bo postala »najmanjše trpljenje za kar najmanjše število ljudi« ali drugače povedano »negativni utilitarizem«. ¹⁴ Tako spodbujam korist, ki so jo deležni najbolj trpeči, saj bomo z denimo stotimi funti najbolj omilili trpljenje tistih, ki imajo najmanj. Trpljenje lahko minimiziramo tudi tako, da zmanjšamo neenakosti, če so ljudje prizadeti zaradi neenakosti, ki jih smatrajo za nepravične. (Večina nas meni, da je pošteno,

če direktor podjetja zasluži nekajkrat večjo plačo od bolniškega strežnika, se nam pa zdi nepravilno, če direktor zasluži nekaj stokrat več.)

V družbeni zgodbi ni ničesar, kar bi bilo samo po sebi dobro ali slabo; vedno jo lahko ocenjujemo le po tem, kakšno škodo ali korist imamo od nje, če se je držimo v določenem kontekstu. Prav zato raje zavzemam konsekvencialistično kot deontološko stališče.¹⁵ Konsekvencialist bi za krajo rekel, da je slaba le v primeru, če povzroči več trpljenja kot sreče, medtem ko bi deontolog po svoji dolžnosti moral zagovarjati, da kraja nikoli ne more biti dobra, ker se moralna vrednota razkriva v določenih pravilih vedenja. Deontološki vidik običajno ne upošteva pomembnosti konteksta. In vendar bi si upal trditi, da je moralno sprejemljivo, če nekaj ukrademo, da bi nahranili svojega lačnega otroka.

V najčistejši obliki konsekvencializma je trpljenje vsakega človeka merjeno enako.¹⁶ Nepristranski pogled pomeni, da moram svoje trpljenje ter trpljenje moje družine in prijateljev obravnavati enako kot trpljenje tujcev. To pa se tepe z zdravo kmečko pametjo in morda tudi z evolucijsko prednostjo: zdi se mi moralno razumljivo, da mi trpljenje moje družine pomeni več kot trpljenja vaše, tako kot bi vam trpljenje vaše družine moralo pomeniti več kot trpljenje moje. Potemtakem moramo oblikovati nekaj pravil o tem, katere odločitve in stališča so upravičeno pristranska in pri katerih je nepristranskost nujna.

Kot staršu mi je dovoljeno – od mene se celo pričakuje –, da bom favoriziral svoje otroke pred vašimi. Mogoče bom hčerki kupil par najboljših plezalnih čevljev ali sinu drag lopar za skvoš, da bosta imela boljše možnosti za uspeh pri svojem športu. Lahko da bom s svojo odločitvijo postavil

vaše otroke v relativno prikrajšan položaj, vendar se ne čutim obvezanega, da bi moral novo opremo kupiti tudi njim. Kaj pa če bi bil jaz trener plezalne skupine ali skupine za skvoš in bi z donacijo lahko kupil novo opremo? Ne bi bilo pošteno, da bi denar porabil za svoje otroke na račun vaših. Dejstvo, da je v prvem primeru denar moj, v drugem pa ne, zadevo seveda spremeni, vendar jo spremeni tudi moja vloga: pristranski starš na eni strani in nepristranski trener na drugi.

Čeprav je kontekst vselej pomemben, bi po prvem pravilu morala biti dodatna vrednost, ki jo dajem svojim otrokom, enaka dodatni vrednosti, ki jo dajete vi svojim. Zaradi tega sprejemam stališče konsekencializma, ki dovoljuje pristranskost, obenem pa zahteva simetrijo (da je dodatna vrednost, ki jo dajemo svojim otrokom, enaka). Zaradi pristranskosti je moje življenje zagotovo malo težje, vendar se bom z izzivi, ki jih učinek poraja, spoprijel transparentno, ko se bo pokazala potreba.

NAPREJ

Pri opredeljevanju družbenih pasti sem osredotočen na zgodbe, ki se v deontološkem oziru skladajo z zdravo pametjo, v konsekencialističnem pa ji kljubujejo. Pri tem vas bom tu pa tam prosil, da zadržite zase svoje prepričanje o tem, kar mislite, da je resnica. Pri tehtanju dokazov ljudje radi mislimo, da smo preudarni in nepristranski, torej da razmislimo o argumentih in si objektivno oblikujemo svoje mnenje ali prepričanje. V resnici pa je tako, da svoje prepričanje postavimo na prvo mesto, potem pa

iščemo dokaze, ki bi to prepričanje podprli. Ko to dosežemo, smo ponosni, da smo imeli prav že od vsega začetka. Kaj pa ko dokazi nasprotujejo našemu prepričanju? No, takrat še bolj pretkano iščemo načine, kako bi jih raztolmačili, da bi še naprej lahko verjeli tisto, kar smo verjeli že od začetka. Lahko se zgodi, da smo na koncu še trdnejši v svojem prvotnem prepričanju, kot smo bili, preden smo ga raziskali.

To imenujemo pristranskost zaradi potrditve.¹⁷ Strokovnjaki za prstne odtise bodo bolj verjetno prepoznali uje-manje odtisov z osumljencem, za katerega je bilo rečeno, da je priznal krivdo, kot z osumljencem, za katerega to ni bilo rečeno, čeprav so dokazi v obeh primerih enakih. Ob pisanju te knjige sem postal odprt za nianse zgodb, saj so dokazi ovrgli nekatere stvari, ki sem jih imel za pravilne. Domneval sem na primer, da je šolanje na univerzi nedvomno dobro za srečo in v korist širši družbi, pa so dokazi pomanjkljivi tako za prvo kot drugo. Nisem si mislil, da bi razveza dejansko lahko koristila otroku, vendar kaže, da je za številne otroke bolje, da se njihovi starši ločijo.

Če bo branje te knjige utrdilo vaše poglede na družbeno prepričanje, premislite, zakaj se je to zgodilo. Mogoče zato, ker resnično doživljate srečo v skladu z eno ali več družbenimi normami in ste enako opazili pri ljudeh okoli sebe. Lahko pa se le bojite druge možnosti, ker predstavlja večji izziv, nekaj neznanega ali morda bolj vznemirljivega. Že zdavnaj so ugotovili, da se pri moških homofobih pokaže večja spolna vzburljenost ob gejevskem seksu kot pri tistih, ki niso homofobični.¹⁸ Ne pravim, da so vsi homofobični moški latentni homoseksualci, razmišljam pa, da so vednje in izkustva kompleksna stvar, celo za tiste, ki se močno

istovetijo z določeno spolno usmerjenostjo. V resnici bi zelo rad spodbudil dialog o teh družbenih zgodbah in ne zgolj podajal novih pravil, ki bi se jih morali držati in se istovetiti z njimi.

Preden začnemo vrtati globlje, bi bilo zanimivo, če bi razmislili, koliko verjamete v določeno družbeno zgodbo, preden začnemo vrtati globlje. Zato vas bom na začetku vsakega poglavja prosil, da izberete med »dvema življenjema« (A ali B). Namen tega odločanja je preprost kompromis med izpolnjevanjem družbenih pričakovanj in občutkom sreče. Zavedam se, da bi vas lahko bolj osrečila družbena norma, toda hipotetični primeri so vaša priložnost, da vidite, koliko je norma za vas pomembna, tudi če vas onesrečuje. Ker del te knjige govori o odločitvah, ki jih sprejemamo v imenu drugih, bi vas prosil, da razmislite tudi o tem, kakšno življenje bi pri vsakem primeru izbrali za svojega prijatelja. Ni pravih ali napačnih odgovorov. Ni treba, da so vaše odločitve znotraj poglavja ali med poglavji dosledne, morda pa bi bilo dobro, če bi si svoje odgovore zapisali in si jih pozneje ob različnih priložnostih znova pogledali. Na koncu vsakega dela knjige bom predstavil nekaj podatkov iz splošne populacije v zvezi z vprašanji, da boste videli, kje stojite v primerjavi z drugimi.

PRVI DEL

Stremljenja

Tri poglavja v tem delu – Premoženje, Uspeh in Izobrazba – raziskujejo družbena pričakovanja, ki se jih očitno nikoli ne naveličamo. Vsakomur bi se lahko posvetilo, da manko pri kateri od teh treh stvari lahko pri človeku povzroči zaskrbljenost in stisko. Ne bom trdil drugače. Toda družbene zgodbe namigujejo, da se ne glede na to, kako veliki so naši pozitivni atributi, pričakuje od nas, da bomo stremeli k več. Domneva narekuje, da bo naša sreča rasla, če bomo imeli več denarja, več uspehov in večjo intelektualno veljavo. Past se skriva v dejstvu, da se val sreče, ki ga prinaša upoštevanje teh meril, toliko bolj zmanjšuje, kolikor višje po lestvici se vzpenjamo, in se nazadnje lahko celo preobrne. Če hočemo biti srečnejši, moramo presedlati z naravnosti, ki pravi »še več«, na tisto, ki pravi »ravno dovolj«.

Pristop ravno dovolj je v nekaterih pogledih podoben konceptu »zadostovanja«, tj. pravilu odločanja, po katerem iščemo razpoložljive možnosti, dokler ena od njih ne ustreza sprejemljivemu pragu. To je nasprotno maksimiranju, ki velja za standardno predpostavko v gospodarstvu. Maksimiranje pomeni iskanje, dokler z eliminiranjem ne najdemo najboljše možnosti. Razlikovanje je prvi osvetlil Herbet Simon v petdesetih letih prejšnjega stoletja, v

zadnjem času pa ga je populariziral Barry Schwarz. Če ponazorim: »maksimizir«, ki želi rezervirati počitnice, bo ure in ure – ali celo več dni – na spletu pregledoval najboljše ponudbe, ki ustrezajo njegovemu proračunu. Pretehtal bo vse možnosti in upošteval vse odločilne dejavnike, kot so cena, lokacija, velikost sobe, ponudba za zajtrk, ocene drugih uporabnikov in tako naprej, nakar bo ponosno oznanil: »Našel sem najboljšo možno ponudbo.« »Zadostovalec« pa bo kliknil »Rezerviraj« v trenutku, ko bo našel dober hotel s sprejemljivo ceno.

Koncept ravno dovolj se naslanja na povratne informacije o sreči, ki jih prinese vsaka odločitev. Torej ne gre za sprejemanje možnosti, ki ni optimalna, temveč bolj za iskanje možnosti, ki je za vas optimalna glede na njen splošni učinek na vašo srečo in srečo tistih, ki jih imate radi. To pomeni, da možnost še vedno zadovoljuje potrebe na področju zdravja, uspešnosti in izobraževanja, obenem pa maksimizira vašo srečo.

1

Premoženje

Preden se lotimo te družbene zgodbe, imam za vas dve vprašanji. Zapišite si svoje odgovore, k vprašanjema pa se bomo vrnili ob koncu prvega dela.

Prosim, preberite trditvi in povejte, ali bi *zase* izbrali življenje A ali B.

Življenje A: Ste premožni. Pogosto ste nesrečni.

Življenje B: Niste premožni. Redko ste nesrečni.

Prosim, preberite trditvi in povejte, ali bi za *prijatelja* izbrali življenje A ali B.

Življenje A: Vaš prijatelj* je premožen. Pogosto je nesrečen.

Življenje B: Vaš prijatelj ni premožen. Redko je nesrečen.

Po eni strani pravimo, da denar poganja svet, po drugi pa trdimo, da je vir vsega zla. V resnici je denar lahko tisto, kar hočemo, da je, odvisno pač od tega, kako ga

* Velja za oba spola, op. prev.

uporabljamo in zlorabljamo. Denar nam omogoča, da se organiziramo in trgujemo z dobrinami in storitvami na globalni ravni. Če bi jutri izginil, bi se sesula večina družb na planetu. Brez fičnikov v žepu in brez bančnih računov bi bili v resnični nevarnosti, da ostanemo brez hrane in strehe nad glavo. In vendar denar sam po sebi nima nobene vrednosti: vselej je le sredstvo oziroma orodje, s katerim zadovoljimo svoje potrebe in želje ter si prizadevamo za srečo.

Bogatenje je zelo splošen cilj. Vlade po svetu spremljajo ekonomski položaj svojega prebivalstva z nacionalnimi raziskavami in kazalniki, kot je bruto domači proizvod (BDP), tj. celotna denarna vrednost vseh dobrin in storitev, ki jih ustvari država v določenem obdobju (običajno ga izračunajo vsake tri mesece). Toda na splošno je BDP zelo slab pokazatelj napredka; vse oblike ekonomskih aktivnosti prispevajo k rasti, celo gorivo, ki ga porabljate v prometni gneči, čeprav ta onesnažuje planet, vas pa spravlja ob živce. Kljub temu je »ekonomska rast postala fetiš /.../ oltar, na katerem smo pripravljene žrtvovati vse«. ¹ Takšna je moč družbenega prepričanja o bogatenju.

Po anketi raziskovalnega centra Pew iz leta 2008 več kot polovica Američanov pravi, da je »premožnost« zanje pomembna. ² Ameriška anketa inštituta Heartland Monitor iz leta 2014 kaže, da se polovica Američanov strinja, da je »premožnost« nujna komponenta dobrega življenja. ³ Tudi Britanci razglashajo svoje bogastvo. Na primer, časnik *Sunday Times* že trideset let vsako leto objavi seznam najbogatejših ljudi in družin v Združenem kraljestvu. Pomislite, koga od tistih, ki jih poznate, motivira želja po večjem

zaslužku, tudi če že zdaj zaslužijo veliko. Težko zaupamo ljudem, ki pravijo, da jim denar ne pomeni veliko.

Seveda je pri tem treba upoštevati tudi družbeno korist. Z davki na premoženje in dobiček lahko rešujemo vprašanje revščine in financiramo področja, ki jih trg morda zapostavlja, med drugim zdravstvo in šolstvo. Po drugi strani pa osredotočenost na rast še bolj usmerja naša prizadevanja še bolj k proizvodnji in potrošnji, pri čemer je korist za osebno srečo vprašljiva. Kot pravi Joseph Stiglitz v svoji knjigi *The Price of Inequality (Cena neenakosti)*, posamezniki, kot je bil Albert Einstein, izjemno prispevajo k družbeni dobrobiti, ker pa jih ekonomski sistem ne nagradi primerno, utegnejo potencialni Einsteini zavoljo družbene zgodbe o premožnosti slediti drugim dobičkonosnim poklicem.⁴ Ljudje na vrhu ekonomske lestvice, ki se bodo stalno uvrščali na seznam bogatih časnika *Sunday Times*, so v glavnem taki, ki so imeli srečo pri izkoriščanju tržnih sil (pogosto so tudi podedovali bogastvo), ponavadi tako, da pri tem niso koristili družbi.

Strogo gledano pomeni bogastvo akumulirano premoženje v obliki prihrankov, investicij in nepremičnin. Težko ga merimo. V tej knjigi se bom opiral zlasti na dokaze o dohodkih. V preteklosti so bili dohodki in bogastvo v stalni korelaciji: ljudje z visokimi plačami so si nakopičili več premoženja. Pri tem pa lahko pride do razlik: številni upokojenci imajo nizke dohodke, a veliko premoženja, nekateri mlajši ljudje pa imajo dobre plače in nobenega premoženja. Ko boste tehtali dokaze, imejte v mislih, da je premoženje na splošno boljši pokazatelj, kdo je bogat, kot pa dohodki, ker bolje odraža pravo kupno moč.⁵