

# Prvo poglavje

## Neverjetno dejstvo

Pri Zevsu, Sokrat, sam sicer ne bi hotel biti deležen tako dolgega bdenja in tako velike žalosti, vendar pa se ti že precej časa čudim, ko gledam, kako sladko spiš. Namenoma te nisem skušal zbuditi, da bi ti ta čas preživel čim prijetneje. Mnogokrat sem te že prej v vsem življenju blagrovil zaradi tvojega značaja, najbolj pa te blagrujem v nesreči, ki te je zdaj doletela, kako jo prenašaš z lahkoto in blago.

Kriton Sokratu, ki čaka na usmrnitev.  
Iz Platonovega dialoga *Kriton*.

Nekoč, na začetku svojega misionarskega dela pri Pirahãh sem jih povprašal, ali vedo, zakaj sem tam. »Tukaj si, ker je to lep kraj. Voda je krasna. Hrana je dobra in ljudje so prijetni.« Takšno je bilo in je njihovo stališče. Življenje je dobro. Med odraščanjem se že zgodaj naučijo, kako prispevati k skupnim ciljem. Posledica je družba zadovoljnih ljudi, čemur je težko nasprotovati.

Daniel Everett, *Don't Sleep, There Are Snakes*

## Sreča, kjer je ne bi pričakovali

V vsej človeški zgodovini morda nikoli ni bilo trenutka, ko bi bilo boljše biti živ. Ekonomist Charles Kenny je obdobje 2000–2010 razglasil za »najboljše desetletje doslej«. Kljub vojnám, ki divjajo na različnih koncih sveta, je verjetnost, da nas bodo ubili drugi ljudje, manjša, kot je bila kadarkoli doslej. Pričakujemo lahko, da bomo živeli *desetletja* dlje, kot vse druge generacije do prejšnjega stoletja. V svetovnem merilu znaša



povprečna življenjska doba 68 let, kar je več kot dvakrat več kakor leta 1900. Skrajne revščine in številnih oblik zatiranja je vse manj; tako vi kot jaz uživamo v materialnem in kulturnem obilju, o kakršnem se nam v dolgi zgodovini človeštva niti sanjalo ni. Po zgodovinskih merilih smo *bogati*.

Naša sreča je tolikšna, da zlahka verjamemo, da so tisti, ki ne živijo v takšnem obilju, nesrečni, ali vsaj precej manj srečni od nas.

Toda takšno mišljenje ni povsem resnično. Pomislimo na grškega filozofa Sokrata, ki je bolj ali manj izumil filozofijo in tudi zahodno civilizacijo. Sokrat ni imel televizije, pomivalnega stroja, pečice, klimatske naprave, ventilatorja, telefona ali ure. Ni imel sušilnih kroglic za mehčanje in ravnanje perila, Xboxa, iPoda ali iPada ali i-česarkoli. Živel je v Atenah, ki so bile z današnjega vidika »nerazvite«, saj nihče ni posedoval ničesar od pravkar naštetega. Niti Svetovne banke, ki bi jim zgradila jez, ni bilo. Najbogatejši Atenci so imeli sužnje, kar je bil najbrž plus (zanje, ne za sužnje).

Atenci so bili po današnjih merilih v materialnem smislu revni. Ni bilo hladilnikov, stranišč, toaletnega papirja, antibiotikov in spodobnih anestetikov. Ob večerih ni bilo česa početi, zato jim ni preostalo drugega kot pogovor z drugimi, srkanje vina, uživanje grške hrane, petje, izmenjevanje šal. Ali pa so dvignili pogled v zvezdnato nebo in preizkušali teorije o tem, kateri partner je najboljši za raziskovanje telesnih užitkov (glej Platonov *Simpozij*). Pozitivno pri tem pa je, da je Sokratu uspelo dočakati starost, in če ne bi izpil čaše s strupeno trobeliko, bi postal še starejši.

Morda ste dobili vtis, da je bil Sokrat pravzaprav precej srečen in da ga ne gre pomilovati. Običajna zgodba je dejansko takšna.





Njegova neumorna dobra volja in umirjenost, celo pred smrtjo, sta legendarni in skoraj vse večje filozofske šole, ki so mu sledile, so ga imele za zgled srečnega in uspelega človeka. O njem je bilo že veliko povedanega, toda nihče ga nikoli ni imel za »pomilovanja vrednega«. Po vsem sodeč je bilo njegovo življenje, celo z vidika današnjega udobja vajenega bralca, dobro. Sokrat ni ničesar zamudil.

Prestavimo se dva tisoč let naprej. Ekipe psihologov preučuje dobro počutje v treh tradicionalnih, majhnih skupnostih: pri Amiših, Masajih in grenlandskih Inuitih. Amiši živijo v tradicionalnih kmečkih skupnostih, ki so zelo podobne tistim izpred dvesto let, čeprav z veseljem sprejemajo nove tehnologije, če te ne ogrožajo skupnostnih vrednot in skromnosti. Masaji so pastirji in živijo v kočah, narejenih iz iztrebkov; njihovi moški, če želijo resnično dokazati svojo moškost, morajo s sulico ubiti leva. Grenlandski Inuiti živijo kot lovci in nabiralci na Grenlandiji, verjetno enem izmed najmanj privlačnih krajev za takšen način življenja.

Raziskovalci so v vsaki od teh družb uporabili množico meril za srečo in zadovoljstvo z življenjem, vključno z merili za pozitivna in negativna čustva. (To ni bila lahka naloga: vodilni raziskovalec je ugotovil, da se Masaji sploh niso pripravljali pogovarjati s prezira vredno mestno srajco, če se ne bo prostovoljno udeležil zelo zelo bolečega rituala skarifikacije, ki v bistvu pomeni, da vam z vročo palico odstranijo delček prsnega koša, mišic in vsega ostalega. Če pri tem zgolj pisnete, ste slabič.) Tabela 1 prikazuje, kako so se te tradicionalne skupnosti odrezale v primerjavi z nekaterimi drugimi skupnostmi, pri čemer upošteva zgolj zadovoljstvo z življenjem, kot so ga izrazili sami.



**Tabela 1 Zadovoljstvo z življenjem v različnih skupnostih**

<b>Pozitivne skupine</b>	<b>ZŽ</b>
<i>Forbesovi</i> najbogatejši Američani	5,8
Amiši iz Pensilvanije	5,8
grenlandski Inuiti (skupina Inuitov s severne Grenlandije)	5,8
Vzhodnoafriški Masaji	5,4
tuji študenti na fakultetah (47 držav)	4,9
prebivalci kalkutskih slumov	4,6
<b>Skupine pod nevtrarno vrednostjo</b>	<b>ZŽ</b>
spolni delavci iz Kalkute	3,6
brezdomci iz Kalkute	3,2
kalifornijski brezdomci	2,9

Opombe: ocene ZŽ (zadovoljstva z življenjem) temeljijo na odgovorih na vprašanje: »Kako zadovoljni ste s svojim življenjem?« na lestvici od 1 (sploh nisem zadovoljen) do 7 (zelo sem zadovoljen).

Tudi meritve pozitivnih in negativnih čustev so bile za vse tri skupine zelo ugodne, še zlasti za živahne Masaje. Na podlagi teh rezultatov bi mnogi sklepali, da so člani omenjenih »revnih« skupnosti srečnejši od povprečnega *študenta*, v dveh primerih pa celo enako srečni kot najbogatejši Američani. Videli bomo, da bi bil takšen sklep prenačilen. Toda če naj bi bilo življenje za te ljudi le solzna dolina, potem je očitno, da tega še niso ugotovili.

V medkulturnih raziskavah dobrega počutja je obilo podobnih rezultatov, tako da je bila nedavno ena izmed znanstvenih knjig o svetovnih trendih, ki zadevajo srečo, podnaslovljena s »paradoks srečnih kmetov in nesrečnih milijonarjev«.

Doslej najboljša mednarodna raziskava dobrega počutja ljudi, Gallupova svetovna anketa, ki je zajela več kot 136.000 ljudi iz 155 držav, je uporabila bogato zbirko meritev zadovoljstva z življenjem, čustvenega doživljanja in drugih vidikov doživljanja kakovostnega življenja. Kateri narod je najsrečnejši? Po enem izmed merjenj zadovoljnosti z življenjem so to Danci, ki v tovrstnih raziskavah navadno zasedajo prvo mesto.



Z vidika vsakdanjega izkustva – okvirno, kako prijetno ali čustveno izpolnjuječe je življenje – se je najbolj odlikovala Panama. Po tem merilu so Združene države Amerike na 57. mestu. Po merilu zadovoljstva z življenjem pa so se uvrstile na uglednejše 14. mesto. Kostarika, ki je sicer revna, vendar nima vojske, ima pa zdravo demokracijo, splošno zdravstveno varstvo in primerljivo pričakovano življenjsko dobo kot Združene države Amerike, je z vidika vsakdanjega izkustva na petem mestu na svetu, z vidika zadovoljnosti z življenjem pa na šestem. (Nedavno sem, če to kaj pomeni, neko mlado žensko, ki je nekaj časa živela v Kostariki, vprašal, ali se takšne ugotovitve ujemajo z njenimi izkušnjami. Zdelo se je, da me ima za neumnega, ker sploh postavljam takšno vprašanje – »*Jasno*. Tam so vsi srečni.«) Edine bogate države, ki so Kostariko premagale po obeh merilih, so bile Nizozemska in nordijske države. Takšni rezultati niso nič neobičajnega.

Ampak morda se sprašujete, kako zanesljive so takšne študije, s čimer se bomo ukvarjali kasneje. Osebna opažanja samih raziskovalcev teh populacij in tudi številnih drugih ljudi, namigujejo, da so številke precej verodostojne. Poglejmo na skrajni konec materialnega spektra, na nedavno objavljeno poročilo jezikoslovca Daniela Everetta. V svoji knjigi *Don't Sleep, There Are Snakes* opisuje pleme Pirahã (izgovori »pi-dahan«), ljudstvo lovcev in nabiralcev, pri katerih je dolga leta živel v Amazoniji. Njihov način življenja je skromen; skromen celo po standardih lovcev in nabiralcev, pa vendar:

Nikdar nisem slišal Pirahãa reči, da ga (jo) kaj skrbi. Kolikor vem, v svojem jeziku sploh nimajo besede za *skrb*. V eni izmed skupin, ki so jih obiskale, so bili psihologi z Massachusettskega tehnološkega inštituta, z oddelka za možgane in kognitivno znanost. Dejali so, da se jim zdijo Pirahãi najsrečnejše ljudstvo, kar so jih kadarkoli videli. Vprašal sem jih, kako bi bilo mogoče takšno trditev preveriti. En način, so odvrnili, bi lahko bilo

