

# Ichigo-ichie: Kritika suvremenog odnosa prema životu

---

Štrbić, Melville

Undergraduate thesis / Završni rad

2022

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Croatian Studies / Sveučilište u Zagrebu, Fakultet hrvatskih studija**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:111:368373>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2025-03-13**



Repository / Repozitorij:

[Repository of University of Zagreb, Centre for Croatian Studies](#)





SVEUČILIŠTE U ZAGREBU

FAKULTET HRVATSKIH STUDIJA

Melville Štrbić

**ICHIGO-ICHIE: KRITIKA  
SUVREMENOG ODNOSA PREMA  
ŽIVOTU**

ZAVRŠNI RAD

Zagreb, 2022.



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
FAKULTET HRVATSKIH STUDIJA  
ODSJEK ZA SOCIOLOGIJU

MELVILLE ŠTRBIĆ

**ICHIGO-ICHIE: KRITIKA  
SUVREMENOG ODNOSA PREMA  
ŽIVOTU**

ZAVRŠNI RAD

Mentor: doc. dr. sc. Erik Brezovec

Zagreb, 2022.

## Sadržaj

Sažetak .....	1
1. Uvod .....	2
2. U kojem su odnosu svijet i subjekt? Koje je naše mjesto u svijetu?.....	3
3. Muka i nauka u životu .....	5
3.1. Prakse moderne svakodnevice .....	5
4. Dinamička stabilizacija kao način života .....	8
4.1. Kriza desinkronizacije .....	9
5. O dobrom životu .....	10
6. Samootuđenje .....	14
7. Budnost i rezonancija: Zašto su nam potrebni? .....	16
Popis literature .....	19

## Sažetak

Ichigo-ichie japanski je izraz za „jedan susret, u jednom trenutku“ što bi značilo da je svaki trenutak, odnosno svaka situacija ili prilika u našem životu jedinstvena. Čovjek suvremenog društva više nema vremena ni za što, već bezglavo juri „na sve strane“, obavljajući sve kao obvezu pa tako gubi sposobnost uživanja i bivanja u trenutku. U svoj toj užurbanosti, on više nije, nego što jest. Spomenut japanski izraz upozorava nas da ništa nije relevantnije za nas od onoga „*sada*“ jer je ono različito od „*sada*“ ili neizvjesno (budućnost), ili je prošlo i više se nikada neće ponoviti na isti način. Cilj ovoga rada, sukladno navedenom, jest teorijski analizirati koncept *otuđenja* u *suvremenom ubrzanom društvu* pri čemu osnovni teorijski okvir rada predstavlja djelo *Resonance* autora Hartmuta Rose. Vrednovanje odnosa i svakodnevne interakcije od iznimne je važnosti za budnost i istinsko življenje života (s drugima, ne mimo njih), a uzimanje zdravo za gotovo, kraj je življenja. Tek pridavanjem *smisla* svakodnevici života bivamo kreativni i stvaramo i održavamo, ne samo svoj život, nego i život onih s kojima dolazimo u susret.

**Ključne riječi:** „*sada*“, otuđenje, suvremeno ubrzano društvo, smisao

## Abstract

Ichigo-ichie is a Japanese term for „one encounter, one moment“ which would mean that every moment, that is, every situation or occasion in our life is unique. The man of modern society no longer has time for anything, but rushes headlong „in all directions“, doing everything as an obligation and thus loses the ability to enjoy and be in the moment. In all that haste, he is no longer, than he is. The aforementioned Japanese expression warns us that nothing is more relevant to us than the „*now*“, because what is different from the „*now*“ is either uncertain (future) or has passed and will never be repeated in the same way. The goal of this paper, in accordance with the above, is to theoretically analyze the concept of *alienation* in the *modern fast-paced society*, where the basic theoretical framework of the work is represented by the work *Resonance* written by Hartmut Rosa. Valuing relationships and daily interactions is extremely important for being alert and truly living life (with others, not apart from them) and taking it for granted is the end of living. Only by giving *meaning* to everyday

life do we become creative and create and maintain, not only our own life, but also the lives of those we meet.

**Keywords:** modern fast-paced society, „now”, alienation, meaning

## 1. Uvod

Fenomen otuđenja onaj je koji se već dugo vremena proteže kroz sociološku literaturu bilo kao usputni termin koji nam pomaže u razjašnjenju nekih drugih fenomena ili, u nešto novije vrijeme, kao onaj kojemu su posvećena poglavlja pa čak i cijele knjige. Čini se kako je (gotovo) nemoguće istraživati i govoriti o modernom društvu bez spomena o otuđenju. Zašto je tomu tako? Kako bismo uopće pokušali odgovoriti na to pitanje, najprije moramo pogledati kako izgleda život u 21. stoljeću. Ako se postavimo u ulogu promatrača, neće nam dugo trebati da primijetimo kako svi negdje žure ili pak ne dižu pogled s mobitela, laptopa, tableta. Užurbanost i stalna dostupnost preko mreža, e- mailova ili poziva koju je omogućila tehnologija, ako nisu glavne, barem su najuočljivije karakteristike modernog života. Već s obzirom na ove prve uvide možemo primijetiti problem – neprisutnost. Kada se nalazimo kod kuće, na poslu, u školi, naše misli malo pomalo počinju lutati mimo onoga što trenutno radimo ili bismo trebali raditi. Tome u velikoj mjeri pridonosi i čovjekov novi najbolji prijatelj – mobitel. Zvukovi i svjetla koja signaliziraju obavijesti ometaju našu pažnju, a čini se kako nam je navika „bacanja oka” na telefon sada već toliko usađena da je postala automatizirana – ne moramo ni razmišljati o tome, već će nam pogled sâm povremeno letjeti prema ekranu. Čak i kada bismo sklonili mobitele, mogli bismo uočiti kako naš fokus u razgovoru vrlo brzo iščezava. Odjednom počinjemo misliti koliko još vremena imamo za raspravljati o trenutnoj temi, što moramo ili želimo napraviti poslije, koji su nam planovi za sutra ili pak o nečemu što nas muči. Fokus današnjih razgovora vrti se ili oko teških tema poput bolesti, nesreća, smrti, životnih problema ili vodi u dijametralno suprotnom smjeru hedonističkih maštanja o odmoru i životu na atraktivnim udaljenim otocima. Nije ni čudo što smo poslije takvih razgovora ili mentalno iscrpljeni ili frustrirani jer se sva ta maštanja čine dalekima i nerealnima. Odviše vremena provodimo u vlastitoj glavi, umjesto ondje gdje jesmo i s kim jesmo.

Pored nas prolazi život za koji zaboravljamo da ga ne možemo vratiti. Čovjek izložen silini mogućnosti i zbivanja ili iščezava u želji da sve isproba, posjeti i osjeti ili upada u kolotečinu života koji je jednoličan, „normalan”, pun rutina. Tako ni ne možemo biti zadovoljni pa ni ne iznenađuje da slabim osjećajem za balans nerijetko doživljavamo ono što se danas popularno naziva „burnout sindrom” (sindrom izgaranja). Što podrazumijeva moderan život? Tko smo mi u modernom društvu? Koji su naši motivi djelovanja? Zašto se povlačimo ili bunimo? Što nas čini otuđenima? Kako da ostvarimo rezonantne odnose? Kako da više cijenimo trenutke za koje sada mislimo kako nam predstavljaju dosadu, teret ili traćenje vremena? Mnogo je pitanja koja iskaču, a na neka od njih odgovorit ćemo i u ovom radu fokusirajući se primarno na ono što uzrokuje otuđenje, što ono zapravo jest i što trebamo učiniti kako bismo živjeli kvalitetniji život.

## **2. U kojem su odnosu svijet i subjekt? Koje je naše mjesto u svijetu?**

Dva su najpoznatija pogleda na odnos svijeta i subjekta. Jedan pogled poima subjekt kao ono što je dano, a svijet kao onaj koji subjekt konstruira dok drugi svijet opisuje kao realnost, a subjekt kao epifenomen<sup>1</sup>. Kako bi riješila problem određenja odnosa subjekta i svijeta, sociologija ljudskih odnosa prema svijetu, definirala je subjekt upravo u njegovoj relaciji spram svijeta – kao onaj koji se određuje s obzirom na njega i u njemu. Subjekt je, prema tome, uvijek dio svijeta s kojim je međupovezan, a čija je veza sa svijetom određena povijesnim i kulturnim kontekstom u kojem živi. Njegovo djelovanje jest posljedica materijalizacije motivirane energije psihe, impulsa za djelovanje. Povrh toga, moderni čovjek je biće kojemu se manifestiraju iskustva i koje ima svoj vlastiti unutarnji (mentalni) svijet koji je zatvoren spram vanjskog svijeta<sup>2</sup>. Ljudi (u ovom smislu subjekti) se susreću sa svijetom i na njega odgovaraju s namjerom. Svijet je za njih od posebnog značenja pa je i njihov odnos prema njemu svojevrсно ozbiljenje njihove unutarnje intencionalnosti koju motiviraju strah ili žudnja.

---

<sup>1</sup> Rosa, H. (2016) What is the World? Who is a Subject? Resonance. Sociology of our relationship to the World, str. 54-55. Cambridge: Polity Press.

<sup>2</sup> Ibid., str. 56-57.

Budući da ga susrećemo, svijet je, za nas, sve što možemo susresti ili s čime se susrećemo, ono što nas na neki način dotiče i okružuje, prožima ili se od nas odbija.<sup>3</sup>

Naša je veza sa svijetom ponajprije fizička, tjelesna veza utemeljena na osjetima, na potrebi za uzajamnom konzumacijom i prožimanjem kao i samom činjenicom opstanka. Međutim, sama priroda ljudskog bića koja je dualna u smislu psihe i fizike, nalaže i drugu vrstu relacije sa svijetom. Ona se odnosi na posebnu vrstu senzibilnosti u odnosu na svijet koja nije tek fizička, nego ima pozadinu ponešto drugačije naravi. Mi osjećamo, čujemo, percipiramo i razmišljamo o svijetu. On je za nas mnogo više od onoga što nam omogućuje resurse i sredstva za život.

Svijet u nama pobuđuje reakciju i reagira na naše djelovanje, oblikuje nas i mi oblikujemo njega. Taj odnos podsjeća na dinamičnu međuigru energija. Oboje su živi (i svijet i ljudi) i mijenjaju svoje pozicije ovisno o situaciji. Nekada su subjekt, ponekad objekt, cjelina su za sebe koja je i sama dio jedne veće cjeline s kojom u većoj ili manjoj mjeri dolaze u kontakt. Vrlo često su i više toga odjednom jer je i sama relacija dinamična, ona je situacija ping-pong uloga. Možemo slušati i biti saslušani, djelovati i reagirati na neko djelovanje.

U odnos svijeta i subjekta u modernom dobu upleli su se digitalni mediji koji su razinu iskustva svijeta postavili na neku posve drugačiju razinu. Doživljaj nije više izravan, nego je uglavnom preko fotografija i snimaka pa više ne podražuje nekoliko osjetila istovremeno, nego samo jedno, a to je, uglavnom, osjetilo vida. Ipak, razvija maštu i dočaravanje ostalih osjetila preko vizualnih podražaja. No, razvijamo li tada vezu sa svijetom ili nečijim umjetničkim djelom? Nismo li udaljeni od svijeta više nego što smo mu blizu? Iskustva fizička ili ona manje zasnovana na osjetilima, pamtimo i sposobni smo ih reproducirati čak i onda kada nismo u izravnom kontaktu s njima. Ipak, izravan kontakt daje najpotpuniji doživljaj vanjskog ili nečijeg unutarnjeg svijeta.

Koliko god nam je tehnologija omogućila povezanost na daljinu, čini se kako nas je naučila da ju ondje i ostavimo. Nekad je to zdravije, zaštićeniji smo i slobodniji, imamo jednu razinu komoditeta i mogućnosti da promislimo odgovor, ali nerijetko dolazi i do nesporazuma jer tehnologija ne omogućava uvid u paket gesta i mimike (nekad i tona

---

<sup>3</sup> Ibid., str. 57.



glasa kao u slučaju poruka) osobe s kojom komuniciramo. Ništa što posreduje, ne može dočarati iskustvo u njegovoj punini, a još manje ljudsko biće u njegovom totalitetu. Tek ako imamo razvijenu visoku razinu senzibiliteta prema drugome i okolini, možemo osjetiti energiju iza medija koji nam posreduje stvarnost.

### **3. Muka i nauka u životu**

#### *3.1. Prakse moderne svakodnevice*

U modernizaciji je riječ o ubrzanju (vremena) našeg svijeta i života, o njegovoj dinamizaciji. Svijet, život i mi sami konstantno ubrzavamo bez da se zapravo igdje pomičemo što Rosa izražava slikom hrčka u kotaču koji cijelo vrijeme trči samo kako bi ostao netom kotaču, na mjestu.<sup>4</sup>Na taj način, kroz pokret i brzinu, gubimo osjećaj za kretanje prema naprijed. Socijalna akceleracija o kojoj je ovdje riječ dolazi iz logike dinamičke stabilizacije društva, odnosno iz činjenice da se društvo može stabilizirati samo dinamički. Velika kriza koju danas imamo prilike iskusiti jest kriza dinamičke stabilizacije i desinkronizacije koja polučuje, među ostalim, i mnoge patološka stanja u ljudi.

U procesu je modernizacije bitan koncept vremena. Povećanje dinamike započinje u 18. stoljeću izumom parnog stroja i stvaranjem prometnih mreža kada ljudi pokušavaju pronaći načine bržeg putovanja. U 19. stoljeću pojavljuju se bicikli i automobili, a u 20. stoljeću zrakoplovi da bi u 21. stoljeću svaki dan zrakoplovom letjelo između milijun i 2 milijuna ljudi.<sup>5</sup> Međutim, u suvremenom dobu enormna dinamizacija prebacuje fokus s dinamizacije u prometu ili kretanju na novčane i druge (kapitalističke) transakcije – sve unutar djelića sekunde.

Ako ekonomski rast ne postoji, ne možemo održati društvo u trenutnom stanju pa dolazi do gubitka posla, zatvaranja tvrtki, potrebe povećanog ulaganja što dovodi u

---

<sup>4</sup> Rosa, H. (2021) Social Acceleration, Alienation, and Resonance: Towards the New Understanding of Modernity [youtube lecture]. The University of Helsinki, Auditorium 116, Unioninkatu 35. Pribavljenom 25. 8. 2022. s <https://youtu.be/OshPcqP2uKg>.

<sup>5</sup> Rosa, H. (2019) Resonance and Alienation. Two modes of experiencing time? [youtube lecture]. TimeWorld 2019, the International congress on Time. Ideas in Science. Pribavljeno 28. 8. 2022. s <https://youtu.be/57hmqyQfdk>.

disbalans i krizu. Ona pak stavlja pritisak na politiku određene države pa i na ostale aspekte društva. Ekonomija započinje tek onda kada imamo osnovano očekivanje, nadu u bolju i veću zaradu od onoga što smo uložili. Logika rasta stoga je strukturalna nužnost jer se pojavljuje u svim aspektima društva koji moraju postojati i održavati se kako bi se i samo društvo održalo. Znanje je izvorno povezano s kreacijom, inovacijom i razvojem, onim što zahtijeva dinamička stabilizacija - stalan napredak. Iz toga je razloga ono na vrhu sistema koji čine i ekonomija, politika pa i umjetnost, a koje sve karakterizira moderna potreba za konstantnim napredovanjem samo kako bismo u današnjem vremenu održali sustav na životu.

Tomu je tako jer rast možemo postići u svim spomenutim aspektima socijalnog života, ali ono što ne možemo uvećati jest vrijeme. Ono je, drugim riječima, fiksno u tom smislu što dan uvijek ima 24 sata, sat 60 minuta i tako dalje. Koliko god mi ubrzavali načine izvršavanja određenih radnji koje čine život, prolazak vremena je konstanta u kojoj moramo djelovati i koja se neće ravnati prema nama, nego smo mi ti koji moramo moći biti ukorak s njome. Naglo povećanje proizvodnje i potrošnje, posjeda dobara tijekom vremena vodi do povećanog konzumerizma i rješavanja stvari koje više nisu „u trendu“. Povećanjem broja dobara, povećava se i potreba za njihovim održavanjem koje zahtijeva i veću količinu vremena koju moramo utrošiti na to održavanje i upotrebu. Međutim, količina vremena o kojoj smo maločas govorili uvijek je jednaka, tako da nerijetko osjećamo krivnju ili nelagodu zbog toga što ne možemo posvetiti dovoljno vremena onome što imamo jer ga naprosto nemamo – nemamo vremena za sve ono čime smo si opteretili svakodnevicu. Količina je dobara stoga nesrazmjerna mogućoj distribuciji vremena koje nam je za nju potrebno.

Broj ljudi ili kontakata koje u današnje vrijeme ostvarujemo, također prelazi granice vremena koje imamo za njihovo održavanje. Također, ono što nas stavlja u pat poziciju jest i silna količina izbora i mogućnosti koje su nam u svakom trenutku života otvorene. Puno toga što nam je dostupno, mami nama urođenu znatiželju za posjedovanjem novih informacija i saznanja. Samim time, spektar naših interesa se povećava u nedogled, ali nikada nemamo vremena za sve što želimo ostvariti. Sve je materijalno u većoj ili manjoj mjeri zamjenjivo nečim drugim što je materijalnog

podrijetla, ali nema ničega što može zamijeniti ili vratiti vrijeme pa je ono najvredniji i neobnovljivi resurs.

Današnjem je društvu modernizacija priskrbila bogatstvo u smislu dostupnosti velike količine dobara i materijala većem dijelu društva koje je sada u svojoj cjelini i spomenutom smislu, zapravo, bogato društvo. Dinamizacija, s druge strane, poticaj je sve većoj individualizaciji, prekidu odnosa s tradicijom i manjim kolektivima u kojima živimo, a posljedično i sveopćoj akceleraciji života zbog koje smo u stisci s vremenom koje nam postaje opterećenje. Sada moramo ubrzati kako bismo držali korak sa svijetom, ostali uključeni u njega. Prema Hartmutu Rosi postoje tri sfere (socijalne) akceleracije: tehnološka akceleracija, društvena promjena i akceleracija na individualnoj razini. Tehnološku akceleraciju pritom karakterizira namjerno ubrzavanje procesa usmjerenih na profit, a ona obuhvaća transport, telekomunikacije i proizvodnju. Društvena promjena ide u prilog otuđenju od stvari koje smo prije smatrali poznatima, a koje su nam sada postale posve nepoznate. Odvijaju se puno brže od našeg uobičajenog tempa života, zbog čega dolazi do kontrakcije stvarnosti i preopterećenja radnjama koje moramo izvršiti u jednakom vremenskom rasponu koji smo imali i do sada.

U svemu tome, trebamo ostati u formi - kako fizičkoj, tako i psihičkoj. Naime, cijelo to gorivo za akceleraciju pod čijim smo pritiskom, produkt je našeg djelovanja, naše energije, mi smo ti koji stavljamo u pogon taj nezasitni stroj produktivnosti. Problem koji će se potencijalno pojaviti jest taj da ćemo zadržati dinamizaciju, ali ne i stabilizaciju. Svijet nije podjednako dinamizirajući pa dolazi do desinkronizacije pri sudaranju sustava različitih brzina. Primjerice, velik je problem što se priroda ne stigne obnoviti, iscrpili smo ju, a njoj treba više vremena kako bi obnovila vlastite resurse. Njoj brzina našega života šteti, dolazi do globalnog zatopljenja, pretjeranog iscrpljivanja resursa koje neodgovorno i nezasitno crpimo i uništavamo. Visoka je to cijena koju i ona plaća za brži razvoj i održanje društva na životu. Demokracija je pak složen proces koji zahtjeva vrijeme i konsenzus. Ekonomija također kaska za prohtjevima financijskih tržišta koja samo teže za povećanjem profita, a ne računavaju činjenicu da se proizvodi nekada trebaju konzimirati što također iziskuje određeno vrijeme.

#### 4. Dinamička stabilizacija kao način života

Što je moderno ovisi o dijelu svijeta ili vremenu. Kako bilo, modernost je koncept koji modernu kulturu smatra središnjom i onom kojoj treba težiti, dakle: ako već netko zaostaje za njom, svakako ju treba dostići. Ono što društvo čini modernim svakako je model dinamičke stabilizacije. Drugim riječima, moderno je društvo ono koje stavlja svijet u pokret. Ono zahtijeva stalan rast koji uključuje porast materijalnih dobara, tehnološki napredak i kulturnu inovaciju kako bi zadržalo strukturu i institucijski status quo. Prolaskom vremena pojavljuje se potreba za povećanim ulaganjem energije koja podrazumijeva brzinu, optimizaciju i racionalizaciju. Međutim, apetiti sustava usmjerenog ka profitu prekoračuju granice vremena.

Problem tako ustrojenog društva koje funkcionira pod cijelom ekonomskog sustava leži u tome što ga taj isti sustav potkopava. On djeluje tako da svakome nalazi mjesto ukoliko taj pokaže volju za sudjelovanjem u njemu, ali ga i zakopava u tom mjestu. Naime, potrebe sustava sve više rastu, stoga je potrebno više ulagati u njega kako bi kao takav opstao. Mi koji smo okruženi tim sustavom, također trebamo sve više raditi kako bismo opstali tu gdje jesmo, kako bismo zadržali danu poziciju. Svakodnevna je stvarnost modernog čovjeka tako obavijena stresom zbog nedostatka vremena ili pak viškom vremena, zbog čega se ono često smatra manje vrijednim.

Upitna nije potreba za rastom, nego nesrazmjer u proizvodnji i potrošnji, a još više u distribuciji dobara. Ubrzanje i inovacija su nam potrebni kako bismo napredovali, ne zato jer želimo ili smo pod nekim vanjskim pritiskom. Gorivo za napredak dolazi iz ljudi, odnosno iz njihovog straha i žudnje. Strah je to od nemogućnosti bivanja ukorak s vremenom, ispadanja iz sistema, neimanja mjesta u svijetu ili pak od toga nismo dovoljno dobri. Strah je ovdje barem dijelom opravdan jer ako ne napredujemo, zapravo zaostajemo. Koliko nam je tehnologija na mnogim poljima „skratila muke”, toliko je na nas stavila pritisak konstantnog bivanja u tijeku, trajne potrebe za ulaganjem u održanje postojećeg stanja. Ako ne sudjelujemo u sustavu, gubimo osjećaj da imamo pravo tražiti išta zauzvrat, ne uklapamo se, socijalno smo mrtvi. Činjenica da moramo plesati brže, samo kako bismo ostali na mjestu, može biti poprilično demotivirajuća.

S druge strane, postoji pozitivna sila koja nas pokreće u smjeru napretka, a to je želja za širenjem horizonata. Ono što nas privlači jest sama činjenica da nam je na raspolaganju određeni spektar materijalnih dobara pa makar ih nikada ne bili u stanju koristiti ili brinuti o njima. Dva prozora u svijet onoga što nam je dostupno jesu novac i tehnologija, a količina kojom raspolažemo definira okvir onoga što možemo, što nam je nadohvat ruke.

#### *4.1. Kriza desinkronizacije*

Kao posljedica sveopće akceleracije javlja se kriza desinkronizacije. Riječ je o tome da brži sistemi vrše pritisak na sporije sisteme koji se ne mogu doseći jednak stupanj ili to ne mogu jednakom brzinom. Kako svijet funkcionira, ili bi barem trebao, kao cjelina, nužno se, u određenim trenucima, javlja interakcija različitih sistema. U toj interakciji, ako ne dođe do prilagodbe, dolazi do gubitka vremena. Takav nesrazmjer i nije tako rijetka pojava. Njega, naime, nalazimo već u odnosu između društava i ekoloških ritmova: priroda je spora u usporedbi s razvojem društva. Ne može se toliko brzo obnoviti, koliko čovjek brzo crpi iz nje i uništava ju. Također, demokracija kao politički sustav jest proces koji samim time podrazumijeva određenu postupnost, razvoj, a time i određeno vrijeme te ne može pratiti zahtjeve društva za brzopoteznim odlukama. Međutim, što je društvo složenije i dinamičnije, to je proces poput demokracije sporiji jer, među ostalim, ima veće posljedice. Velik se nesrazmjer javlja i u odnosu finansijskih tržišta koja u silnoj želji za profitom tjeraju proizvodnju do maksimuma ne uzimajući pritom u obzir vrijeme potrebno za konzumaciju proizvedenih i kupljenih dobara.

Za čovjeka izravno najopasnija je desinkronizacija između njegove psihe i onoga što radi. Takvo što dovodi do poremećaja u mentalnom zdravlju osoba poznatog i pod nazivom „burnout sindrom”. Ova posljedica nepoklapanja s vanjskim svijetom zastupljena je pojava u modernom dobu u toj mjeri da gotovo da i nema osobe koja ne bi razumjela što bi taj termin trebao značiti. Pitanje je: trebamo li usporiti? Kako to učiniti? Kada je dosta? Možemo strahovati od toga da ćemo u jednom trenutku puknuti pod tempom života. No, je li to dovoljno da stanemo? Nećemo li tada nešto propustiti, zaostati, doživjeti neuspjeh?

Ne treba nam puno kako bismo doživjeli psihološku krizu, a nakon nje i otuđenje. Vrijedi li zaista beskonačno širenje horizonata koliko i zdravlje? Je li ono vrijedno življenja u gluhoj tišini? Što nam znači odnos bez odnosa? Što kada nas ništa ne dotiče – ni omiljena glazba, ni partnerova bol, ni osmijeh djeteta, ni posao o kojem smo sanjali? Stojimo u mjestu poput voštanih figura, bez izraza, bez volje, bez pokreta, bez života. Živimo život koji kao da nije naš. Na koncertu smo, a ipak osjećamo kao da to nismo mi, nego neka simulacija nas – potpuno smo izvan svega. Imamo puno prijatelja, ali nitko nam se ne javlja, samo su kontakti u imeniku, prazne slike, prošli susreti. Osjećamo da bismo trebali osjećati, ali ostajemo prazni, indiferentni. Sve je tako dosadno, odbojno, jednako kao i sve drugo, potpuno beznačajno. Pitamo se – koja je naša veza s nekim ili nečim, zašto smo tu gdje jesmo?

Što bismo mogli promijeniti tako da se možemo čuvati i napredovati istovremeno? Kako bismo bili zdraviji, najprije moramo maknuti sav taj pritisak stalnog pretjeranog ubrzavanja, samo da bismo ostali u mjestu. Takvo što Rosa naziva *adaptivnom stabilizacijom*. Budući da je sistem takav da jednostavno traži specifičan način stabilizacije kakav je većini ljudi dugoročno neizvediv, potrebno je pronaći drugačiji način stabilizacije koji bi bio u skladu s ljudskom znatiželjom, mogućnošću inovacije i promjene. On i dalje treba biti dinamičan, ali kao takav djeluje tek kada je to potrebno da bi došlo do promjene statusa quo, a ne njegova održanja. Cilj je, dakle, za rast, akceleraciju i inovaciju sposobno društvo koje nije pod pritiskom suludog uvećanja profita kakvo potiče kapitalistički mehanizam. Kao prvi korak prema boljitku, Rosa predlaže uvođenje kontrole nad tržištem te oblikovanje drugačije koncepcije dobrog života što je zapravo dugotrajan proces koji ovisi o slaganju po pitanju toga kakav bi život trebao biti. Što je to što čini značajnu vezu, rezonantan odnos?

## **5. O dobrom životu**

Godine 1900. poradi osamostaljenja od filozofije i psihologije, sociologija je bila prisiljena ostaviti se gotovo svakog ozbiljnijeg spomena pojma sreće i dobrog života.<sup>6</sup> Tomu je tako jer je rasprava o lijepom, istinitom i dobrom potpadala pod

---

<sup>6</sup> Rosa, H. (2016) *Sociology, Modernity and the Good Life. Resonance. Sociology of our relationship to*

područje filozofije dok je analiza subjektivnih mentalnih stanja, poput primjerice sreće, bila u domeni psihologije. Iz navedenih je razloga sociologija, kako bi se osamostalila kao znanost, morala pronaći vlastiti predmet promišljanja i istraživanja koji ne bi bio u fokusu nekih već ranije oformljenih znanosti. Međutim, novo je doba u znanost dovelo svijest o povećanoj potrebi za suradnjom više znanosti u sagledavanju i pokušajima iznalaženja adekvatnog rješenja u pogledu jednakih pitanja i fenomena, dakako, iz njihovih zasebnih perspektiva. Tako je i u sociologiju najzad dospjela tema dobrog života i sreće.

Razdoblje modernosti sa sobom je donijelo specifičan način razmišljanja koji karakterizira privatizacija nematerijalnih dobara poput duhovnosti, ljubavi, sreće. Nijedan koncept više nema strogo pa čak ni šturo vrijednosno određenje. Sve se tumači usput, kako nam u određenom trenutku odgovara, ništa nije ni dobro ni loše, sve je prihvatljivo ako je nama „dobro”. Mi smo naprosto „životinje” koje posjeduju određeni set sposobnosti, imaju svoje aspiracije i potrebe kao i potpuno otvorenu budućnost pred nama. Sve nam je više-manje dostupno, možemo biti tko želimo, kada to želimo i u kojoj god mjeri to želimo. No, upravo se u toj silnoj ponudi gubimo, a pritisak toga da moramo znati tko smo i kamo idemo i dalje ostaje.

Vrijeme ide, a zahtjevi se, ma koliko god se današnje društvo u neku ruku činilo otvorenije i humanije, i dalje bezobrazno povećavaju. Više se žena ne može ostvariti samo kao majka, nego ona mora zadovoljiti u svakom aspektu njezina života. Situacija nije lakša ni muškarcima. Od toga da ne smiju biti „zatucani” i propovijedati o pravilima kuće, preko toga da ih ne zaobilaze ni kućanski poslovi, briga o djeci, do toga da moraju biti u tijeku s trendovima, pokazivati emocije, ali i dalje zadržati muškost. Još je veća pomutnja u svemu tome kada je odgoj tekao nešto drugačijim smjerom.

Kako bilo, kategorije pomoću kojih se određujemo su, iako moderirane i proširene, ostale, zahtjev za održanjem idiličnog života nije nestao. Koliko god se pokušavaju normalizirati posjeti psihologu, zagovaranje pojedinih pokreta i prava, sporo se i s oprezom zaista i prihvaćaju takvi trendovi. Još uvijek su prisutne predrasude i omalovažavanja, ali izgleda kako će njih biti dok je i ljudi na svijetu. Nerijetko se spominje kako su mlađe generacije preosjetljive, odviše zaštićene, razmažene. Pitanje

je: Je li tome zaista tako? Naime, starije su generacije živjele u dobu u kojemu su vladali drugi običaji, mentalitet, tempo života i granice prihvatljivoga i „normalnog“. Iako to i nije bilo tako davno, brzina kojom se društvo izmijenilo u zadnjih pola stoljeća ipak je učinila da neki pomaci postanu vidljivi.

Puno nam je toga, što smo počeli uzimati zdravo za gotovo i često mislimo kako nemamo dovoljno, zapravo dostupno. Činjenica je, međutim, da tempo života u zapadnom svijetu u velikoj mjeri diktira njegov dominantni ekonomski sustav – kapitalizam. U njemu je čovjek, zbog prirode samog sustava, tek lako zamjenjiv kotačić u jednoj nepreglednoj, nezasitnoj mašineriji koja je stalno u pogonu. Brzina života i količina energije koju zahtijeva postupno melje modernog čovjeka. Ono čime nas konzumente svakodnevno mami jest bezbroj mogućnosti i dobara koji su nam nadohvat ruke. Drugim riječima, hrani nas našim slabostima i tako, idući nam niz dlaku, izgrađuje naše hedonističke potencijale do te razine da oni više naprosto ne mogu biti zadovoljeni onime što već imamo jer uvijek možemo bolje, više, drugačije.

Dok svakim posrtanjem odobravamo i sve više žudimo za onim što je „bolje“ od onoga što trenutno imamo, sve dublje zapadamo u ralje sistema, u začarani krug koji nas primorava da se krećemo po jednoj osi, bez stvarne mogućnosti da dosegemo cilj u životu – sreću. Nije li sreća cilj kojemu svi u dubini težimo? Ne želimo li biti sretni? Čini se kako to tijekom života stalno ganjamo, neku daleku sreću. Cijeli život mislimo: ako napravim/ postignem/ dosegnem još samo *ovo*, bit ću najsretniji na svijetu. Opet, čini se kako nijedna osoba koja je imala taj način razmišljanja kao trajni motiv, nikada nije uspjela doseći ono nešto što bi ju učinilo sretnom.

Uzaludno je tražiti ono što nam je potrebno samo izvan nas ili isključivo u nama. Mi postojimo u svojem autentičnom obličju kao nitko drugi doli mi sami, u svijetu s kojim smo u određenom odnosu. Zašto onda sreću ne tražimo u tom odnosu? U odnosu spram sebe i spram svijeta istovremeno? Problem je u tome što gotovo uvijek govorimo kako nam se nešto događa ili se dogodilo, kako nam ništa ne ide u prilog, sve nas koči. U svemu tome, zaboravljamo da smo upravo mi aktivni sudionici, dapače glavni akteri vlastitog života, a ne pasivni objekti neke radnje koju vrši netko drugi ili svijet.



Naš život nije samo vanjski život dostupan nama i onima u našem okruženju. On je u velikoj mjeri i naš unutarnji život – naše emocije, naša stanja, naši snovi, ambicije, strahovi i žudnje. Mi smo cijelo psihofizičko biće. Kada izabiremo biti samo „pola” nas, samo jedno od toga, drugi dio nas umire. Ne zato što ga pokušavamo negirati ili ga zanemarujemo u njegovoj potrebi, nego zato što se njime ne koristimo. Ono što je namijenjeno određenoj svrsi, a ostavlja se po strani neko vrijeme, naprosto počinje kržljati, odumire. Ako predugo čekamo da nam se dogodi čudo bez ikakve naše akcije, postoji velika mogućnost da ćemo još više zaglibiti u stanju inercije, potpuno udaljeni od puta koji bi nas igdje uspio odvesti. Ta je otužna situacija pomalo nalik paralizirajućem osjećaju straha od kojega ne možemo ni započeti što bismo trebali, a to nas saznanje samo dublje zakopava u mjesto.

Ideja kreativnog aktera koji pronalazi način bivanja u svijetu koji nije uvijek po njegovoj volji, vrlo je primamljiva. Međutim, realnost je takva da atmosfera onoga gdje živimo uvelike utječe na naše stanje, oblikuje naše ambicije u okvirima onoga što nam je dostupno i što je za nas moguće. Naravno, pokušaj prekoračenja granica može biti jedna od opcija. Ipak, upoznati način na koji sustav radi i kako bi ga se moglo izmijeniti ili kontrolirati manje je radikalna, a opet otvorena mogućnost. Dok god se ne osjećamo dovoljno slobodno i sigurno u svom okruženju, nego nam je ono izvor stresa, frustracija i ograničenja, nećemo biti zadovoljni jer će nas potencijalno „guranje pod tepih” nezadovoljstva, u konačnici samo stajati zdravlja. Kako god okrutno zvučalo, sve ima svoj vijek trajanja pa tako i čovjek. Naše strpljenje, naša pažnja, snaga, volja, entuzijazam – sve ima granicu. Pitanje je samo za što se ona vrijedi i vrijedi li ju ikada prekoračiti? Što bi to prekoračenje značilo za nas? Kamo bi nas ono odvelo? Jesmo li u opasnosti ako prijeđemo granice vlastitih mogućnosti i kakve su moguće posljedice toga?

Povremeno prekoračenje naših granica možda se i ne čini tako strašnim. No, što ako nam ono prijeđe u naviku? Što ako postane našom svakodnevicom? Čini se kako je to vrlo lako moguće pogotovo ako sami to dopustimo, a još lakše ako druge naučimo na to. Ljude je lakše razmaziti, nego ih ograničiti vlastitom slobodom, vlastitim prostorom. Kada nas sistem prisiljava da uvijek idemo dalje od onoga što je trenutno u našoj moći,

on nas rasteže do pucanja, a tada na naše mjesto dolazi nova žvakaća guma koja će završiti jednako kao i mi.

Najgori je dio cijele priče što mi prihvaćamo taj proces. To činimo jer nas pokreću dva motiva – strah i žudnja. Brzina i zahtjevi društva čine nas konstantno dostupnima, nervoznima i natjecateljski raspoloženima – sve kako bismo ostali unutar sistema. Strah nas čini podložnima standardima koji možda i nisu u skladu s onime što smatramo bitnim i potrebnim. Vrijeme ide, a mi pokušavamo ići brže od njega. Toliko brže da jedemo u hodu ili jednom dnevno, razgovor za posao dogovaramo dok djecu vodimo u školu, kavu pijemo za radnim stolom u uredu jer nemamo stvarnu pauzu, posao čeka, a bonusi koji nam pomažu prehraniti obitelj se neće sami ostvariti. Koliko god se žurili, obavljali više stvari istovremeno, škrtarili na odmoru, čini se kako vremena nikad nije dosta. Na sto smo strana, ali zapravo nismo nigdje. Još uvijek stojimo u mjestu, a naši resursi se neminovno troše. Tako je sve do te mjere dok nam tijelo ne postane beživotna ljuštura, a naš um preopterećeni sistem.

## **6. Samootuđenje**

Otuđenje od svijeta nije čovjekov izbor. Ono ne znači imati vremena i mjesta za sebe, biti sam, odvojen od drugih na neki period. Ovo potonje jest izbor, a često i potreba u trenucima prezasićenosti tempom svakodnevnog života. Međutim, otuđenje je nešto što se naprosto dogodi. Ono slijedi nakon izgaranja bića u njegovom psihofizičkom načinu postojanja. Ono se razbolijeva jer mu ništa više nije važno. Sve je jednako, beznačajno, strano, a njegove su radnje pa čak i emocije programirane i automatizirane. Čovjek postaje poput stroja koji ima određenu listu zadataka koju zadanim redosljedom treba izvršiti i tako ispuniti svoju svrhu za taj put. On se nesvjesno otuđuje od svega što čini nebitno da li su njegove radnje vezane za posao, kuću, prijatelje, obitelj - sve je obaveza. U ovom smislu, obaveza ne znači samo njegovu stranu odnosa, nešto što on duguje drugome, nego nešto na što je primoran i naviknut, što je lišeno dublje emocije i značaja, zadano je i čini se jer se tako mora, bez propitkivanja, želje, trebanja, zbiljske prisutnosti. Sve se naprosto odrađuje jer je to sastavni dio života i to tako ide. Zapadajući u kolotečinu svakodnevice on se gubi,

postaje frustriran i usamljen jer mu je sve ravna crta. Više nema uzbuđenja, nadanja, promjene, volje, entuzijazma, ambicije. Svaki njegov pokušaj kontakta s vlastitim životom čini se uzaludan, beznadan. Nitko ga ne čuje, nitko mu ne odgovara, ne vide ga i ne shvaćaju. Situacija je to potpunog mimoilaženja impulsa subjekta i svijeta. Kako subjekt i svijet koegzistiraju i međusobno, u svojim višestrukim odnosima, grade jedno drugo, trenutak alijenacije u jednu ruku znači propadanje njihova odnosa, ali i njih samih.

Najpogubnija za čovjeka na njegovoj individualnoj razini jest desinkronizacija između njegova tijela i vremena i svega onoga što ga iscrpljuje preko njegovih mogućnosti. Mi kao živa bića imamo svoje granice trpljenja i vođenja užurbanog života. Iz navike i potrebe naučili smo uporno i često obavljati stvari za koje više nemamo snage ili nisu trenutno najbitnije. Sve je postalo jednako važno, više nema prioriteta, u svemu moramo biti „up-to-date“ kako bismo zadržali položaj u svijetu. Barem smo se u to uspjeli uvjeriti. Iz tog razloga puno ljudi pogađa sindrom današnjice popularno zvan „burnout“. Drugim riječima, uslijed dugoročnog guranja organizma preko njegovih granica, on jednostavno pregorijeva. Tu su kava, energetska, pića, tablete i slično, sve dok se psihički i fizički ne razbolimo. Tada iz pretjerane žurbe upadamo u stanje potpune inertnosti, odnosno alijenacije. Više nemamo rezonantan odnos sa svijetom jer se osjećamo nepovezano, isključeno, van dodira s njime.

Biti u dodiru sa svijetom, imati rezonantan, korespondirajući odnos između pasivnosti i aktivnosti, u kojem aktivno slušamo i u kojem nas se sluša, zahtijeva određenu posvećenost. Rezonancija kao najbolji put ka uspostavi kvalitetnog odnosa sa svijetom postavlja i vječno pitanje: „što je dobar život?“ U tom smislu, Rosa govori o *adaptivnoj* akceleraciji, dakle ubrzanju prema potrebi kao mnogo zdravijem načinu života. Kada „bolest“ izvana pritišće trenutnu situaciju, tada moramo ubrzati kako bismo prešli preko tog problema. Moderno je zdravo društvo, smatra Rosa, ono koje je sposobno za ubrzanje, ali mu ono nije nužno kako bi se održalo u statusu quo u kojem jest. Tome šteti kapitalistički sustav koji bi trebao prijeći u sustav koji je demokratski i kulturno nadziran kako bi mogao disati u ritmu potreba društva, a ne biti izvanjski prisilni faktor koji će društvo nagnati na izgaranje. Za te i slične reforme potrebno je

poseći upravo za rezonancijom kao temeljnom vrstom odnosa prema svijetu i naše smještenosti u njemu.

## **7. Budnost i rezonancija: Zašto su nam potrebni?**

Zašto je važno biti budan? Budnost u ovom smislu znači prisutnost, pristupačnost, stanje otvorenosti prema svijetu. Samo tako on može doći do nas, učiniti da se osjećamo živima. Budnost, da se ne zavaravamo, nije uvijek najugodnije stanje u kojemu se čovjek može naći. Ona podrazumijeva našu izloženost drugima. Kada smo izloženi, postoji vjerojatnost da budemo povrijeđeni, obezvrijeđeni, ali svakako izazivamo neku reakciju. Zašto? Zato što izloženosti dajemo sebe na van. Neće se svima svidjeti ono što imaju prilike vidjeti, ali ni ne treba biti tako. Kako se izgraditi ako smo izloženi jednostranim odgovorima okoline? Trebamo oboje – i prihvaćanje koliko i odbijanje. Svijet je odviše različit i složen da bi se svaki njegov segment mogao međusobno odobravati. Neki „dijelovi” jednostavno moraju ostati posvađani kako bi sve sjelo na svoje mjesto, kako bi evoluiralo na jednoj drugoj razini.

Bit je imanje odnosa jer, ako pogledamo logički, čovjeku uvijek treba Drugi. Kako bi inače spoznao išta o sebi? Što bi bilo s njime kada bi se teško razbolio? S kime bi dočekao zadnje dane? Sam u agoniji? Kome bi izrekao svoje misli o nečemu? Od koga bi dobio povratnu reakciju? Neki kažu da je čovjek stvorio ideju Boga kako bi mu pravio društvo, kako bi imao utočište, nadu. Istina ili ne, činjenica je da mi opstajemo kada ostvarujemo odnos s nekim, a koji ni ne mora biti harmoničan odnos. Dovoljno je samo da na nas ima određeni utjecaj. To znači da smo prisutni u njemu, postojimo – i to aktivno.

Otvorenost prema svijetu omogućuje nam nešto veliko – to da nas pomakne s mjesta. Uvlači nas u trenutak u kojemu više ne razmišljamo o tome što je bilo ni što će biti. Nešto nam se naprosto događa i mi to dopuštamo i doživljavamo. Osjećamo poziv na koji spontano odgovaramo. U tom trenutku više nismo pod maskom, ne pazimo na to što ćemo učiniti niti kako ćemo izgledati, što ćemo reći ili pomisliti. Potpuno smo van zone sigurnosti koju se tako silno trudimo izgraditi u svakodnevnom životu. Na nama se

dogđa promjena koja je odgovor na situaciju. Najednom se nalazimo u interakciji za koju se ne trudimo, nego ona jednostavno teče.

Međutim, jedan je od problema rezonancije, taj da ne možemo kontrolirati te trenutke kao ni njihovu pojavu. Ne možemo stvoriti umjetno okruženje koje će zasigurno izazvati takav osjećaj povezanosti. Tomu je tako jer već unaprijed stavljamo pritisak na situaciju, imamo očekivanja, zacrtani plan prema kojem se sve mora odvijati, a to je ono što ubija spontanost i faktor iznenađenja, posebnosti. Posebni trenutci u životu često su oni kojima smo se najmanje nadali, koji su spontani, u kojima je sve sjelo na svoje mjesto baš zato što smo to dopustili. Ne možemo sve kontrolirati, ne možemo samo tako programirati život. Moramo imati trenutke koji će nas izbaciti iz cipela, možda zahtijevati neku razinu inovativnosti, prihvaćanja onoga što je upravo pred nama.

Na rubu između pasivnosti i aktivnosti rezonancija iziskuje odgovornost, sposobnost i željnost za ulaskom u dinamičan odnos slušanja, pozivanja i odgovaranja. Bitna nam je i neovisna o nama, uključuje Drugoga i izvodi se na relaciji s Drugim, a ne mimo njega. Ona je rezultat spontanog koautorstva, iznimna improvizacija koja spaja našu unutrašnjost s onim vanjskim, ali ne više tako stranim.

Odvija se u svakoj našoj istinskoj interakciji s onim što je pred nama. To može biti tekst ili slika, priroda ili povijest, naša unutrašnja igra između uma i tijela. Ona nam dokazuje međuovisnost, to da određujemo ono s čime dolazimo u susret i ono određuje nas. Imamo priliku svjedočiti o međusobnom stvaranju svijeta i subjekta baš za svog života, samo ako joj se prepustimo. Za to ne smijemo živjeti u grču, u strahu, ljušturi u koju smo se skloni svakodnevno uvlačiti, samo kako ne bismo sudjelovali, kako bismo imali mir, da nas nitko ne vidi i ne čuje, a opet...Kada ostanemo usamljeni i udaljeni od svega i svakoga, tada se čudimo.

Čovjek je po prirodi rezonantno biće, odnosno on se kao takav rađa. Rezonancija je temeljni kapacitet čovjeka, njegovo temeljno iskustvo. Zahtjev je za drugačijim načinom življenja, za promjenom na razini egzistencije. Trebamo znati kamo želimo ići, koji je naš cilj, što želimo. Ono što se tome može ispriječiti su situacije i stanja koja u

nama samima izazivaju nelagodu – natjecateljsko ozračje, anksioznost, strah, manjak vremena. Puno toga što je prisutno u modernom društvu. Tako smo i izgubili pojam o tome što je rezonancija iako je svatko od nas barem jednom za života doživio trenutak u koji ga je dirnuo. Ranije smo spomenuli kako ne možemo predvidjeti niti sa sigurnošću namjerno izazvati rezonanciju, ali možemo stvoriti rezonantni prostor koji znači rizik, nedostatak kontrole, slobodu. Ona ne znači mahnito širenje horizonta koji nikada nećemo moći obuhvatiti, nego izgradnju kvalitetnih odnosa koji čine život i koje vrijedi čuvati. Ti su odnosi naše najveće blago, nezamjenjivo blago koje se ne može kupiti nikakvim novcem niti nadomjestiti nečim materijalnim. Budući da se oni javljaju onda kada skinemo lance svega onoga što nas drži prikovanima za mjesto i utapa nas poput živog pijeska, moramo prvo naučiti kako promijeniti način razmišljanja i navike. Kada se prestanemo bojati, držati se samo sebe, natjecati se protiv drugih, tada možemo početi mijenjati način življenja koji nije u strahu od svijeta, nego diše i jest zajedno s njime.

## Popis literature

1. Bueno, A., Hartmut, R. & Henning, C. (2021) *Critical Theory and New Materialisms*. London, New York: Routledge.
2. Rosa, H. (2016) *Resonance. Sociology of our relationship to the World*. Cambridge: Polity Press.
3. Rosa, H. (2013) *Social Acceleration. A New Theory of Modernity*. New York Chichester: Columbia University Press.
4. Rosa, H. (2020) *The Uncontrollability of the World*. Cambridge: Polity Press.
5. Rosa, H. (2021) *Social, Alienation, and Resonance: Towards the New Understanding of Modernity* [youtube lecture]. The University of Helsinki, Auditorium 116, Unioninkatu 35. Pribavljenom 25. 8. 2022.  
<https://youtu.be/OshPcqP2uKg>.
6. Rosa, H. (2019) *Resonance and Alienation. Two modes of experiencing time?* [youtube lecture]. TimeWorld 2019, the International congress on Time. Ideas in Science. Pribavljeno 28. 8. 2022. s <https://youtu.be/57hqmgyQfdk>.