

Celeste Headlee

# Nemoj raditi ništa

*Kako se otrgnuti od  
prekomjernog rada, prezaokupljenosti  
i premalo življenja?*



Za Theresu,  
koja je oduvijek bila najveća obožavateljica  
i najbolja prijateljica.



# SADRŽAJ

UVOD . . . . . VII

## **I. DIO: KULT UČINKOVITOSTI**

*Prvo poglavlje: PAZITE NA PRAZNINU . . . . . 3*

*Drugo poglavlje: POČINJE S PARNIM MOTOROM . . . . . 12*

*Treće poglavlje: RADNA ETIKA . . . . . 25*

*Četvrto poglavlje: VRIJEME POSTAJE NOVAC . . . . . 36*

*Peto poglavlje: POSAO DOLAZI I DOMA . . . . . 60*

*Šesto poglavlje: NAJZAPOSLENIJI SPOL . . . . . 72*

*Sedmo poglavlje: ŽIVIMO LI DA BISMO RADILI? . . . . . 85*

*Osmo poglavlje: UNIVERZALNA LJUDSKA PRIRODA . . . . . 99*

*Deveto poglavlje: JE LI KRIVA TEHNOLOGIJA? . . . . . 115*

## **II. DIO: NAPUŠTANJE KULTA – NE TRATITE ŽIVOT, VRATITE ŽIVOT**

*Ponovno živjeti – prvi dio:*

SUOČITE SE S VLASTITIM STAVOVIMA . . . . . 133

*Ponovno živjeti – drugi dio:*

UKLONITE MEDIJE IZ SVOJEGA DRUŠTVENOG ŽIVOTA . . . . . 141

*Ponovno živjeti – treći dio:*

ODMAKNITE SE OD SVOJEG STOLA . . . . . 149

*Ponovno živjeti – četvrti dio: INVESTIRAJTE U DOKOLICU . . . . . 160*

Ponovno živjeti – peti dio: OSTVARITE ISTINSKE ODNOSIJE . . . 166

Ponovno živjeti – šesti dio: RAZMIŠLJAJTE DALEKOSEŽNIJE . . 174

ZAKLJUČAK . . . . . 181

ZAHVALE . . . . . 187

BILJEŠKE . . . . . 189

KAZALO . . . . . 205

## UVOD

Moglo bi se reći da, premda je malo dokolice ugodno, ljudi ne bi znali ispuniti svoje dane da rade samo četiri sata, od dvadeset i četiri. U mjeri u kojoj je to istina u suvremenom svijetu (to je osuda naše civilizacije), to ne bi bila istina ni u jednome ranijem razdoblju. Prije je postojala sposobnost bezbrižnosti i igre koju je u određenoj mjeri inhibirao kult učinkovitosti. Suvremeni čovjek misli da sve treba činiti radi nečega drugog, a nikako radi sebe.

— BERTRAND RUSSELL,  
„In Praise of Idleness“<sup>1</sup>, 1932.

ODGOVARAMO NA POSLOVNE E-PORUKE u nedjelju navečer. Čitamo beskrajne članke o tome kako *hakerati* vlastiti mozak da bismo postigli veću produktivnost. Izrezujemo svoje fotografije i upotrebljavamo filtre prije nego što ih objavimo na društvenim medijima da bismo dobili odobrenje. Čitamo samo prvih par odlomaka članaka koji su nam zanimljivi jer ih nemamo vremena pročitati u cijelosti. Prezaposleni smo i preopterećeni, stalno smo nezadovoljni i posežemo za ljestvicom koja se stalno diže sve više i više. Pripadnici smo kulta učinkovitosti i ubijamo se produktivnošću.

---

<sup>1</sup> U slavu besposlice

Odlomak na početku ovog Uvoda napisan je 1932. godine, nedugo nakon sloma burze 1929., koji je izazvao Veliku depresiju. Russellov opis „kulta učinkovitosti“ prethodio je Drugome svjetskom ratu, usponu *rock and rolla*, pokretu za građanska prava i osvitu dvadeset prvog stoljeća. Što je još važnije, po mojem mišljenju: napisan je prije pojave interneta, pametnih telefona i društvenih medija.

Drugim riječima, tehnologija nije stvorila taj kult; jednostavno je doprinijela postojećoj kulturi. Generacijama smo činili sami sebe jadnima dok smo grozničavo radili. Toliko smo se dugo vodili porivom da smo zaboravili kamo idemo i izgubili sposobnost za „bezbržnost i igru“.

Evo zaključka: usamljeni smo, bolesni i suicidalni. Svake se godine pojavljuje novo istraživanje koje pokazuje da je više ljudi izolirano i depresivno nego godinu prije. Vrijeme je da prestanemo gledati kako se trend kreće u krivom smjeru dok mi u očaju dižemo ruke. Vrijeme je da shvatimo što nije u redu.

Cijeli sam život *vođena porivom*. Te se riječi koriste kako bi me opisale još od osnovne škole.

*Vođen porivom* nije uvijek kompliment, pogotovo kad se koristi za opisivanje žene. Nije baš isto što i *ambiciozan*, a ima malo drugačije značenje od *agresivan*. Iskreno, mislim da mi *vođena porivom* prilično dobro pristaje. Uvijek sam na sav napredak gledala kao na nešto samo po sebi čestito i dobro.

Još sam kao dijete u dnevnom planeru sastavljala dugačke popise obaveza (imala sam dnevni planer već u zreloj starosti od 12 godina) i pazila da završim više zadataka nego što sam ih svaki dan dodavala. Kad sam bila na dijete, motivirala sam se govoreći da ću sutra težiti manje nego danas, pa makar to bilo samo za djelić kilograma. Ako sam poslijepodne provela gledajući filmove o čudovištima na TV-u, osjećala sam se krivom. Užasavala sam se da će me netko vidjeti kako besposleno sjedim na kauču i nazvati me lijenom.

Moj mi je poriv pomogao da uspijem u životu. To me održalo tijekom samohranog roditeljstva, otkaza i fizičke ozljede. Natjerala sam se da odradim nevjerojatne količine posla, i kod kuće i u svojoj profesiji. Ali u nekom trenutku poriv je postao neraskidivo isprepleten sa strahom: strahom da sav moj rad i trud nikad neće biti dovoljni.



Naposlijetku, posrećilo mi se. Postigla sam mnogo od onoga što sam željela do svoje četrdesete, i imala sam vremena zastati, udahnuti i preispitati vlastiti način života. Iako sam uvijek bila vođena porivom, također sam bila iscrpljena, pod stresom i preopterećena. Pretpostavljala sam da je iscrpljenost prirodna nuspojava toga što sam samohrani roditelj s više poslova i nedovoljno novca da pokrijem sve svoje troškove. Moja temeljna pretpostavka bila je da će stres prestati kad postignem financijsku stabilnost.

Ta je pretpostavka, kao i mnoge druge pretpostavke, bila pogrešna. Moj dugo sanjani trenutak konačno je stigao prije nekoliko godina: dostigla sam razinu stabilnosti koja mi je trebala omogućiti ugodniji život i otplatila sam svoje studentske kredite (konačno!). Zapravo, otplatila sam sve dugove. Čak sam imala pristojan iznos uštedevine i pravi mirovinski račun. Veselila sam se noćima opuštanja i olakšanja. Očekivala sam da ću osjetiti podizanje, popuštanje stresa koji sam trpjela dva desetljeća, ali to olakšanje nikad nije došlo.

Moj dnevni planer (još uvijek staromodni, s papirnatim stranicama) bio je pun zadataka kao i prije nego što sam otplatila svoje dugove, ako ne i više. Moje je radno opterećenje bilo jednako s jednim poslom kao i kad sam ih imala četiri. Navečer sam bila istrošena i iscrpljena kao i uvijek.

Shvatila sam da nisu moje okolnosti uzrokovale moj stres, nego moje navike. Dok se moj popis obveza u uredu skratio, pronašla sam nove obveze da bih popunila prazan prostor i sazivala više sastanaka. Kod kuće sam odlučila da konačno imam vremena napraviti kruh i naučiti španjolski. Umjesto da kuham provjerena omiljena jela iz svoje knjige recepata, na internetu sam tražila nova i egzotična jela za koja je samo za prikupljanje sastojaka trebalo sat vremena vožnje. Pristala sam biti u dva savjetodavna odbora i odlučila sam početi pisati blog. I svaki tjedan, u petak navečer srušila sam se na kauč i razmišljala o tome kako sam se nekad sastajala s prijateljima na piću, ali sad nisam imala vremena.

Postavljala sam sebi teška pitanja. Zašto? Zašto to činim? Zašto itko od nas to čini?

Posljednjih sam nekoliko godina tražila odgovore na ta pitanja. Čitanje tog, osamdeset sedam godina starog, eseja Bertranda Russell donijelo je bljesak uvida. Razmišljala sam o činjenici da sam

rijetko radila stvari radi njih samih, već sam ih radila u službi vlastitog poriva da se stalno usavršavam i budem produktivna. Daleko nas je previše namamljeno u kult učinkovitosti. Vođeni smo porivom, ali davno smo izgubili iz vida ono prema čemu smo se vodili. Svoje dane prosuđujemo na temelju toga koliko su učinkoviti, a ne koliko su ispunjeni.

Tražimo najbolju metodu za obavljanje svega, od održavanja sastanaka preko vježbanja do pripreme roštilja, a namame nas „vrhunski alati“ za poboljšanje naših života. Mi smo poput mehaničara koji grade automobil sastavljajući vrhunske dijelove, fokusirani samo na pronalaženje najboljeg od svega, a ne na to funkcioniraju li ti dijelovi dobro zajedno. Konačni je rezultat automobil koji se muči s pokretanjem i koji se stalno zaustavlja.

Što je kult učinkovitosti? To je grupa čiji članovi gorljivo vjeruju u vrlinu stalne aktivnosti, u pronalaženje najučinkovitijeg načina za postizanje gotovo svega i svačega. Stalno su zauzeti i vjeruju da im sav njihov trud štedi vrijeme i poboljšava život.

Ali imaju krivo. Učinkovitost je iluzija. Vjeruju da su učinkoviti kad zapravo gube vrijeme.

Zamislite da trebate naučiti plivati. Čitate knjige o plivanju, kupujete seriju DVD-a na tu temu, sudjelujete na webinaru o tome. Možda instalirate nekoliko aplikacija na svoj telefon koje prate vaše vrijeme za plivanje i pomažu vam pronaći najbliži bazen. Činite sve što možete da naučite plivati osim ulaska u vodu.

To je sve više i više naš pristup rješavanju problema.

Svoje vrijeme, energiju i teško zarađen novac ulažemo u stvari za koje mislimo da će nas učiniti učinkovitijima, ali te stvari na kraju gube naše vrijeme, iscrpljuju nas i opterećuju a da nas ne približavaju našim ciljevima. Poduzimamo izvanredne mjere kako bismo postali produktivniji, samo da bismo postali manje. Postoji li dobro objašnjenje?

Ljudski poriv za stalnim usavršavanjem i rastom urođen je i, uglavnom, hvalevrijedan. Suvremeni čovjek postoji tek oko 300.000 godina (usporedite to s otprilike 66 milijuna godina koliko su postojali dinosauri), a ipak smo daleko dogurali od blatnih koliba prvih *Homo sapiensa*.

Pretrpjeli smo nevjerojatne teškoće i neopisivu tragediju, ali razvili smo mehanizam za suočavanjem kako bismo spriječili da

padnemo u očaj. Zove se hedonistička traka za trčanje. Naša je vrsta sklona prilagođavanju raspoloženja tako da se, bez obzira na strašne stvari koje se dogode, brzo vratimo na istu razinu sreće u kojoj smo uživali prije traumatskog događaja.

Ipak, postoji kvaka: funkcionira i obrnuto. Drugim riječima, ako se u našim životima dogodi nevjerojatno sretna promjena, ne idemo naprijed kao sretniji ljudi. Umjesto toga, hedonistička traka za trčanje vraća nas točno u stanje uma u kojem smo bili prije povećanja plaće, nove kuće ili mršavljenja. To za mnoge od nas znači da nikad nismo zadovoljni.

Zamislite da konačno zaradite milijun dolara. Slijedi euforija, zar ne? Pogrešno. Vaš će se um prilagoditi i poslati vas natrag na vašu zadanu točku sreće. Kako dr. Alex Lickerman, autor knjige *The Undefeated Mind: On the Science of Constructing an Indestructible Self*<sup>2</sup>, objašnjava: „Naša razina sreće može se prolazno promijeniti kao odgovor na životne događaje, ali tad se gotovo uvijek vraća na svoju početnu razinu, kako se navikavamo na te događaje i njihove posljedice tijekom vremena.“

To nas sve čini lakim metama za one koji obećavaju više sreće i bolji život korištenjem njihova proizvoda, sustava ili softvera. Žudimo za više radosti i zadovoljstva. Što god postigli, koliko god dodatnih sati radili, ostajemo neispunjeni. Kako je napisao ekonomist iz devetnaestog stoljeća, Henry George, čovjek je „jedina životinja čije se želje povećavaju kako se ispunjavaju; jedina životinja koja nikad nije zadovoljna.“

Protaklih petstotinjak godina tražili smo vanjska rješenja za svoj unutarnji problem. Sile ekonomije i religije obmanule su nas da vjerujemo da je svrha života težak rad. Stoga svaki put kad se osjećamo prazni, nezadovoljni ili neispunjeni, radimo više i ulažemo više sati. Taj se trend može pratiti do *Devedeset i pet teza* Martina Luthera, do Kristofora Kolumba i do doba velikih otkrića. S Lutherom je lijenost postala grijeh, a s Kolumbom i dobom velikih otkrića oči razvijenog svijeta okrenule su se prema novim i nepoznatim mjestima, prema otkrivanju novoga kao krajnjem cilju.

Te su opsesije postale raširene tijekom industrijskog doba i samo su ojačale u više od dva stoljeća otad. Naša vremenska raz-

<sup>2</sup> Neporaženi um: O znanosti o konstruiranju neuništivog sebe

doblja više se ne nazivaju po ljudskom razvoju, poput renesanse i prosvjetiteljstva. Trenutno smo u dobu *jeta*<sup>3</sup>, u informatičkom dobu, nuklearnom dobu i digitalnoj revoluciji. Svoje godine mjerimo proizvodima rada, a ne osobnim razvojem.

U konačnici, rješenje nije digitalno. Analogno je kao i ljudsko tijelo. Tehnologija može učiniti mnogo stvari za nas – produžiti naše živote, zaštititi nas, proširiti mogućnosti zabave – ali nas ne može usrećiti. Ključ za dobrobit jest zajednička ljudskost, iako se sve više i više guramo prema razdvajanju.

Čini se da ne vjerujemo svojim ljudskim instinktima. Kad smo suočeni s teškim problemom, tražimo pravu tehnologiju, pravi alat i pravi sustav koji će riješiti problem: neprobojna kava, ubitačna tjelovježba, paleo dijeta, dnevnicu za praćenje ciljeva, aplikacije za produktivnost. Mislimo da će nas pažljivo osmišljene strategije i *gadgeti* učiniti boljima. Moj je cilj razbiti tu iluziju i pomoći vam da vidite da nismo bolji, već u mnogim slučajevima i gori.

Znam da se čini kao da nemamo izbora u tom pitanju, da bismo manje radili da možemo, ali to nije sasvim točno. U Sjedinjenim Državama posebno smo loši u pogledu uzimanja slobodnog vremena. Odlučili smo ne uzeti 705 milijuna dana godišnjeg odmora u 2017. godini, a više od 200 milijuna tih dana zauvijek je izgubljeno jer se nisu mogli prenijeti u sljedeću godinu. To znači da su Amerikanci donirali 62 milijarde dolara svojim poslodavcima u jednoj godini. Broj dana godišnjeg odmora koje iskoristimo, smanjio se tijekom posljednja tri desetljeća, iako oni koji iskoriste slobodno vrijeme u cijelosti navode da su 20 posto sretniji u svojim vezama i 56 posto sretniji općenito.

Barem od devetnaestog stoljeća, naučili smo takvo ponašanje od prethodne generacije, a zatim smo ga nadogradili prije nego što smo lekcije prenijeli sljedećoj generaciji. Tom načinu razmišljanja podučavamo svoju djecu i uvodimo ih u kult. Kad ih se pita, većina roditelja kaže da samo žele da njihova djeca budu sretna. Ipak, istraživanja otkrivaju da većina roditelja zapravo želi visoke ocjene, jer misle da će uspjeh u školi usrećiti njihovu djecu.

---

<sup>3</sup> Doba *jeta* odnosno mlažnjaka je razdoblje u povijesti zrakoplovstva definirano pojavom zrakoplova pokretanih turbinskim motorima i društvenim promjenama koje su se posljedično dogodile.

Udahnimo. Razmotrite samo na trenutak što znamo o suštinskoj prirodi čovječanstva. Površno gledano, mi smo veliki majmun koji govore i hodaju uspravno. Prema tome gdje živimo, izgledamo drugačije, govorimo drugačije i cijenimo vrlo različite stvari, ali postoji li nešto poput istinske ljudske prirode koja se proteže na svim kontinentima i kulturama? Postoje li osobine koje dijelimo od rođenja, bez obzira na nacionalnost, vjeru ili prihod? Koliko točno našeg ponašanja kontrolira biologija, a koliko individualne okolnosti i okolina, dugogodišnja je tema žestoke rasprave među znanstvenicima.

Ipak, postoji nekoliko stvari koje svi ljudi mogu naučiti raditi dobro bez vježbanja: igrati se, razmišljati, društveno se povezati, emocionalno reagirati, brojiti i razmišljati o sebi. Možda ih uzimamo zdravo za gotovo jer često ne ulažemo mnogo energije u te aktivnosti. Možda, budući da su one inherentne većini nas, pretpostavljamo da se naša sposobnost uklapanja u zajednicu podrazumijeva. Tako smo tijekom proteklog desetljeća pronašli „bolje“ stvari koje možemo učiniti s našim vremenom.

Malo je naših svakodnevnih aktivnosti usmjereno na to da nam pomogne da postanemo prirodno razigraniji ili obazriviji ili, ne daj Bože, društveniji. Naše društvene mreže nisu zamjena za intimne veze koje smo stvarali 200.000 godina, a naš radni raspored ne dopušta igru.

U suštini, radom napuštamo sreću i blagostanje. Izgubili smo ravnotežu između težnje k poboljšanju i osjećaju zahvalnosti za ono što imamo. Izgubili smo dodir sa stvarima koje zaista obogaćuju naše živote i čine nas zadovoljnima. Potrošili smo milijarde dolara u posljednjih desetak godina tražeći zamjene za ono što mi kao ljudska bića već dobro radimo.

U ovom je trenutku taj toksični trend otišao predaleko. Nešto što je počelo prije nekoliko stotina godina, zavladao je našim životima i na poslu i kod kuće. Kopamo sve dublje i dublje u rupu koja će nas na kraju zatrpiti ako ne stanemo. Ulozi nikako ne mogu biti veći. Govorimo o gubitku vlastite ljudskosti.

Prema brojnim istraživanjima, društvena se izolacija udvostručila među mnogim odraslim osobama od 1990-ih, a društvena je izolacija smrtonosna. Ujedinjeno je Kraljevstvo 2017. godine stvorilo novo mjesto u vladi: ministra samoće. Stope samoubojstava

među tinejdžerima u Sjedinjenim Državama godinama su bile u padu, ali dramatično su počele rasti 2010. godine i još su uvijek u porastu. Kako je to moguće u svijetu koji je povezan više nego ikad? U doba u kojem čak i najudaljenija područja svijeta obično mogu dobiti paket od Amazona za nekoliko dana?

Dio je problema u tome što izbacujemo izražavanje naše osnovne ljudskosti jer su „neučinkoviti“: dosadu, duge telefonske razgovore, hobije, roštiljanje u susjedstvu, članstvo u društvenim klubovima. Previše popustljivo se smiješimo naivnostima prošlosti, kad su ljudi imali vremena za stvari poput košarke i pokazivanja slajdova s odmora na Havajima svojim prijateljima. Kako je čudno, mislimo, što su naši djedovi i bake imali vremena za stvari poput kružoka šivanja i kuglanja na travnjaku.

Ali zar naši preci nisu trebali imati manje vremena od nas? Na posljetku, mi imamo mikrovalne pećnice i perilice posuđa, plinske kosilice i internet! Možemo naručiti gotovo sve i dobiti to dostavljeno na vlastita vrata. Imamo robotske usisivače i UI asistente koji nam govore kakvo će biti vrijeme i postavljaju naše alarme. Ako zbrojite sve vrijeme uštedeno tehnološkim napretkom u proteklih sto godina, ne bismo li trebali imati sate viška vremena u kojem možemo raditi što želimo?

Zašto smo tako učinkoviti, a opet tako preopterećeni? Zašto smo tako produktivni s tako malo toga za pokazivanje?

Mislim da smo projektirali svoj put sve dalje i dalje od onoga što radimo najbolje i što nas čini najljudskijima. Time smo si otežali život i učinili ga beskrajno tužnijim. „Mogu biti pognut nad ekranom računala pola dana bjesomučno se vrzmajući među e-porukama, a da suštinski ne obavim mnogo“, piše Dan Pallotta u *Harvard Business Reviewu*, „sve vrijeme govoreći si kakav sam gubitnik, i otići u 18 sati osjećajući se kao da sam uložio cijeli dan. A s obzirom na moju razinu mentalnog umora, jesam!“

Mnogi se od nas iscrpljuju na taj način, radeći vrlo naporno na stvarima koje postižu vrlo malo suštine, ali osjećaju se potrebnima. U velikoj mjeri rješenje ovog problema jest ispravljanje naših pogrešnih percepcija. Na način na koji oni s tjelesnom distorfijom vide nešto drugo osim istine u zrcalu, *osjećaj* produktivnosti nije isto što i stvarno stvaranje nečega. Istina je da prekomjerni rad smanjuje produktivnost. Grci rade više sati nego bilo koji drugi

---

Europljani, prema podacima OECD-a (Organizacija za ekonomsku suradnju i razvoj). Ipak, oni su po produktivnosti na dvadeset četvrtom mjestu od dvadeset i pet nacija.

Možda su neki od sustava koje usvajamo nepotrebni. Uostalom, ljudi mnoge stvari rade lijepo bez pomoći ili intervencije. Možemo se osloboditi stresa i izazvati osjećaj sreće bez lijekova ili joge. Istraživanja pokazuju da možete popraviti raspoloženje jednostavnom šetnjom; nema potrebe za brojenjem koraka.

Željela bih potaknuti novo razmatranje dokolice i novo uvažavanje besposlice. Besposlica u ovom smislu ne znači neaktivnost, već neproduktivnu aktivnost. „Ležernost se“, kaže Daniel Dustin sa Sveučilišta u Utahu, „odnosi na tempo života koji nije reguliran satom. To je u suprotnosti s pojmovima ekonomske učinkovitosti, ekonomije razmjera, masovne proizvodnje, itd. Ipak, meni ležernost sugerira usporavanje i izvlačenje iz života svega onog što vrijedi.“ Nadam se da ćemo za takvu dokolicu svi moći pronaći vremena. To je ono u čemu bi ljudi trebali uživati i što nam je potrebno da bismo funkcionirali na našim najvišim razinama.

Da bismo prihvatili dokolicu, ne moramo se odreći napretka. Moj argument nije da se krećemo prebrzo ili da se prebrzo mijenjamo. Zapravo, govorim sasvim suprotno. Vjerujem da naše stalno guranje naprijed sad ometa naš napredak.

Najbolje funkcioniramo kad dopuštamo fleksibilnost u svojim navikama. Umjesto da stisnete zube i tjerate svoje tijelo i um da rade ubitačno puno i „unosite se“ dok ne postignete ciljeve, kontraintuitivno rješenje moglo bi biti da odete. Jače nam zapinjanje više ne pomaže.

Možemo i moramo prestati tretirati sebe kao strojeve koje se može pogoniti, zagrijavati, nabrijavati i programirati. Umjesto da ograničavamo i sputavamo svoju suštinsku prirodu, možemo slaviti svoju ljudskost na poslu i u besposlici. Možemo bolje razumjeti vlastitu prirodu i sposobnosti. Možemo se unijeti ne u svoj posao, već u svoje inherentne darove.





## PRVI DIO

*Kult učinkovitosti*



## *Prvo poglavlje*

# PAZITE NA PRAZNINU

Ritam je zvuk u pokretu. Povezan je s pulsom, otkucajima srca, načinom na koji dišemo. Diže se i pada. Unosi nas u sebe, vadi nas iz sebe samih.

— EDWARD HIRSCH

POČNIMO s razgovorom o tempu. Za glazbenika, tempo je brzina i ritam glazbenog djela. Za sve nas, tempo je brzina i ritam našeg života. *Brzi tempo* općenito ima dobru konotaciju u suvremenom svijetu, i sigurno nema ništa loše u tome da se stvari brzo odrade.

Voljela bih posjetiti liječnika a da ne čekam sat vremena nakon zakazanog termina, a gotovo izgubim razum kad zaglavim u prometu i pokušavam se vratiti kući. Nehotična usporavanja razjaruju. Štoviše, alati koji skraćuju vrijeme potrebno da se učini nešto neugodno dobro su došli. Bolja perilica posuđa koja eliminira potrebu za pranjem suđa ručno? Da, molim. Aplikacija koja mi omogućuje da se prijavim u hotel dok sam još u zračnoj luci? Apsolutno.

Ali što je s tempom stvari koje volimo raditi? Što je s *dobrovoljnim* usporavanjem? Moglo bi se dogoditi da u potrazi za načinima da stvari obavimo brže, također skraćujemo vrijeme koje

provodimo radeći zabavne stvari poput planinarenja ili ispunjavanja križaljki. Je li uvijek poželjno ići brže, brže doći do mjesta, povećati brzinu i smanjiti vrijeme potrebno da se nešto postigne? Ili postoje inherentne prednosti usporavanja s vremena na vrijeme?

To su pitanja koja sam si počela postavljati prošle godine, kad sam se borila protiv drugog napada bronhitisa u osam mjeseci. „Odmorite se malo“, rekla je moja liječnica. „Sjednite i čitajte knjigu ili gledajte film, ali ne idite na posao.“

Nisam poslušala njezin savjet. Bila sam voditeljica dnevne radijske emisije i morala sam biti u eteru od ponedjeljka do petka. Također sam gotovo svaki tjedan imala govorničke angažmane koji su zahtijevali putovanja. Moj tipični raspored: ustajanje u 4:30 ujutro, vođenje radioemisije do 10:00, odlazak na aerodrom, let do bilo kojeg već grada u kojem bih govorila, odlazak na spavanje, ustajanje sljedećeg jutra i održavanje glavnog govora, let kući i odlazak na spavanje, ustajanje sljedećeg dana u 4:30 ujutro da bih vodila radioemisiju.

Cijelo sam to vrijeme davala *podcast* intervjuje da bih promovirala svoju knjigu, pisala tekstove za razne publikacije i povremeno se pojavljivala na BBC-ju kako bih govorila o vijestima u Sjedinjenim Državama. Rijetko sam viđala sina, a kad i jesam, bila sam nervozna. Sve što sam željela raditi u svoje slobodno vrijeme bilo je zavući se u kut kauča i gledati humoristične serije.

Počela sam se pitati krećem li se prebrzo, toliko brzo da nisam imala vremena donositi racionalne odluke o tome što želim raditi, a koje stvari radim samo zato što su se pojavile u mojem kalendaru. Shvatila sam da sam u automatskom načinu rada. Bila sam poput Lucy u onoj poznatoj epizodi u tvornici čokolade, samo što sam ja stalno ubrzavala kako bih održala korak s pokretnom trakom događaja u vlastitu životu.

„Misliš li ponekad da pokušavamo učiniti previše toga odjednom?“ pitala sam jednog od svojih mentora.

„I ja sam to nekoć radio“, odgovorio je. „A onda sam počeo paziti da u mojem kalendaru ima mjesta, dovoljno mjesta da uđe zrak kako bih mogao disati.“

Spomenula sam svoju zabrinutost drugoj prijateljici i ona me uputila na TED govor Carla Honoréa o *Slow Movementu*<sup>4</sup>. Honoré

---

<sup>4</sup> Spori pokret

nije pokrenuo pokret – njegov govor i knjiga došli su godinama nakon što je ideja nastala u Italiji i počela se širiti diljem svijeta. Ali njegova su razmišljanja o toj temi svakako bila uvjerljiva.

*Slow Movement* započeo je kao protest protiv brze hrane. Vjerojatno ste vidjeli slike Španjolskog trga u Rimu. To je otvoreno područje na dnu Španjolskih stuba, a u sredini popločanog trga poznata je *Fontana starog čamca*, koju je stvorio Pietro Bernini ranih 1600-ih.

Dizajn fontane temeljio se na legendi. U šesnaestom stoljeću govorilo se da se rijeka Tiber izlila iz korita, a kad se voda povukla, u središtu tog trga ostavljen je usamljen čamac. U čast te priče, Bernini je izradio čamac od travertina koji kao da pluta u čistoj vodi.

Pjesnik John Keats živio je u kući na Španjolskom trgu do svoje smrti, a kuća je sad otvorena za javnost kao muzej. Veliko stubište od 135 stepenica na jednoj strani trga vodi do crkve Trinità dei Monti. Sve u svemu, to je prekrasno mjesto u Rimu, povijesno važno, a talijanski ga narod opravdano cijeni.

Tako su 1980-ih, kad je McDonald's najavio namjeru da izgradi restoran na Španjolskom trgu, neki ljudi prosvjedovali. Među prosvjednicima isticao se mršav, plavooki muškarac po imenu Carlo Petrini.

Petrini je bio poznati kritičar hrane, i kad je McDonald's otvorio svoja vrata, podijelio je zdjele tjestenine gomili prosvjednika te osnovao grupu pod nazivom *Slow Food*<sup>5</sup>.

Manifest organizacije navodi: „Porobljeni smo brzinom i svi smo podlegli istomu podmuklom virusu: brzom životu.“

Grupa potiče ljude da uživaju u procesu pripreme hrane, da okuse svaki zalogaj, da uživaju u razgovoru s drugima za stolom. Sad postoje podružnice *Slow Food* u više od 150 zemalja.

*Slow Food* proširio se i potaknuo druga nastojanja, kao što je pokret od-farme-do-stola, ali temeljne ideje o tempu proširile su se na negastronomske industrije, poput mode, obrazovanja i putovanja.

Ideja nije da sve treba biti sporije, nego da ne mora sve biti brzo. Svake godine zbog posla preletim desetke tisuća milja i nemam nikakvu želju produžiti bilo koje od tih poslovnih putovanja

---

<sup>5</sup> Spora hrana

odabirom dvadeset i jednog sata u vlaku umjesto četiri sata u avionu.

Ali ako idem u New Orleans posjetiti prijatelje, mogla bih izbjeći provesti dodatno vrijeme u dolasku do zračne luke, prolasku kroz sigurnosne provjere, u čekanju na izlazu i hvatanju taksija do hotela i umjesto toga odlučiti uskočiti na vlak. Sporije je, ali na odredište stižem bolje raspoložena (putovanje vlakom mi je beskrajno manje stresno od korištenja zračnih prijevoznika).

Vjerujte mi, ne radi se o tome da vas netko s neograničenom količinom slobodnog vremena opominje da izađete i pomirišete cvijeće. Ne samo da se poistovjećujem s prisilom da se krećem što je brže moguće, nego sam se prepuštala toj prisili veći dio života. Naravno, potpuno sam svjesna da sam sad samozaposlena, stoga nisam dužna slijediti nečiji tuđi raspored, ali počela sam istraživati ideju usporavanja odabranih dijelova svojeg života dok sam još uvijek bila zaposlena puno radno vrijeme.

Nakon eksperimentiranja s idejom, shvatila sam da je reguliranje moguće u brojnim područjima. Otkrila sam da mogu kuhati od nule ako ograničim broj intervjuja koje sam dala svaki tjedan. Držanjem podalje od društvenih medija između osam sati ujutro i pet navečer, mogla sam ubaciti dodatnu šetnju sa svojim psom. Ali te male promjene nisu mi bile dovoljne.

Najvažniji razlog zašto sam dala ostavku na stalno radno mjesto i osnovala vlastitu tvrtku bila je želja da dobijem kontrolu nad svojim vremenom. Bila sam toliko zaposlena da sam osjećala da mi posao kontrolira život i diktira sve odluke, i znala sam da me to ne čini sretnijom.

Mislila sam da će se opušteni raspored automatski dogoditi kad postanem sama sebi šef, ali nije bilo tako. Nakon što sam prestala provoditi četrdeset do pedeset sati na radiopostaji svaki tjedan, jednostavno sam dodala četrdeset sati (ili više) drugih događaja i zadataka u svoj kalendar da bih popunila prazninu. Moj je proces razmišljanja išao otprilike ovako: više ne radim puno radno vrijeme, tako da mogu odraditi taj dodatni govorni angažman ili napisati još nekoliko članaka. Rezultat je bio da sam kao *slobodnjak* imala više toga na rasporedu nego kad sam radila za nekog drugog! Drugim riječima, problem zapravo nije bio moj šef.

Nije da sam savladala to pitanje, stoga pišem knjigu da vam kažem kako da učinite ono što sam ja učinila. Borim se s tim svaki

dan, a mojem je istraživanju za knjigu izvorna svrha bila da mi pomogne u rješavanju vlastitih problema.

Kad sam počela čitati o *Slow Movementu*, odmah sam shvatila da bi sporiji tempo mogao smanjiti moj stres i pojačati osjećaj svjesnosti. Veći dio tog istraživanja provela sam u srpnju 2018. godine. Jasno je da se informacije nisu zadržale jer sam samo nekoliko mjeseci poslije, u listopadu, odradila šest različitih intervjuja za *podcast* od trideset do šezdeset minuta i šest govornih angažmana u Atlanti, Chicagu, Los Angelesu, Torontu, Palm Springsu i Washingtonu, D. C.

Dopustite mi da ovdje zastanem na trenutak i priznam vrlo privilegiranog slona u sobi: ja sam vrlo sretna osoba. Nakon četrdeset i šest godina borbe, živeći od plaće do plaće kao samohrana majka, 2016. godine udario me grom iz vedra neba. Moj TEDx govor postao je viralan i počela sam dobivati ponude da držim govore za plaću o kojoj se godinama prije nisam usuđivala ni sanjati.

Prije 2016. godine radila sam ubitačno puno i živjela u stanju stalnog stresa, brinući se oko računa i toga hoću li se moći nositi s hipotetskom financijskom krizom. Nakon 2016. godine i dalje sam radila apsurdno puno i osjećala se iscrpljeno i preopterećeno, ali bila sam dobro plaćena. To što se nisam morala brinuti o plaćanju stanarine, nisam živjela u strahu da bih mogla slomiti ruku ili da bi mi auto mogao prestati raditi, znatno je poboljšalo moje opće stanje.

Ne može se poreći da dovoljno novca čini stvari mnogo lakšima. Ali tijekom svih tih godina borbe mislila sam da će život s više novca značiti sreću i kraj stresu. To se nije dogodilo.

Većinu mojih poslovnih putovanja dobro isplanira pomoćnik, s vozačima koji me voze do i od zračne luke te boravcima u hotelima koje si nisam mogla priuštiti većinu svojeg života. Celeste iz 2015. godine danas bi me pogledala i rekla: „Na što se, dovraga, imaš žaliti? Imaš sreće što se ne penješ na autobus jer si ne možeš priuštiti taksi. Stisni zube.“ Ali Celeste iz 2018. godine morala je urediti četiri teksta i odraditi dva intervjuja za *podcast* prije večere, i nije se osjećala baš privilegiranom. Zapravo, bila je jedna.

Postalo je jasno da se u mojem životu neće dogoditi nikakva promjena samo zato što sam to željela. Morala sam poduzeti konkretne korake i postaviti nove granice. Kako bi stari Grci rekli: *Liječniče, izliječi se sam.*

U siječnju 2019. godine krenula sam na putovanje vlakom oko čitavih četrdeset osam susjednih država. Vozila sam se jednim vlakom od D. C.-ja do New Orleansa, drugim do Los Angelesa, a trećim do Seattlea. Zatim sam otišla vlakom u Chicago, još jednim u Boston, a zatim sam se ukrcala na posljednji vlak koji me odveo kući u D. C. Cijelo putovanje trajalo je skoro dva tjedna.

Imajte na umu da međudržavni vlakovi često putuju kroz udaljena područja, gdje je signal mobitela slab ili ga uopće nema. Priznajem da sam, prvi put kad sam pogledala u mobitel i vidjela veliki krug s crtom kroz njega umjesto crtica signala, osjetila paniku. Počela sam opsesivno provjeravati telefon da vidim imam li napokon vezu. Vjerojatno sam to provjerila četrdeset puta u sat vremena, a to je bio tek drugi dan dvotjednog putovanja.

Kako su dani prolazili, opustila sam se. Satima sam preživjela bez mobilnog signala i ništa nije eksplodiralo. Nisu se pojavili hitni slučajevi; sve je bilo u redu. Dva tjedna bez ikakve pouzdane veze s internetom omogućila su mi prostor da procijenim trebam li biti stalno povezana, i ispostavilo se da je odgovor ne.

To je vrlo jednostavna stvar, popeti se na vlak i prestati se brinuti o vremenu koje je potrebno za putovanje, ali u doba eskalacije i sve većih brzina, to se činilo kao revolucionarni čin. Imala sam nekoliko ponuda za održavanje govora tijekom ta dva tjedna i mogla sam zaraditi znatnu količinu novca, ali umjesto toga sjedila sam u vagonu čavrljajući s ljudima i čitajući krimiče. Na kraju, mislim da sam odabrala najvrednije korištenje vlastita vremena.

Osjećala sam se preobraženo dok sam sjedila u posljednjem vlaku, koji je krenuo na jug prema mojem domu u D. C.-ju. Mislim da nisam nijednom pogledala na sat jer nisam bila zabrinuta u koliko ćemo sati stići. Pisala sam i čitala i malo čavrljala s tipom preko puta. Nestao je osjećaj da bi u bilo kojem trenutku nešto moglo poći po zlu ili da će se pojaviti nešto hitno što bi moglo zahtijevati moju hitnu pažnju. Više nisam bila u načinu rada spremnom za borbu ili bijeg. Otrgnuti se od nemilosrdnog tempa povezanog života isprva mi je bilo neugodno, ali kad je putovanje završilo, užasavala sam se ponovno pridružiti toj nesretnoj paradi.

„Sporo putovanje sad se može natjecati s kulturom letenja u Barcelonu na ručak“, kaže Carl Honoré. „Zagovornici uživaju u putovanju, putujući vlakom, brodom ili biciklom, ili čak pješice,



---

umjesto da se strpaju u avion. Odvajaju vrijeme da se uključe u lokalnu kulturu umjesto da se utrkuju po popisu zamki za turiste.“

Naučila sam da ćete se vjerojatno prikloniti zadanim brzinama modernog života, s papučicom koja pritišće gas do maksimuma, ako svjesno ne odaberete sporiji put. Nije stvar u tome da kažete da planirate usporiti, jer bi svi i sve oko vas mogli juriti. Većina nas instinktivno ide ukorak sa svojom okolinom.

Također nije potrebno ići u suprotnu krajnost. Ne moram dani-ma sjediti u vlaku da bih doživjela sporiji tempo. Jutros sam stigla u zračnu luku u Atlanti s oko devedeset minuta viška vremena prije leta, pa sam zaobišla putnički vlak i otišla pješice do terminala. *Zašto se, pomislila sam, želim žuriti da bih ionako sjedila na izlazu dodatnih dvadeset minuta?*

Putem sam vidjela desetke velikih skulptura umjetnika iz Zim-babvea i uživala u jednoj od omiljenih umjetničkih instalacija svih vremena, *Putanje leta* Stevea Waldecka. Kad prolazite od termina-la A do B, prolazite kroz simulaciju tropske prašume, uz zvukove dalekih ptica i topli ljetni pljusak. Ta kinetička svjetlosna skulptura vrijedna 4,1 milijun dolara zajamčeno će učiniti da se osjećate opu-štenije.

Mlada majka i njezina kći hodale su prilično polako ispred mene. Prva mi je reakcija bila iritacija i zamalo sam zakoračila u stranu kako bih mogla brzo proći. Onda sam se sjetila da imam dovoljno vremena, pa sam usporila korak da bi odgovarao djevoj-činom. To mi je probudilo sjećanja na šetnju sa sinom dok je bio malen, kako sam se često osjećala pod pritiskom da ga požurim ili dignem u naručje kako ne bismo usporavali druge iza sebe.

Samo sam malo usporila korake i mogla sam promatrati djevoj-činu čuđenje dok je putovala kroz prašumsku instalaciju. „Možeš čuti ptice, mama,“ povikala je. „Jesu li to prave ptice?“ Nadam se da sam time što sam odlučila da ih ne požurujem, spriječila da ta majka osjeti pritisak da požuri svoju djevojčicu.

Bila je to mala promjena koja me koštala samo nekoliko mi-nuta, a ipak sam stigla na svoj izlaz s osmijehom na licu. Kad sam se zadnji put osjećala sretno i opušteno na aerodromu? Možda je to bila mala odluka koja mi je donijela samo pola sata uživanja, ali kad bih donijela više takvih odluka, mogla bih početi nizati trenutke spokoja sve dok se, na kraju, ravnoteža mojeg života ne bi odmaknula od tjeskobe i nagnula prema osvježenju.

Naravno, donošenje tih odluka nije uvijek jednostavno kao što bismo željeli.

Dolazim iz vrlo ostvarene loze nadprosječno uspješnih i nisam ni približno najimpresivniji list na našem obiteljskom stablu. Očito me nešto tjera da radim više, čak i kad ne trebam. Može li to biti zbog odgoja? Godine.

Razmotrila sam navike svojih braće i sestara, svojih majke, bake i djeda. Pročitala sam što sam mogla o svojoj prabaki, Carrie Still Shepperson, koju je rodila porobljena žena, a otac joj je bio vlasnik plantaže. Diplomom učiteljice stekla je na Sveučilištu Atlanta 1886. Godinama je predavala u sindikalnoj školi, prvoj školi za crnu djecu u Little Rocku u Arkansasu. Nakon smrti prvog muža, bila je samohrana majka gotovo desetljeće prije nego što se ponovno udala. Samohrano majčinstvo teško je sad; ne mogu ni zamisliti koliko je teško moralo biti crnoj ženi na Jugu 1895. godine.

Carrie je također otvorila prvu knjižnicu za Afroamerikance u Arkansasu, a novac je prikupila postavljajući predstave Shakespearea i drugih klasika. Provela je mnoge vikende putujući po ruralnim zajednicama Arkansasa da bi tamo naučila crnce čitati i pisati, a kad je umrla 1927. godine, moj je djed otkrio da je napisala knjigu, koja je ostala neobjavljena.

Dovoljno je reći da se nitko ne bi usudio nazvati Carrie Still Shepperson lijenčinom. Pa ipak, kad sam čitala o njezinu svakodnevnom životu, mojim očima iz dvadeset prvog stoljeća činilo se da je živjela izuzetno opušteno. Slušala je operu na obiteljskoj Victrolu, čitala poeziju s prijateljima na sastancima Lotus kluba, imala je dovoljno vremena da oblikuje mladi um svojega prezrelog sina i svake je večeri večerala s obitelji, večeru koju je često kuhala njezina majka, koja je većinu života provela kao robinja u Georgiji.

Apsurdno je i okrutno govoriti o radnoj etici u istom dahu kao i o ropstvu, tako da gledam unatrag samo do svojega prvog slobodnog pretka. Ona je, u svakom slučaju, bila žestoka i neumorna žena. Usadila je principe teškog rada u mojeg djeda, koji je njima podučio moju majku, koja je iritirala mlađu mene govoreći mi, „Barem radi nešto dok gledaš TV. Nemoj samo sjediti tamo.“

Moji pradjed i prabaka s očeve strane bili su farmeri u Teksasu. Sigurna sam da su rintali u teškim uvjetima te živjeli vjerujući u rad i dobra djela. Pa ipak, i oni su svoje dane ispunili čavrljanjem oko

---

stola i kartanjem, ribljim jelima i rukotvorinama. Moj je djed znao praviti domaći sladoled na svojem prilazu, muteći ga dok sam ja sjedila na poklopcu kako bi bio miran.

Istraživanje prošlosti vlastite obitelji naučilo me dvjema stvarima: prvo, vjera u inherentnu vrijednost stalne produktivnosti datira barem iz kasnoga devetnaestog stoljeća. Drugo, duge radne sate nekad smo znali ublažiti jednakom količinom dokolice i društvenim okupljanjima. Dakle, taj način postojanja započeo je davno i postao ukorjenjeniji i ekstremniji s narednim generacijama.

Da sam željela pronaći izvor svoje ovisnosti o učinkovitosti, morala bih pogledati povijesne knjige. Počela sam čitati o radnoj praksi 1950-ih, 1920-ih, na prijelazu u dvadeseto stoljeće, idući sve više unatrag kako bih pronašla izvornog krivca. Naposljetku sam počela čitati o svakodnevnom životu u 1600-ima i vratila se do antičke Grčke. Shvatila sam da su radne navike bile potpuno drugačije do prije otprilike 250 godina. Doživjela sam prosvjetljenje: sve što mislimo da znamo o radu, učinkovitosti i dokolici relativno je svježije i vrlo moguće pogrešno.

## *Drugo poglavlje*

# POČINJE S PARNIM MOTOROM

Tempo života bio je spor, čak ležeran; tempo rada opušten. Naši preci možda nisu bili bogati, ali imali su obilje dokolice.

— JULIET SCHOR, SOCIOLOGINJA

RAD ZA PLAĆU vrlo je star koncept, ali možda nije tako star kao što biste pretpostavili. Još prije 9000 godina ljudi su zajednički živjeli na zajedničkom zemljištu, i ubirali su usjeve koji su hranili cijelu zajednicu. Antropolog Ian Hodder sa Stanforda kaže da ti ljudi vjerojatno nisu smatrali svoje zadatke poslom, već su ih vidjeli „samo kao dio svojih svakodnevnih aktivnosti, zajedno s kuhanjem, ritualima i gozbama koji su bili tako važan dio njihovih života.“

Tko zna kad je prva osoba odlučila podmititi nekoga drugog da učini što ona nije željela, no postoji zapis o jednoj od tih ranih transakcija. Prva plaća datira otprije 5000 godina u gradu u današnjem Iraku. U zamjenu za vlastiti rad netko je plaćen pivom (možda drevni Homer Simpson iz Mezopotamije). Otad je ulaganje

sati rada u zamjenu za pivo, hranu ili drugu vrstu plaće prilično uobičajeno u cijelom svijetu.

Međutim, moguće je da smo dugo vremena djelovali slijedeći pogrešnu ideju o tome što je „rad“ značio za naše pretke. Srednjovjekovni seljaci radili su, u prosjeku, daleko manje sati nego mi danas, a uživali su u znatno više vremena za odmor. Možda se čini kao da smo oduvijek morali raditi najmanje četrdeset sati tjedno da bismo zaradili za život, ali to je zapravo relativno noviji fenomen.

Neću tvrditi da je ljudima bilo bolje u srednjem vijeku. To očito nije istina. Većina ljudi sad ima mnogo višu kvalitetu života, i u maloj smo opasnosti da umremo od kuge. Znatno je vjerojatnije da ćemo preživjeti djetinjstvo, naši su domovi ugodniji, a na većini mjesta imamo bolji pristup obrazovanju. Svakako, uglavnom smo bolje od prosječnoga europskog seljaka iz 1600-ih. Ali, općenito, radimo duže. To je nepobitna činjenica.

Za naše potrebe govorim samo o radnom i neradnom vremenu. Ne uključujem vrijeme koje je potrebno za pranje rublja i kuhanje obroka i putovanja, iako je i to posao. Mislim samo na vrijeme koje ljudi provedu zarađujući što je potrebno da bi preživjeli. Posao može biti ugodan i ispunjavajući, ili se može ponavljati i biti dosadan, ali to je uvijek nešto na što smo prisiljeni, iz nužde. Kako se ispostavilo, uspoređujući današnjicu i srednji vijek, bilo je potrebno mnogo manje sati rada da bi se uzdržavao seljak 1600. godine nego da bi se uzdržavao prosječni zaposlenik danas.

Zapravo, većinu od 300.000 godina (više ili manje) koliko *Homo sapiens* uspravno hoda svijetom, nismo radili četrdeset sati tjedno, i zasigurno nismo radili više od tristo dana u godini. Naše su se radne navike dramatično promijenile prije nešto više od dva stoljeća. Moderno radno vrijeme je odstupanje, i imamo dovoljno povijesnih zapisa da bismo to mogli dokazati.

Vraćajući se čak 4000 godina unatrag, u dane antičke Grčke, otkrivamo da su Atenjani imali i do šezdeset praznika godišnje. Do sredine četvrtog stoljeća prije Krista bilo je gotovo šest mjeseci službenih festivalskih dana, na koje se nije radilo. Rad se za stare Grke odvijao na mahove: intenzivna aktivnost tijekom sadnje ili žetve, nakon čega su slijedila produžena razdoblja odmora za proslave i gozbe.

Za veći dio Europe, Azije i sjeverne Afrike taj je osnovni model ostao uglavnom nepromijenjen desecima tisuća godina. Prije

početka industrijskog doba u Britaniji 1760. godine, većina ljudi živjela je po istim navikama koje su imali njihovi preci još iz vremena Platona i Aristotela. Njihov je dan počeo izlaskom sunca i završio kad je vatrena zvijezda nestala ispod horizonta. Ljudski je život bio uspoređan sa životom ptica.

Sve do devetnaestog stoljeća samo su si bogati mogli priuštiti redovito paljenje svijeća, pa je zalazak sunca značio mrak. Atena je ljeti imala oko četrnaest sati dnevnog svjetla, a zimi gotovo deset.

Svakako, četrnaest sati dug je radni dan. Ali Homerovo kućno osoblje nije radilo četrnaest sati dnevno. Engleski povjesničar i ekonomist James E. Thorold Rogers opširno je pisao o navikama radničke klase u šest stotina godina britanske povijesti. Prema njegovu istraživanju, srednjovjekovni seljaci nisu radili više od osam sati dnevno, ponekad i manje, a najmanje trećinu godine provodili su ne radeći, slaveći svece i druge posebne događaje.

Ovdje želim dodati još jedno odricanje od odgovornosti: ne želim putovati u prošlost da bih živjela kao kmet u srednjovjekovnoj Engleskoj. Jako volim svoj električni auto i mikrovalnu pećnicu i računalo, hvala. Ali nije se samo tehnologija mijenjala tijekom vremena; mijenjali su se i način i kvaliteta života. Do prije dvije stotine godina imali smo mnogo više slobodnog vremena. U predindustrijskom svijetu rad nije bio os oko koje se vrtio cijeli život.

Kao što je Thorold Rogers napisao u svojoj knjizi *Six Centuries of Work and Wages*<sup>6</sup>, „Doba je imalo svoje nedostatke, kao i svako doba, ali imalo je svoje prednosti... seljak iz trinaestog stoljeća, iako nije posjedovao... mnogo toga što je njegov potomak imao u osamnaestom, imao je neke čvrste elemente sadašnje prednosti i nemalo nade u budući napredak.“

Nada u buduće napredovanje bila je u sposobnosti da ili obrađujete svoju zemlju ili steknete prihod kao obrtnik ili zanatlija. Prije početka industrijskog doba, većina je ljudi bila samozaposlena ili je radila na određeno vrijeme prema dogovoru pa su tako mogli napraviti vlastite rasporede.

U knjizi *Life on the English Manor*<sup>7</sup>, H. S. Bennett napominje da je pod feudalnim sustavom većina kmetova dugovala „dan-u-tjednu“ davanja svojem gospodararu. To je jednako jednodnevnom

<sup>6</sup> Šest stoljeća rada i plaća

<sup>7</sup> Život na engleskom vlastelinstvu