

ANDRZEJ KASPEREK*
Uniwersytet Śląski

Minimalistyczna odpowiedź na czasy kryzysu

Abstract: *A minimalist response to the time of crisis*

What is undertaken in the presented study is the reflection upon minimalism, treated as a suggestion for building the foundations of anti-consumerist civilization. The author presents minimalism on one hand as a form of contemporary spirituality and, on the other, as a suggestion for lifestyle in the time of crisis. The figure of Henry David Thoreau is particularly focused on as well as his inspiring significance for the minimalist suggestion concerning the reconstruction of modern civilization.

Key words: minimalism, crisis, spirituality, Henry David Thoreau, alienation.

Uwagi wstępne

Pięć lat temu na łamach „Przeglądu Religioznawczego” opublikowałem swój pierwszy artykuł poświęcony minimalizmowi¹. Już wtedy w tle moich rozważań pojawił się wątek związku między minimalizmem a kryzysem gospodarczym. Jak pisałem wtedy, popularność tego zjawiska zbiega się z gospodarczymi perturbacjami, których symbolem stał się upadek banku Lehman Brothers. Minimalizm z racji swojego antykonsumpcjonistycznego nastawienia można by potraktować jako propozycję stylu życia w czasach kryzysu gospodarczego. Taka interpretacja, w której potraktowalibyśmy minimalizm wyłącznie jako remedium na gospodarcze zawirowania, byłaby jednak zbyt powierzchowna. Minimalizm jest propozycją odmiany całej współczesnej technologicznie zaawansowanej cywilizacji, która z racji własnej zachłanności znajduje się w stanie permanentnego kryzysu, dotykającego jednostek oraz całych

* Uniwersytet Śląski, mail: andrzej_kasparek@wp.pl, nr ORCID 0000-0003-1466-5153.

¹ Zob. A. Kasparek, *Antykonsumpcjonistyczna duchowość w czasach kryzysu, czyli Leo Babauty pochwała minimalizmu*, „Przegląd Religioznawczy”, 2013, nr 2 (248), s. 119-136.

społeczeństw. W swoich kolejnych publikacjach poświęconych problematyce minimalizmu² starałem się zaprezentować minimalizm także jako pewną refleksję nad współczesną kulturą. Pewnego wytłumaczenia wymaga jednak już sam fakt, dlaczego na łamach „Przeglądu Religioznawczego” opublikowany został mój artykuł poświęcony problematyce minimalizmu, który nie jest zazwyczaj kojarzony z religijnym dyskursem a przede wszystkim z modnym w pewnych środowiskach stylem życia. Otóż, próbowałem określić perspektywy badania minimalizmu w ramach socjologii duchowości, socjologicznej subdyscypliny funkcjonującej w bliskim związku z socjologią religii. Zwracałem wtedy uwagę na wyjątkową zbieżność pomiędzy minimalizmem a pewnymi praktykami obecnymi w buddyzmie zen. W poniższych rozważaniach chciałbym natomiast podjąć problematykę minimalistycznego przewartościowania współczesnej cywilizacji i zrekonstruować projekt oddolnej budowy antykonsumpcjonistycznej kultury. Rozważania poświęcone temu zagadnieniu chciałbym jednak poprzedzić rekapitulacją, czym jest sam minimalizm, jakie posiada cechy, oraz w jakiej mierze można mówić o istnieniu minimalistycznej duchowości.

Minimalizm – próba rekapitulacji

Przede wszystkim, realizowanie sedna minimalistycznego stylu życia, którą tak plastycznie wyraża popularna minimalistyczna sentencja „less is more”, nie jest bynajmniej zjawiskiem nowym. Rezygnacja z posiadania rozmaitych dóbr materialnych na rzecz pracy nad własnym rozwojem nie jest li tylko współczesnym fenomenem. Minimalistyczne *credo* „less is more”³, wyrażające dążenie do sedna, do uchwycenia istoty życia, jest pragnieniem obecnym w różnych epokach historycznych, realizowanym przez ludzi zamieszkujących różne kontynenty i reprezentujących różne kultury. Inspiracje leżące u podłoża współczesnego minimalizmu wyrastają z jakże bogatego tła kulturowego i religijnego. Zgłaszany przez współczesnych minimalistów postulat upraszczania życia, pozbywania się rzeczy na rzecz wzbogacania własnego wnętrza

² Zob. A. Kasperek, *Wyrażanie sprzeciwu poprzez duchowość. Przypadek minimalizmu*, „Stan Rzeczy”, 2014, nr 2 (7), s. 179-197; A. Kasperek, *Minimalistów poszukiwania wewnętrznego spokoju*, „Fragile”, 2014, nr 3-4 (25-26), s. 6-11; A. Kasperek, *Dobrowolna prostota jako przykład implicit religion*, „Uniwersyteckie Czasopismo Socjologiczne”, 2015, nr 4 (13), s. 45-55; A. Kasperek, *Minimalistyczna duchowość jako przykład antykonsumpcjonistycznej duchowości. Perspektywa socjologiczna*, „Zeszyty Naukowe KUL”, 2016, nr (236), s. 71-88; A. Kasperek, *Minimalistyczna pochwała życia prostego*, „Slow”, 2016/2017, nr 9, s. 102-104.

³ Minimalistyczny slogan „less is more” ma swoje antycypacje na przykład w swoistym imperatywie sformułowanym przez protagonistów dobrowolnej prostoty, ruchu, który zaczął się rozwijać w latach siedemdziesiątych XX wieku. Protagonisci ruchu, Duane Elgin i Arnold Mitchell, pisali, że istotą dobrowolnej prostoty jest życie zewnętrznie (outwardly) proste a zarazem wewnętrznie (inwardly) bogate (D. Elgin, A. Mitchell, *Voluntary Simplicity: A Movement Emerges*, w: *Voluntary Simplicity. Responding to Consumer Culture*, D. Doherty, A. Etzioni (red.), Oxford 2003, s. 146; D. Elgin, *Voluntary Simplicity. Toward a Way of Life that is Outwardly Simple, Inwardly Rich*, 2nd ed., New York 2010, s. 93.

(własnej duchowości), praktykowali wielcy twórcy religii, Budda, Lao-Tse, Konfucjusz, Jezus, Zaratustra czy Mahomet, nie tylko ten ideał realizując, ale i nadając mu religijnego znaczenia, Sokrates, Platon, Arystoteles, Cyceon, Seneka czy Marek Aureliusz praktykując prostotę czynili ją natomiast elementem rozważań filozoficznych. Motyw prostego życia mocno wpisał się w dzieje europejskiej kultury, odnajdziemy go w twórczości Boccaccio, Dantego, Szekspira czy w twórczości romantycznych poetów i wizjonerów (np. Wiliama Blake'a, Ralpa Waldo Emersona czy Walta Whitmana). Jednym z najistotniejszych źródeł inspiracji współczesnego minimalizmu jest Henry David Thoreau, jego pisma (przede wszystkim *Walden, czyli życie w lesie*), ale i życiowa praktyka. Ideał prostego życia pełnił ważną rolę w trakcie dwudziestowiecznego „romantycznego przebudzenia”, którym była młodzieżowa kontrkultura a także w rozwijającym się od lat 70. dwudziestego wieku ruchu dobrowolnej prostoty (*voluntary simplicity movement*).

Współczesny minimalizm jest częścią szerszego zjawiska kulturowego oporu wobec konsumpcjonistycznego stylu życia (hiperkonsumpcji⁴), charakteryzującego współczesnych ludzi. Opór ten przyjmuje wiele oblicz: ruch *slow* (*slow life* czy *slow food*), freeganizm, ruchy ekologiczne, ruch *degrowth* czy ruch dobrowolnej prostoty. Postawa antykonsumpcjonistyczna łączy wszystkie te ruchy kulturowe, w każdym z nich chodzi o krytykę marnotrawstwa żywności i rzeczy, proponowanie bardziej harmonijnego stylu życia, w którym człowiek poszukuje równowagi między realizacją egoistycznych potrzeb a zachowaniem natury, pohamowanie nieokiełzanej ludzkiej *hybris*. Ruchy te piętnują szaleńczy pośpiech współczesnej, zmakdonaldyzowanej cywilizacji, jej zdehumanizowany charakter i zabójczy imperatyw skuteczności. Jedną z cech łączącą wspomniane manifestacje oporu jest fenomen znany jako *downshifting*, czyli rezygnacja z wysokiego standardu życia, jeśli okupiony jest on rezygnacją z życia rodzinnego, z samorozwoju na rzecz bezwzględnej rywalizacji. Minimalizm jest jednym ze współczesnych przykładów kontestacji wymienionych powyżej aberracji współczesnej cywilizacji. Co go wyróżnia spośród innych manifestacji oporu? Dążenie do esencji, redukcja nadmiaru, nie tylko rzeczy (stąd stereotyp 100 rzeczy), ale i relacji, wrażeń czy wszelkiego rodzaju bodźców. Minimalistyczny światopogląd organizuje filozofia umiaru, swoista droga środka. Nie jest minimalizm bezmyślnym opróżnianiem rzeczy z szafy dla samego opróżniania. Nie jest minimalizm apoteozą ubóstwa. Minimalistyczne *credo* nie polega na powrocie do mitycznego stanu natury, na budowie twierdzy, odgradzającej od współczesnej cywilizacji. Nie, chodzi tutaj raczej o znalezienie recepty, jak żyć w świecie zgiełku i nie utracić wewnętrznej równowagi. Taka jest perspektywa *emic*, rekonstrukcja minimalistycznego światopoglądu oczami samych minimalistów. Rekonstrukcja na podstawie minimalistycznych blogów – bo blog jest najważniejszym środkiem upowszechniania minimalistycznego światopoglądu. Mnie

⁴ Na temat pojęcia hiperkonsumpcji zob. G. Lipovetsky, S. Charles, *Les temps hypermodernes*, Paris 2004; G. Lipovetsky, *Le bonheur paradoxal. Essai sur la société d'hyperconsommation*, Paris 2006.

jednak interesuje perspektywa *etic*, która pozwala mi spojrzeć na minimalizm w kategoriach zjawiska o charakterze religijno-duchowym.

Sami adepci minimalizmu wyraźnie zastrzegają, że nie można minimalizmu traktować jako religii. To raczej, jak zaznaczał jeden z nich, Colin Wright, rodzaj filozofii a nie religii, nie należy też samych popularnych blogerów-minimalistów traktować jak e-guru⁵. Choć niektórzy spośród minimalistów, przede wszystkim chodzi tutaj o Dominique Loreau, w swojej wersji praktykowania minimalizmu wyraźnie podkreślają duchowy wymiar strategii upraszczania życia, żaden z nich nie powiedziałby o minimalizmie, że jest rodzajem religii. Problem tkwi jednak w definicji religii. Wspomniany powyżej Colin Wright odrzuca wszelkie podejrzenia na temat ewentualnego religijnego wymiaru minimalizmu, ponieważ kojarzy religię z dogmatami a sam minimalizm, jak stwierdza, odrzuca wszelkie dogmaty. Próbując spojrzeć na sam interesujący nas fenomen z perspektywy *etic* można jednak dostrzec obecne w minimalizmie elementy religijnego dyskursu.

Często pojawiającym się w minimalistycznym dyskursie motywem jest motyw nagłej wewnętrznej przemiany, swoistej konwersji, dokonującej się po uzyskaniu wewnętrznego „oświecenia”. W takich świadectwach „konwersji” pojęcie grzechu zostaje jednak zastąpione przez pojęcia dyskomfortu czy braku poczucia subiektywnego dobrostanu. Życie sprzed „nawrócenia” było pozbawione sensu, było to życie pełne rozgardiaszu, chaotyczne i pełne niepokoju. Pomimo dobrej pracy, wysokiego standardu życia niepełne, niesatysfakcjonujące. Punktem wspólnym minimalistycznych wspomnień z okresu sprzed wewnętrznej transformacji jest poczucie braku szczęścia. Minimalistyczna konwersja pozwala nadać życiu sens, nawet kosztem rezygnacji z bardzo dobrze płatnej pracy. Esencją życia, jego sednem okazać się bowiem mogą życie rodzinne (dotychczas zaniedbywane) czy wygospodarowanie czasu na codzienny spacer. Dla Tammy Strobel takim „przełomowym momentem”, swoistym objawieniem, było obejrzenie filmu na kanale you tube, filmu, w którym Dee Williams mówił o *downsizing*⁶. Strobel⁷ czy Joshua Fields Millburn i Ryan Nicodemus⁸ używają wyrażenia „stare życie” do opisu własnego życia sprzed „konwersji”. Niektórzy z minimalistów (np. Leo Babauta) wspominają swoje wcześniejsze życie jako niezdrowe, pełne nałogów (palenia), prowadzących do nadwagi, zbyt skomplikowane⁹.

Ważnym elementem życia religijnego jest uczestnictwo we wspólnotowych rytuałach. Trudno mówić o istnieniu takich rytuałów w przypadku minimalizmu, istnieją

⁵ C. Wright, *Secular Blogging Religions and Healthy Skepticism*, dostępne: <http://exilelifestyle.com/secular-blogging-religions-healthy-skepticism/> [dostęp: 01.03.2018].

⁶ T. Strobel, *You Can Buy Happiness (and It's Cheap). How One Woman Radically Simplified Her Life and How You Can Too*, Novato, California 2012, s. 1.

⁷ Tamże, s. 28, 32.

⁸ J. F. Millburn, R. Nicodemus, *Minimalism. Live a Meaningful Life*, Missoula, Montana 2012, s. 5.

⁹ L. Babauta, *Leo, The Power of Less. The Fine Art of Limiting Yourself to the Essential... in Business and in Life*, New York 2009, s. IX-X.

jednak rytuały, organizujące życie prywatne adeptów minimalizmu, przy czym można w nich dostrzec religijne znaczenie. Co ważne, rytuały te przyjmują często rutynowy, codzienny charakter. Może to być poranny spacer, ale też wypicie kawy czy herbaty. Codziennosc staje się w takim dyskursie przesycona obecnością *sacrum*. W twórczości wielu minimalistów pojawia się wątek pracy nad własną osobowością, czemu może służyć także stosowanie religijnych technik medytacyjnych. Praca nad oddechem ma przynosić wewnętrzny spokój, który jest mocno eksponowany przez Leo Babautę czy Dominique Loreau. To właśnie tutaj widać buddyjskie inspiracje (przede wszystkim chodzi tutaj o buddyzm zen) obecne w twórczości i praktykach minimalistów. Babauta w wywiadzie, którego swego czasu udzielił, wspomina, że jednym ze źródeł inspiracji w czasie, gdy zaczynał prowadzić swój blog *Zen Habits* (nazwa jest tutaj wymowna) była między innymi książka Shunryu Suzuki *Zen Mind Beginner's Mind*¹⁰. Inspiracja dotyczyła dwóch idei: uważności (*mindfulness*) oraz prostoty. O ile związek prostoty, jako ważnej w dziejach Stanów Zjednoczonych idei¹¹ (a należy pamiętać, że minimalizm najintensywniej rozwija się właśnie tam), z dyskursem religijnym nie są bezpośrednio (można praktykować ubóstwo bez żadnych religijnych konotacji), o tyle uważność zawiera już w sobie religijny potencjał, stanowiąc *de facto* sedno buddyzmu zen. Gdy Babauta zachęca do pracy nad uważnością, wpisuje się oczywiście w szersze zjawisko, które zyskało już nawet miano „rewolucji uważności”¹². Zarazem jednak pisząc o uważności sięga do tradycji buddyjskiej (buddyzm zen). Te inspiracje wyraźnie widać, gdy zachęca do „uważnego” wykonywania codziennych czynności, np. prasowania, kąpieli czy picia herbaty. Podobnie pisze pochodzący z Wietnamu mistrz zen, Thich Nhat Hanh w książce *Cud uważności*: „Kiedy zmywasz naczynia, musi to być najważniejszą rzeczą w życiu”¹³. Rytualizacja codzienności nabiera tutaj wyjątkowego, wręcz religijnego charakteru – choć wielu minimalistów mogłoby na takie określenie się nie zgodzić. Babauta cytuje w jednej ze swoich prac Shuryu Suzuki’ego: „Zen nie jest jakimś rodzajem ekscytacji, lecz koncentracją na codziennej rutynie”¹⁴. Shuryu Suzuki, drugi ważny mistrz buddyzmu zen noszący to nazwisko (pierwszy to oczywiście Daisetz Teitaro Suzuki, który spopularyzował buddyzm zen w USA, przekładając buddyjskie teksty na język angielski), bez wątpienia inspirował Babautę sposób myślenia o uważności. W *Zen Mind, Beginner's Mind* książce, na którą powołuje się Babauta, Shunryu Suzuki rozumie uważność jako umiejętność koncentracji, ale zarazem niewiązania się z jakąkolwiek myślą o przedmiocie¹⁵. Uważnością – jak

¹⁰ Zob. <http://megbiram.com/gsd-leo-babauta-zen-habits/> [pobrano: 29.01.2018].

¹¹ Zob. D. E. Shi, *The Simple Life. Plain Living and High Thinking in American Culture*, New York – Oxford 1985.

¹² Zob. *The Mindfulness Revolution*, B. Boyce (red.), Boston, Massachusetts 2011.

¹³ T. Nhat Hanh, *Cud uważności. Zen w sztuce codziennego życia: prosty podręcznik medytacji*, Warszawa 1992, s. 33.

¹⁴ L. Babauta, *Zen To done. The Ultimate Simple Productivity System*, West Valley City 2011, s. 43.

¹⁵ Suzuki pisze o wolnym od myślenia sposobie obserwacji, o akceptacji rzeczy takim, jakie one są (S. Suzuki, *Zen Mind, Beginner's Mind*, Boston – London 2006, s. 140-143).

pisze – jest *zazen*¹⁶. Nie chodzi tutaj jednak o odgrodenie się od tego, co na zewnątrz, nie chodzi o wewnętrzną eksplorację, lecz wręcz przeciwnie, o autentyczne doświadczenie świata, o otwartość na jego doświadczenie.

Babauta dostrzega podobieństwo między japońską formą poetycką, którą jest *haiku* a minimalizmem. W *haiku*, chodzi o to, by jak najprostszymi środkami wyrażać jak najwięcej. W *haiku* ogranicza się ilość słów, w minimalizmie – ilość rzeczy, ale i nadmiar bodźców. Francuska minimalistka, Dominique Loreau, zafascynowana kulturą Japonii, gdzie obecnie mieszka i gdzie praktykowała w buddyjskich klasztorach, napisała książkę poświęconą umiejętności sporządzania list. Można tutaj – jak twierdzi – dostrzec zbieżność między *haiku* a układaniem list. „Układanie list może stać się sztuką, podobnie jak *haiku*”¹⁷.

Podsumowując: moim zdaniem współczesny minimalizm stanowi atrakcyjne pole badawcze nie tylko dla socjologów badających problematykę ruchów kulturowych czy stylów życia, nie tylko dla badaczy zjawiska oporu społecznego, ale także dla badaczy przemian współczesnej religii i duchowości, badaczy fenomenu „nowej duchowości”. Minimalistyczne *credo*, by ograniczając liczbę posiadanych rzeczy, by upraszczając życie, sięgać do sedna, otwiera pole dla poszukiwań w minimalizmie obecności pewnego typu duchowości, elementów dyskursu religijnego.

Minimalizm na czasy kryzysu

Jednym z patronów współczesnego minimalizmu jest bez wątpienia Henry David Thoreau. Inspiracją dla Babauty i innych minimalistów pozostaje jego dwuletnie, proste życie we względnej samotności (czasem jednak widywał się z ludźmi), życie proste i w bliskim kontakcie z naturą w Walden. Chciałbym jednak zauważyć, że minimalizm nie jest propozycją radykalnego odcięcia się od współczesnej cywilizacji, nie jest próbą budowy wieży z kości słoniowej odgradzającej od zgiełku współczesnego świata. Minimalizm jest raczej propozycją innej obecności w cywilizacji. Minimaliści nie proponują rezygnacji z dobrodziejstw cywilizacji. Wręcz przeciwnie, popularność wielu z nich stała się możliwa dzięki prowadzeniu internetowych blogów, wykorzystaniu nowych technologii. Wspominałem już o tym, nie jest minimalizm pochwałą ubóstwa, upraszczanie życia nie na tym wg minimalistów polega. Dominique Loreau proponuje wręcz coś w rodzaju ekskluzywnego minimalizmu, zgodnie z którym należy kupować rzeczy drogie i najlepszego gatunku (np. dębowe meble), ponieważ zapobiega to konieczności kolejnego zakupu mebli (czy innych artykułów) za kilka lat, bo najczęściej to, co tanie szybko się zużywa. A zatem minimalizm nie jest wcale propozycją życia dla osób ubogich. Minimalizm jest wyborem, proste życie jest wyborem

¹⁶ Zazen, czyli siedząca medytacja.

¹⁷ D. Loreau, *Sztuka planowania*, A. Waśko-Bongiraud (tłum.), Warszawa 2011, s. 25.

(stąd przecież nazwa ruchu *voluntary simplicity*). Nie jest minimalistą osoba bezdomna, która takiego losu sobie nie wybierała.

Projekt samotnego życia Thoreau stał się inspiracją dla minimalistów między innymi dlatego, że autor *Walden* głosił pochwałę prostoty: „Simplicity, simplicity, simplicity!” oraz „Simplify, simplify”¹⁸ – pisał. W jednym z rozdziałów *Walden* (rozdział nosi w oryginale tytuł *Where I Lived, and What I Lived For*) radził, by ograniczać ilość posiłków do jedzenia, oraz ilość rzeczy, które nas otaczają¹⁹. Auto-eksperyment Thoreau polegał na tym, by odrzucając rozmaite udogodnienia i potrzeby rozbudzone przez cywilizację sięgnąć do tych najważniejszych potrzeb. Jak pisał, chciał sięgnąć do samego sedna życia, do jego esencji: „Zamieszkałem w lesie, albowiem chciałem żyć świadomie, stawać w życiu wyłącznie przed najbardziej ważkimi kwestiami, przekonać się, czy potrafię przyswoić sobie to, czego może mnie życie nauczyć, abym w godzinie śmierci nie odkrył, że nie żyłem. Nie chciałem prowadzić życia, które nim nie jest, wszak życie to taki skarb; nie chciałem też rezygnować z niczego, chyba że było to absolutnie konieczne. Pragnąłem żyć pełnią życia i wysysać z niego całą kwintesencję, żyć tak śmiało i po spartańsku, aby wykorzeńić wszystko, co nie jest życiem, aby zbierać bogaty plon i osiągnąć sedna, aby zapędzić życie w kozi róg i uprościć je do najskromniejszych potrzeb”²⁰.

„Wysysać z niego (życia) całą kwintesencję”, „osiągnąć do sedna”, „uprościć je (życie) do najskromniejszych potrzeb” – te fragmenty wystarczą, by w Thoreau widzieć protoplastę minimalizmu. Nie tylko zresztą minimalizmu, ale i innych współczesnych ruchów oporu wobec zasady hiperkonsumpcjonizmu i nadaktywności. „Dlaczego mamy żyć w takim pośpiechu i marnować życie?”²¹ Thoreau, by znaleźć receptę na sensowne życie, zamieszkał w samotności, Babauta proponuje praktykowanie sztuki nicnierobienia (*doing nothing*) w środku cywilizacyjnego zgiełku (np. w pracy czy podczas wizyty u lekarza). Minimalistyczna krytyka konsumpcjonistycznego (hiperkonsumpcjonistycznego) stylu życia nie jest li tylko kontestacją samego nabywania produktów, nabywania, w którym ulegamy sile reklamy. To propozycja zastąpienia pozornego życia, nieautentycznego życia, w którym dajemy sobie wmawiać istnienie coraz to nowych potrzeb. W *Walden* pojawia się wątek przebudzenia, rozwijania w sobie czujności. „Czuwać to znaczy żyć”²². W prozie Thoreau pojawia się też czasownik *awake* (przebudzić się), być czujnym, przytomnym. Za Babautą powiedzielibyśmy zapewne: uważnym. Fragmenty prozy Thoreau, poświęcone przebudzeniu (*awakening*) korespondują z tym, co Alan W. Watts, jeden z popularyzatorów buddyzmu Zen w USA w czasach kontrkultury, pisał o Zen: to „droga momentalnego przebudze-

¹⁸ H. D. Thoreau, *Where I Lived, and What I Lived For*, London 2005, s.69- 70.

¹⁹ Tenże, *Walden, czyli życie w lesie*, H. Ciepłińska (tłum.), Poznań 2010, s. 109.

²⁰ Tamże, s. 108.

²¹ Tamże, s. 110.

²² Tamże, s. 107.

nia" (*the way of instantaneous awakening*)²³. W minimalizmie jest obecny projekt przebudzenia z letargu, w który wprowadza współczesna cywilizacja. Minimalistyczne blogi zachęcające do poszukiwań esencji życia stanowią współczesną wersję *Walden*, choć bez wątplenia mniej bezkompromisową. By sięgnąć do sedna, do esencji życia – przekonują minimaliści – nie trzeba przeprowadzać się do lasu, by w samotności osiągnąć wewnętrzną harmonię. Zgiełk współczesnej cywilizacji można przezwyciężyć inaczej: poszukiwaniem wewnętrznego spokoju pomimo presji pośpiechu, imperatywu konsumpcji.

Minimalistów diagnoza kryzysu współczesnej cywilizacji jest wielowymiarowa, aczkolwiek jej sednem jest przekonanie o utracie równowagi. Kryzys polega na nadmiarze a zatem jego recepta polegałaby na przywróceniu umiaru. Hołdowanie imperatywowi nadmiaru, które stanowi motor konsumpcjonizmu (hiperkonsumpcjonizmu) należy potraktować jako jedną z przyczyn kryzysu gospodarczego, ale w konsekwencji i cywilizacyjnego kryzysu. Z punktu widzenia rozwoju ekonomicznego, życie na kredyt (a konsumpcjonizm się na kredycie opiera) było jedną z przyczyn kryzysu gospodarczego. Z socjologicznej perspektywy konsumpcjonizm, choć do pewnego momentu napędza gospodarkę, ma swoje negatywne konsekwencje w wielu sferach. Pobudza rywalizację w miejsce współpracy, jest bez wątplenia jedną z przyczyn degradacji środowiska naturalnego, rujnuje życie osobiste, skoro nie sprzyja życiu rodzinnemu (brak czasu dla rodziny). Minimalistyczny, antykonsumpcjonistyczny dyskurs, upatruje w nim przyczyn życia nieautentycznego (życia w swoistym konsumpcjonistycznym amoku), swoistej alienacji od samego siebie.

Postawa konsumpcjonistyczna degradowuje trojaki relacje: z samym sobą, z innymi oraz ze środowiskiem naturalnym²⁴. Protagonisci minimalizmu proponują lekarstwa na tę trojaką alienację, przy czym ich wspólnym mianownikiem jest antykonsumpcjonizm. Pierwszą alienację, od samego siebie, alienację polegającą na prowadzeniu nieautentycznego życia, „pozornego” życia, można przezwyciężyć rozwijając w sobie uważność, praktykując codzienne rytuały. W przypadku drugiego rodzaju alienacji, alienacji od innych, pojawia się propozycja reinterpretacji relacji, a *de facto*, oddolnej budowy bardziej przyjaznego społeczeństwa, odrzucającego imperatyw rywalizacji. Leo Babauta, wyraźnie zainspirowany nauczaniem Dalai Lamy, postuluje praktykowanie współczucia (w jednym z rozdziałów swojej książki *Zen Habits Handbook for Life*, gdzie czterokrotnie cytuje Dalai Lamę). Współczucie nie tylko uszczęśliwia jednostkę, ale i czyni szczęśliwsiymi innych ludzi. Babautapisze o „złotej zasadzie”, która powinna stanowić swoisty imperatyw życia jednostkowego. Rozwijanie w sobie współczucia, przyjacielskości, życzliwości, służenia pomocą, słuchania innych, odrzucania stereotypów, porzucenia krytykowania oraz kontrolowania innych, upodobnianie się

²³ A. W. Watts, *The Way of Zen*, New York 1957, s. 218. W polskim przekładzie książki Wattsa wyrażenie to zostało przetłumaczone właśnie jako „momentalne przebudzenie” (zob. A. W. Watts, *Droga zen*, S. Musielak (tłum.), Poznań 1997, s. 239).

²⁴ Ch. Taylor, *Etyka autentyczności*, A. Pawelec (tłum.), Kraków-Warszawa 1996, s. 76.

do dziecka, zaniechanie odwetu²⁵ stanowi kluczowy element samorozwoju, jednocześnie doskonalą relacje międzyludzkie, zmieniając otoczenie, w którym jednostka żyje. Wewnętrzna harmonia zaczyna w ten sposób udzielać się społeczności. I wreszcie, remedium na przewyciężenie trzeciego rodzaju alienacji (od natury) leży także w rozwijaniu antykonsumpcjonistycznej postawy. Kupując mniej i rozważniej, nie ulegając niepohamowanemu pędowi, by chcieć coraz więcej²⁶, ograniczamy eksploatację środowiska naturalnego. Obniżenie poziomu konsumpcji, zrównoważenie relacji między ludzkimi potrzebami a zachowaniem środowiska naturalnego, stanowi minimalistyczną propozycję przewyciężenia tego trzeciego rodzaju alienacji. Ochrona natury jest tutaj traktowana jednak nie tylko w sposób pragmatyczny (zdrowsze środowisko zdrowsze i bardziej komfortowe życie), ale i w kategoriach samorozwojowych (rozumienie siebie). W końcu Henry Thoreau prowadził swój dwuletni eksperyment przede wszystkim dla samego siebie. Obcowanie z naturą wpisuje się w minimalistyczny projekt docierania do istoty życia, „wysysania z życia całej kwintesencji”. Poprzez naturę do sedna życia.

Zakończenie

Po raz pierwszy o współczesnym minimalizmie (jako stylu życia) przeczytałem w artykule Beaty Chomątowskiej opublikowanym na łamach „Tygodnika Powszechnego”²⁷. To był 2013 rok. Swoją pierwszą pracę poświęconą tej problematyce opublikowałem także w 2013 roku. Minęło pięć lat. Także Beata Chomątowska powróciła do problematyki minimalizmu, publikując na łamach „Tygodnika Powszechnego” artykuł *Mniej więcej*²⁸. Autorka zwróciła w nim uwagę na pewien paradoks współczesnego minimalizmu: antykonsumpcjonistyczne nastawienie samych minimalistów okazało się całkiem modnym i mającym wzięcie dobrem konsumpcyjnym. To prawda, że najślynniejsi minimaliści, praktykując *downshifting*, dorobili się na prowadzeniu blogów, publikowaniu książek całkiem niemałej gotówki. Chomątowska, pisząc o realizacji minimalistycznego *credo*, sięgnęła po wyrażenie „religia dla wybranych”. Chodziło jej o wybranych, „którzy podobnie jak wspomniany Thoreau, bytujący czasowo w chacie nad jeziorem, mogą sobie pozwolić na jej wybór”²⁹. Nie o wyrzeczenie chodzi w mi-

²⁵ L. Babauta, *Zen Habits Handbook for Life. Hundreds of Tips for Simplicity, Happiness, Productivity*, West Valley City 2008, s. 77-78.

²⁶ Nie mieć a właśnie chcieć jest motorem konsumpcjonizmu zob. C. Campbell, *The Romantic Ethic and the Spirit of Modern Consumerism*, London 2005.

²⁷ Zob. B. Chomątowska, *Ucieczka z kołowrotka*, „Tygodnik Powszechny”, 2013, nr 2 (13 I), s. 14-15.

²⁸ *Taż*, *Mniej więcej*, „Tygodnik Powszechny”, 2017, nr 50 (10 XII), s. 84-87.

²⁹ *Tamże*, s. 85. Nie zgadzam się jednak z tezą postawioną przez Beatę Chomątowską, że minimalizm przekształcił się w religię dla wybranych. On po prostu od początku nosił jednak w sobie znamiona pewnej elitarności i sami minimaliści tego nie ukrywali. Wybór (a nie konieczność) życia prostego był od początku wpisany w minimalistyczne *credo*.

nimalizmie a o wybór alternatywnego stylu życia. W tym kontekście bardziej właściwe wydaje mi się jednak stosowanie do minimalizmu pojęcia duchowości (nowej duchowości) niż religii. Chomętowska słusznie zauważa, że nie chodzi tutaj o pochwałę wyrzeczenia. W rzeczywistości minimalizm był od początku pochwałą samorealizacji a rezygnacja z posiadania nie była traktowana jako ofiara czy też jako praktykowanie ascezy. Minimaliści dobrze rozpoznali postmaterialistyczną reorientację współczesnych społeczeństw, w której najistotniejsza jest autoekspresja i jakość życia³⁰. Pomimo wspomnianego paradoksu (minimalizm jako dobro konsumpcyjne), pomimo daleko uproszczonego języka, którym o „filozofii prostoty” pisali minimaliści, uważam współczesny minimalizm za ważny głos w dyskusji o współczesnej cywilizacji.

Gdyby „odsiać” całą popkulturową otoczkę, poradnikową (pseudo-psychologiczną) tendencję obecną w twórczości najpopularniejszych minimalistów, pozostanie ważne pytanie: jak żyć szczęśliwie w zgiełku współczesnej cywilizacji? Żadnych nowych odpowiedzi raczej nie możemy się spodziewać ze strony współczesnych minimalistów, ważne jest jednak zadanie tego na wskroś ludzkiego pytania, połączone z poszukiwaniem odpowiedzi poza sferą współczesnego konsumpcjonizmu. Postawieniu tego pytania towarzyszy włączenie się w dyskusję nad kształtem współczesnej cywilizacji. Bardziej rozsądne konsumowanie, zmiana stosunku do natury a wreszcie wysiłek uczynienia życia społecznego bardziej przyjaznym –te minimalistyczne propozycje, za którymi stoi po prostu zdrowy rozsądek, nie odmienią pewnie cywilizacji, z pewnością jednak pomogą jakiejś części z nas przeżyć życie bardziej sensownie. Zakończmy jeszcze raz sięgając po fragment *Walden*. „Prowadzimy atoli marne życie mrówek, aczkolwiek bajka utrzymuje, że dawno temu zamieniono nas w ludzi”³¹. Minimalizm jest po prostu kolejną próbą odpowiedzi o sens życia.

³⁰ R. Inglehart, *The Silent Revolution in Europe: Intergenerational Change in Postindustrial Societies*, „American Political Science Review”, 1971, nr 4 (65), s. 991-1017.

³¹ H. D. Thoreau, *Walden, czyli życie w lesie...*, cyt. wyd., s. 108.