

2017/2018 m. moksleivių kūrybinių darbų konkursas „Laisvės kontūrai“

Šiuolaikinė vartotojiška kultūra: ar tai, ko noriu, yra tai, ko reikia?

Darbo kryptis mokslinė-meninė



Parašė: Austėja Treinytė IVB kl.

Kauno „Varpo“ gimnazija,

Varpo g. 49, Kaunas LT- 51309

Tikybos mokytoja metodininkė Ieva Vasiliauskienė

24 dienų iššūkis: kaip keliavau per dykumą, ieškodama cukraus oazės.

Ar tu esi laisvas? Ar tu laisvai galvoji, ar laisvai elgiesi? Ar tu žinai kas yra laisvė? Ar dažnai atsakai sau į pastaruosius keturis klausimus? Galbūt per retai sau juos užduodame, nes jau seniai pamiršome atsakymus. Tačiau aš nekalbėsiu apie tai, kas yra laisvė, svarbiau tai, ką mes su ja veikiame. Juk kiekvieną dieną mes renkamės: atsikelti ar dar 5 minutes nusunūsti, valgyti mamos paruoštus pusryčius ar sukimšti bandelę mieste, pasikartoti kontroliniui, ar pasiklaudyti paskalų mokyklos valgykloje, grįžus išnykti priešais televizorių, ar aplankyti seniai matytą senele, paklaust kaip tėčiui sekėsi darbe, ar užtrenkt kambario duris visam vakarui, ar padėkoti Dievui už dar vieną laisvą dieną, ar pasiekus „candy crush“ 153 lygį, „įkalt“ valerijono ir užmigti. Visa tai yra mūsų laisvė ir mūsų pasirinkimas, ką su ja veikti.

Mes turime viso pasaulio laisvę norėti. Draugai, įžimybės, pardavėjai, žiniasklaida, reklamos pasako, ko mums trokšti. Vis dėlto, ar tai ko norime yra tai ko reikia? Norai yra be proto susiję su laisve. Šie du žodžiai lyg pussėsės, lyg cukrus ir vanilė - abu saldūs, abu kontraversiški. Norai būna geri arba blogi, o laisvė yra neatsiejama nuo atsakomybės. Vadinasi, mes esame laisvi trokšti blogų arba gerų norų, tačiau iš paskos seka atsakomybė rinktis tą norą, kurio mums iš tiesų reikia.

Aš kiekvieną dieną galvoju apie tai, ko noriu, tačiau nesusimąstau, ar tai man naudinga. Galbūt tai normalu, nes aš paauglė ir mano visas gyvenimas paremtas troškimais ir svajonėmis, tačiau labai greitai man niekas nepasakys, kas gerai, o ka ne. Tiesa, gyvenimas parodys, tuomet, kai jau bus per vėlu, kai reikės skaičiuoti pasekmes. Aš teigiu, jog užtenka taip gyventi, pakaks vartoti, eikvoti, kiurksoti, laikas pradėti galvoti.

Aš esu Austėja, man 18 metų ir aš mėgstu saldumynus. Labiau nei reikėtų. Iš tiesų tai man be proto patinka šokoladas, sausainiai, ledai, saldainiai, tortai, pyragai, keksiukai ir traškučiai patinka, nors jie ir ne saldūs. Manau supratote, kad tai lengvai tariant mano silpnybė, o kiti galėtų pamanyti, kad jau ir priklausomybė. Vis dėlto, cukrus skatina nutukimą, didina vėžio riziką, pažeidžia kepenis, kenkia odai ir t.t. Tad teks nusivilti smaližiams, o dar labiau tiems, kurie manė, kad čia aptarsiu gardžiausius šimtmečio desertus. Iš tiesų kituose 8 lapuose nerasite nei vieno saldumyno, nes ateinančias tris savaites aš jų nevalgysiu.

Kodėl tris savaites? Paprastas klausimas katalikui, mat keturias savaites prieš Kalėdas (šiais metais tris) mes švenčiame Adventą – susikaupimo ir apmąstymų metą. Šiais metais, laukdama kūdikėlio Jėzaus gimimo, aš nusprendžiau sustiprinti savo tikėjimą, atiduoti auką Dievo garbei. Galbūt jums pasirodys juokinga auka – nevalgyti saldumynų, tačiau šiuo metu aš nieko sunkiau ir negalėčiau įsivaizduoti. Supratau, jog Dievas davė laisvę rinktis: tikėti ar netikėti, nusidėti ar

nenusidėti, gyventi lengvai ar teisingai, imti ar duoti. Aš turiu laisvę valgyti saldumynus arba jų atsisakyti. Jėzus pasirinko pasiaukoti dėl žmonijos, o aš pasirinkau mėnesį nevalgyti saldumynų. Žinoma, tai nesulyginama, o galbūt tai vienas ir tas pats. Visai nesvarbu, ko mes atsisakome. Svarbu, kodėl mes to atsisakom. Dievas taip mylėjo žmogų, kad sutiko paaukoti savo sūnų. Jis sutiko pasiaukoti dėl manęs, tai kodėl aš negaliu to padaryti dėl jo, dėl savo mamos, tėčio ir pačios savęs. Bažnyčios mokytojas ir vienas žymiausių Bažnyčios teologų Šv. Tomas Akvinietis teigė: „Meilė – tai džiugimasis gėriu; gėris yra vienintelė meilės priežastis. Mylėti – tai trokšti kitam žmogui gera.“ Aš myliu save ir savo artimuosius ir dėl to suprantu, jog atsisakiusi to, kas man kelia pavojų, aš parodau tai, kaip vertinu savo gyvybę, išreiškiu meilę Dievui.

Pirmoji diena (*Ką aš padariau?!).*

Žinoma aš suprantu, jog, atsisakiusi saldumynų, neišvengsiu cukraus, tačiau dabar kone kiekvieną dieną, suvalgydama šokolado, sausainių, guminukų, ledų, suvartoju nemenką kiekį nereikalingo, netgi žudančio cukraus. Nustatyta, jog 100 g juodojo šokolado yra 38,3 g cukraus, pieniniame šokolade – 47,1 g, saldainiuose – per 50 g. Vadinasi, nevalgydama saldainių, išvengsiu nemažai nereikalingo pridėtinio cukraus. Tai reiškia, jog vakar aš suvartočiau apie 22 gramus pridėtinio cukraus, o šiandien, suvalgiusi du virtus kiaušinius, riekelę duonos su sūrio užtepėle bei pomidoru, pakelį trapučių ir sulčių, dubenėlį pupelių sriubos, už dviejų valandų dar dubenėlį sriubos ir gabalėlį sūrio.. na gerai, galbūt tris gabalėlius, aš suvartočiau 25 gramus pridėtinio cukraus. Tai yra... 3 gramais daugiau cukraus nei vakar?! Matyt, bus sunkiau nei maniau...

Vartotojiškumas.

Ekosistemos požiūriu, žmonės prisikiriami heterotrofų (vartotojų) grupei. Mes maitinamės gamintojais ir kitais vartotojais. Jei norime išgyventi, turime vartoti, jei norime būti socialus, veiklūs, turime vartoti, jei norime pagaminti, pirmiau turime suvartoti. Tai reiškia, jog vartojimas yra neatskiriama žmogaus gyvenimo dalis. Tuomet kodėl nuolat girdime, jog tai mums kenkia, žlugdo visuomenę? Atsakymas paprastas ir žinomas kaip sena pasaka, mat mus sunaikins ne vartojimas, o jo perteklius. Pasaulyje šį reiškinį madinga vadinti vartotojiškumu. Tai šiuolaikinės visuomenės priimta idėja, jog, norint būti laimingesniu, geresniu ir sėkmingesniu, privalu turėti, kuo daugiau daiktų. Ši tiesa mums primetama dugybėje kasdienio gyvenimo sričių. Kiekvieną dieną esame bombarduojami apie 1600 reklamos pranešimų per televizija, internetą ar autobuse, siekiant parduoti įvairiausių daiktus ir įtikinti, jog nebūsime pilnavertiški, kol jų nenusipirksime. Netgi mūsų šeima ir draugai gali prisidėti prie šios idėjos: pasakojimai apie atostogas Turkijoje arba įsigytą naują

telefoną priverčia manyti, jog ir mums šių dalykų reikia ir kad be jų mes daug netenkame. Pervertus laikraštį ar žurnalą, rasime daugiau nei vieną trečiąją leidinio sudarytą reklamos. Mes gyvename visuomenėje, kuri skatina vartotojišką gyvenimo būdą, sakydama, jog norėti, kuo daugiau daiktų, yra visiškai natūralu ir teisinga.

Netikite..? Amerikiečiai per savaitgalį išleidžia pusę pinigų, kuriuos per metus paaukvoja bažnyčioms (57.4 milijardai dolerių išleista per „Juodąjį Penktadienį“, 103 milijardai dolerių paaukota bažnyčioms per metus). Jungtinėse valstijose 8 milijardai dolerių išleidžiama kosmetikai, Europoje 11 milijardų dolerių ledams, 17 milijardų dolerių gyvūnų maistui, 50 milijardų dolerių cigaretėms, 105 milijardai dolerių alkoholiniam gėrimams, pasaulyje 400 milijardų dolerių išleidžiama narkotinėms medžiagoms. Tačiau tai dar ne viskas, mat pasaulyje kiekvienais metais 222 milijardai tonų maisto išmetama, o tai beveik tiek pat kiek yra pagaminama Užsachario Afrikoje. Jei jums trūksta įrodymų, jog vartojame tai, ko mums iš tiesų nereikia, galbūt šis faktas padės suprasti: išsivysčiusiose šalyse tik 6 milijonai dolerių skiriama švietimui, 9 milijonai vandeniui ir sanitarinėms sąlygoms, 13 milijonų sveikatai ir mitybai. Šiandien beveik 204 milijardus dolerių išleidome video žaidimams, bet išgėrėme tik 28 milijardus litrų vandens, kuris sudaro du trečdalius mūsų kūno. Manote imsiu pamokslauti, jog padėtumėte naująjį „Destiny 2“ ir vėčiau atsigertumėte stiklinę vandens? Ne, tik palaukite, kol jūsų socialinis gyvenimas žlugs, o gydytojai diagnozuos šizofreniją, tada vanduo nebepadės...

Antroji diena (Aš laisvas, gražus žmogus... O mama parnešė sausainių!)

Anot Amerikos Širdies Asociacijos, maksimalus pridėtinio cukraus kiekis per dieną neturėtų viršyti 25 gramų. Tai reiškia, kad aš negaliu peržengti šios ribos, dar geriau, jei nepasiekčiau nei 20 gramų pridėtinio cukraus per dieną. Šiandien aš suvartojau 24 gramus pridėtinio cukraus, todėl pažanga yra, menka... bet yra. Žinoma pirmąją dieną mano organizmas dar nesuprato, kad netenka normalios dozės cukraus, todėl jaučiausi puikiai, gyvybingai ir be galo atsidavusi savo tikslui ir Šv. Kalėdų laukimui. Vis dėlto šiandien, apie 14 valandą pasigedau tų mažučiuokų riešutų šokolade, kuriuos taip mėgstame krimsti per pertraukas su draugėmis. Nepadėjo ir tai, jog minėtos draugės visai manęs neužjautė ir triauškė tuos riešutukus man prieš pat nosį. Bet žinote ką, tuomet supratau, jog man ši diena pergale, tai pergale prieš vartotojiškumą, kurį matau klestint kiekvieną dieną. Mano draugės buvo įviliosios į prekiavų spastus: pirkto tuos saldumynus ne todėl, kad jom jų reikėjo, bet todėl, kad jie buvo gražiai įpakuoti, maži ir smagiai kramtomi. Negana to, reklamos mums įteigia, jog tai graži kiekvienos dienos tradicija – kartu susiburti ir valgyti jų pagamintą produktą, o ne mamos paruoštus sveikus užkandžius. Kaip sakė žymus danų filosofas S. Kierkegoras, reikia turėti tikslą dėl

kurio gali gyventi arba mirti. Taip, taip nevalgyti saldumynų kiek keistas tikslas, dėl kurio pasiryžtum net mirti, tačiau, jei dar nesupratote, man tai kur kas daugiau: tai pareiškimas prieš vartotojiškumą ir padėka Dievui už man suteiktą kūną, kurį turiu branginti ir saugoti.

Vartotojiškumo grėsmės.

Jau žinome, kad gyvename visuomenėje, kurioje vartotojiškumas apibrėžia tai, kas yra laimingas gyvenimas. Vis dėlto, kur čia slypi problema? Anot Ričardo Docwra, organizacijos „Life squared“ įkūrėjo, vartotojiškumas yra erzinančiai visur, manipuliuoja mumis, netitinka mūsų poreikių, riboja galimybes ir gyvenimą, paveikia žmonių požiūrį ir charakterį ir mažų mažiausiai yra nepatikimas.

1. **„Vartotojiškumas yra erzinančiai visur.“** Ir iš tiesų, reklamas, parduotuves matome ir namuose, ir išėję iš jų. Manau, kiekvienas pritaris, jog tai trikdo žmogaus ramybę ir asmeninę erdvę. Reklama yra visur ir tai gadina ne tik mūsų gerą laiką, bet ir nuostabius kraštovaizdžius. Juk kas nori, kad jų šeimos nuotraukoje, nupaveiksluotoje šalia nuostabaus ežero, kyšotų reklaminius stendas, skelbiantis Gucci kvėpalų išpardavimą?

2. **„Vartotojiškumas manipuliuoja mumis“.** Natūralu, jog vartotojiškumas bando manipuliuoti žmonėmis, kad šie įsisavintų tam tikrą požiūrį, kaip gyventi, o ne leistų patiems nuspręsti. Šiuolaikinė reklama nebeapsiriboja funkcija pranešti apie esamą produktą, bet dažniau sukuria poreikį, kurio galbūt neturėjome prieš pamatydami reklamą. Supraskite, vartotojiškumas sužadina netikrus troškimus.

3. **„Vartotojiškumas netitinka mūsų poreikių“.** Kai kurie žmonės pamanytų, kad vartotojiškumas patenkina visus jų norus gyvenime. Vis dėlto vis daugiau žmonių įsitikina, jog tai netiesa. Esame liudininkai to, jog kiekvieną dieną yra kuriami neįmanomi troškimai, kurie turėtų padaryti žmones laimingais. Mokslininkai teigia, jog vartotojiškumo idėja yra nuolat aprūpinti žmones naujais poreikiais ir priversti juos, kuo daugiau vartoti, tačiau tai tik priveda prie amžino vaikymosi naujo iphone'o, macbook'o, rolex'o, kitaip tariant – vilionės ir pažado. Nors kartais ir galime to pasiekti, nusipirkdami tam tikrą produktą, tuoj pat atsiras nauja „vilionė“, naujas „pažadas“ ir mes vėl pasileisime bėgti šios falsifikuotos svajos link. Kita vertus, vartotojiškumas gali patenkinti esminius mūsų poreikius, tokius kaip: maistas ir pastogė, tačiau yra ir kitų svarbių dalykų, kurių pardavėjai mums negali pasiūlyti. Anglų rašytojas Richard Reeves teigia, jog net ir didžiausi pasaulio parduotuvių tinklai nesugeba suteikti pirkėjui draugystės, laiko apmąstymams, dvasingumo, saugumo, intelektualinio tobulėjimo ir nuoširdaus džiaugsmo. Taigi, jei

virtotojiškumo sistema sukurta ne patenkinti žmogaus norus, o pasipelnyti, tik menkais sėkmės atvejais, individas taps laimingesnis, nusipirkęs žadėtąjį daiktą.

Penktoji diena (*Kam man tie saldainiai? Sūris - geriausias merginų draugas!*)

Pridėtinis cukrus – 23 gramai. Jėga! Motyvacija – vidutiniška. Mąstydamą apie virtotojiškumo sukeliąmas grėsmes, prisimenu Adomą ir Ievą, žmonijos protėvius ir gimtosios nuodėmės kaltininkus. Bet juk iš tiesų, gimtoji nuodėmė... Kaip aš ir anksčiau nepagalvojau, jog vaisiaus ragavimas Edeno sode simbolizuoja ne tik vagystę ir nepaklusnumą Dievui, bet šiuo atveju ir virtotojiškumą. Tik pagalvokite, Adomas ir Ieva turėjo visą sodą gėrybių, kuriomis galėjo vaišintis, kada tik panorėję, o Dievas uždraudė ragauti tik Pažinimo medžio vaisius. Tačiau būtent virtotojiškumas, besaikis troškimas ir smalsumas paskatino išduoti Kūrėjo pasitikėjimą. Biblijoje minima, kad gyvatė prišliaužia prie Ievos ir mėgina ją įtikinti, kad tiesu yra kreiva, ir atvirkščiai. Kodėl gyvatė nešliaužia prie Adomo? Nes ji ieško silpniausios grandies. Atranda, kur mūsų žinojimas ir moralinis atsparumas silpniausi, ir būtinai braunasi per tą vietą. Taip par ir virtotojiškumo sistema palaužia mano savarankišką mąstymą ir valią nevalgyti saldumynų. Gudriai kaip koks žaltys apsuka mane reklamomis: nuostabių vaikų šypsenomis, kai jie kramto batonėlį, Alpėse užaugintomis violetinės spalvos karvėmis, kurios mūkia pirkti šokoladą ir tais ant pakuočių striksinčiais mažyčiais guminukais: „pirk mus, pirk mus“ – girdžiu, kaip jie cypia. Tuomet man nebereikia vaisiais ir daržovėmis prikrauto šaldytuvo, aš nusiperku gardžių ledų ir dar kartą tampo sistemos verge...

4. **„Virtotojiškumas riboja galimybes ir gyvenimą“.** Net jeigu virtotojiškumas patenkintų mūsų norus, tai nebūtų priimtina filosofija, kuria remtųsi visuomenė, nes mes privalome patys gebėti pasirinkti gyvenimo būdą, o virtotojiškumas mums to neleidžia. Kaip ir minėjau, ši sistema nurodo „tobulo“ ir „laimingo“ gyvenimo receptą – nusipirkti, kuo daugiau daiktų ir paslaugų, tačiau gyvenime yra begalės kitų būdų gyventi laimingai, pavyzdžiui, susitelkiant į minimalistinį gyvenimo būdą, laiką ir žmones, o ne turtą. Žinoma, aš suprantu, jog pasaulyje visuomet atsirąs sistema, kuri formuos „gero gyvenimo“ idėją. Vis dėlto mums reikia tokios kultūrinės santvarkos, kuri pasiūlytų pasirinkimo laisvę kaip pagrindinį laimingo gyvenimo aspektą. Ne tos „virtotojų pasirinkimo“ idėjos, kuri taip dažnai mums pateikiąma šiuolaikiniame pasaulyje, bet sistemos, leidžiančios žmonėms iš tiesų rinktis, kaip gyventi, suteikiančios jiems įgūdžių, reikalingų šiam pasirinkimui įvykdyti ir skatinančios juos siekti gyvenimo, kuris žmonėms iš tiesų atneš laimę. Virtotojiškumas tam visai netinka, nes jis apriboją galimybę įžvelgti pasirinkimus, kurie mums iš tiesų naudingi, kurie atneš tikrąją laimę. Galiausiai visuomenei darosi sunku ištrūkti iš šio vartojimo rato, net jei žinome, kad nauji „Adidas“ batai mums nereikalingi, nes turime dar dvi poras puikių, nesunešiotų sportinių

batelių. Ypač sudėtinga, nes vartotojiškumas teigia, galintis patenkinti visus mūsų poreikius, bet realybėje tampame nepasitinkintys savimi, laime ir pačiu gyvenimu.

5. **„Vartotojiškumas paveikia žmonių požiūrį ir charakterį“.** Geriau pagalvojus, vartotojiškumas ne tik apriboja mūsų pasirinkimus, bet ir daro didelę įtaką mūsų pasaulėvokai. Pavyzdžiui, jei mes skiriame daug laiko ir energijos, siekdami nusipirkti naują išmanųjį telefoną ar televizorių, tuomet turime mažiau laiko ir entuziazmo daugiau sužinoti apie pasaulį ar praplėsti akiratį keliaujant. Be to, mažai tikėtina, kad vartotojiškumas paskatins mus spręsti svarbius dalykus, tokius kaip mūsų gyvenimo būdą palaikančių išteklių prieinamumas, planetos pajėgumas atlaikyti susidariusias atliekas arba maisto kiekis, kurį švaistome nesusimąstydami apie jo stoką visame pasaulyje. Taigi, vartotojiškumas visuomenės požiūrį sukonceptruoja ne į bendrą žmonijos poreikį, o individo asmeninį. Tai yra rezultatas, kurį matote šiandien, mielieji, nuo bado, skurdo, atliekų ir taršos dūstančią Žemę.

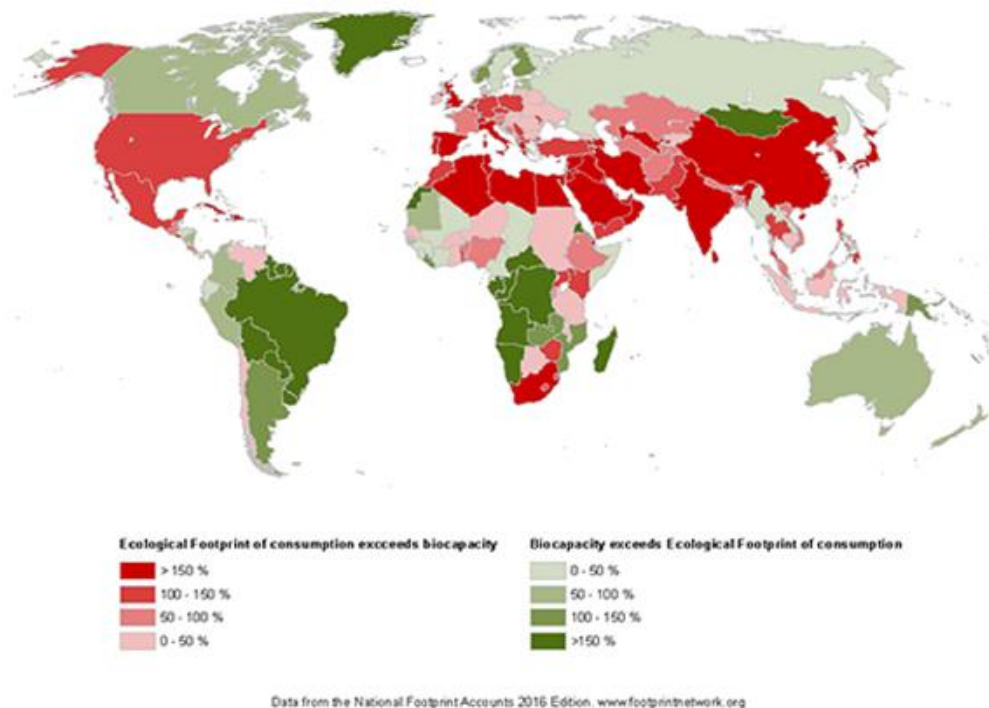
Aštuntoji diena (Žmogus gyvas ne viena spurga)

Pridėtinis cukrus – 19 gramų. Nėra, ko džaiugtis, nes ruošimasis kontroliniams nepalieka laiko valgymui. Motyvacija – didesnė nei vidutiniška. Šiandien sulaukiau gundinančio pasiūlimo eiti į miestą suvalgyti spurgų. Jei norite netikėkite, bet iš tiesų pajaučiau, kaip ant mano dešinio peties ėmė švelniai trepsėti mažas švytintis angeliukas, apsilikęs nuskurusiais apdarais, bet labai švelniais ir pūkuotais baltais sparnais. Ant kairio peties tuoj pat pajaučiau dūzgimą ir pūškavimą... Žinau, ką iškart pagalvojote, kad ant kito peties man sėdėjo raudonas velnias su pikdžiugiška šypsena. Iš tiesų, pasukus galvą į kairę pusę, išvydau lygiai tokį patį angeliuką kaip ant kito peties, nors jis turėjo šiokių tokių skirtumų: kairiojo angelo apdarai buvo šilkiniai, papuošti sidabro ornamentais, o jo veidas, galiu prisiegti, buvo panašus į Miley Cyrus, juk kas nepasitikėtų ja? Neilgai trukus kairysis angelas ėmė berti savo patarimus: „Eik, Austėja, valgyti spurgų – nuo vienos ar dviejų tikrai nieko nenutiks“. Jis kalbėjo daug ir argumentavo labai įtikinamai, tačiau dešinysis angeliukas taip ir nepratarė žodžio. Jau buvau beveik nusprendusi eiti, kai prisiminiau, jog kitas angelas man nepateikė nei vieno patarimo, nei vieno argumento. Supykusi paklausiau pastarojo, kodėl jis tyli, tačiau angeliukas apskurusiais apdarais nieko neatsakė tik toliau mosikavo kojomis, sėdėdamas man ant peties. Po akimirkos angeliukas pažvelgė man į akis ir švelniai sparnais paglostė kaklą... Tuomet man į galvą šovė pati tikriausia ir paprasčiausia mintis.

Kai Jėzus keliavo per dykumą, jis nieko nevalgė per tas dienas ir, joms pasibaigus, buvo alkanas. Tuomet velnias jam tarė: „Jei tu Dievo Sūnus, liepk šitam akmeniui pavirsti duona.“ Jėzus jam atsakė: „Parašyta: Žmogus gyvas ne viena duona!“ (Lk 4, 3-4). Žinoma, juk tai beveik tas

pats: man nereikia valgyti spurgų, nes tą pačią trumpalaikę laimę galiu atrasti sveikesniuose dalykuose. Mano gundinantis pasiūlymas iš tiesų yra vilionės sulaužyti užsibrėžtą tikslą, išduoti pažadą Dievui, bet, žinote ką, aš nevalgysiu spurgų, pamaniau, dar ne šiandien... Kai taip nusprendžiau, abiejų angeliukų jau nebebuvo ant mano pečių, tačiau man pasirodė, kad ant kairiojo peties pilna šiukšlių ir pelenų. Juk ir Miley Cyrus nevisada buvo gera...

6. **„Vartotojiškumas yra nepatikimas“.** Paprasta frazė sakysite, jokie pagrindiniai neturintis teiginys, tačiau R. Docwra neveltui nepatikimumą išskyrė kaip vieną iš vartotojiškumo grėsmių. Matote, mes gyvename pasaulyje, kuriame nepaliaujamai didėja jau 7.6 milijardų žmonių populiacija, mes taip pat gyvename pasaulyje, kuris turi ribotą kiekį įvairių išteklių patenkinti visiems planetos gyventojams. Kitaip tai vadinama biologiniu planetos pajėgumu, kurį apibūdino organizacija „Global Footprint Network“ 2003m. Ji taip pat išsiaiškino, kad žmonijos suvartojimas smarkiai lenkia Žemės biologinį pajėgumą (naturalius išteklius). Pavyzdžiui, 2008 metais planetoje buvo 12 milijardų hektarų biologiškai derlingos žemės ir vandens. Padalinę iš tais metais gyvenusių žmonių skaičiaus (6.7 milijardų), gauname biologinį pajėgumą lygų 1.8 hektarų žmogui. Visa tai gali skambėti kiek painiai, tačiau šie skaičiavimai parodo, jog nėra paliekama nė dalėlė žemės kitoms organizmų rūšims, kurios vartoja tuos pačius išteklius kaip ir žmonės. Jeigu atkreipsite dėmesį į pavaizduotą žemėlapi (žr. pav. Nr. 1), pamatysite šalis, kuriose viršijamas biologinis pajėgumas (kairėje formatavimo juostoje) ir valstybes, kuriose biologinis pajėgumas viršija suvartojimą (dešinėje formatavimo juostoje). Verta pabrėžti, jog daugiausiai suvartoja Šiaurės Afrikos ir Pietų Azijos šalys, kuriose daugiausiai gyventojų, tačiau Europa ir JAV neatsilieka, jos sunaudoja nuo 50% iki 150% biologinio Žemės pajėgumo arba išteklių. Tai reiškia, jog mes sunaudojame daugiau natūralių žaliavų nei planeta pagamina. Taigi, vartotojiškumas jau seniai ne be amsenininė žmogaus problema, tai visuotinė katastrofa, sietina su daugeliu globalinių sunkumų, kurių galiausiai neišvengs nei vienas.



1 pav. Biologinio Žemės pajėgumo išnaudojimas pasaulyje
 (http://wwf.panda.org/about_our_earth/all_publications/lpr_2016/)

Tryliktoji diena (*Kitą mėnesį nevalgysiu sūrio*)

Pridėtinis cukrus – 20 gramų. Motyvacija – sparčiai blėstanti. Norėčiau citrininių ledų su šokolado pabarstukais, sausainių trupinėliais ir daug šokolado užpilo...

Vartotojiškumo prevencija

Aš daug kalbėjau apie vartotojiškumo keliamas problemas, gaila bet tai tik maža dalis to, kas mums gresia, jei tuoj pat nesiliausime vartoti milžiniškus kiekius daiktų ir paslaugų, kurių didžiausia dalis mums tiesiog nereikalingi. Ričardas Docwra, organizacijos „Life squared“ įkūrėjas, ir vėl įvardina kelis būdus, kaip išvengti vartotojiškumo dėsnio. Norint sumažinti suvartojimą, reikia iš esmės pakeisti visuomenės požiūrį ir netgi ekonominę sistemą, be to svarbu lavinti žmogaus savarankiškumą, galiausiai R. Docwra teigia: „Mažiau vartokite, daugiau gyvenkite“.

1. Norint sumažinti suvartojimą, reikia iš esmės pakeisti visuomenės požiūrį ir netgi ekonominę sistemą. Turime pereiti prie visuomenės, kurioje yra daug platesnis požiūris į tai, kas suteikia žmonėms gerovę ir laimę, o ekonominė sistema naudojama tik kaip viena iš priemonių, kurias skiriame tam tikslui pasiekti, o ne kaip pats tikslas. R. Docwra knygoje „Modern life – as good as it gets“ teigia: „Turime visa tai padaryti pagal tvarumo ir socialinio teisingumo kriterijus. Šis požiūris

į visuomenę dažnai vadinamas "nauja ekonomika". Tai yra sistema, kuri tikrąjį pasirinkimą laiko pagrindiniu gero gyvenimo aspektu. Tai leidžia žmonėms pasirinkti realius gyvenimo būdus, kuriais jie nori vadovautis, suteikia jiems įgūdžių, reikalingų šiam pasirinkimui, ir skatina juos siekti gyvenimo, kurio jie tikrai nori“. Girdžiu jus klausiant: kas tai per sistema? Ar tai naujasis komunizmas? Nieko panašaus, iš tiesų ši sistema sieks skatinti žmogišką laimę ir gerovę, aprūpindama mus pagrindiniais materialiais ir nematerialiais ištekliais, kurių mums reikia norint gyventi išsvajotuosius gyvenimus. Tai apimtų pagrindinius žmogaus poreikius, tokius kaip maistą, prieglobstį ir svarbiausia kasdienius įgūdžius, kuriuos privalome lavinti, jei norime būti visapusiškai laimingi ir nepriklausomi. Naujoji sistema skatintų stipresnes vietos bendruomenes, lygybę, švietimą, galimybę vaikams augti be žalingo išorės poveikio kaip antai reklama. R. Docwra savo knygoje įvardija ir daugiau sąlygų, kuriomis būtų kuriamas naujas visuomenės požiūris: „Tai gali apimti visų formų reklamos draudimą vaikams iki šešerių metų ir reglamentą, siekiant užtikrinti, kad reklama būtų pažymėta taip, kad būtų rodoma, kad įmonė bando perduoti pranešimą konkrečiu tikslu“. „Naujoji sistema“ yra plačiai aptariama pasaulyje, tačiau dar netobula. Mes nežinome, ar ją įgyvendinus bus išspręstos visos socialinės, kultūrinės ir taršos problemos, ar tai nesukels naujų sunkumų, tačiau panašu, jog pasaulį reikia keisti iš esmės, turime sau ir kitiems skiepyti kitokią pasaulėvoką - kosmopolitišką, aktyvią, empatišką, atvirą permainoms.

Šešioliktoji diena (Gyvenimas saldus be cukraus)

Pridėtinis cukrus – 10 gramų. Motyvacija – aukšta kaip debesys. 10 gramų! Aš jaučiuosi neįveikiama, sveikiausias žmogus pasaulyje, kaip šviesa, nugalėjusi tamsą, kaip Haris Poteris įveikęs Voldemortą, kaip šiluma nurungusi šaltį, kaip druska prieš cukrų. Anot vyskupo Bazilijaus Seleukiečio, žmogus negyvena pats vienas ir netiki pats vienas, nes Dievas kalba su mumis, o prieš kalbėdamas mus pasišaukia. Šiuo metu girdžiu Dievą geriau nei betkada, didžiuojuosi savo pastangomis, savo tikėjimu ir pagarba sau bei tėvams. Noriu nuveikti, ką nors aukštesnio, galingesnio, svarbesnio, imtis naujų tikslų tam, kad pašlovinčiau Dievą. Epizodas su spurgomis atrodo toks tolimas ir nesvarbus, negaliu patikėti, kad tą akimirką dvejojau savo tikslu, savo tikėjimu!

2. Svarbu lavinti žmogaus savarankiškumą. Jei nenorime tapti vartotojiškumo mechanizmo sraigtais, turime išmokti pažvelgti į save ir savo gyvenimą iš šalies, vertinti savo poelgius ir pasirinkimus. Nors trumpam atsitraukti nuo išorės dirgiklių ir pamąstyti, kas iš tiesų mums svarbu ir reikalinga. Siūlau kartais pabėgti į kaimą, sodą ar tiesiog atsipalaiduoti namuose be televizoriaus, kompiuterio, telefono ar net spaudos leidinių ir knygų, mat visa tai daro mums įtaką kiekvieną dieną, dažnai žalingą. O kas nutiktų jei, kartais pasivaikšiotume po mišką, išsitiestume priešais ežerą ir pasiklausytume čiulbančių paukščių, ošiančių medžių ir nieko daugiau? Kas nutiktų, jei kartais

pasiliktume vieniši su savo mintimis? Galbūt tuomet, suprastume, kad mums nereikia naujo kompiuterinio žaidimo, telefono ar kelionės į Maldyvus, kurią taip išgyrė kaimynė iš antro aukšto, galbūt tuomet sugebėtume atsirinkti tai, ko mums iš tiesų reikia. Kitas veiksmingas būdas išvengti vartotojiškumo yra tiesiog ignoruoti reklamas. Neleiskite būti paveikti jų, negaiškite savo laiko skaitydami išpardavimų reklamas. Vengimas yra viena strategija, tačiau taip pat svarbu ugdyti savarankišką mąstymą. Aš nesiūlau pulti į kraštutinumus, ne visi sugebėsime tapti minimalistais dėl savo gyvenimo būdo. Vis dėlto, kai išgirstate ar perskaitote betkokią reklamą pokalbyje su draugu, darbe, laikraštyje ar televizijoje, apsvarstykite šaltinį, iš kurio ji buvo gauta, ir ar ji gali turėti tam tikrą paslėptą tikslą. Nuspręskite, ar galite pasitikėti. Tada galite pasirinkti, ar reklama turi būti priimama ar ignoruojama.

Devynioliktoji diena (*Saldu yra kartu?*)

Pridėtinis cukrus – 27 gramai. Motyvacija – 0. Turbūt žinote posakį – tylą prieš audrą. Pastarosios dienos buvo labia tylios ir ramios. Tvarkingai laikiausi dietos be saldumynų, nešiau sau paskirtą kryžių, kai staiga tas kryžius virto metaliniu gremėzdu su kyšančiais vinimis ir varvančiais sakais. Kitaip tariant, mane užklupo visokios bėdos: kontroliniai, ruošimasis šventėms, pykčiai mokykloje ir namuose, skaudanti koja, sloga... Trumpai tariant, suvalgiau visai netrumpą šokoladą, pakelį traškučių ir saują guminukų. Viskas, basta, hasta la vista, baby... Nesugebėjau iškęsti be saldumynų, o juk liko 3 dienos... Kai valgiau visa tą šlamštą, iš tiesų jaučiausi gerai, tarsi tą akimirką išsisprendė visos mano problemos. Vis dėlto atėjo laikas sužibėti sąžinei, ji išgraužė baisią skylę mano skrandyje, bet cukrus ten liko. Labiausiai nesididžiuoju tuo, kad ėmiau teisintis, nes visos tos problemos turėjo būti išspręstos kitaip. Turėjau pasiduoti ne pagundoms, ne vartotojiškumui, o susilaikymui, Dievo paramai, žodžiui. Aristotelis, vienas žymiausių antikos filosofų, manė, jog dorybė ir yda yra mums pavaldžios ir mes patys valdome savo veikimą ir neveikimą, savo „ne“ ir savo „taip“. Ir iš tiesų, juk nuo manes priklausė, ar pasirinksiu valgyti saldumynus ar ne, o problemos čia nieko dėtos. Vis dėlto galiu kaltinti ne tik save, bet ir vartotojiškumo dėsnį, nes būtent jis skelbia, jog, kuo daugiau pirksimas, tapsi laimingesnis. Prisipirkusi gardumynų, pasijaučiau geriau, tačiau trumpai...

Išvada

Dvidešimt antroji diena (*Aleliuja, broliai ir seserys!*)

Pridėtinis cukrus - 11 gramų. Motyvacija - viršijanti nustatytą greitį. Taip, brangieji, sulaukėme Advento pabaigos, uždegėme paskutinę Advent vainiko žvakę, daugiau nebereikia ruošis ir laukti. Nežinau, kaip jums, bet man šių metų Adventas buvo išskirtinis, kupinas pakylimų ir nuopolių. Žinoma, aš kalbu apie išties žemą nuosmukį prieš keletą dienų... O ką, manėte nebeužsiminsiu? Aš ir taip maniau, iš tiesų norėjau pamiršti tą šokoladą ir apsimesti tarsi tos dienos nė nebuvo. Vis dėlto tai būtų dar viena nuodėmė – melavimas. Juk aš meluočiau pati sau, išduočiau viso šio tikslo nevalgyti saldumynų esmę. Klausiate kodėl? Nagi pagalvokite, esmė buvo pasipriešinti vartotojiškumui, įrodyti, jog tai, ko norim, dažnai mums nereikalinga, galiausiai atduoti garbę Jėzaus atėjimui. Tai reiškia, jog ir pakylimai, ir nuosmukiai yra šio tikslo pagrindas, nes be viso to aš nebūčiau pajutusi, kokia saldi yra pergalė ir kokia karti gali būti nuodėmė. Jūs ir patys galėjote įsitikinti, jog laikytis užsibrėžto tikslo yra sunkiau nei gali pagalvoti. Aš savo idėja tikėjau, žinojau, kad tai teisinga, tačiau ne veltui J. Marcinkevičius sakė: „Tikėti lengva, daug sunkiau gyventi“.

Ir iš tiesų, mes visi teigiame tikintys, vadiname save dorais krikščionimis, švenčiame sekmdainienius ir meldžiamės, tačiau labai dažnai pamirštame žmogų. Tas žmogus yra ne tik kiti, bet ir mes patys. Mes esame Dievo kūriniai, todėl turime vertinti ir gerbti save: nors esame laisvi, privalome jausti atsakomybę už savo kūną ir mintis, už savo norus ir pasirinkimus. Dykumoje, gundymo metu Jėzus labai alkanas. Jis nesako, kad duona yra nesvarbu. Maža to, vėliau jis daugina duoną, tarsi prieštaraudamas savo laikysenai dykumoje. Tačiau prieštaravimo nėra. Gundymas dykumoje – tarsi raginimas visa ko pagrindu laikyti duoną. Jėzus atsispiria pagundai pasotinti save, nors vėliau sėkmingai daugina duoną kitiems. Aš tik noriu pasakyti, kad svarbu turėti telefoną, televizorių, drabužių, aksesuarų, juk gyvename 21 amžiuje. Vis dėlto, visa tai neturi tapti tam tikra pirkimo mada, gyvenimo būdu ar kitaip – vartotojiškumu. Na pagaliau imkime klausytis savęs, to mažo žmogeliuko savo sieloje, ar tų angeliukų, kad ir kas jum labiau prie širdies, bet tik akelai nepasikliaukime žibančiais stendų ekranais, vitrinomis ir kostiumuotais prekeiviais su akinančiomis šypsenomis. Kiekviena kartą paklauskime savęs: ar tai, ko noriu, yra tai, ko reikia?

NAUDOTOS LITERATŪROS SĄRAŠAS

1. *Youcat. Jaunimo katekizmas*. Vilnius: Katalikų pasaulio leidiniai, 2011.
2. Šventasis Raštas. Lietuvos vyskupų konferencija. Katalikų pasaulis. 1998.
3. R. Docwra „Modern life – as good as it gets“. Green Books, 2008.
4. <http://www.lifesquared.org.uk/>
5. http://www.panda.org/about_our_earth/all_publications/lpr_2016/
6. <http://www.worldometers.info/lt/>
7. <http://www.bernardinai.lt/>
8. www.wikipedija.org