

Adrian Oddwell

SERIA DLACZEGO TO JEST TAKIE GŁUPE

DLACZEGO ZAZDROŚCIMY INNYM NIE WIEDZĄC ŻE MAMY LEPIEJ NIŻ ONI

Historia o życiu oglądanym z niewłaściwej strony



SPIS TREŚCI

INTRO.....	4
Rozdział 1 - Zazdrość z drugiej strony stolika	12
Rozdział 2 - Zazdrość o symbole życia	26
Rozdział 3 - Życie, które wygląda lepiej z zewnątrz	34
Rozdział 4 - Pewność siebie, która wygląda jak mapa życia	46
Rozdział 5 - Najbardziej zazdrościmy rzeczy, których nie rozumiemy	53
Rozdział 6 - Internet, czyli największa fabryka zazdrości w historii	60
Rozdział 7 - Zazdrość o szczęście, którego nie można zmierzyć	68
Rozdział 8 - Zazdrość działa najlepiej wśród ludzi podobnych do nas	74
Rozdział 9 - Małe momenty, które z zewnątrz wyglądają jak wielkie decyzje	81
Rozdział 10 - Improwizacja, która po latach wygląda jak strategia	87
Rozdział 11 - Iluzja kontroli, którą widzimy u innych	93
Rozdział 12 - Szczęście innych ludzi zawsze wygląda na większe	99
Rozdział 13 - Dlaczego inni zawsze wydają się na mądrzejszych.....	106
Rozdział 14 - Odwaga, która z zewnątrz wygląda jak pewność	112

Rozdział 15 - Życie innych ludzi zawsze wygląda bardziej intensywne.....	118
Rozdział 16 - Przyszłość innych ludzi zawsze wygląda bardziej poukładana.....	124
Rozdział 17 - Dlaczego inni zawsze wyglądają na ludzi z większą ilością czasu	130
Rozdział 18 - Najbardziej elegancka iluzja: że inni są po prostu lepsi	136
Rozdział 19 - Iluzja bycia „ w życiu”	143
Rozdział 20 - Największa sztuczka dorosłości: wyglądać jak ktoś, kto ma wszystko pod kontrolą	149
Rozdział 21 - Dlaczego cudze życie zawsze wygląda na łatwiejsze	154
Rozdział 22 - Dlaczego inni zawsze wyglądają na ludzi z większą liczbą możliwości.....	159
Rozdział 23 - Energia innych ludzi zawsze wygląda na większą	164
Rozdział 24 - Dlaczego inni zawsze wyglądają na bardziej szczęśliwych.....	169
Rozdział 25 - Pewność siebie innych ludzi zawsze wygląda na naturalną	174
Rozdział 26 - Porządek innych ludzi zawsze wygląda bardziej imponująco.....	179
Rozdział 27 - Dlaczego inni zawsze wyglądają na ludzi, którzy lepiej radzą sobie z życiem.....	184
Rozdział 28 - Sens cudzych historii zawsze wygląda bardziej oczywisty	189

Rozdział 29 - Dlaczego cudze życie zawsze wygląda na bardziej dopracowane	194
Rozdział 30 - Iluzja idealnego momentu w cudzym życiu..	198
Rozdział 31 - Dlaczego cudze historie zawsze wyglądają na zakończone.....	203
Rozdział 32 - Iluzja ludzi, którzy znaleźli odpowiedź na życie	207
Rozdział 33 - Zadowolenie innych ludzi zawsze wygląda stabilniej.....	212
Rozdział 34 - Moment, w którym zaczynasz rozumieć, że zazdrość jest historią.....	217
Rozdział 35 - Ostatnia sztuczka zazdrości: historia, która wygląda na cudzą.....	222

INTRO

Pierwszy raz zauważyłem ten mechanizm w windzie.

Nie w filozofii.

Nie w psychologii.

Nie w żadnej mądrej książce o ludzkiej naturze.

W windzie.

Była siódma trzydzieści rano. Człowiek z trzeciego piętra stał z kubkiem kawy, w idealnie skrojonym płaszczu i z twarzą kogoś, kto wygląda na bardzo zajętego życiem. Obok niego dziewczyna w sportowej kurtce patrzyła w telefon z miną osoby, która właśnie ogląda cudze życie w internecie i ma powody, żeby być tym lekko zmęczona. Trzeci człowiek miał słuchawki i patrzył przed siebie tak, jakby prowadził w głowie bardzo poważne negocjacje z własnym losem.

Drzwi windy się zamknęły.

I wtedy wydarzyło się coś absolutnie fascynującego.

Każdy z nich wyglądał na osobę, która uważa, że inni mają w życiu trochę lepiej.

Człowiek w płaszczu zerkał kątem oka na telefon dziewczyny, gdzie migały zdjęcia ludzi z plaży, basenów, egzotycznych kolacji i uśmiechów tak szerokich, że aż nienaturalnych. Dziewczyna zerknęła na jego płaszcz i zegarek, które wyglądały jak rzeczy z katalogu dla ludzi, którzy w życiu już wygrali kilka rund. A człowiek ze słuchawkami patrzył na nich oboje z miną osoby, która prawdopodobnie właśnie myślała: „Ciekawe jak to jest mieć tak ogarnięte życie jak oni”.

Trzy osoby.

Trzy różne życia.

I bardzo prawdopodobne, że trzy wersje tej samej myśli:

„Dlaczego innym wychodzi to lepiej niż mnie?”

To jest jedna z najbardziej niezwykłych rzeczy, jakie robią ludzie.

Potrafimy zazdrościć komuś życia, którego kompletnie nie znamy.

To trochę tak, jakbyś oglądał czyjś film przez dziurkę od klucza i na tej podstawie oceniał, że fabuła jest fantastyczna, aktorzy są szczęśliwi, a zakończenie na pewno będzie piękne. Problem polega na tym, że przez dziurkę od klucza widać tylko trzy sekundy sceny i zwykle jest to ta, w której ktoś akurat się uśmiecha.

Reszta filmu pozostaje poza kadrem.

A mimo to jesteśmy absolutnie pewni, że to arcydzieło.

Najciekawsze w zazdrości nie jest to, że ją odczuwamy. To jest dość naturalne uczucie, które pojawia się w człowieku prawie automatycznie, tak jak kichnięcie albo chęć zjedzenia czegoś słodkiego o dwudziestej drugiej trzydziści.

Najciekawsze jest to, jak bardzo jesteśmy przekonani, że nasza zazdrość jest logiczna.

Widzimy czyjś samochód i myślimy: „Ten człowiek ma lepsze życie”.

Widzimy czyjeś wakacje i myślimy: „Ten człowiek ma lepsze życie”.

Widzimy czyjaś pracę, partnera, mieszkanie, dzieci, figurę, kuchnię albo psa, który wygląda jak reklama karmy premium, i natychmiast uruchamia się w głowie cichy komentarz: „Tak właśnie wygląda życie, które powinienem mieć”.

Nie znamy szczegółów.

Nie znamy rachunków.

Nie znamy kłótni.

Nie znamy stresu.

Ale mamy wrażenie, że znamy całą historię.

To jest absolutnie niesamowite.

Ludzki mózg potrafi stworzyć kompletną narrację o cudzym życiu na podstawie jednego zdjęcia z wakacji i dwóch zdań podpisu pod nim. Wystarczy, że zobaczysz parę ludzi stojących na tarasie nad morzem, kieliszek wina, zachód słońca i podpis „Finally some time for ourselves”.

I w twojej głowie natychmiast powstaje film.

Film, w którym ci ludzie są szczęśliwi.

Film, w którym ich życie jest poukładane.

Film, w którym wszystko działa tak, jak powinno.

Nie widzisz momentu, w którym dziesięć minut wcześniej kłócili się o parking.

Nie widzisz rozmowy o kredycie.

Nie widzisz tego, że zdjęcie zostało zrobione w jedynych siedmiu minutach całego dnia, kiedy nikt nie był zirytowany.

Ale zdjęcie jest piękne.

I mózg uznaje sprawę za rozstrzygniętą.

Zazdrość działa trochę jak trailer do filmu.

Trailer zawsze pokazuje najładniejsze sceny. Najbardziej emocjonujące momenty. Najlepsze dialogi. Nikt jeszcze nie zrobił trailera, który zaczyna się od sceny, w której bohater siedzi w kuchni o szóstej rano i patrzy w lodówkę z miną człowieka, który nie ma pojęcia, co robi ze swoim życiem.

A przecież większość życia wygląda właśnie tak.

Ciekawy jest też fakt, że zazdrość prawie nigdy nie dotyczy całego życia drugiego człowieka. Zazdrościmy fragmentów. Wybranych elementów. Pojedynczych kadrów.

Ktoś ma świetną pracę, więc zazdrościmy pracy.

Ktoś ma piękne mieszkanie, więc zazdrościmy mieszkania.

Ktoś ma spektakularne wakacje, więc zazdrościmy wakacji.

To, czego prawie nigdy nie robimy, to wzięcie całego pakietu.

Nie mówimy: „Chciałbym mieć dokładnie to samo życie co ta osoba, razem z jej stresem, jej historią, jej relacjami, jej lękami i jej rachunkami”.

Mówimy: „Chciałbym mieć ten jeden fragment”.

To trochę tak, jakbyś oglądał czyjś talerz w restauracji i myślał: „To wygląda fantastycznie”, nie mając pojęcia, że w zestawie z tym daniem idzie trzy godziny czekania, rachunek dwa razy większy niż planowałeś i kelner, który patrzy na ciebie tak, jakbyś właśnie zniszczył mu dzień.

Ale talerz wygląda dobrze.

I to wystarczy.

Jedno z najbardziej ironicznych zjawisk w całej tej historii polega na tym, że bardzo często dwie osoby zazdrozczą sobie nawzajem w tym samym czasie.

Człowiek w korporacji zazdrości freelancerowi wolności.

Freelancer zazdrości człowiekowi w korporacji stabilności.

Rodzic zazdrości singlowi spokoju.

Singiel zazdrości rodzicowi sensu i bliskości.

Pracownik etatowy zazdrości przedsiębiorcy pieniędzy.

Przedsiębiorca zazdrości pracownikowi weekendu.

Jeśli spojrzeć na to z boku, przypomina to trochę scenę z filmu, w której dwie osoby stoją po przeciwnych stronach drzwi i każda z nich jest przekonana, że za tymi drzwiami druga strona ma znacznie lepsze życie.

Drzwi się nie otwierają.

Więc obie osoby pozostają przy swojej wersji historii.

Najbardziej zdumiewające jest jednak coś jeszcze.

Bardzo często zazdrościmy ludziom, którzy z naszej perspektywy też mają powody, żeby zazdrościć nam.

To jest moment, w którym absurd zaczyna być naprawdę fascynujący.

Ktoś patrzy na twoje życie i myśli: „On ma naprawdę dobrze”.

A ty patrzysz na jego życie i myślisz dokładnie to samo.

I obie strony są absolutnie przekonane, że druga wygrała.

To trochę jak gra w karty, w której każdy gracz patrzy na cudze karty i jest pewien, że tamte są lepsze, nie zauważając, że ktoś po drugiej stronie stołu robi dokładnie to samo.

Istnieje nawet bardzo prosta, brutalnie trafna obserwacja, którą można streścić w jednym zdaniu.

Najczęściej zazdrościmy ludziom tego, czego oni sami nie uważają za swoje największe szczęście.

To zdanie jest trochę niewygodne, bo oznacza, że ogromna część naszych emocji opiera się na bardzo niekompletnych danych.

A mimo to działa.

Działa w biurach.

Działa w szkołach.

Działa na rodzinnych spotkaniach.

Działa w internecie.

Szczególnie w internecie.

Internet jest prawdopodobnie największą fabryką zazdrości w historii ludzkości. To miejsce, w którym miliony ludzi codziennie publikują starannie wybrane fragmenty swojego życia, a miliony innych ludzi oglądają je i na tej podstawie dochodzą do wniosku, że coś w ich własnym życiu poszło nie tak.

To trochę jak muzeum idealnych momentów.

Tyle że zwiedzający zapominają, że oglądają tylko wystawę.

Nie magazyn.

W magazynie są zmęczone twarze, niedokończone projekty, rachunki, rozmowy o przyszłości, które zaczynają się od słów „musimy coś z tym zrobić”, i te wszystkie momenty, których nikt nigdy nie wrzuca na Instagram.

Ale magazyn nie jest otwarty dla publiczności.

Publiczność widzi tylko galerię.

I bardzo szybko zaczyna wierzyć, że to jest całe życie.

Dlatego zazdrość jest jednym z najbardziej eleganckich paradoksów ludzkiego umysłu. Potrafimy jednocześnie mieć w życiu wiele rzeczy, które inni uważają za wartościowe, i jednocześnie być absolutnie przekonani, że jesteśmy po złej stronie układu.

Czasami wystarczy jedno zdjęcie.

Jedna historia.

Jedna rozmowa przy kawie.

I nagle pojawia się to ciche, nieprzyjemne pytanie: „Dlaczego oni mają tak dobrze?”

To pytanie jest niezwykle ciekawe, bo prawie nigdy nie towarzyszy mu drugie pytanie, które logicznie powinno pojawić się zaraz po nim.

„Skąd właściwie wiem, że mają tak dobrze?”

I właśnie w tym miejscu zaczyna się prawdziwa historia tej książki.

Bo jeśli przyjrzeć się temu spokojnie, krok po kroku, scena po scenie, rozmowa po rozmowie, okazuje się, że zazdrość jest