

DR. LELKES ORSOLYA

FENNTARTHATÓ HEDONIZMUS

Boldog élet, amely nem mérgez(drága) a Földnek

Dr. Lelkes Orsolya:
Fenntartható hedonizmus – Boldog élet, amely nem méreg(drága) a Földnek

© Dr. Lelkes Orsolya, 2022

Szerkesztő: Illényi Balázs

Borító: Szabó Balázs

HVG Könyvek, Budapest, 2022
Kiadóvezető: Budaházy Árpád
Felelős szerkesztő: Tanács Eszter
www.hvgkonyvek.hu

ISBN 978-963-565-218-1

Minden jog fenntartva. Jelen könyvet vagy annak részleteit tilos reprodukálni, adatrendszerben tárolni, bármely formában vagy eszközzel – elektronikus, fényképeseti úton vagy más módon – a kiadó engedélye nélkül közzélni.

Kiadja a HVG Kiadó Zrt., az 1795-ben alapított Magyar Könyvkiadók és Könyvterjesztők Egyesülésének tagja.
Felelős kiadó: Szauer Péter

Nyomdai előkészítés: Kedves László

Nyomás: MondAt Kft.
Felelős vezető: Nagy László

TARTALOM

Előszó 7

Bevezetés: Ki ne akarna sikeres életet élni? 13

I. RÉSZ: A KIHÍVÁS 37

1. A közgazdaságtan mint tudomány
nem kívánt következménye 39

2. A siker ígérete és kudarca a kapitalizmusban 56

II. RÉSZ: MILYEN A JÓ ÉLET? 79

3. Élvezet, öröm, elégedettség, értelmes élet
– a boldogságkeresés finomhangolása 81

4. Fenntartható hedonizmus 110

5. Virágzó élet: jól lenni és jól tenni 138

6. Értékek a szabadság korában 177

III. RÉSZ: HOGYAN JUTUNK EL IDE? 207

7. A virágzó élet laboratóriuma:

a komoly változás is lehet játékos 209

8. A jó élet belső ügynökei és szabotőrei 241

Befejezés: Virágzó élet a világban 273

Köszönetnyilvánítás 291

A szerzőről 293

Ajánlott irodalom 295

Jegyzetek 298

Név- és tárgymutató 320

ELŐSZÓ

„Az élet nehéz” és a „dolgozz keményen” üzeneteket kaptam útravalóul a szülői házból. És én ezeket szem előtt tartva vágtam neki az életnek: kemény munka, fájdalomtűrés, másokért való áldozat. Hamar rájöttem, hogy így az öröm jó eséllyel egészen a túlvilágig várat majd magára.

Ezt a receptet a családukban generációk óta féltett kincsként adták tovább a következő nemzedékeknek. A felmenőim mesteri szintre fejlesztették magukban azokat a túlélőképességeket, amelyeket a nélkülözés és a háborúk világa igényelt. Ebben a koordináta-rendszerben nem volt helye az egyéni kedvtelésnek, a sportnak vagy akár a felhők nézegetésének sem. Még az imádság is feladat volt, kötelesség, egy-egy kötött ima elmondásával – senki sem ismerte például a csendes, szemlélődő meditációt. Az örömet csupán a gyerekek jelenléte csempészte be, akikkel a felnőtteknek „muszáj” volt játszani. A felnőtt világnak nem voltak meg a maga eszközei arra, hogy hogyan lehet örülni, játszani, vagy egyáltalán

csak úgy „lenni”. A „túlélés” forgatókönyvében nem volt helye az örömteli életnek vagy az élvezetnek, de ugyanígy teljesen hiányzott a játék, a művészet vagy az alkotás is.

A közpolitikában is hasonlót tapasztaltam. A Pénzügyminisztérium Költségvetési Főosztályán dolgoztam, ahol a kollégáim többsége szilárdan meg volt győződve arról, hogy a gazdaságnak növekednie kell, és még sokat kell növekednie, mielőtt megengedhetné magának az ország, hogy „népjóléti” vagy „zöld” intézkedéseket is megfontoljon. Mintha ezek ellentmondának a pénzügyi növekedésnek, sőt kifejezetten ártának neki. A növekedés mint cél minden mást elhomályosított. A jó (*értsd* boldog, teljes, a természettel összhangban lévő) életnek még várnia kell.

Tapasztalatom szerint a médiában és a hétköznapi beszélgetésekben mi, magyarok folyton a „Nyugathoz” mértük magunkat, frusztrált minket a lemaradásunk, és alig törődtünk a tőlünk keletebbre élő – például az ukrán vagy román – szomszédainkhoz mért jólétünkkel. Szinte kollektív meggyőződés volt a kemény munka sikerreceptje: összeszorított foggal kell küzdeni a felzárkózásért, és utána lehet majd igazán elkezdni élvezni az életet, és törődni olyan magasztos dolgokkal, mint a kreativitás, a nélkülözők (*értsd* nálunk szegényebbek) megsegítése vagy a környezet védelme. Fogalmam sincs, hányan bíznak abban, hogy erre még az ő életükben sor kerülhet.

A végtelen növekedés ideája, amely a kemény egyéni munkára épül, eddig még nem volt képes mindenki számára jó életet teremteni ezen a bolygón. Ugyanakkor a természeti erőforrások kizsákmányolásához és a bolygó éghajlatának túlmelegedéséhez vezetett. A kudarc egyre nyilvánvalóbb jelei ellenére sokan mégis tovább ragaszkodnak ehhez az ideához.

A sikerhez vezető útról alkotott egyéni és kollektív meggyőződéseink gyakran nem tudatosulnak, és hajlamosak vagyunk úgy kezelni őket, mintha természeti törvények lennének, mint a gravitáció vagy az évszakok változása. Ez egy olyan vakfolt, amely

korlátozza képességünket arra, hogy jó és teljes életet éljünk, és megfelelően tudjunk reagálni az új kihívásokra.

Éppen a rendszerváltás után – a szocialista tervgazdaság és az ahhoz köthető ideológia összeomlása után – kezdtem közgazdaságtant tanulni Budapesten. Kapkodó rendszer- és tananyagváltás volt az egyetemen is: lázas sietséggel vették át az uralkodó neoklasszikus gazdasági megközelítést, annak alapfeltevéseivel, amelyek szerint az ember önző, versengő, teljesen racionális és élvezetorientált lény. Ünnepeztük a Nyugat eszközeit, és reméltük, hogy ezek elvezetnek minket a vágyott jólétbe. A hirtelen támadt árubőség sokunkat elvakított, és úgy hittük, végre megtaláltuk a jó élethez vezető utat.

A London School of Economics posztgraduális képzésén aktívan foglalkoztunk a közjó kérdéseivel, és azzal, hogy milyen társadalmat szeretnénk látni és aktívan támogatni. Nagyon inspiráló volt, bár a reflexió megmaradt a közösség szintjén. Nem foglalkoztunk a saját meggyőződéseinkkel, és azzal, hogy ezek miként befolyásolják a munkánkat tudósként és szakemberként. Hasonlót tapasztaltam később Bécsben társadalomkutatóként is: nem szenteltünk különösebb figyelmet az értékeinknek, törekvéseinknek és életstratégiáinknak; mindez a pszichológusokra tartozott, és nem olyan „egészséges” emberekre, mint amilyenek mi is tartottuk magunkat. Kíváncsiságom és az elégedetlenségem „az élet nehéz” családi „sikerreceptjével” arra ösztönzött, hogy alaposan tanulmányozzam a pozitív pszichológiát, a boldogság közgazdaságtanát, pszichológiai módszereket sajátítsak el, később pedig nemzetközi képesítésű coachként, pszichodráma-vezetőként másokat is segítek.

Azt tapasztaltam, hogy messze áll egymástól a két szakmai világ – a boldogság közgazdaságtana és a gyakorló lélektan –, mintha különálló birtokokon, magas kőfállal elválasztva léteznének. Kutatóként azt vizsgáltam én is, hogy mit lehet a külső körülményekben változtatni, különösen az intézményrendszerek működésében.

Ez izgalmas, hiszen fel lehet fedezni a törvényszerűségeket és így a beavatkozási lehetőségeket. Kiszámoltuk, hogy a pénz mennyire boldogít, és arra jutottunk, hogy csak egy kicsit.¹ Ez mind érdekes volt, de kevésnek tűnt. Nem vizsgáltuk ugyanis azt, ami a körülményeknél is fontosabb a boldogság alakulásában: a meggyőződések és a belső hiedelmek világát, magyarul azt, hogy mi lakik az emberben. Megálltunk a kőfálnál.

Ennek a falnak a létezéséért pedig nagy árat fizetünk. Úgy gondolom, nem engedhetjük meg, hogy ezek a világok továbbra is egymástól elszigetelten létezzenek. Szükség van ugyanis a két terület párbeszédére ahhoz, hogy képesek legyünk megbirkózni az ökológiai és társadalmi válságjelenségekkel. Nem elég, ha a dialógus kevésbé ismert tudományos részterületeken zajlik, mint például a kritikai pszichológiában (amely a pszichés jelenségek okai között társas és társadalmi tényezőket is vizsgál, egyebek mellett az iskolarendszer, a munkahely, a munkaerőpiac, a gazdasági berendezkedés vagy a politika hatásait). Ennél sokkal nagyobb léptékben, a közgazdaság tudományában és a főáramú oktatásban is szükség lenne erre. Egy interdiszciplináris, több tudományterületet átfogó megközelítés, továbbá az ősi bölcséleti hagyomány hasznos kiindulópontot jelenthet ehhez. Ellentétben a közgazdaságtannal, amely az emberi vágyakat (úgynevezett preferenciákat) adottnak tekinti, és olyanak fogadja el őket, amilyenek, a bölcsélet és a spirituális hagyomány a vágyakat nagyobb távlatból szemléli, és nem feltétlenül elfogadó velük. Ez a lélektani-bölcséleti világ segítheti az embert, hogy az élet szükség-szerű, egymást követő újabb életszakaszainak kihívásaira megfelelő válaszokat tudjon adni: hogy a lelke ne dermedjen meg a változástól való félelmében.

Korunk számos, egymással sokszor összefüggő kihívása átfogó válaszokat kíván, azt, hogy összerakjuk a rendelkezésünkre álló gazdag tudás egyes mozaikdarabjait – de még ennél is egy kicsit többre van szükség. Mi másra? Egy kíváncsi felfedező szellemre,

hogy segítsen feltárni a bennünk és köztünk levő területeket, amelyeket eddig talán nem vettünk szemügyre. Nem azért kerülték el a figyelmünket, mert nem elég érdekesek, hanem a neveltetésünk, a kultúránk és a meggyőződéseink által ránk kényszerített erősen torzító szemüvegünk miatt. Ezekről az új terekről kiderülhet, hogy nagyon is értékesek, sőt létfontosságúak számunkra. De ez a kíváncsiságtól hajtott felfedezés nem maradhat pusztán intellektuális, gondolati szinten, mivel szükségünk van hozzá a teljes lényünkre: a testünkre, fizikai érzékelésünkre, intuíciónkra és érzéseinkre. Szükségünk van továbbá másokra is, hiszen nem társas vákuumban élünk és növekszünk. Ebben segíthetnek a csoportos tapasztalati tanulási módszerek, amelyekbe e könyv is betekintést kínál.

Tizenkét éve magam is járom ezt az utat pszichodráma-vezetőként, coachként, egyformán építve társadalomtudományi, coaching, pszichológiai ismereteimre, illetve a saját tapasztalataimra, amelyeket a meditáció és a tudatos jelenlét gyakorlásával szereztem. A munkám során azt tapasztaltam, hogy a csoporttagok közül sokan még soha nem éltek át, hogyan lehetnek igazán önmaguk, szabadon, egy elfogadó csoportban, ahol tere van a felfedezésnek, a hibázásnak, és úgy általában nem szoktak hozzá, hogy a saját válaszukat keressék meg a számukra igazán lényeges kérdésekre. Fontosnak tartom, hogy létrejőjenek olyan kísérletezőterek felnőttek számára is, ahol fel lehet fedezni az elfeledett gyermeki kíváncsiságot, örömet és játékosságot. A szabadság helyét. És egyben az igazság helyét. Ahol semmit sem kell letagadni senkinek magából ahhoz, hogy elfogadható legyen mások számára.

Ezekben a terekben fel tudjuk oldani belső konfliktusainkat az élvezetkereső ösztönös énünk, illetve a felelős és értelmes életre törekvő erkölcsi énünk között. Megkeressük, hogyan tudunk az értékeinkkel összhangban élni egy olyan világban, amelyben az elfogadott kollektív szabályok (a munkahelyen, a fogyasztói társadalomban, a politikában, a társadalomban, az élővilág kezelésében)

gyakran szembemennek mindazzal, ami számunkra fontos. Ebben a közegben felfedezhetjük a hatalmunkat arra, hogy aktív társalkotójává váljunk mind a személyes környezetünknek, mind a tágabb világnak. Ezek a tapasztalatok mélyen átalakíthatják azt, ahogyan saját magunkhoz viszonyulunk személyként, illetve a közösség részeként (beleértve az egész ökoszisztémát).

Már nem csupán arról van szó, hogy egyre sikeresebbek legyünk. Itt az ideje, hogy megkérdőjelezzük, mit is tekintünk fejlődésnek és sikernek. Eljött az idő, hogy megkérdőjelezzük mindazt, amit adottnak tekintünk magunkban és a környezetünkben. Korunk kihívásai azt kívánják, hogy új stratégiát találjunk a jó élethez, amely egyszerre boldog és nem méregdrága a Földnek sem.

BEVEZETÉS

KI NE AKARNA SIKERES ÉLETET ÉLNI?

Egyre több embert foglalkoztat, hogyan élhet jó életet, vagyis olyan életet, amelyben van növekedés és kiteljesedés, de tekintettel van a Föld véges erőforrásaira is. Más szavakkal: olyat, amely örömteli, mégis segíthet a klímakatasztrófából való kilábalásban. Egyre több közgazdász és kutató vizsgálja kritikusan a saját tudományága felelősségét, és keresi, hogyan lehetne része a megoldásnak. Sok felelős, érzékeny ember pedig egyre erősebb szorongást és tehetetlenséget érez, és nem tudja, szabad-e a „világvége” előtt még örülni vagy élvezni az életet.

Az óriási, rendszerszintű válságjelenségek mellett egyenként eltörpülünk. Mit tud tenni egyvalaki a nagyhatalmak klímapolitikájával szemben, a szabadkereskedelmi megállapodások ügyében vagy a nemzetközi óriásvállalatok egyre növekvő hatalma ellen? Vannak aktivisták, akik megpróbálják a látszólag lehetetlent. Sokan mások azt érzik, hogy bármit is tennének, nem lehetnek számottevő hatással a nagy folyamatokra. Ugyanakkor

valamiféle választ így is adunk mindannyian a világra: pusztá létezésünkkel és meglévő szokásainkkal.

Sokan vágyunk arra, hogy olyan életstratégiát alakítsunk ki, amelyben nem kell lelkiismeret-furdalást átélni saját fogyasztásunk vagy életvitelünk miatt, ugyanakkor élvezni is tudjuk az életet. Vágyunk rá, hogy azt érezhessük: amit teszünk, az jó és elég – ne feszítsen szét a kihívás nagysága.

Ennek a könyvnek az a célja, hogy segítsen megtalálni az utat a boldog élethez, amely nem méregdrága, nem mérgezi meg vagy pusztítja el a Földet helyrehozhatatlanul. Arra invitálja az olvasót, hogy vizsgálja meg a sikerrel és a jó étellel kapcsolatos meggyőződéseit, szokásait és viselkedését. A cél olyan életstratégia kialakítása, amelyben egyszerre kapcsolódunk vágyainkhoz, életélvező énkörhöz, illetve értékeinkhez, morális énkörhöz. Ez teszi ugyanis értelmessé az életünket és tesz képessé a szerető kapcsolatokra. Amikor egyszerre vagyunk társalkotói és megújítói a világnak, egyszerre vagyunk társalkotói és megújítói a világnak, egyszerre vagyunk társalkotói és megújítói a világnak, egyszerre vagyunk társalkotói és megújítói a világnak, egyszerre vagyunk társalkotói és megújítói a világnak, egyszerre vagyunk társalkotói és megújítói a világnak. Ezt az új szintézist nevezem *virágzó életnek*. Ennek ismertetéséhez a tudományt és az ókori görög filozófiai hagyományt hívom segítségül. Belső megtapasztalásához pedig a kísérletező felfedezést, különösen a szerepjátékot kínálom.

A kötet nem törekszik arra, hogy átfogó intézményi megoldásokat kínáljon a gazdasági, társadalmi vagy politikai rendszer hiányosságaira. Ehelyett az egyén szerepére összpontosít, de a közösség részeként látva őt. A jó élet pszichológiai és szociálpszichológiai aspektusait vizsgálja, mély önvizsgálatra és belső utazásra invitál, ugyanakkor nem kínál konkrét életvezetési tanácsokat a fenntartható életstílusról, arról, hogy mit együnk, mit hordjunk, hogyan közlekedjünk vagy hol nyaraljunk. Ha az olvasót elsősorban a megoldáshoz vezető út foglalkoztatja, akkor a II. és a III. részt találhatja különösen érdekesnek. Ezek önmagukban is érthetőek, nem szükséges ehhez a főáramú közgazdaság-

tan és a jelenlegi gazdasági rendszer árnyoldalainak feltárása, amire az I. részben térek ki.

A kihívás: lehetséges-e a jó élet mindenkinek hosszú távon a Földön?

Bár a tudomány és a technológia már a Marson jár, folyamatosan új találmányokkal árasztva el minket, a gazdaság pedig rendületlenül növekszik, a civilizációs létezés alapvető célját nem értük el: még mindig nem élünk jó életet. Pontosabban: az emberiség nem él biztonságos, virágzó és fenntartható életet. Jelenleg a Földön nincs egyetlen olyan ország sem, amely egyszerre lenne méltányos társadalmilag és fenntartható ökológiai szempontból.¹ Nincs olyan ország, ahol megvalósulna az alapvető szociális biztonság úgy, hogy ezzel párhuzamosan az erőforrások felhasználása is az úgynevezett planetáris határokon belül maradna. A fejlett világ országai különösen ez utóbbi terén vallanak kudarcot. Ha pedig a fejlődő világ is ezen a „jól bevált” fejlődési pályán halad majd, akkor a helyzet még súlyosabbá válik.

3,3–3,6 milliárd ember él a klímaváltozás miatt különösen veszélyeztetett vidéken már ma is, és a számuk tovább fog növekedni. Az ENSZ Éghajlatváltozási Kormányközi Testületének (Intergovernmental Panel on Climate Change, IPCC) 2022. februári jelentése a korábbiaknál vészjóslóbb számításokat és lehetséges fejlődési pályákat mutat be.² A 67 országból származó 270 tudós több ezer oldalon elemezte a környezeti rendszerek és az emberi tevékenység komplex egymásra hatását. Arra jutottak, hogy a klímaváltozás hatásai gyorsabbak és súlyosabbak, mint azt a korábbi elemzések mutatták, és már most is vannak vissza nem fordítható következmények.

Az IPCC-jelentés szerint a Föld bizonyos régiói veszélyeztetettebbek – és a tengerszint-emelkedés vagy az extrém hőség miatt élehetlenné is válhatnak –, de Kelet-Közép-Európában is súlyos gondokat okozhatnak a hőség, a vízhiány és az áradások, csökkentve a haszonnövények termés hozamát is. Mindez világszerte erőszakos konfliktusokhoz vezethet. A katasztrófák és kockázatok különösen súlyosakká válhatnak, ha túllépjük az 1,5 Celsius-fokos globális hőmérséklet-emelkedést (az ipari forradalom előtti átlaghoz képest). A jelentés szerint a felhalmozott tudományos eredmények egyértelműek: azonnali cselekvésre van szükség, máskülönben „elmulasztjuk a rövid és gyorsan záródó időablakot arra, hogy élhető és fenntartható jövőt biztosítsunk”.³ A várható klímaváltozás negatív hatásai jóval meghaladják azt, amit a Covid-19-járvány alatt tapasztalhattunk.

Az egyre gyorsuló, úgynevezett visszacsatolási jelenségek miatt előfordulhat – amint arra az IPCC-jelentés is utal –, hogy hirtelen lépünk át egy fordulópontot, ami után már kontrollálhatatlanul felgyorsulnak a negatív folyamatok. Például az erdők irtása és felégetése, a légkör szennyezése, az állandó sarki jégtakaró olvadása, a természetes hó- és jégtakaró fényvisszaverő hatásának (albedó) csökkenése miatt ellenőrizhetetlen láncreakciók indulhatnak be, a felmelegedés felgyorsulhat, és az egész ökoszisztéma radikálisan átalakulhat, a Föld egy jelentős részét lakhatatlanná téve.⁴

„A fizikai szükségletek, mint a táplálkozás, az alapvető higiénia, a villanyáramhoz való hozzáférés, illetve az extrém szegénység felszámolása minden bizonnyal megoldhatók minden ember számára a planetáris határok túllépése nélkül. Az olyan minőségibb célok általános beteljesülése azonban, mint például az élettel való magas szintű elégedettség, már annyi erőforrást igényelne, ami – a jelenlegi viszonyokat alapul véve – a fenntartható szint két-hatszorosa” – fogalmazott David O’Neill angol ökológiai közgazdász a *Nature Sustainability* folyóiratban szerzőtársaival közö-

sen megjelentetett tanulmányában.⁵ Véleményem szerint ebben a figyelmeztetésben kulcsfontosságú az utalás a „jelenlegi viszonyokra”. Radikálisan felül kell vizsgálnunk az erőforrások felhasználása és az étellel való elégedettség közötti jelenlegi viszonyt. Át kell alakítanunk azt az életstratégiát, amellyel elégedettséget, boldogságot keresünk.

A Római Klubhoz köthető nemzetközi tudóscsoport számításai ennél is radikálisabb kiigazítást sürgetnek.⁶ A 2021-es jelentésük szerint a kitűzött 1,5 Celsius-fokos klímacél eléréséhez a magas jövedelmű országokban az ökológiai lábnyomot 91–95%-kal kell csökkenteni 2050-re. A felső-közép jövedelmű országokban – amelyek közé Magyarország is tartozik⁷ – 68–86%-os csökkentésre lenne szükség, azaz a jelenlegi ökológiai lábnyomot az eddigi szintnek nagyjából a negyedére kellene visszafogni. A létfontosságú kérdés most az, hogy képesek vagyunk-e hatékonyan cselekedni egy fenntartható világba történő békés átmenet érdekében, vagy pedig halogatunk, az elkésett, kapkodó, kaotikus intézkedések miatt pedig a jövőben elszenvedett kár és pusztítás sokkal súlyosabb lesz, ami alapvetően megváltoztatja az életünket és a világot, ahogyan eddig ismertük.

A koronavírus-járvány rámutatott a jelenlegi világrendünk és világnézetünk sérülékenységre. Szokásaink, választásaink és mindaz, amit eddig magától értetődőnek tartottunk, hirtelen megkérdőjeleződtek. A körülöttünk levő világ összezsugorodott, számtalan létező struktúra összeomlott. Ezek után mi az, amit szeretnénk újjáépíteni, megerősíteni, és mi az, amit szívesen magunk mögött hagynánk? Mi növekedjen és hogyan? Ezeknek a tapasztalatoknak a birtokában mi a válaszunk a már régóta fennálló ökológiai és társadalmi kihívásokra?

A társadalmi szolidaritás (állami egészségügy, szociális biztonsági háló, szolidáris mezőgazdaság, szomszédi segítség, a képességek és erőforrások önkéntes cseréje), amit néhányan talán felesleges túlzásnak tartottak, hirtelen láthatóvá és kulcsfontossá-

gúvá vált. Bizonyos személyes képességek, mint például a belső rugalmasság, az önmagunkkal való törődés, az autonómia, az empátia, a konfliktuskezelés és az örömteli együttélés képessége felértékelődtek, és szükségessé váltak a megküzdéshez. Jó és rossz tapasztalataink – akár az, hogy ezeknek a képességeinknek hasznát láttuk, vagy éppen ezeket nélkülöztük – meghatározhatják jövőbeli törekvéseinket.

Olyannyira felgyorsult az ökoszisztéma átalakulása és a klímaváltozás, hogy gyors válaszokra van szükségünk, személyes és kollektív szinten egyaránt. Ez óriási kihívás, hiszen tudjuk, evolúciósan milyen lassan reagál a testünk (nem is tud megbirkózni újfajta életmódunk számtalan aspektusával, például a korlátlanul elérhető csokoládéval), vagy mennyire erősek és rugalmatlanok lehetnek a családi és kulturális mintázataink, amelyek alapján eligazodunk a világban. Nem ilyen tempóra van berendezkedve a testünk és a lelkünk. Most mégis egy ilyen világban kell megtalálni azt az egyensúlyt, amellyel nemcsak túlélhetünk fajként és egyénként, de jól is tudunk élni.

Ez korunk nagy kihívása. Nem várhatjuk a válság megoldását attól, ha még keményebben folytatjuk ugyanazt, mint amit eddig csináltunk – hiszen éppen ez vezetett a válsághoz.

A növekedésre irányuló vágyunk és annak kudarcai

Ezek szerint el kell engednünk a növekedésre és a jó életminőségre irányuló vágyunkat, áldozatot hozva a jövőbeli generációk és az ökoszisztéma javára? El kell engednünk azt a zsigeri vágyakozásunkat, hogy biztonságban és bőségben éljünk? Bár néhány ember talán nyitott lenne egy ilyen javaslatra, a többség számára ez alighanem túl sok – sőt teljes képtelenség. Egy ilyen felhívás