

Święta Drzemka: odpoczynek jako opór?

Artykuł recenzowany / Peer-reviewed article

O spaniu i pracowaniu

Powiedzenie „wyspisz się po śmierci” wywołuje uśmiech na naszych twarzach, ale z czego tak naprawdę żartujemy? Czy śmiejemy się z absurdalnej wizji odpoczynku odroczonego do wieczności? A może jest to pusty śmiech, bo przecież dobrze wiemy, że bezsenność to choroba cywilizacyjna, a stale kurczący się czas snu wiąże się z całym wachlarzem schorzeń – od choroby wieńcowej, przez cukrzycę, po depresję. Artystka, poetka, teolożka i działaczka społeczna Tricia Hersey w książce-manifeście *Rest is Resistance* dzieli się historią swojego ojca, ofiary „kultury zapierdolu” (*grind culture*), w której „potrzeba mojego taty, by spać długo i głęboko”, nigdy nie miała szans stać się dla niego i jego bliskich priorytetem [54], tym bardziej że jako dorosły mężczyzna i jako członek Czarnej społeczności znalazł się w dwóch grupach, które statystycznie śpią w USA najmniej. Opowieść Hersey pokazuje, że krótszy sen i odpoczynek, choć prezentowane jako świadome wybory jednostki, tak naprawdę maskują instytucjonalne i systemowe nierówności wynikające z intersekcji rasy, klasy, płci, wieku i sprawności, ale też typu zatrudnienia czy miejsca zamieszkania.

Śpimy nie tylko mniej, ale też inaczej. Jak zauważa Jonathan Crary w *24/7. Późny kapitalizm i koniec snu*, zmienił się nasz sposób myślenia o śnie. Maszyny wchodzą w „tryb uśpienia” (*sleep mode*), stan nieaktywności i jednocześnie gotowości, inny od „wyłączenia”. Zdaniem Crary’ego tak właśnie zaczynamy myśleć o naszym śnie – jako o stanie czujności. To przesunięcie jest konsekwencją opisywanej przez niego zmiany w czasie pracy, który z wyraźnie wyznaczonych kilku godzin dziennie przekształcił się w stan o zatartych granicach: dwadzieścia cztery godziny na dobę jesteśmy w pracy lub o krok od niej, dostępni [28]. Czas pracy dla przeciętnego człowieka jest dłuższy, a praca intensywniejsza. Jednocześnie neoliberalny nacisk na globalne rynki i konkurencję pogłębia tak zwaną polaryzację czasu pracy, co w praktyce oznacza, że jedni pracują znacznie dłużej, a ci najbardziej uprzywilejowani – znacznie krócej [Hermann 158-159].

W XX wieku szereg myślicieli przewidywał, że rozwój technologii pozwoli nam oderwać się od większości przyziemnych prac i mieć znacznie więcej czasu wolnego; myśl ta ma swoją kontynuację we *W pełni zautomatyzowanym luksusowym komunizmie* Aarona Bastaniego [Bastani]. W 1930 roku John Maynard Keynes, czołowy ekonomista XX wieku, przewidywał, że w 2030 roku ludzie będą pracować jedynie piętnaście godzin tygodniowo [Hermann 184], przy jednoczesnym znacznym wzroście standardu życia. Podobne głosy podnoszono również po wojnie (m.in. Joffre Dumazedier), jednak tak zwane społeczeństwo odpoczynku (*leisure society*) nigdy nie wyszło poza ramy rozważań czysto teoretycznych¹.

Życie w technoutopii miało być sielanką. Dlaczego stało się inaczej? Dlaczego pracujemy coraz więcej, skoro technologia jest coraz bardziej zaawansowana? Nicole Marie Shippen daje na to pytanie przygnębiającą odpowiedź: „społeczną funkcję, rozumienie, organizację i doświadczenie czasu” kształtują potrzeby kapitału, a nie potrzeby ludzkich istot [2]. Wewnętrzne priorytety późnego kapitalizmu to zysk, wydajność, ciągle zawłaszczanie nowych zasobów, także czasowych, cielesnych, rekreacyjnych. To zawłaszczenie czasu odpoczynku na rzecz pracy w systemie kapitalistycznym Shippen nazywa „kolonizacją czasu” [2], a Hersey „ofiarowaniem swojego ciała kapitalizmowi” [4]. Rozwiązanie proponowane przez Shippen to „dekolonizacja czasu”, czyli tworzenie kolektywnej świadomości czasowej (*time consciousness*), na kształt marksistowskiej świadomości klasowej. „Brak czasu” czy brak równowagi między życiem prywatnym a pracą (*work-life balance*) to problemy sformułowane w kategoriach neoliberalnych, czyli jako problemy indywidualne – to jednostka ponosi winę i odpowiedzialność za ich rozwiązanie. Dekolonizująca świadomość czasowa pozwoliłaby na przededefiniowanie tych problemów i dostrzeżenie ich strukturalnych i polityczno-ekonomicznych źródeł [7].

Zastanawia nas, antropolożkę i kulturoznawczynię, nasze własne uwikłanie w kulturę zapierdolu oraz mechanizmy dekolonizacji czasu wolnego i odzyskiwania odpoczynku, szczególnie w kontekście postępującej neoliberalizacji akademii i rozmycia granic między pracą a czasem wolnym. Książka-manifest Hersey jest dla nas konkretnym przykładem dekolonizacji czasu i wspierania świadomości czasowej, ale jej silne zakorzenie w amerykańskim kontekście rasowym i klasowym stawia pytanie nie tylko o możliwość, ale też etyczność przeniesienia modelu aktywistycznego Hersey na grunt polski.

Sama Hersey podkreśla łatwość, z jaką jej przekaz jest zawłaszczany i spływany do *self-care*, współczesnej praktyki zajmowania się sobą, często skomercjalizowanej i ujętej w mediach jako kolejne zadanie do odhaczenia, skierowanej przede wszystkim do białych kobiet z klasy średniej w krajach Globalnej Północy. Takie ujęcie całkowicie przeinacza antykapitalistyczny i antyrasistowski wydźwięk pracy Hersey. Chcemy podkreślić, że ruch Odpoczynek jako Opór, tak jak cały dorobek Hersey, nie istnieje w odłączeniu od Czarnej kultury i historii [75]. Jej refleksje, metody i duchowa przynależność są głęboko zakorzenione w walce o wyzwolenie Czarnych w Ameryce; są kontynuacją tej walki. Manifest Hersey jest propozycją trudnej, ciągłej praktyki duchowej i intelektualnej,

1 Więcej na ten temat zob. [Veal].

tworzącej „skomplikowany proces dekonstruowania własnych przekonań i zachowań, które idą ramię w ramię z białą supremacją i kapitalizmem” [122].

Inną formą zawłaszczenia mogłoby być również błędne zrównanie sytuacji Czarnych w Stanach i nas, białych, w Polsce. Warto podkreślić, że biały przywilej mieszkania na tej samej ziemi co nasi przodkowie oraz szereg innych różnic stanowią o wyrażnie innych pozycjach po dwóch stronach Atlantyku. Jednocześnie nie chcemy, żeby manifest Hersey, jej dorobek filozoficzny i artystyczny, był odizolowany od wspólczesnej dyskusji o pracy, odpoczynku, wypaleniu. Hersey na powracające pytania, czy jej projekt jest tylko dla Czarnych, odpowiada: „Czarna emancypacja jest balsamem dla całej ludzkości i przesłaniem dla wszystkich, którzy cierpią z powodu białej supremacji i kapitalizmu” [75]. Podkreśla przy tym, że każda grupa społeczna ma własną historię cierpienia, z którą musi się zmierzyć na własnych warunkach [75]. Dlatego, pamiętając o historycznych i rasowych różnicach, chcemy się zastanowić, jak możemy zastosować mądrość Ministerstwa Drzemki w naszym życiu, kraju, sytuacji. Czy my też możemy znaleźć inspirację i wsparcie duchowe w myśleniu o naszych przodkach i Przodkach?

Spróbujemy odpowiedzieć na to pytanie, czytając manifest Hersey; analizując nasz lokalny kontekst historyczny; opisując mechanikę odpoczynku i pracy w naszym zawodzie akademickich; oraz dodając autoetnograficzny materiał z kilku miesięcy 2023 roku – nasze notatki z procesów uczenia się odpoczynku.

„Odpoczynek jako Opór – Manifest”

Czym jest Ministerstwo Drzemki? W 2016 roku Hersey zakłada je jako szeroko zakrojony projekt, który „bada odpoczynek jako formę oporu poprzez tworzenie świętych przestrzeni odpoczynku dla społeczności, immersyjne warsztaty, instalacje performance art i media społecznościowe” [212]. Hersey tworzy również modele aktywistyczne Odpoczynek jako Opór i Odpoczynek jako Reparacje, w których wykorzystuje radykalną Czarną myśl, teologię wyzwolenia, teorie wozanizmu (raczej niż feminizmu), somatykę i afrofuturyzm. Dla Hersey „Ministerstwo Drzemki było od samego początku osobistym eksperymentem fizycznie wykończony, acz pełnej ciekawości Czarnej kobiety-artystki” [111].

Projekt Hersey można widzieć jako równoległy do pisarstwa adrienne maree brown, innej współczesnej Czarnej myślicielki, autorki koncepcji „aktywizmu przyjemności” (*pleasure activism*). Obie widzą potencjał rozmontowywania systemowego wykluczenia i opresji w praktykach wymagających obecności w ciele, a jednocześnie zakorzenionych w głębokim poczuciu solidarności i wspólnotowości³. Obydwie tworzą projekty, w których ciało, tu i teraz, jest ważnym miejscem wyzwolenia; w którym celem jest odnalezienie satysfakcji, stanu błogości; które namawiają do introspekcji, rewizji wartości i rytmu życia narzuconego przez kapitalizm. Obydwie odwołują się do bogatej

2 Zob. <https://thenapministry.com/>. W kontekście duchowych korzeni autorki bardziej dosłownym tłumaczeniem byłoby Duszpasterstwo Drzemki. W kontekście polskim, aby uniknąć skojarzeń z Kościołem katolickim, stosujemy „ministerstwo”. *Nap Bishop* tłumaczymy jednak jako Biskupka Drzemki.

3 W ramach swojej działalności artystycznej Hersey organizuje publiczne performanse, w czasie których Czarne osoby śpią wspólnie w miejscach publicznych.

tradycji Czarnej feministycznej myśli: *Love as the Practice of Freedom* bell hooks to jeden z kluczowych tekstów dla aktywizmu Hersey, a *Jak korzystać z erotyki?* Audre Lorde to punkt wyjścia dla rozważań brown o sile Czarnego kobiecego pragnienia. Wreszcie obie zwracają uwagę na transformacyjny charakter literatury fantastycznonaukowej, w szczególności afrofuturizmu i twórczości Octavii E. Butler, które oferują nie tylko radykalne schematy myślenia o przyszłości, ale też projekty reorganizacji życia tu i teraz [brown 10-11; Hersey 176-177].

Dla Hersey „kultura zapierdolu (*grind culture*) to kolaboracja między polityką białej supremacji a kapitalizmem” [12], stąd „odpoczynek to nasz protest. Odpoczynek to opór” [12]. U Hersey odpoczynek to także forma reparacji, czyli odzyskiwania czasu, zdrowia i odpoczynku, skradzionych przez transatlantycki handel niewolnikami i kapitalizm plantacyjny, na których, jak podkreśla Hersey, zbudowano dzisiejszy amerykański kapitalizm. Drzemki i odpoczynek to także sposób na walkę z kulturą zapierdolu i zinternalizowanym kapitalizmem, w ramach których sen staje się przywilejem dla białych i zamożnych. Odpoczynek daje czas na przepracowanie żaloby, strachu, traumy, poczucia straty i wstydu, nieodłącznych towarzyszy zinternalizowanej produktywności, która w kapitalistycznym, ableistycznym i patriarchalnym świecie wciąż szepcze nam do ucha „nie jesteś wystarczającą”. Odpoczynek to również odzyskiwanie Przestrzeni Marzeń (*DreamSpace*), czyli miejsca, z którego wypływa ludzka kreatywność, ciekawość, marzenia i umiejętność wyobrażenia sobie świata na nowo.

Słowa Hersey z pewnością brzmią znajomo, ponieważ potencjalnie radykalny język odpoczynku, przyjemności i dbania o swój dobrostan jest płynnie reterytorializowany przez kapitalistyczną maszynę, co widać jak na dłoni w wielomiliardowym przemyśle wellness Globalnej Północy. Hersey wyraźnie się temu sprzeciwia i zwraca uwagę na to, do kogo kierowane są przekazy kultury wellness (białe zamożne kobiety) i na czyich barkach spoczywa praca umożliwiająca tymże grupom wypoczynek (zmarginalizowane kobiety, Czarne i Latinx) [62]. Odpoczynek jako Opór jest zatem kierowany przede wszystkim do tych grup, które kapitalistyczny, patriarchalny i rasistowski system wykorzystuje i unicestwia w największym stopniu. Warto wspomnieć tutaj o pojęciu „intymnej nierówności”, przywołanym przez Shippen i badanym przez Shatemę Threadcraft w jej doktoracie, które opisuje mechanizmy odmawiania Czarnym kobietom równości w sferze prywatnej poprzez nakładanie na nie odpowiedzialności za prace domowe i za ogrom pracy reprodukcyjnej w białych domostwach [6].

Hersey często słyszy pytanie: no dobrze, ale czy odpoczynek to nie jest także przywilej? Kto może pozwolić sobie na drzemkę? Na to dbanie o siebie? Hersey sprzeciwia się pogładowi, że odpoczynek to przywilej, mówi o nim jako o „boskim prawie” (*divine right*) [60]. Nie chodzi jej o wellness, techniki nakierowane na ulepszanie i optymalizowanie siebie, będące następną formą „prymitywnej akumulacji cnoty” przez klasy uprzywilejowane [Liu]. Nawołuje do odłączenia swojego poczucia wartości od produkowania, pracy, bycia zajętą i umęczoną. Kiedy Hersey przechodziła kryzys, zaczynała studia, pracowała w dwóch miejscach, wychowywała małe dziecko i była na granicy ubóstwa. Zaczęła drzeć w bibliotece, na uniwersytecie, w miejscach publicznych, pomiędzy zadaniami. Pomogło jej to odzyskać orientację w życiu, osiągnąć głębsze zrozumienie znaczenia odpoczynku i ostatecznie założyć Ministerstwo Drzemki.

Naszym zdaniem ta zmiana świadomości, próba odklejenia choć trochę swojego poczucia własnej wartości od swojej pracy, jest kluczowa. Toni Morrison w eseju o pracy przywołała reakcję swojego ojca, który na jej narzekania na wyzysk ze strony kobiety, u której sprzątała, odpowiedział: „Nie żyjesz tam. Żyjesz tu, z nami. Idź do pracy. Bierz swoje pieniądze. I wracaj do domu” [Morrison]. Pisarka wspomina, że ugruntowało to w niej przekonanie, iż praca zawodowa nie jest tym samym co tożsamość. Postanowiła wykonywać swoją pracę dobrze, jakakolwiek by była, ale nie identyfikować się nadmiernie z miejscem pracy i oddzielać je od życia osobistego.

Polski sen o odpoczynku

Gdy w 1971 roku pojawia się pierwszy polski przekład *The Theory of the Leisure Class* norwesko-amerykańskiego socjologa Thorsteina Veblena, tłumacze decydują się na ważne semantyczne przesunięcie – klasa wypoczynkowa stała się klasą próżniaczą, co odzwierciedlało zarówno socjalistyczną niechęć do burżujskiej konsumpcji na pokaz, jak i głęboki niepokój związany z czasem wolnym i odpoczynkiem. Niepokój ten w dużej mierze dotyczył różnic w schematach konsumpcji oraz dostępności i jakości usług turystycznych i wypoczynkowych między blokiem wschodnim a zachodnim. Czas wolny to zatem z jednej strony wielka zasługa i duma ruchów robotniczych, które walczyły w Europie o krótszy dzień pracy już od połowy XIX wieku; z drugiej to potencjalne źródło niepokoju klasowego i ekonomicznego w socjalistycznej gospodarce niedoboru, w której dostęp do dóbr materialnych (w tym także artykułów pierwszej potrzeby w latach powojennych) jest nierówny, ograniczony, niestabilny i często oparty na ekonomii nieformalnej oraz szarej strefie⁴.

Socjalistyczne państwo opiekuńcze stara się tym niepokojem aktywnie zarządzać, chociaż w mocno budżetowej wersji: kwitnie rodzima i ościenna turystyka, stawiane są nowe obiekty sportowe, rekreacyjne i kulturowe, państwowe spółki zapewniają urlopy w prowadzonych przez siebie ośrodkach wczasowych, sanatoria oferują wczasy i wyjazdy lecznicze. Transformacja polityczna i ekonomiczna po 1989 roku przynosi nowe wyzwania, rozpoczyna się nerwowy i wycieńczający proces doganiania Zachodu i kopiowania zachodnich praktyk, jakkolwiek złudny i ekonomicznie niedorzeczny jest to pościg, co pokazuje Kacper Pobłocki w *Kapitalizmie: Krótkiej historii trwania* [Pobłocki].

Nasi rodzice przekazali nam przekonanie, że ciężka praca ma wysoką wartość moralną i że bez ciężkiej pracy nie da się osiągnąć nic wartościowego, a żeby zasłużyć na nagrodę, trzeba się dobrze wymęczyć. W kapitalistycznej Polsce przekonania te przekształciły się w tak zwaną kulturę zapierdolu, czyli przyjmowanie długich godzin pracy jako normy, dumę z przepracowania, potępienie dla lenistwa, a nawet niesmak wobec osób, które nie wyglądają, jakby dość ciężko pracowały lub dość mocno się w pracy męczyły. Te przesłania rezonują z niechęcią do samego pojęcia klasy oraz transformacyjnymi

4 Béla Tomka w rozdziale *Consumption and Leisure in Twentieth-Century Central and Eastern Europe* przybliży społeczne napięcia spowodowane nierówną dystrybucją i ograniczoną dostępnością dóbr materialnych i usług, jak również różnice między wschodnioeuropejskimi a zachodnimi wzorcami konsumpcji, aspiracjami konsumpcyjnymi czy rolą dóbr luksusowych w kontekście awansu społecznego [Tomka].

przekonaniami o tym, że ci, którym się w życiu nie powiodło, są sami sobie winni, mogli przecież okazać więcej inicjatywy i pracowitości.

Samo pojęcie „kultury zapierdolu” weszło do popularnego dyskursu około 2021 roku, kiedy znani „ludzie sukcesu”, tacy jak profesor Marcin Matczak, publicznie wypowiadali się na temat niskiego etosu pracy wśród młodych ludzi i chwalili pracę bez wytchnienia. Ich wypowiedzi zapoczątkowały publiczną debatę o tym, jak Polacy postrzegają pracę i lenistwo, jakie wiążą z nimi oceny moralne. Wyłaniające się upodobanie do widocznej i męczącej pracy (nawet bezsensownej), toksycznej kultury pracy i postrzegania odpoczynku jako przywileju dla najlepszych spotkało się z ostrą krytyką i zostało nazwane „kulturą zapierdolu”⁵. Osoby z pokolenia Gen-Z wydają się otwarcie krytyczne wobec tej ideologii, potrafią powiedzieć „po prostu nie chcę tyle pracować”. My, osoby z pokolenia, powiedzmy, starszych millenialsów, jesteśmy gdzieś pomiędzy. Ja mam wypalenie, ty zaburzenia lękowo-depresyjne. Z konieczności uczymy się wypoczywać, to już kwestia ratowania pogarszającego się zdrowia. Żyją w nas przekonania, że praca jest godna, że dobrze jest się zmęczyć, a na odpoczynek trzeba zasłużyć, ale zaczynamy też dostrzegać sztukę czasu wolnego i z coraz większą pasją angażujemy się w dostrzeżenie piękna świata, bez usprawiedliwienia, ale i bez chwalenia się.

Płeć, akademia

Odpoczywanie nie jest dla nas łatwe. Kobiety mają szczególną relację z pracą i odpoczynkiem. W kapitalistycznej gospodarce praca reprodukcyjna w domu jest lustrzanym odbiciem pracy produkcyjnej w miejscu pracy, jest jej warunkiem i uzupełnieniem, a tym samym jest niezbędna do wytwarzania zysku [Picchio]. Regeneracja nie odbywa się jednak automatycznie – kobiety jako członkinie rodzin (matki, partnerki, córki, cio-cie...) obarczone są licznymi zadaniami, od gotowania i sprzątanego po opiekę i pracę emocjonalną. W praktyce umożliwianie odpoczynku i regeneracji członkom rodziny wymaga planowania i przygotowania: trzeba ugotować obiad, uprać ubrania, umówić wizytę u lekarza, wygonić rodzinę na wycieczkę do parku, zorganizować urlop... Czas rodzinnego odpoczynku niekoniecznie oznacza odpoczynek dla kobiety.

W PRL-u współczynnik zatrudnienia kobiet był generalnie wyższy w krajach socjalistycznych niż zachodnich, ale podział obowiązków domowych był podobny. W rezultacie aktywizacja zawodowa kobiet połączona z całkowitą odpowiedzialnością za sprawy domowe skutkowałą podwójnym obciążeniem („drugi etat”) i ograniczeniem czasu wolnego lub jego całkowitym brakiem [Perkowski and Stańczak-Wiślicz 180]⁶. W latach 80. XX wieku czas wolny stał się kolejnym dobrem deficytowym, a domowe

5 Zob. [Górski; Fejfer]. Kulturę zapierdolu dopełnia fenomen gównowatej pracy (*bullshit job*), czyli takiej, która wymaga dużego emocjonalnego zaangażowania oraz głębokiej wiary w jej sens i quasi-zbawczą moc [Graeber].

6 „Badania nad czasem wolnym mieszkańców miast [w latach 60. XX w.] dowiodły, że blisko połowa respondentów i respondentek dysponowała nim wyłącznie w niedziele, przy czym dwukrotnie więcej kobiet niż mężczyzn deklarowało jego brak. Co ciekawe, w świetle zebranych wywiadów mężczyźni częściej niż kobiety nie wiedzieli, co robić w wolnym czasie, a ankietowane kobiety do rozrywek zaliczały również prace w gospodarstwie domowym” [Perkowski and Stańczak-Wiślicz 180].

obciążenie kobiet dalej wzrastało [181]. Również w pierwszych latach po transformacji Polki miały mniej wolnego czasu niż mężczyźni [Tomka]. Dziś, w czwartej dekadzie po transformacji, wciąż trudno mówić o równym podziale obowiązków domowych i równej ilości czasu wolnego wśród kobiet i mężczyzn w Polsce. Jak pisze Monika Frąckowiak-Sochańska, „[k]obiety mają nie tylko mniej wolnego czasu niż mężczyźni. Ich czas wolny różni się także jakościowo od czasu wolnego mężczyzny. Czas wolny kobiet jest bardziej [...] sfragmentaryzowany i skontaminowany poprzez różnorodne wymagania i obowiązki” [200], ponieważ kobiety pozostają czujne na potrzeby innych domowników lub robią kilka rzeczy na raz.

Samopoświęcenie i stawianie potrzeb innych ponad swoimi jest w Polsce autentyczną wartością, wyrażoną w figurze Matki Polki. Takie nastawienie stanowi część socjalizacji do bycia kobietą, jest nie tylko chwalone, ale także modelowane przez nasze matki i babki. Własny odpoczynek staje się trudny, powoduje poczucie winy, może stać w konflikcie ze zobowiązaniami wobec innych lub może po prostu nie starczyć na niego czasu. Alicja Urbanik-Kopeć, pisząc o modelu „emancypacji przez zaradność”, premiowanym wśród polskich kobiet już od połowy XIX wieku (w szczególności kobiet pochodzenia szlacheckiego, a później też mieszczańskiego), zwraca uwagę, że czynienie z kobiecego umęczenia cnoty i powodu do dumy zasłania rażąco zaniedbania instytucjonalne i wcale nie prowadzi do realnej emancypacji [Urbanik-Kopeć]. Prawdziwie rewolucyjną odpowiedzią na prymat kobiecego umęczenia staje się dla badaczki „lenistwo”, rozumiane jako nicnierobienie.

Według Hersey odpoczynek to rodzaj duchowego kontaktu z jej babką Oryą i przodkami, zarówno z najbliższej rodziny, jak i w ogólnym znaczeniu Przodków. To ich historie odpoczynku, aktywnego i świadomego szukania czasu dla siebie, często na przekór opresyjnym strukturom ekonomicznym, w które byli wtłoczeni, stały się dla niej inspiracją i drogowskazem. Hersey czyta i celebrytuje świadectwa niewolników i niewolnic w przełomowym zbiorze z 1977 roku: *Slave Testimony: Two Centuries of Letters, Speeches, Interviews, and Autobiographies* Johna W. Blassingame'a [Blassingame].

Kontynuując podział na przodków i przodkinie jako znanych nam, starszych członków rodziny oraz ogólnych, dawniejszych Przodków, możemy się zastanowić, ile my wiemy o naszej historii. Z jednej strony nasze rodziny niechętnie wracają do historii wyzysku, trudu i traumy związanej z naszymi ludowymi korzeniami, a z drugiej strony dopiero od niedawna w przestrzeni publicznej badacze i badaczki otwierają przed nami „dziewiąte wrota do lustrzanego uniwersum”, w których chłopskie ciała i głosy są lokowane w centrum polskiej historiografii [Zgierski]. Trudno nam mówić o wzorach odpoczynku wyniesionych z domu rodzinnego, ponieważ odpoczynek naszych mam i babek ukrywał się często pod innymi aktywnościami – pielęgnacją przydomowych ogródków i balkonów, udzielaniem się w społeczności parafialnej, długimi rozmowami telefonicznymi, wizytami sąsiedzkimi, oglądaniem ulubionych seriali i programów, rozwiązywaniem krzyżówek, czytaniem książek. Wspominamy poobiednie kawki, papieroski i „przymknięcia oka”, choć pamiętamy przy tym, że nasze matki i babki pozwalały sobie na odpoczynek dopiero po wykonaniu ogromu pracy. To przeświadczenie, że na odpoczynek należy zapracować (zasłużyć?) pracą ponad siły, widoczną i na rzecz innych, towarzyszy nam do dziś.

Jako kobiety, które chcą uczyć się odpoczywać, mamy przed sobą dziwne zadania: odpoczywać w bałaganie; zrezygnować z perfekcjonizmu; nauczyć się wyjeżdżać na wycieczki i być w naturze, nawet jeśli nie wykonałyśmy wszystkich swoich obowiązków w domu. Ale jako naukowczynie mamy przed sobą inne wyzwanie: głęboką identyfikację ze swoją pracą, właściwą dla akademii. Kapitalistycznym ideałem jest uprawianie pracy, która daje nam poczucie sensu i nadaje znaczenie naszemu życiu, w myśl popularnego sloganu: „Rób to, co kochasz, a nie przepracujesz ani jednego dnia”. Jak przekonuje Miya Tokumitsu, hasło „»Rób to, co kochasz« brzmi rozważnie i nieszkodliwie – służy jednak wyłącznie do obsługi narcystycznej fiksacji” [Tokumitsu], jest objawem okrutnego optymizmu i skutecznie maskuje głębokie podziały klasowe i społeczne. W takim układzie praca staje się sensem życia, „przeznaczeniem”, może nawet nabierać wymiaru duchowego (szczególnie jaskrawym przykładem jest nowa kultura pracy w Dolinie Krzemowej, gdzie pracodawcy aktywnie podkreślają quasi-religijny charakter pracy) [Chen].

Praca naukowa jest szczególnie podatna na to stopienie – wybrałyśmy zawód naukowczynie nie ze względu na wysokie dochody, ale na szansę robienia rzeczy ciekawych, społecznie i kulturowo ważnych, satysfakcjonujących. A to sprawia, że łatwo nam się z naszą pracą identyfikować. Jest to pozycja pewnego przywileju, a jednocześnie głębokiego uwikłania. Jak pisze Christoph Hermann, pracowniczki sektorów wymagających specjalistycznej wiedzy często akceptują bezpłatne nadgodziny „w zamian za przywilej uzyskiwania nieodłącznej satysfakcji ze swojej pracy i wolności w podejmowaniu decyzji, bez uprzedniej zgody przełożonych” [192-193]. Rezonuje to mocno ze słowami Hersey, dla której akademia nie była wytchnieniem od kapitalistycznej harówki, wręcz przeciwnie, skupiała jej najgorsze elementy i intensyfikowała je w imię nauki i rozwoju osobistego. Jak gorzko podsumowuje Hersey, w akademii „pragniemy otrzymać zewnętrzne uznanie od brutalnego systemu pozbawionego miłości” [117]. Stąd też choćby częściowe odłączenie swojej tożsamości od pracy jest dla nas szczególnie trudne.

Na pytania: „Jak mogę się rozplątać? Jak mogę się zdeprogramować?”, Hersey odpowiada: „Powoli. Z intencją. Z troską. Z przekonaniem, że zasługujesz na odpoczynek” [185].

Dzienniki odpoczynku – odkrycia

Do tych myśli chcemy dołączyć osobiste refleksje z kilku pierwszych miesięcy 2023 roku. Kieruje nami przekonanie o wartości autoetnografii jako ważnej metodzie badawczej, która pozwala odkryć, w jaki sposób jednostki doświadczają systemowych problemów – i jakimi sposobami próbują je rozwiązywać. Autoetnografia pozwala czerpać z osobistego doświadczenia jako źródła nowych perspektyw [Muncey]. Dajemy wam wgląd w nasze doświadczenia z mozolnej nauki odpoczywania, zapisy wewnętrznych monologów, trudności i konkretnych dróg do drzemki. Notatki dwóch autorek są pomieszczone.

Regeneracja nie jest dla mnie tematem frywolnym. Od pięciu lat zmagam się z wypaleniem, biologicznymi konsekwencjami przeciążenia organizmu stresem i pracą. To jest proces, uprzedzono mnie, że potrwa lata. Nie wystarczy jeden urlop. Wypalenie ma u mnie wiele konsekwencji zdrowotnych, z którymi uczyć się żyć: częste zmęczenie, uczucie przytłoczenia, mniej „mocy” do pokonywania

przeszkód i wykonywania zadań. Szczerze mówiąc, niewiele pomaga, prócz dostosowania swoich oczekiwań. *Rest is Resistance* pomaga mi zmienić moje podejście do regeneracji. Daje ideologiczne zezwolenie na odpoczynek, a nawet wynosi go do sfery duchowej. Na poziomie intelektualnym usuwa wiele barier. Praktyczna nauka to jednak zupełnie inna historia.

*

Jak się zabrać za drzemkę? Wejść pod koldrę w ciągu dnia – będę się czuła, jakbym była chora. A spać bez przykrycia – zimno. Potrzebny jest kocyk. Kupiłam koc na Vinted (uciszając myśli, że to luksus i wymysł). Jest zielono-kremowy, puszysty. Może nie jest piękny, ale przypomina mi koce, które miała moja babcia. Brzeg obszyty jest tasiemką z mocnego materiału, ścięciem zygzakowatym, to bardzo ważne. Babcia pracowała całe życie, w domu i w pracy, niestrudzenie, ofiarnie. Ale umiała też iść na drzemkę. Kładła się na kanapie i mówiła: rozmawiajcie sobie dziewczynki, mi to nie przeszkadza. Nie musiałyśmy nawet ściszać telewizora.

Kocyk staje się moim sprzymierzeńcem. Zakrywam się nim i wycofuję się ze świata.

*

Jesteśmy na wakacjach. Okazuje się, że mój odpoczynek ma konkretny kształt i jest to kształt leżaka. I nie chodzi o leżak jak z działki, rozkładaną drewnianą ramę z materiałem. Nie, to musi być fotel z długim miejscem na nogi, żeby nie odcinał krążeń. Na leżaku można spać, można podciągnąć oparcie wyżej, żeby czytać, albo po prostu patrzeć w morze. Najlepsze leżaki mają szerokie podłokietniki, na których można postawić kubek. Dlaczego do wypoczynku potrzebny jest specjalny dizajn?

*

W wypoczynku bardzo pomaga woda. Znów – nie wiadomo, dlaczego to działa. Najlepsze jest morze, w którym da się pływać. Ale jezioro, rzeka, nawet tężnia też pomogą. Dlaczego czuję, że woda odświeża moją duszę? Moja mama mówi, że woda „wyciąga” zmęczenie. Nie wiadomo, czy chodzi o wpatrywanie się w szeroki horyzont, uspokajające dźwięki, czy o zmysłowe doznanie ciepła piasku i świeżości wody. A może to działanie jodu?

Na plaży nie trzeba nic robić. Należy tylko położyć się lub usiąść i pozwolić sobie nie myśleć zupełnie o niczym. Słuchać wiatru.

*

Niedziela. Trzeci dzień anginy. Sprzątam od rana. Pranie, zmywanie, odkurzanie, zmiana pościeli, układanie zabawek, wietrzenie mieszkania. Jeszcze dwa dni temu zastanawiałam się, czy nie wzywać pogotowia, ale dziś wreszcie mam nieco więcej siły. D. i M. odesłałam do teściów w piątek. Będąc chora, jestem bezużyteczna w roli mamy i partnerki. Wczoraj odpoczywałam, już nie tak słaba

jak w piątek, ale jeszcze bez zrywów energii z dzisiaj. Dziś muszę odpracować ten odpoczynek. Dziś D. i M. wracają, więc sprzątam. Chcę udowodnić, że te dwa dni w domu bez nich to nie był tylko odpoczynek. Odpoczynek w chorobie to wciąż odpoczynek, a odpoczynek nie ma sensu bez pracy, przed lub po. Sprzątając, myślę o tym, że nie powinnam sprzątać, że przecież nie potrzebuję odpracowywać odpoczynku w chorobie, że to głupie i że wiem lepiej. Nie przestaję sprzątać.

*

Tricia Hersey nie jest pierwszą autorką, która analizuje powiązania kultury zapierdolu z celami kapitalizmu. Autorzy tacy jak Devon Price pokazują, w jaki sposób etyka ciężkiej pracy jako najwyższej wartości związana jest z purytanizmem, w jaki sposób służy kapitalistycznej gospodarce i jak bardzo jest odłączona od naturalnych potrzeb naszych ciał i psychiki [Price]. Hersey, jako Biskupka Drzemki, wynosi odpoczynek (*Rest*) wyżej, do rangi przedsięwzięcia duchowego. „Duchowy” nie oznacza tu „chrześcijański” ani „katolicki”. Oznacza otwarcie się na porządek, którego nie rozumiemy.

Kiedy Hersey używa słowa „świętość”, pomaga mi zrozumieć, że właściwymi reakcjami na wypalenie są szacunek, troska i akceptacja. Otwarcie się na inny, wyższy porządek. Muszę uświadomić sobie, że dzieje się coś ważniejszego niż moje codzienne cele i zadania. Ciało ma swoje własne prawa i tajemnice. Jego potrzeby nie mają związku z racjonalnością i nie służą niczemu poza życiem. Nadal się tego uczę.

Święto: czas, kiedy sięgam po wygodny dres, miękki koc, ciepłe jedzenie. Kiedy pozwalam sobie nie myśleć, tylko być.

*

Czwartek. Kolejna choroba. Tym razem poszłam do pracy, bo nie zdążyłam jeszcze odrobić poprzednich zajęć, które odwoływałam z powodu choroby. Czy na moim nagrobku powinno znaleźć się „dałam radę” jako moje epitafium? *Cringe. So much cringe.*

Dziękujemy osobom, które wzięły udział w warsztacie *Strategie odpoczynku*, za podzielenie się swoimi przemyśleniami dotyczącymi odpoczynku oraz pracy w sektorach kultury, sztuki i edukacji. Warsztat przeprowadziłyśmy w ramach VI Kongresu Anarchistycznego „Kongresono 2023 – Wobec kłęski” w Warszawie 9 czerwca 2023 roku.

Lista prac cytowanych

Bastani, Aaron. *W pełni zautomatyzowany luksusowy komunizm. Manifest*. Translated by Joanna Bednarek, Heterodox, 2022.

Blassingame, John W., editor. *Slave Testimony: Two Centuries of Letters, Speeches, Interviews, and Autobiographies*. United Kingdom, LSU Press, 1977.

- brown, adrienne maree. *Pleasure Activism: The Politics of Feeling Good*. AK Press, 2019.
- Centers for Disease Control and Prevention. "Adults". *CDC.gov*, 22 Nov. 2022, <https://www.cdc.gov/sleep/data-and-statistics/Adults.html>.
- Chen, Carolyn. *Work Pray Code: When Work Becomes Religion in Silicon Valley*. Princeton University Press, 2022.
- Crary, Jonathan. *24/7. Późny kapitalizm i koniec snu*. Translated by Dariusz Żukowski, Karakter, 2015.
- Dumazedier, Joffre. *Toward a Society of Leisure*. Free Press, 1967.
- Fejfer, Kamil. "Marcin Matczak kontra młode leniuchy. Profesorze, mam złą wiadomość". *Wyborcza.pl*, 22 października 2021, https://wyborcza.pl/7,75968,27721206,marcin-matczak-kontra-mlode-leniuchy-profesorze-mam-zla-wiadomosc.html#S.embed_article-K.C-B.1-L.1.zw.
- Frąckowiak-Sochańska, Monika. "Czas wolny kobiet i mężczyzn. Ilość i jakość czasu wolnego jako wymiary nierówności społecznych". *Czas wolny: refleksje, dylematy, perspektywy*, edited by Dorota Mroczkowska, Difin, 2011, pp. 190-210.
- Górski, Jarosław. "Bezsensowny, ale widoczny zap***dol to świętość dla Polaków". *Noizz.pl*, 20 października 2021, <https://noizz.pl/opinie/bezsensowny-ale-widoczny-zapdol-to-swietosc-dla-polakow/lj87pjn>.
- Graeber, David. *Praca bez sensu*. Translated by Mikołaj Denderski, Krytyka Polityczna, 2019.
- Hermann, Christoph. *Capitalism and the Political Economy of Work Time*. Taylor & Francis, 2014.
- Hersey, Tricia. *Rest is Resistance*. Octopus, 2022, Kindle version.
- Liu, Catherine. *Virtue Hoarders. The Case against the Professional Managerial Class*. University of Minnesota Press, 2021.
- Lorde, Audre. "Jak korzystać z erotyki?" *Siostra outsiderka*. Translated by Barbara Szelewa, Czarna Owca, 2015, pp. 63-69.
- Morrison, Toni. "The Work You Do, the Person You Are". *The New Yorker*, 29 May 2017.
- Muncey, Tessa. *Creating Autoethnographies*, SAGE Publications, 2010.
- Perkowski, Piotr, and Katarzyna Stańczak-Wiślicz. "Nowoczesna gospodyni. Kobiety w gospodarstwie domowym". Katarzyna Stańczak-Wiślicz, et al., *Kobiety w Polsce, 1945-1989: Nowoczesność - równouprawnienie - komunizm*, Universitas, 2020, pp. 165-216.
- Picchio, Antonella. *Social Reproduction: The Political Economy of the Labour Market*. Cambridge University Press, 1992.
- Poblocki, Kacper. *Kapitalizm: historia krótkiego trwania*. Bęc Zmiana, 2017.
- Price, Devon. *Laziness Does Not Exist*. Atria Books, 2021.
- Shippen, Nichole Marie. *Decolonizing Time: Work, Leisure, and Freedom*. Palgrave Macmillan, 2014.
- Tokumitsu, Miya. "Rób to, co kochasz. Kochaj to, co robisz". Translated by Dawid Krawczyk, *Krytyka Polityczna*, 27 grudnia 2014, <https://krytykapolityczna.pl/kraj/rob-to-co-kochasz-kochaj-to-co-robisz/>.
- Tomka, Béla. "Consumption and Leisure in Twentieth-Century Central and Eastern Europe". *The Routledge History Handbook of Central and Eastern Europe in the Twentieth Century, vol. 1: Challenges of Modernity*, edited by Włodzimierz Borodziej, et al., Routledge, 2020, pp. 385-443.
- Urbanik-Kopec, Alicja. "Polska Madonna, czyli pochwała lenistwa". *Krytyka Polityczna*, 18 marca 2023, <https://krytykapolityczna.pl/kultura/historia/alicia-urbanik-kopiec-polska-madonna-czyli-pochwala-lenistwa-emancypacja-dzielnosc/>.
- Veal, Anthony James. *Whatever Happened to the Leisure Society?* Routledge, 2019.
- Veblen, Thorstein, et al. *Teoria klasy próżniaczej*. Translated by Janina and Krzysztof Zagórcy, introduction by Janusz Górski, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, 1971.
- Zgierski, Jakub. "Historie ludowe: bicie i czas". *Dwutygodnik*, vol. 307, maj 2021, <https://www.dwutygodnik.com/arttykul/9523-historie-ludowe-bicie-i-czas.html>.

Abstrakt / Abstract

Agnieszka Kotwasińska, Agata Chelstowska

Święta Drzemka: odpoczynek jako opór?

Autorki pytają o możliwość odpoczynku i jego miejsce w polskim życiu społecznym. Punktem wyjścia jest rewolucyjna książka Tricii Hersey *Rest is Resistance. A Manifesto*. Hersey krytykuje późnokapitalistyczną niechęć do odpoczynku i postrzeganie go jako niemoralną stratę czasu, zakorzeniając swoje podejście w historii swoich Przodków, rozumianych jako członkowie jej rodziny, ale i bardziej ogólni, dawniejsi Przodkowie, ofiary niewolnictwa. Autorka wynosi odpoczynek do praktyki duchowej, formy oporu i reparacji, a idee zawarte w książce propaguje poprzez Ministerstwo Drzemki, online'ową społeczność i praktykę artystyczną. Autorki tekstu zastanawiają się, czy i na ile można zastosować mądrość Czarnej filozofki do naszego życia, czy potrafimy nauczyć się odpoczynku i czy potrafimy zmienić jego negatywną konotację moralną, obecną we współczesnej polskiej „kulturze zapierdolu”. W tym celu autorki analizują swoje umiejscowienie jako osób wychowanych w Polsce na przełomie wieków i ustrojów; jako kobiet i naukowczyń.

słowa kluczowe: odpoczynek, Tricia Hersey, dekolonizacja czasu, czas wolny, neoliberalizm, praca, czas pracy, akademia, pleć kulturowa

Holy Nap: Rest as Resistance?

The authors inquire about the possibility of rest and its place in Polish social life. The starting point is Tricia Hersey's revolutionary book *Rest is Resistance. A Manifesto*. Hersey critiques the late capitalist aversion to rest and perceiving it as an immoral waste of time, rooting her approach in the history of her Ancestors, understood as members of her family, but also more general, earlier Ancestors, victims of slavery. The author elevates rest to a spiritual practice, a form of resistance and reparation. The ideas in the book are promoted through the Nap Ministry, an online community and an artistic practice. The authors of the text consider whether and to what extent it is possible to apply the wisdom of the Black philosopher to our lives, whether we can learn to rest and alter its negative moral connotation, present in contemporary Polish grind culture. To this end, the authors analyze their positioning as women and scholars, and as people raised in Poland during the transition.

keywords: rest, Tricia Hersey, decolonization of time, leisure, neoliberalism, work, working hours, academia, gender