

УНИВЕРЗИТЕТ „СВ. КИРИЛ И МЕТОДИЈ“ - СКОПЈЕ

ФИЛОЗОФСКИ ФАКУЛТЕТ

СТУДИСКА ПРОГРАМА: ФИЛОЗОФИЈА

ЕСТЕТИКА НА СЕКОЈДНЕВНИОТ ЖИВОТ

(магистерски труд)

студент:

Лилјана Митева

ментор:

Проф. Д-р Иван Џепароски

Скопје

декември, 2016

АПСТРАКТ

Естетиката на секојдневниот живот е ново поле на интересирање на естетиката воопшто, се фокусира на секојдневните активности и случувања на човекот. Интересот е фокусиран кон секојдневието и нештата кои што го окупираат вниманието на човекот. Полето на интересирање се движи од активностите во текот на слободното време, посетата на културни и уметнички случувања, посета на непознати земји, подготвување на храна, следење на спортски натпревари, уживање во различни видови на уметност, градинарство, танцување итн. Успехот и животот на едно поле на интересирање во голема мера зависи од можноста тоа постојано да расте и да се развива и заради тоа естетиката на секојдневниот живот, како гранка на естетиката, е далеку од замрување, а токму спротивното – секој ден носи нови интереси, нови поддржувачи и нови следбеници на овој правец.

Естетиката на секојдневието се интересира за секојдневието на луѓето кое тие го живеат и за активностите кои ги прават во текот на денот при тоа користејќи различни видови на организација, структура и извори на енергија кои се цел на уживање и непресушен поттик за несопирање при вршење на истите. Естетиката на секојдневието не ги вклучува сите активности и нешта со кои е соочен човекот во текот на денот, на пример прекрасниот пејсаж кој се гледа од прозорецот во одредена куќа не е предмет на истражување ако човекот не го „користи“ тој пејсаж односно ако не ужива во него. Ако завесата или ролетната се постојано спуштени на тој прозорец тогаш исто како и да не постои тој пејсаж, предмет на интерес ќе биде пејсажот кога тој човек секое утро ќе го поздравува денот гледајќи во него или кога ќе го пие утринското кафе уживајќи во него. Исто е и, на пример, со храната која некој човек ја готви во својата кујна или пак ја вкусува во некој ресторан. Ако таа храна му служи само за да го одржи во живот тогаш таа храна не е предмет на интерес но ако човекот при нејзината подготовка и конзумирање навистина ужива и таа му носи задоволство, тогаш таа храна станува „интересна“ за естетиката на секојдневниот живот.

Со развојот на општеството и човекот, принципите и границите на сè што е естетско треба да се прошират или едноставно да се срушат зашто дефинициите и правилата кои важеле во минатото едноставно немаат смисла во денешницава во која можностите и разновидноста на нештата кои му го збогатуваат животот на човекот секојдневно се зголемуваат. Луѓето имаат многу повеќе слободно време и слобода тоа да го користат како што тие сакаат и умеат, што не беше случај во минатото. Секојдневието и животот на човекот се повеќе станува тема на дискусија и тема на разгледување дури и во научните кругови. Секојдневието на денешниот човек е повеќе од било кога збогатено со присуство на семејството, пријателите, колегите но и домашните миленичиња и сите овие делови се предмет на интересирање на ова истражување. Животот на луѓето кои живеат во овој век е исполнет со разни хобија и интереси. Спортот веќе не е резервиран само за спортистите туку е дел од секојдневието на многу луѓе и најголемиот дел од нив не спортуваат само заради здравје и добар изглед туку и заради уживање, естетско уживање, и токму поради ова и спортот е дел од естетиката на секојдневието.

Естетиката, но и севкупната научна мисла, не мора и не треба да се одвива само во затворени научни и универзитетски кругови, естетиката може да биде интересна и да функционира и надвор, на улиците, меѓу луѓето, во парковите, на планините, во кујната на познат готвач но и на плажата на која може да се дојде само со пливање. Сите овие нешта, места и меѓучовечки односи можат да се третираат како естетски прашања и во секое од нив може да се најде естетиката во целост. Убавината на естетиката на секојдневниот живот е тоа што не признава граници и поделби меѓу луѓето па затоа е едноставно и можно да се размислува и пишува за неа и на ова парче земја. Луѓето повеќе или помалку се интересираат за истите нешта во секојдневниот живот без разлика на местото на живеење, материјалната состојба и начинот на размислување. Потребата за убавина и естетика не е одлика само на учените, образованите луѓе и секако не е особина со која се одликуваат само луѓето кои живеат во градска средина зошто еден поглед на рачните изработки на жените кои живеат во руралните средини е доволен за да се потврди она во кое верува естетиката на секојдневниот живот, а тоа е дека естетиката ја има во секојдневието на секој човек без разлика каде тој живее и со што и тој да се занимава.

Клучни зборови:

естетика, секојдневие, естетика на секојдневието, слободно време, слобода, општество, човек, луѓе, живот.

СОДРЖИНА:

Вовед	6
1. Поимот секојдневен живот	7
2. Љубопитноста и секојдневниот живот	13
3. Естетика на секојдневниот живот	18
3.1. Аспекти на естетиката на секојдневниот живот	24
3.1.1. Простор	26
3.1.2. Амбиентот, атмосферата и расположението во секојдневниот живот....	29
3.1.3. Познатото и непознатото во секојдневниот живот	30
3.1.4. Природа	31
3.1.5. Спорт	34
3.1.6. Храна	36
3.1.7. Чувствата во секојдневниот живот	40
3.1.8. Филозофијата во секојдневниот живот	43
3.1.9. Mindfulness во секојдневниот живот	47
3.1.10. Уметноста во секојдневниот живот	52
3.1.11. Музиката во секојдневниот живот	63
3.1.12. Танцот во секојдневниот живот	65
3.1.13. Уметниците и секојдневниот живот	66

3.2. Целиот секојдневен живот не е дел од естетиката на секојдневниот живот	67
4. Традиционалната естетика наспроти естетиката на секојдневниот живот	70
Заклучок	74
Користена литература	76

ВОВЕД

Првите асоцијации кои секој ги има кога ќе се спомене зборот „естетика“ се поврзани со уметноста. Кога ќе се спомене уметноста, најпрво се помислува на убавината, на убавите нешта. Но уметноста е скапа, уметноста не е во близина на најголемиот дел од луѓето. Таа е таму, меѓу сидовите на музеите, галериите и театрите и во домовите на одреден број на луѓе. Убавината пак, исто така не е близу секого, не е во сечиј дом, не ја гледа секој често. На зборот секојдневен живот сите луѓе на светов реагираат еднакво, зошто секој од нас има секојдневен живот. Сечиј секојдневен живот не е еднаков, некој има пријатен секојдневен живот во кој ужива, на друг секојдневниот живот му е полн со тешкотии и грижи. Но сите имаме свој секојдневен живот и тоа е заедничко за сите. По завршување на читање на моето магистерско дело се надевам дека кога ќе помислите на убав, како уметност, секојдневен живот првата асоцијација ќе ви биде естетиката на секојдневниот живот.

Секојдневието иако на прв поглед се чини познато и лесно предвидливо постојано нè изненадува. Секој ден, иако добро испланиран и исполнет со обврски од утро до вечер, сепак, прави секоја ноќ да заспиваме размислувајќи колку од плановите и обврските не сме успеале да ги завршиме бидејќи ни излегле многу непредвидливости. Тие непредвидливости иако најчесто ги оценуваме негативно, се надевам, по завршување на читање на мојава магистерска тема, барем дел од нив ќе ги погледнете уште еднаш и ќе го смените мислењето и чувствата за нив. Естетиката на секојдневието ни покажува дека непредвидливостите се всушност мали, ситни скапоцености кои понекогаш ни блеснуваат пред очи, а некогаш остануваме слепи за нивното сјаење. За начините како да уживаме постојано во нивниот сјај, е темата на овој труд.

Во понатамошниот текст, зборовите „секојдневен живот“ и „секојдневност“ ќе ги изедначам затоа што и во англискиот јазик, каде што за првпат оригинално е спомната Естетиката на „секојдневието“ т.е. „секојдневниот живот“ се користат два термина „everydayness“ и „everyday life“ кои се изедначуваат во значењето.

1. Поимот секојдневен живот

Секој од нас, без разлика на полот, возраста, местото на живеење, бојата на кожата, степенот на образование и така натаму, дели едно нешто кое е заедничко за сите нас на земјинава топка, а тоа е секојдневниот живот. Сите ние можеме да најдеме различности меѓу себе, различностите постојат и кај еднојајчните близнаци, постојат и во едно семејство кое живее под ист покрив, но едно нешто кое нè поврзува и кое нè прави толку исти, а толку различни е секојдневието кое секој од нас го има, секој од нас го живее, секој од нас се справува како знае и умее со него, секој од нас го носи постојано со себе.

„.... Секојдневието претставува 99 проценти од нашиот живот - ако не размислиме за него додека го живееме, нема да ни остане многу време за размислување потоа. А ако размислиме, можеби ќе научиме какво значење се крие зад наизглед тривијалните нешта кои го чинат автоматско, како што е облекувањето и одењето на спиење, кои ги согледаме во ново светло.“¹

Секојдневието иако е заедничко за сите луѓе се разликува од човек до човек, таа различност доаѓа заради многу причини. „Секојдневието за некого е малку или повеќе позитивно или негативно, без разлика дали е тоа естетска или некоја поинаква секојдневност, тоа се менува со текот на времето. Моето секојдневие е различно од она од пред неколку години. Промената е дел со намера и владеам со неа, но дел не е.“²

Менливоста и минливоста се две значајни карактеристи на секојдневниот живот, но можеби најзначајната негова карактеристика е дека не прекинува сè до смртта па дури и после неа луѓето кои нè познавале можеби ќе продолжат да зборуваат и да се потсетуваат на нас преку секојдневните случки кои сме ги минале заедно. Секојдневието

¹ Роберт Р. Смит, *Доручак са Сократом* (Београд: ПлатО, 2012), 12.

² Ossi, Naukkarinen, "Kaj je 'vsakdanje' v estetiki vsakdanjosti," *Filozofski vestnik* XXXVI, 1 (2015): 31

на секој човек е исполнето со многу нешта и со многу луѓе, секако и тие како негови елементи се менливи и минливи. Она кое не окупираше со денови, месеци во помладите години денес веќе не ни е интересно и нашето внимание и енергија ги имаме насочено кон некои други нешта, а можеби и кон некои други луѓе.

„Да се каже дека одредено нешто е дел од нашиот живот значи дека тоа нешто има одредено место во нашиот свет; станува дел од нашиот живот преку процес во кој му наоѓаме или дефинираме место за него. Многу артефакти имаат свои добро дефинирани места или категории на места, кои се дизајнирани помалку или повеќе да припаѓаат таму. Такви места можеме да дизајнираме и во умот, како кога креираме мебел за кујната или дневната соба.“³ Кои се тие делови, предмети, луѓе, ситуации, моменти кои го сочинуваат секојдневието? Најпрво домот во кој живееме, можеби не сме целиот свој живот во една иста куќа или стан но секако постои простор кој го нарекуваме свој дом и во кој го минуваме најголемиот дел од нашето секојдневие. Потоа е просторот во кој се образоваме, градинка или училиште или факултет, без разлика на нашата возраст моментална, скоро сечие секојдневие минувало меѓу сидовите на некоја од овие институции. По завршувањето на образованието секојдневието се префрла меѓу сидовите на зградата во која се вработуваме. Секако ова не е животниот тек на сите луѓе на светов но повеќе или помалку секој минува низ еднакви животни фази.

„Никој нема сосема исто секојдневие како моето и никој не го живее животот на ист начин како некој друг, иако делам исти погледи на светот со другите.... Имам создадено секојдневни релации со нештата околу мене; никој тоа не може да го направи за мене и ниту еден објект или случка нема еднакво значење за неког друг. Моето секојдневие во моментот е посебна врска меѓу мене и моето опкружување.“⁴ Опкружувањето не се само зградата во која живеам и зградата во која учам или работам, опкружувањето се и сите предмети кои се во мојот дом и кои секојдневно ги користам во

³ Lars Hallnas, and Jonah Redstrom, "From Use to Presence: On the Expressions and Aesthetics of Everyday Computational Things," ACM Transactions on Computer-Human Interaction (2002): 109

⁴ Ossi Naukkarinen, "What is "Everyday" in Everyday Aesthetics?," Contemporary Aesthetics Inc. (2013):ch.2

различни периоди од денот и ноќта и за различни потреби. Тука спаѓаат четката за заби, перницата на која спијам или одмарам, омилената фотелја во која ја гледам серијата на тв секој ден во 19 часот или пак филмот кој го гледам на својот лаптоп, тука се и шолјата во која пијам јогурт или чај, ѓезвето во кое си варам кафе, патиките со кои спортувам, очилата за сонце кои ги купив на последната распродажба во омилениот бутик, шалот кој го добив на подарок, велосипедот со кој одам на работа и илјадници други мали и големи предмети кои секојдневно ги користам некогаш свесна за нив, некогаш не. „Ако секојдневниот живот, во најголем дел, минува незабележливо (иако е револуционизиран), тогаш првата задача е да го направиме видлив, забележан“.⁵

Луѓето се исто така дел од сечие секојдневие, било да се тоа луѓето со кои живееме заедно во домот или се нашите соседи со кои секојдневно се сретнуваме на паркингот или во лифтот, тука се и роднините кои ги гледаме неколку пати во годината на убави или тажни настани, колегите со кои сме учеле или работиме, пријателите, продавачите во маркетите и пазарите кои секојдневно ги посетуваме, матичниот лекар и многу други луѓе кои се сè уште во нашето секојдневие или одамна се дел од нечие друго секојдневие. „На овој начин, нештата се појавуваат или исчезнуваат од нашите животи.... Нештата се појавуваат и ние ја отвараме или затвараме вратата на нашиот живот за нив.“⁶

Ако одвоиме неколку моменти за да размислиме колку предмети, луѓе, случувања имало во нашето секојдневие до денес секако нема да успее да се сетиме на се, не зошто не не служи добро паметењето туку зошто се работи за илјадници луѓе со кои сме дошле во контакт, директно или индиректно, со сите нив сме имале случки, позитивни и негативни, некои од тие случки ги вклучувале и предметите кои денес стојат во некоја кутија во подрум или пак се скршиле или расипале па сме ги замениле со нови. „Ако во текот на нашето живеење не достигнеме некој нормален или рутински однос со некои

⁵ Ben Highmore, *Everyday Life and Cultural Theory* (London: Routledge, 2002), 23.

⁶ Lars Hallnas, and Jonah Redstrom, "From Use to Presence: On the Expressions and Aesthetics of Everyday Computational Things," *ACM Transactions on Computer-Human Interaction* (2002): 110

нешта или тоа не го ни сакаме, тие прашања- предмети, случки, дејствија, навики, вештини итн. во суштина не се во јадрото на нашето секојдневие.”⁷

Јадрото на сечие секојдневие, како што претходно напоменав, се менува постојано и скоро сите нешта кои го сочинуваат не остануваат засекогаш во него, некои се заменуваат со нови, некои ги надминуваме со текот на годините и веќе не ни нудат задоволство или едноставно немаме потреба од нив, некои ги забораваме, некои се постојано присутни и не можеме без нив. Има луѓе кои се толку окупирани со други нешта што не ги ни забележуваат елементите кои го сочинуваат нивното секојдневие, има луѓе кои пак развиваат опседнатост со тие елементи па во останатите аспекти од животот воопшто не функционираат зошто мислите, чувствата и дејствијата им се насочени само кон сопственото секојдневие. „Секојдневнието е обоеено со рутини, домашност, континуираност, нормалност, навики, спор процес на прилагодување, дури и површност и некој вид на состојба меѓу будност и заспаност.“⁸

Оној дел кој е исто така менлив и минлив но без него ничие секојдневие не може да постои е секако самиот човек. Можеме да зборуваме за сопственото секојдневие или за нечие туѓо секојдневие и да ги наброиме сите ситуации, предмети и луѓе кои се дел од нас но ако не се спомнеме самите себе и ако нема дел во нашето секојдневие за нас самите тогаш сме во голем проблем. Ако сме постојано окупирани со секого и сешто, а не најдеме време за себе тогаш нашето секојдневие не е наше туку многу повеќе им припаѓа на сите луѓе и предмети кои се во него, најмалку ни припаѓа нам. „Ова секако не значи дека јас водам комплетно „монадичен“ живот. Како човечки битија ние сме социјални суштества и иако имам сопствен живот јас живеам и со останатите. Во каква интеракција сум со останатите луѓе околу мене: роднини, семејството, пријателите, колегите има огромно влијание врз мене, исто како што јас влијаам на другите; всушност тоа ме формира во она што сум.... Мојот живот не е само мој и не постојат јасно дефинирани граници меѓу мене и остатокот на светот.“⁹ Оси Наукаринен го има напишано ова но

⁷ Ossi Naukkarinen, “Kaj je “vsakdanje” v estetiki vsakdanjosti,” *Filozofski vestnik* (2015): 30,31

⁸ Ibid., 29.

⁹ Ossi Naukkarinen, “What is “Everyday” in Everyday Aesthetics?,” *Contemporary Aesthetics Inc.* (2013): ch.2

зборувајќи за составните делови на секојдневниот живот е важно да се спомене дека главната улога и припаѓа на индивидуата која е сопственик на тој живот. Влијанието и интеракцијата меѓу мене и луѓето и предметите кои се во моето секојдневие е огромна и постојана но е неизбежно да се задржам на индивидуата, личноста чиј секојдневен живот е всушност самиот нејзин живот.

„Во нашето секојдневно живеење сакаме да достигнеме контрола и баланс. Секојдневието е нашето подрачје на живеење, на кое сакаме да му веруваме и за кого истото е значајно за да нè прави задоволни. Секојдневието не секогаш се состои од убаво и добро, но сепак е нешто кое го знаеме.“¹⁰ Познатоста на секојдневието е важен дел од животот но она кое е уште поважно е да не се дозволи секојдневието да се претвори во повторувања кои се претвараат во еден бесконечен ден кој трае со години. Понекогаш токму случајностите и излегувањето од познатиот тек на нештата е она кое потоа го памтиме и често ни прелетува низ мислите. „Голем дел од луѓето не сакаат да се во постојана рутина и така да го живеат секојдневието. Постојат и нерутински нешта, кои сакаме да ги искусиме.“¹¹ Нерутинските нешта кои човекот сака или повремено ги искусува се разликуваат од индивидуа до индивидуа. Зависат од околностите во кои човекот секојдневно живее но зависат и од карактерот на секој човек одделно.

Она кое е можеби заедничка нерутина е забавата, на која ние сме домаќини или сме во улога на гостин. „Некои од тие позитивни прекини можеме бргу да ги искусиме. Забавите се добар пример, по дефиниција се нешто несекојдневно и лесно можеме да си ги дозволиме: повикуваме неколку пријатели да ни се придружат, вклучуваме музика и отвараеме пенливо вино.“¹²

Позитивен прекин на рутината, која ја живееме секојдневно, е и заминувањето во природа. Без разлика на местото на живеење, сечија секојдневност се наоѓа близу некоја природна убавина: река, планина, ливада, море. Посетата на природата е сè уште

¹⁰ Ossi Naukkarinen, “Kaj je “vsakdanje” v estetiki vsakdanjosti,” *Filozofski vestnik* (2015): 29

¹¹ Ibid., 31.

¹² Ibid., 29.

бесплатна, а бесценета кога се работи за личниот развој, физичкото здравје но и излегување од постојаноста на секојдневието. Она што ни е потребно е желба за промена и енергија за движење.

„Движењето е значаен елемент во разбирањето на околината во која се наоѓаме. Пешачење, возење на велосипед, возење на кола, трчање и тркалање низ различни околии го менува начинот на кој ние сме вклучени во тие места. Тие стануваат активни и тродимензионални и се во директна врска со нас, се случува реципрочна комуникација и влијание меѓу нас и нив.“¹³ Движењето е дел од нас не само кога заминуваме во природа туку и кога сме во градот во кој сме секојдневно. Се движиме од една соба до друга во домот, се движиме за да ги купиме леб и останати продукти за јадењата кои ги конзумираме, се движиме за да се видиме со пријателите во кафулето во кое сме барем два пати во текот на неделата итн. Движењето го буди телото и сета надворешност е раздвижена, но и внатрешноста е будна и срцето побрзо чука и мислите се појасни додека сме во движење. Се движиме сами или во друштво на својот пес, познаникот кој оди во ист правец исто така може да ни се придружи, можеби сакаме да сме сами и да уживаме во музиката на омилениот бенд па ги ставаме слушалките на уши и чекориме во ритмот на бас гитарата. „Движењето е елементарен дел од нашето секојдневие; ја детерминира нашата перцепција и присвојување на карактеристиките од околината. Ние сме нурнати во светот додека сме на нозе, приземјувајќи ја свеста за тродимензионалноста на светот и нас самите преку движењето.“¹⁴ Додека се движиме очите ја забележуваат околината низ која минуваме и секогаш се наоѓа некое нешто кое ни го привлекува вниманието или стануваме љубопитни за разговорот кој си го шепотат една девојка и момче седнати на клупата која се надзира под крошната на старото дрво во градскиот парк.

¹³ Johanna Hällsten, "Movement and Participation: Journeys within Everyday Environments," Contemporary Aesthetics Inc. 3 (2005): ch.1.

¹⁴ Ibid, abstract.

2. Љубопитноста и секојдневниот живот

Љубопитноста не е секогаш насочена кон останатиот свет околу нас, непознатото не е единствен извор на љубопитноста, без разика кон што или кон кого е насочена, љубопитноста е дел од сечие секојдневие и е важна алатка во борба против едноличноста и здодевноста. „... Љубопитноста е круцијална за интелектуален живот и морален развој.... Таа ја отвара вратата кон мудроста, разбирањето и интелигенцијата и ги прави видливи можностите за „добро живеење“.“¹⁵

Љубопитноста и секојдневното одат рака под рака и во зависност од нивниот однос зависи и колку луѓето се отворени за нови нешта и колку се спремни за промена на мислењата и ставовите кои ги носат во себе. „Како ги разбираме останатите луѓе и што гледаме кога ќе се погледнеме во огледало зависи од тоа што знаеме за светот, што веруваме дека е можно, какви секавања имаме и дали сме му верни на минатото, сегашноста или иднината. Ништо повеќе не влијае на нашата способност да излегуваме на крај со животните тешкотии како контекстот во кој ги гледаме - колку побројни се контекстите меѓу кои можеме да бираме толку тешкотиите изгледаат помалку неизбежни и несовладливи.“¹⁶ Начинот на гледање на нештата и љубопитноста да ги запознаеме подобро и целосно истите, зависи од широчината на нашиот светоглед, колку често ги триеме и миеме очите, кои се нашите прозорци кон светот но и прозорците кон нашата душа, колку често сме спремни на промена околу нас и внатре во нас, колку сакаме да учиме нови нешта и да го препрочитае одамна наученото со нов глас и со јасен поглед.

„На човекот му е најтешко да биде љубопитен за некој предмет или личност, а при тоа да не се спрепне од предрасудите. Од време на време велот се тргал, па оној кој го тргнал би бил прогласен за гениј. Сепак, тргањето на велот се случувало толку често што и обичните

¹⁵ Kathleen M. Fisher, "Curiouser and Curiouser: The Virtue of Wonder," *Journal of Education* 182, 2 (2000): 3

¹⁶ Teodor Zeldin, *Intimna istorija čovečanstva* (Beograd: Geopoetika, 2003), 23.

смртници можеле да видат како тоа се прави.“¹⁷ Некогаш е полесно да се најде патот, кој ќе нè одведе до подобро утре, или решението на проблемот, кој одамна нè мачи, отколку да се започне чекорењето по тој пат или да се издржат последиците кои ќе следат по решавање на проблемот. „Сите научни откритија се инспирирани од едно слично барање, како и средбата на идеите кои никогаш претходно не се сретнале. Истото важи и за уметноста на живеење смислен и убав живот, која вклучува пронаоѓање на поврзаноста меѓу она што на изглед не е во никаква врска, поврзување на луѓе и места, копнежи и сеќавања, низ детали чии импликации минувале незабележано.“¹⁸

Умешноста на балансирање на сите нешта кои се во нашето секојдневие, притоа и успешно балансирање со сопствените внатрешност и надворешност не е лесно, но она што потоа следи е вредно повеќе од нашите напори. Ничие секојдневие, ничија внатрешност и надворешност не се исти, ничиј поглед на светот не е ист, ни една желба и копнеж на еден човек не се еднакви со желбите и копнежите на друг човек. Дури и ние самите не сме исти од раѓањето па сè до денес, ниту ние ниту нашето секојдневие не е исто. Секојдневието на човекот кој живеел во 20 век не е еднакво со секојдневието на човекот од 12 век. Секојдневието на човекот кој е пациент во психијатриска болница, половина од својот живот, не е исто како и секојдневието на човекот кој ја води таа иста болница.

Како што Теодор Зелдин во својата книга „Интимна историја на човештото“ вели: „За тоа што ги раздвојува луѓето е пишувано многу и доволно се знае. Мојата цел е да го истражам она што им е заедничко.“¹⁹ Затоа сакам уште еднаш да потсетам на заедничкото кај луѓето, а тоа е секојдневието. Ако секојдневието е заедничко за сите тогаш и љубопитноста треба да е присутна во сечиј живот секој ден. Љубопитноста е таа која ќе ни овозможи една иста слика во две различни околина да ја прифатиме само како различност, без да ја осудиме едната под влијание на предрасудите и кратковидоста кои знаат да ни го заматат и погледот и умот.

¹⁷ Ibid., 212.

¹⁸ Teodor Zeldin, *Intimna istorija čovečanstva* (Beograd: Geopoetika, 2003), 27, 28.

¹⁹ Ibid., 27.

„Нема ништо валкано во кечапот освен ако не се наоѓа на мојата кошула. Калта на кујнскиот под е валкана но не е кога надвор е врнежливо или кога сме во живеалиште со земјен под. Куп алишта во корпата за алишта или на пултот за хемиско чистење не изгледаат страшно но кога истите се на сред дневната соба не избежумуваат. Листовите хартија кои се во сандачето за рециклирање не предизвикуваат никаква реакција кај нас, но би биле вознемирени ако истите се на нашето биро во канцеларијата каде што работиме. Пријатна ни е сликата на грмушки чии гранки се раширени на сите страни во шумата но ако истите грмушки се наоѓаат во нечија градина би помислиле дека за нив никој не се грижи и дека градината е неуредна. За графитите на автопатот најчесто се посакува нивно бришење и белење на ѕидот на кој се наоѓаат но ако се наоѓаат на ѕидот на некоја напуштена зграда тогаш добиваат статус на уметност и се заштитени.“²⁰ Кечапот, купот алишта, листовите хартија, грмушките и графитите секојдневно ги сретнуваме околу нас, но односот кој го имаме кон нив и свесноста за нивното постоење но и можноста за влијание едни врз други е суштината на мојава магистерска тема. Секако горе набројаните не се единствените нешта со кои ни минува секојдневиот живот, секако има илјадници други кои ќе бидат подолу спомнати но сигурно нема да бидат сите до последното нешто објаснети.

„Секојдневието се нуди себеси како проблем, контрадикторност, парадокс: и обично и необично, очигледно и нетранспарентно, познато и непознато, очигледно и енигматично.“²¹ Сметам дека во тоа лежи и големината и убавината на секојдневието, таа збрка од различности, тој ред во нередот, таа вистина која ја согледуваме на сред нередот, таа постојаност која ни блеснува во сета минливост и менливост за кои само за миг стануваме свесни и ни е тешко бремето за кое одеднаш стануваме свесни дека го носиме со себе и таа мисла ни става насмевка или тага на лицето.

„Факт е дека светот стана посложен од порано и навидум се чини дека е потешко да се најде излез од нашите дилеми, но колку посложена е реалноста толку повеќе

²⁰ Saito Yuriko, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 155.

²¹ Ben Highmore, *Everyday Life and Cultural Theory* (London: Routledge, 2002), 16.

пукнатини има низ кои можеме да се протнеме.“²² А зошто треба да се бараат пукнатини во наизглед рамниот простор? Зошто треба да го разликуваме бродот на кој што сме додека пловиме по мирното море? Зошто треба да копнееме по нови нешта, а не да уживаме секојдневно само во старите, добро познати нешта? Па ништо не треба да сториме без да сакаме, особено не треба да правиме нешта заради некој друг, но *филозофијата* е стара колку што е старо човештвото и луѓето заради кои постои до ден денешен биле љубопитни и таа љубопитност влијаела на нивните секојдневни животи, но òе уште постојат неистражени места до кои нивната љубопитност не стигнала, сè уште постојат неодговорени прашања и одговори кои лебдат околу нас и потребно е само да ја поддадеме раката и ќе ги дофатиме.

„Љубопитноста е состојба во која нечиј интерес расте и води кон сознание; таа е витална мотивација во учењето и знаењето.“²³ Новите сознанија ја прават побогата нашата внатрешност, влијаат на нашата надворешност да е раздвижена, а најмногу од сè ни отвараат нови прозорци и врати во секојдневието кое е нерасклинлив дел од сите нас и кое е секогаш во и околу нас. Многу често секојдневието е магливо во нашето сеќавање и честопати забораваме на него и сметаме дека нема некоја значајна вредност само по себе. Сите нешта кои се во него ни се чинат безначајни и присутни само заради некоја функција која не ни знаеме од каде пристигнала во нашиот живот и зошто е дел од него.

На страниците кои ќе следат ќе пишувам за убавината која е присутна во сечие секојдневие, како таа да се забележи и колку може да влијае на позитивна промена во нас но и во светот околу нас. „Јас трагам за оние кои се уште не се забележани, за решенијата кои се пропуштени.“²⁴ Ќе ја споменам филозофијата, во чии преградки долги години се наоѓа естетиката, ќе покажам дека не е само уметноста дел од естетиката туку и многу други нешта чие присуство ја збогатува и шири естетиката.

²² Teodor Zeldin, *Intimna istorija čovečanstva* (Beograd: Geopoetika, 2003), 24.

²³ Joran van Aart, Christoph Bartneck, Jun Hu, Matthias Rauterberg and Ben Salem, “How to behave as Alice in Wonderland—about boredom and curiosity,” *Entertainment Computing* (2010): 126

²⁴ Teodor Zeldin, *Intimna istorija čovečanstva* (Beograd: Geopoetika, 2003), 24.

Уметноста е распространета на илјадници страници во естетичката литература, ја има на секое коше во светот во кој живееме, ја восприемаме секојдневно преку разни медиуми и во различни форми. „Сигурно имате уметност во вашата фирма, барем во јавните простории како рецепцијата, собите за состанок итн. Во вашата канцеларија можеби имате постери, фотографии, репродукции на познати слики, цртежи од децата или други предмети по ваш избор, или можеби сте ставиле нешто кое другите за вас го одлучиле. Најголемиот дел од луѓето имаат некој вид на уметност во нивниот секојдневен работен живот.“²⁵

Уметноста е присутна во секојдневието на човекот и во слободното време и е постојано околу него, но покрај неа постојат многу други нешта, видливи и невидливи, кои се дел од сечие секојдневие од почетокот на човештвото па сè до денес. „Секојдневието отсекогаш постоело, на одреден начин поинакво од нашево денес.“²⁶ Она кое е исто и не се сменило, она кое е дел од сечиј живот секојдневно, не само кај филозофите, е љубопитноста. За да ги прифатиме промените кои се надзираат на хоризонтот и за да можеме да зборуваме за нив отворено и без предрасуди ни е потребна љубопитноста. На следните страници ќе ги образложам промените поконкретно и ќе објаснам зошто сметам дека естетиката не треба да се ограничува само на уметноста туку треба да ги рашири рацете и за сите останати делови од секојдневниот живот, а најмногу за самото секојдневие.

²⁵ Lotte Darsø, "Artful Creation. Learning-Tales of Arts-in-Business," *International Journal of Professional Management* (2004): 8,9

²⁶ Henri Lefebvre and Christine Levich, "The Everyday and Everydayness," *Yale French Studies* 73 (1987): 10

3. Естетика на секојдневниот живот

За естетиката како дел на филозофијата е зборувано и пишувано многу, за филозофијата како мајка на сите знаења исто така. Она што мене ме заинтересира и што е главна тема на овие страници е естетиката на секојдневието. За неа се зборува повеќе десетици години но тивко, нема многу литература, малку на број се и предавањата кои се одржани за неа, постојат неколкумина естетичари кои се интересираат за неа и имаат напишано повеќе статии во еминентни научни списанија, постојат и такви кои се бунтуваат против неа но она што мене ме поттикна да сум на нејзина страна и да верувам дека нејзиното време штотуку доаѓа е секојдневието. Имало периоди од мојот живот кога сум била свесна за него и целосно сум уживала во него но имало и периоди кога ми било тешко бreme кое само ме спrepнувало во чекорењето по животниот пат. Мислам дека е важна теоретската подлога за да се напише една магистерска тема, секако е важно сопственото мислење, во случајов моето кое ќе се види во страниците кои следат, но мислам дека најважно е искуството во пракса кое човекот го поседува, во овој случај темата дозволува да се искуси и практично.

„Често дефинирана како филозофија на уметноста, естетиката, барем во нејзината модерна Западна формулација, е во суштина испитувања на уметноста.“²⁷ Многу естетичари не би се согласиле со оваа дефиниција но најчесто првата асоцијација кога ќе се спомене естетиката е токму уметноста. „Што се однесува до објектот на естетиката, уметноста останува нејзиното јадро, но треба да се рedefинира за да се однесува на сите комплексни конфигурации на сите сетила... Според моето мислење, стратегијата за ревизија на теоријата на естетиката треба да биде сфатена како логичко продолжување на процесот кој е започнат во уметничката теорија последниве декади и кој придонесе за проширување на концептот на уметноста вклучувајќи ги дизајнот, пејсажната архитектура,

²⁷ Saito Yuriko, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 1.

модата итн. Евентуално, специфичните уметнички форми скриени зад естетиката на секојдневниот живот, чекаат да бидат посочени и експлицитно култивирани.“²⁸

Раѓањето на уметноста се поклопува со раѓањето на човештвото. До денешен ден постојат многу правци во кои се развива и расте уметноста, ја наоѓаме на сите континенти и е безгранична нејзината сила со која влегува во сечиј дом и во сечие срце. Но и таа како област на човечкото интересирање има претрпено промени во текот на вековите. Постојат различни правци, теории и видувања на поимот уметност. Секојдневно се создаваат нови дела кои ги преформулираат вчерашните граници и дефиниции на уметноста. Секојдневно се појавуваат нови уметници, кои за разлика од минатото, не сите поседуваат дипломи од факултети за уметност и не сите ја познаваат теоретската страна на уметноста.

Катја Мандоки вели: „Естетиката не е само филозофски проблем. Таа е и социолошки, симболички, комуникативен, политички, историски, антрополошки, дури и невролошки, а особено педагошки проблем. Затоа изискува интердисциплинарна, сеопфатна ориентација. Предлагам интердисциплинарна, а не трансдисциплинарна естетика бидејќи целта е интегрирање, а не трансцендирање на дисциплинарните приоди, дел од нив успеале да создадат методолошки алатки кои се неопходни за соочување со естетските проблеми. Да сумирам, естетиката не треба да се гледа како гранка на филозофијата туку треба да ѝ се пријде преку мултидисциплинарен приод.“²⁹ Се согласувам со размислувањата на Мандоки, ако зборуваме за естетика на секојдневниот живот тогаш е потребно да не ја ограничуваме естетиката само на добро познатите дисциплини кои ги содржи, ниту пак треба себеси да се ограничуваме при размислувањето што сè би можела таа во себе да содржи ако ја погледнеме без предрасуди. Можеби предолго естетиката е разбирана како нешто кое нема никаква врска со секојдневието, можеби е потребно и самата филозофија да се симне од пиедесталот и да почне повторно да чекори низ

²⁸ Mădălina Diaconu, "Reflections on an Aesthetics of Touch, Smell and Taste," *Contemporary Aesthetics* 4 (2006):ch.7.

²⁹ Katya Mandoki, *Everyday Aesthetics. Prosaics, the Play of Culture and Social Identities*, (England: Ashgate Publishing Company, 2007), 5.

улиците и плоштадите како што Сократ има чекорено. Можеби и самата уметност треба да им дозволи на луѓето да ја создаваат без да припаѓа нивното дело во некој конкретен правец, можеби уживањето и зборувањето за уметноста не треба да биде само во галериите, при отварање на нова изложба, во музеите и во уметничките кафеани. Естетиката на секојдневието ме восхити токму заради нејзината желба да зборува за секојдневните нешта без посебни помпи и фанфари. Естетиката на секојдневието е заинтересирана за едноставните и неприметни моменти кои секој од нас ги доживува. Естетиката на секојдневието сака да носи во себе дел од сечие секојдневие и сака да е блиска со секого, не само со неколкумина.

„Стојам на мислењето дека содржината на нашиот естетски живот е поразновидна и повеќеслојна од она што може да го забележи уметносно-насочената естетика. Естетската димензија на нашиот живот е длабоко вградена во нашите секојдневни активности, иако може да е под влијание на уметноста, сепак таа постои самостојно од нашето доживување на уметноста.“³⁰ Она по кое се разликува уметносно-насочената естетика од естетиката на секојдневието е, секако, предметот на интересирање. Она за кое приврзаниците на уметносно-насочената естетика и замеруваат на естетиката на секојдневието е нивното верување дека секојдневните нешта не се уметнички објекти.

„Јурико Саито дава објаснување што во конвенционални рамки на естетско толкување се подразбира под уметнички објект. Најпрво човекот кој го создава уметничкиот објект е уметник по професија, најчесто се работи за еден автор но не е исклучена можноста да го создадат и повеќе лица. Авторот го создава делото во одредено време но нам ни останува да нагаѓаме кога, каде, под какви околности и со каква намера е создадено. Од друга страна, не-уметничките објекти не секогаш се создадени во повеќесериско производство, некогаш и кај нив авторот е едно лице. И тие будат кај нас прашања: кога се создадени, под кои околности и која била инспирацијата за нивно создавање? Саито дава пример со писмата кои нејзиниот дедо ѝ ги праќал на баба ѝ , при нивното читање таа ја замислувала самотијата и чувствата кои нејзиниот дедо ги

³⁰ Yuriko Saito, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 40.

имал кон баба ѝ . Вториот аспект на разлика меѓу уметничките и секојдневните објекти и активности е дека уметничките дела се создадени и ценети примарно поради нивната естетска важност, дури ако во себе имаат и други цели, како религиозни или политички. Уметничките дела будат чувства но директно не влијаат на нашето секојдневие, не ја менуваат околината околу нас, не ги задоволуваат нашите физички потреби, не нè поттикнуваат на дејствување и акција. Секојдневните објекти освен што дел од нив ги користиме за забава и задоволство, најголемиот дел се создадени, употребувани и се користат во не-естетски цели. Саито како пример ги наведува средствата со кои го чистиме домот заради хигиена, храната која ја готвиме и која ни служи да нè одржи во живот, облеката која ја носиме заради комфорт и заштита.³¹

Јасно е значењето на секојдневните објекти за секого од нас но би сакала да разјаснам зошто токму тие објекти се цел на интерес на естетиката на секојдневието и зошто сметам дека се вредни за научно разгледување и размислување? Ако пробаме да се сетиме што сè ни се случи, што сè правевме и со што и кого дојдовме во контакт денеска би ни требало одредено време да наброиме сè, а постојат и големи шанси нешто да испуштиме. Но сигурно секој од нас би се сетил на моментите на радост, тага, смеа и восхит кои го обележале денешниов ден. Изворот на овие чувства не секогаш била уметноста, токму напротив. Можеби изворот била песната на птицата која била на гранката под нашиот прозорец, можеби изворот бил вкусот на новото кафе кое минатата седмица сме го купиле во специјализираната продавница, можеби изворот е графитот кој осамна на игралишетото од локалното училиште, можеби нашето милениче, мачката Миа, нè разбудила со предење итн. Овие набројувања, што сè би можело да е изворот на чувствата кои се разбудиле кај нас, се нешта кои се секојдневно околу нас и можеби изворно нивната функција и суштина не е будење на чувства но под одредени околности тие сепак тоа го сториле. Со овој пример сакам да се спротивставам на естетичарите кои сметаат дека убавината и поттикот за чувствување доаѓа само од уметноста.

³¹ Yuriko Saito, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 22,25,26.

„Дискусијата за Естетиката на секојдневието ни овозможува да зборуваме за нешта за кои генерално не зборуваме кога станува збор за традиционалната естетика. Естетиката на секојдневието отвара сосема нов домен на истражување.“³² Естетиката на секојдневието не ја исклучува уметноста од изворите на истражување, не сака ниту да ѝ ги одземе карактеристиките и влијанието кое таа го има не само врз традиционалната естетика туку воопштено врз луѓето и светот. Она кое сака да го покаже естетиката на секојдневието е дека секојдневието може да донесе возбуда, трепет, восхит па дури и болка, тага, празнина исто како и уметничките дела. Како што и претходно напоменав, традиционалната естетика и уметноста во целина не се исти од нивното раѓање до денес, и тие имаат претрпено промена во вид на развивање, ширење, отфрлање на некои делови и прифаќање на нови.

„Како и да е, дури и со проширување на опсегот на естетиката вклучувајќи ја природата, околината и популарните уметности, јас секогаш чувствував дека не е доволно широк за да ги опфати сите аспекти на естетскиот живот.“³³ Природата, околината и популарните уметности се присутни во секојдневниот свет но други нешта го прават секојдневието тоа што е, тие нешта се блиску до нас, ни се познати, развиваме фамилијарен однос кон нив што значи дека ги чувствуваме за свои, добро ги знаеме нивните карактеристики, облик, форма, боја, тие се постојано тука за нас, да ни се најдат при рака кога имаме потреба од нив.

Додека традиционалната естетика е заинтересирана повеќе за непознатото, незнајното, она кое е обвиеено со вел на таинственост и мистериозност, естетиката на секојдневниот живот е заинтересирана за познатото, знајното, она кое не се крие. „Естетиката на секојдневието значително се разликува од традиционалните естетски

³² Andrew Light and Jonathan M. Smit, edit., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 3.

³³ Yuriko Saito, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 1.

разгледувања. Традиционалната естетика е многу повеќе заинтересирана за она што се нарекува „непознато.“³⁴

Кај Традиционалната естетика има поделба на сетилата на: примарни и секундарни, што не е случај со естетиката на секојдневието. За неа сите сетила имаат еднакво значење и сите се земаат предвид. „Видот и слухот традиционално се сметани за ‘повисоки’ сетила заради нивниот афинитет кон концептуалното и интелектуалното. Визуелните слики и звуци можат да се подредат со рационални шеми и поради тоа се подложни на објективна, често и математичка анализа. За разлика од нив, ‘пониските’ сетила како што се мирисот, вкусот, допирот како и кинестичките сетила се сметани за второстепени, животински и премногу сирови за да се објаснат интелектуално, да се анализираат концептуално и рационално да се организираат.“³⁵ Важноста на естетиката на секојдневието, сметам, лежи токму во недељењето на сетилата. Долго време, според мене непотребно, беа занемарени и ставени на страна дел од сетилата. Во понатамошните редови ќе се види колку всушност убавината, восхитот, трепетот можат да се почувствуваат токму преку нив.

³⁴ Andrew Light and Jonathan M. Smit, edit., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 40.

³⁵ Yuriko Saito, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 22.

3.1. Аспекти на естетиката на секојдневниот живот

Иако веќе неколку пати спомнував нешта кои се во склоп на естетиката на секојдневието и иако не постои една, конкретна и дефинитивна дефиниција за неа, сепак естетичарите – приврзаници на овој вид на естетика точно ги имаат определено областите на нејзино интересирање. Иако можеби се чини дека естетиката на секојдневието е премногу субјективна и се разликува од индивидуа до индивидуа, постојат нишки во секојдневието кои се еднакви за сите нас и токму тие се цел на оваа естетика.

Поради ограниченоста на обемот на оваа тема, не сум во можност да ги објаснам сите делови кои спаѓаат во секојдневниот живот но мислам дека тоа и не е можно. Заради разликоста на луѓето и начинот и обликот на нивните секојдневни животи, ќе се задржам на оние делови кои, повеќе или помалку, се дел од сечие секојдневие.

„Во секојдневниот живот, некои искуства добиваат на вредност од целокупната активност секојдневно, секојдневните рутини, навики и вежби. Естетиката на секојдневието е дефинирана повеќе од формата отколку од содржината, со други зборови повеќе од она што се прави отколку од продуктот.“³⁶ Па така она што се прави може да е нешто кое секојдневно се случува но може да е и нешто кое неколкупати во текот на годината или во животот го правиме, на пример: фарбање на сидовите во домот не го правиме често но бојата влијае на нас секојдневно или купуваме превозно средство – велосипед, моторцикл, автомобил – многу ретко, но секојдневно ги чувствуваме благодетите од користењето на тие превозни средства.

Поврзаноста меѓу активностите, предметите и личностите во секојдневниот живот е исто така моќна. На пример, одењето во природа некогаш е условено од временските услови или зависи од нечие туѓо превозно средство, но акцентот во понатамошниот текст ќе биде ставен на основните поими кои го сочинуваат секојдневието, без навлегување во меѓусебните врски на дел од секојдневните содржини.

³⁶ Kevin Melchionne, “The Definition of Everyday Aesthetics,” Contemporary Aesthetics 11, (2013):ch.2.

„Естетиката на секојдневието е заинтересирана стриктно за аспектите од нашите животи кои се широко распространети, дневни рутини или обрасци на кои ние се трудиме да им дадеме естетски карактер.“³⁷ Овие аспекти ќе бидат разгледани преку разгледување на поимите: простор, атмосфера, храна, спорт, уметност итн.

„Естетската интелигенција е каде и колку сме способни да ја забележаме убавината: Да замислиме две радија. Едното едвај фаќа две или три станици. Другото фаќа стотици – на различни јазици, сообраќајни репортажи и временски прогнози, класична музика и евергрини, политички дебати или ток-шоуа, спортски вести или вести за берзата итн. Исто е и со естетското искуство: некои луѓе ја гледаат убавината насекаде, некои пак остануваат на добро познатите, мирни искуства кои се претвораат во естетски навики. Разликата е јасна. Оние со ограничен естетски дострел се наоѓаат во ограничен свет, со карактер кој е сиромашен и нефлексибилен. Нивната врска со убавината е крута, лимитирана, дури и проблематична. Тие живеат во страв да не го вознемират внатрешниот баланс. Гледаат со сомнеж на сè што е ново и немаат желба за промена. Тие со широк естетски дострел се поеластични и прилагодливи. Си дозволуваат да бидат придвижени, се отворени за нови идеи и перспективи, веруваат во чуда и се спремни за учење нови нешта. Тие живеат во многу побогат свет.“³⁸ Бидејќи спаѓам во втората група, оваа тема ја обработувам со позитивен призвук. Сметам дека на секојдневниот живот треба да му се даде шанса да излезе од рамките во кои е ограничен предолго. Од друга страна, не ја занемарив и другата група па така во основните делови на секојдневието вметнував подделови кои нечие секојдневие ги содржи, а нечие не, но бидејќи од нас зависи содржината на нашето секојдневие може да дојде до промени и прилагодувања читајќи го овој текст.

³⁷ Kevin Melchionne, "The Definition of Everyday Aesthetics," *Contemporary Aesthetics* 11, (2013):ch.3.

³⁸ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 33.

3.1.1. Простор

Просторот е една таква нишка која е заедничка за сите нас. Кога се зборува за простор, во естетиката на секојдневието, се мисли на просторот кој не опкружува во домот но и просторот вон домот во кој минуваме дел од секојдневието. „Ќе влезам во проблемот на секојдневието преку анализа на концептот на простор. Простор, во смисла, кој подоцна го преименувам во „област“, во кој секојдневието се случува.... Концептот на место и секојдневието се поврзани со идејата на фамилијарност. Просторот и секојдневните објекти и случувања кои го сочинуваат тој простор се обележани со фамилијарност. Се обидувам да покажам дека овие концепти треба да бидат разбрани како егзистенцијална структура на едно човечко битие: ние сме дел од светот ако сме фамилијарни со нештата околу нас и ако создадеме простор за себе. Фамилијарноста и секојдневието се срцето на просторот.“³⁹

Кога зборуваме за простор, област и место, неизбежно е да се спомене и движењето во нив. Луѓето се во постојано движење, без разлика дали тоа може да се измери во километри или метри, луѓето се подвижни, активни суштества. Се движиме кога го започнуваме денот, од креветот до тоалетот па потоа до кујната и така натаму, се движиме од домот до местото каде што работиме, без разлика дали е тоа возење во кола, на велосипед или е пешачење, сè се ова облици на движењето. Се движиме и во мислите, кога ќе се сетиме дека сме заборавиле да купиме некои производи од локалниот маркет, се движиме и кога се сеќаваме на некои минати случки, се движиме и кога гледаме некоја патеписна емисија на телевизија за некоја егзотична земја.

„Просторот не содржи и не бара ништо повеќе од физичка локација. Дрвото има простор, куќата зазема одреден простор, пенкалото има свој простор на масата итн. Движењето значи физичко движење; јас дојдов во нов простор кога посетив друг град.

³⁹ Andrew Light and Jonathan M. Smit, eds., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 40.

Мојата канцеларија е поинаков простор од мојот дом или другите простории во универзитетот. Да се има место значи да се исполни физички просторот. Одредена стабилност е пожелна- ако некој или нешто е во постојано движење, нема простор за себе. Балонот на небото е без место; водата која тече исто така нема место. Ова е навистина конкретна идеја за просторот: едноставно да си насаден некаде, да си најдеш место за себе. Ова е исто така и географски концепт на просторот: можеш да ги посочиш координатите на местото каде што си на мапа.⁴⁰

Интересот на Естетиката на секојдневието не е насочен само кон познатиот простор, сетилата уживаат и во непознат простор, некогаш е потребно време да се навикнат и да го прифатат за свој, а некогаш возбудата лежи токму во таинственото кое не привлекува кон непознатото. „Во многу конкретна смисла ние сме сензитивни во врска со изгледот на нештата. Тие како да го бараат нашето внимание многу повеќе отколку нештата во нашето познато окружување. Затоа што се уште не сме вградени во тоа окружување, затоа што не сме го направиле дел од нашата егзистирање, на начин кој подоцна ќе го објаснам, сме дистанцирани од, на пример, градот кој не го познаваме и судиме за него од поинакви стојалишта од оние на кои тој простор им е познат. Странските посетители ја носат со себе својата позадина, или со Гадамерови зборови, својот хоризонт; градот кој не го знаеме изгледа и звучи непознато зошто ние сме навикнати на нешто поинакво; нашето место е поинакво од новото окружување во кое се наоѓаме. Но полесно ни е да се концентрираме на изгледот на нештата зошто сè уште не сме се заинтересирале за функционалните аспекти на околината. Ги гледаме „свежи“ и тоа е она што традиционално се бара од естетското разгледување. Туѓинецот става акцент на рекреационите вредности, вклучувајќи ги и естетските вредности, а локалниот жител го става акцентот на секојдневните функционални вредности.“⁴¹

Мојот личен пример е преселбата од Скопје во Љубљана. Кога стапнав за прв пат на улиците во Љубљана имав измешани чувства на возбуда заради започнување на ново

⁴⁰ Andrew Light and Jonathan M. Smit, eds., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 41.

⁴¹ Ibid., 44.

поглавје во мојот живот, восхит од убавината на тој град, страв од непознатото, тага за личностите и нештата кои останаа во мојот роден град. По неколку недели, веќе имав запознаено неколку личности, кои денес ги вбројувам меѓу најблиските пријатели, ги запознав главните улици кои го поврзуваат градот од едниот до другиот крај, си најдов омилена клупа во градскиот парк и полека Љубљана стана дел од мене, дел од моето секојдневие.

„Додека ние живееме во светот, правејќи и создавајќи нешта, реагирајќи различно во различни ситуации, создаваме врски со нашето окружување и на тој начин стануваме блиски со него. Она што е околу нас станува „наше“, создаваме врски кои се значајни за нас и кои им служат на нашите цели и интереси. Сопственото допаѓање игра значајна улога: преферираме одреден вид на уметност, на пример, класична музика повеќе од кино па соодветно на ова концертните хали се значаен фактор во нашето секојдневно окружување многу повеќе отколку кината, и обратно. Мрежата на значајни нешта за мене може да е комплицирана и збунувачка за некој кој поинаку ги гледа нештата.“⁴²

Номадите се луѓе кои немаат постојано место на живеење и се во постојано движење, тие постоеле од дамнина но и денес има луѓе кои живеат според истите принципи. Таквиот начин на живот не е секогаш условен од финансиската состојба на човекот, понекогаш возбудата пред новото и непознатото е таа која ги движи луѓето и не им дава да запрат и да направат свое катче во светот кое ќе го наречат дом, за нив цел свет е дом.

⁴² Andrew Light and Jonathan M. Smit, eds., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 44,45.

3.1.2. Амбиентот, атмосферата и расположението во секојдневниот живот

„Еднакво важен дел од нашиот секојдневен естетски живот се и амбиентот, атмосферата и расположението кои се дел од одредено доживување, составено од многу делови. Да го земеме за пример јадењето, најпрво секогаш е мулти-сензорно и е над вкусот и миризбата зошто вклучува многу други сензори како тактилноста (крцкаво, кашесто, растегливо), визуелни импресии и понекогаш дури и звук. Најголемиот дел од уживањето во пијалоци со меурчиња какви што се содата и пенливото вино е скокотливото чувство на нашиот јазик; а без него вкусот би бил 'едноставен, рамен'“. ⁴³ Амбиентот, атмосферата и расположението не се само важен дел на естетското уживање при конзумирањето храна, тие ги будат нашите сетила кога сме на планина или покрај море и уживаме во погледот на тие природни убавини.

„Колкумина од нас биле хипнотизирани од надворешната трансформација преку ној во зимска бајка? Трчаме надвор не само заради снегот туку и заради студениот воздух кој ни го гризе лицето, магливата светлина на изгрејсонцето на хоризонтот, мирисот на чадот кој излегува од оџаците на куќите во близина и звукот на снегот кој крцка под нашите нозе додека правиме патека на неизгазеното платно снег.“ ⁴⁴

Многумина и замеруваат на естетиката на секојдневието дека се интересира за премногу обични, секојдневни нешта но нејзината мисија е да покаже дека токму во наизглед обичноста лежи убавината на секојдневието. На прв поглед, би се запрашале што е естетско во моментот на заоѓање на сонцето или пак што е естетско во ножот кој го користиме за сечење на јаболка, но и заоѓањето на сонцето и ножот заедно со јаболката биле и се инспирација за многу уметнички дела. Ако уметноста својата инспирација ја наоѓа во секојдневието тогаш зошто и естетиката не би можела инспирацијата за нови естетски искуства да ја најде во истото тоа секојдневие.

⁴³ Yuriko Saito, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 119.

⁴⁴ Ibid., 104.

3.1.3. Познатото и непознатото во секојдневниот живот

На естетиката на секојдневието, исто така, и замеруваат дека е премногу сконцентрирана на познатото, она кое буди чувство на домашност, фамилијарност. „Естетиката на секојдневното познато окружување и естетиката на непознатото имаат свои улоги во човековиот живот и јас не сакам да ги рангирам. Сепак има добра причина за дискусија зошто во скоро време акцентот во естетиката како дисциплина е ставен на непознатото како феномен и уметноста е тесно врзано со него. Огромните музејски згради, театарските конструкции и музичките хали имаат за цел да направат јасна поделба од секојдневниот живот. Уметноста е презентирана на начин кој буди чувство на непознато и тенденцијата на естетиката е максимизирање на непознатото и минимализирање на познатото. Западната традиција на визуелни уметности го потврдува ова; клучниот термин за разбирање на развојот во 19 и 20 век на уметноста е 'иновативноста'“.⁴⁵

Иновативноста, која ја карактеризира естетиката на 19 и 20 век, може да биде и клучен термин на секојдневието односно на естетиката на секојдневието. Оние алатки кои ние денес ги користиме за олеснување на работата, на пример во кујната, во претходното столетие не биле познати. Ова особено се забележува во сферата на техниката и технологијата, кои од една страна се главните карактеристики на минатиот век, а уште повеќе на овој век, но од друга страна се и неизбежен дел од секојдневието на секој поединец. Во минатото луѓето комуницирале преку поспори начини на комуникација што денеска не е случај, ако посакаме да се видиме и чуеме со пријателите кои се заминати на скијање во Швајцарија тоа можеме да го сториме за само неколку секунди. Поврзаноста на градовите но и на различните делови од градот се, исто така, одлични што не е случај со минатото. Значи иновативноста и новостите не го имаат заобиколено и одминато секојдневието.

⁴⁵ Andrew Light and Jonathan M. Smit, edit., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 51.

3.1.4. Природа

Природата не опкружува без разлика дали живееме во град или на село. Можеби во градот ја има помалку но оној кој живее во куќа може дворот да го претвори во градина, а оној кој живее во стан може балконот да го насади со цвеќе и билки и така природата да ја донесе блиску до себе и да ја чувствува и ужива во неа секојдневно. Секако природата не се само цвеќињата и билките и малиот простор насаден со трева и неколку дрвца, во нашиот двор, не можат да ја заменат сета природа но може да ја ублажат жедта за неа. Од почетокот на човештвото човекот живеел опкружен со неа и колку и да сакал да ја припитоми и надвлее, и тогаш и денес, таа успева да најде начин да му покаже дека е помоќна. Настрана природните катастрофи и жртвите кои тие ги земаат, природата му е потребна на човекот заради неговото ментално и физичко здравје. Често се вели: оди во природа и наполни ги батериите. Луѓето не се работи и немаат во себе батерии но се трошат и стануваат изнемоштени, тажни, несреќни, болешливи и кривки. Но само неколку часа минати во природа ја менуваат сосостојбата на човекот. Звукот на птиците кои живеат таму, шушкањето на лисјата додека чекориме, сенките и отсјајот што го прават сончевите зраци минувајќи низ густите крошни на дрвјата ретко кого го имаат оставено рамнодушен. „За среќа, секогаш можеме да ѝ се вратиме на природата. Уживањето во природата наскоро нè тера да ги оставиме зад нас празните кутии со нашите клишеа и да го доживееме светот околу нас со сета негова комплексност и богатство.“⁴⁶

Постојат многу организации и индивидуалци кои повикуваат на зачувување на природата со чистење на сметот, забрана за убивање на животните кои живеат во неа итн., но луѓето се на страна на природата и кога ја носат во градските средини каде што има недостиг од неа. Тоа го прават со герила акции на разубавување на напуштените паркови и неискористени површини со билки и растенија. Многу луѓе почнуваат и

⁴⁶ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 84.

покривите на зградите во кои живеат, покрај своите балкони, да ги разеленуваат со минијатурни дрвца и разни билки. „Човековата манипулација на природата е разнолика, од една страна тука се цветните градини, земјоделските полиња и архитектонските чуда и од друга страна, плажи потопени во нафта, исечени шуми и билборди.“⁴⁷

Многу често на луѓето кои боледуваат им се препорачува престој во природа или со намера болниците и рехабилитационите центри ги градат во околина на природа. Но не е само престојот во природа причината за подобрување на здравјето кај пациентите и полесно справување со тешкотиите и болката која ја носи одредена болест, туку и градинарството е лек и терапија за овие луѓе.

„Дали градинарството и хортикултурата се форми на креативна експресија? Одговорот е да – тие се форма на работа или вежба во која се изразуваме себеси преку живи форми. The Natural Growth Project од Лондон е посветен на лекување на жртви на насилство. Овие луѓе имаат трауми и носат во себе товар од кошмарни сеќавања. Потребно им е време за рехабилитација. Со помош на двајца психотерапевти и органски градинар, биле замолени да се изразат себеси преку градинарството. Резултатот е дека во допир со природните процеси на растенијата и можноста да се биде креативен, помогнале овие луѓе да се соочат со своите застрашувачки спомени и да достигнат емоционално излекување. Убавината на растенијата и цвеќињата, можноста за себе-експресија, им помогнале да ги излечат раните од суровоста.“⁴⁸

Луѓето кои не се соочуваат со болест или тегоби, исто така имаат ползност од природата. Мислите се разбиструваат, тежината на обврските исчезнува, умот се смирува и не лута, срцето чука рамномерно, сетилата се насочени кон убавината на природата. Нејзината убавина може да нè поттикне да се приклучиме кон повиците на движењата кои не повикуваат „да ја исчистиме природата од смет, весници, лименки, шишиња и

⁴⁷ Ned Hettinger, "Allen Carlson's Environmental Aesthetics and the Protection of the Environment," *Environmental Ethics* (2005): 62

⁴⁸ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 105.

разни остатоци, со еден збор да ја исчистиме од нередот.“⁴⁹ Може да нè поттикне и мотивира да ја заштитиме: „Било да се работи за зачувување на дивина, заштита на рурална селска околина од ширење или противење за сечење на дрвата во населбата, убавината на животната средина е од важен интерес. Верувам дека загриженоста на естетиката би помогнала во заштита на средината исто така“⁵⁰ или, пак, да нè поттикне да сме креативни: „Додека шетаме во градината/паркот, она што го рефлектираме можеме да го раскажеме преку приказна.“⁵¹

Кога се зборува за прошетка во природа или пак неколкудневен престој во некоја природна убавина првото прашање ни е: Какви ќе бидат временските услови? Временските услови, исто како и останатите претходно спомнати делови од секојдневието, луѓето не ги доживуваат еднакво. Некои уживаат во долгите зими, некои пак едвај го чекаат топењето на снегот и дораѓањето на природата. Временските услови секако влијаат на расположението, мислите и чувствата во нас, но ако станеме свесни за убавините на активностите и објектите кои ги користиме во секое годишно време, мислам дека ќе ни се смени и доживувањето на пролетта, есента, зимата и летото.

⁴⁹ Allen Carlson, "Environmental Aesthetics and the Dilemma of Aesthetic Education," *Journal of Aesthetic Education* (1976): 69

⁵⁰ Allen Carlson and Sheila Lintott, *Nature, Aesthetics, and Environmentalism* (New York: Columbia University Press, 2008), 413.

⁵¹ Johanna Hällsten, "Movement and Participation: Journeys within Everyday Environments," *Contemporary Aesthetics Inc. 3* (2005):ch.5.

3.1.5. Спорт

Спортот е во секојдневието на луѓето од дамнина како хоби, како професија и како дел од образовниот процес. Постојат разни видови спортови и во рамки на Олимписките игри, секои наредни се дополнети и збогатени со некој нов спорт. Кога зборуваме за физичка активност во слободното време најчесто зборуваме за занимавање со одреден спорт. Освен што влијае на добрата физичка кондиција, секој спорт делува и на внатрешноста на човекот. Расте концентрацијата, се подобруваат рефлексите, мислите се насочени код одредена цел. Постојат индивидуални и групни спортови и во зависност од тоа во спортот може да се ужива сам или во друштво. Спортот носи нови познанства зошто во правилата за играње на било кој спорт не стои дека треба да се практикува само со познати лица. Било да е спортот во животот на некој човек постојано или повремено секако носи позитивни промени. Интересот за нов спорт во животот на човекот носи возбуда, расте адреналинот и желбата за успех.

„Спортот разви одредени афинитети кон естетиката. Ова е очигледно од новиот стил на спортска облека (некои атлети, како Карл Луис, во меѓувреме станаа и модни дизајнери), растот на вниманието посветено на естетските елементи при перформансот (дури и промената на правилата денес е често мотивирана од естетската важност), преку гледачите – спортот стана шоу за забава на општеството.“⁵²

Спортот, во современа смисла, се повеќе станува концентриран на телото и неговите перформанси и можности. Убавината на телата на спортистите, мускулите како извајани од најдобриот скулптор, цврсти како камен, брзината и подвижноста на спортистите стануваат централна точка при гледање на било кој спорт. Дури и спортската облека е ставена во функција на втора кожа на спортистот. Бидејќи се спортува на точно определени места, а во време на натпревари се повеќе луѓе сакат во живо да

⁵² Andrew Light and Jonathan M. Smit, eds., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 136.

присуствуваат на тие настани, спортот се повеќе се доближува до одредени видови на уметност.

„Спортот како и театарот се случува на одредени места, одвоени од секојдневниот свет. Она што е сцената за театарот, стадионот, рингот за бокс или тркачката патека се за спортот. Уметноста како и спортот, споредувани со животот, се симболични активности условени од нивната структура.“⁵³

Како што спортот за свој инструмент го има телото, така уметноста на пример сликарството ги има четките и белото платно. Како што спортистот настојува да го усоврши движењето, подвижноста и брзината на своето тело така и сликарот настојува да ги усоврши движењата на својата рака за да го постигне замисленото.

„Спортот има големи предности над она што се смета за уметност: разбирлив е и во него може да ужива скоро секој. За да бидеш фасиниран од некој спорт не ти е потребна диплома – за разлика од уживањето во модерната, неразбирлива уметност, е пожелна диплома. Секако, и кај спортот е потребно одредено знаење: знаењето на правилата е битно и колку повеќе запознаваш одреден спорт толку повеќе уживаш во него. Модерната уметност – наспроти протестирањата од страна на уметничките педагози – е тешко достапна за секого.“⁵⁴

⁵³ Andrew Light and Jonathan M. Smit, eds., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 142.

⁵⁴ *Ibid.*, 148.

3.1.6. Храна

Храната е дел од нашето секојдневие од раѓањето до смртта. Јадеме и за време на среќни и за време на тажни моменти. Храната нè спојува но и нè разделува. Не спојува и нè разделува заради различните вкусови и мириси кои ги содржи. Некои преферираат лута и зачинета храна, некои еднолична и не готвена храна, некои сакаат да јадат месо секој ден, некои јадат зеленчук но не и овошје итн. Кога е пред нас некој вид на јадење ние го доживуваме со сите сетила, го мириσαμε, го вкусуваме, го гледаме, ја чувствуваме неговата топлина, го допираме со прстите и ја чувствуваме неговата текстура, мекост.

„Храната е домен кој вклучува повеќе сетила одеднаш, додека толерира дозволен микс на познато и непознато.“⁵⁵ Често се вели „во здраво тело здрав дух“, кое се постигнува со физичка активност, ментална активност и храна. Храната може да ни донесе здравје но и болест во животот, во зависност од тоа како ја комбинираме, колкава количина на храна јадеме, колку често јадеме и каков е квалитетот на храната кој го внесуваме.

Но храната може и да ни донесе задоволство, како кога јадеме сладолед во топла приквечерина. „Најнапред, постои општа согласност дека може да постојат естетски реакции на вкусови и на мириси.“⁵⁶ Храната може да нè потсети на убав момент, како кога јадеме морски плодови па тие ни го носат мирисот на морето. Храната може да ни донесе нови сознанија, како кога за прв пат пробуваме индиска храна па така подобро ја запознаваме земјата која копнееме да ја посетиме. „Емоциите имаат концептуална содржина: храната за мислење е исто така и храна за чувствување. Како што ги поврзуваме новите идеи или објекти, нови емотивни модели можат да се појават.“⁵⁷

⁵⁵ Mieke Bal, "Food, Form, and Visibility: Glub and the Aesthetics of Everyday," *Postcolonial Studies* (2005): 53.

⁵⁶ Џепароски Иван, *Аспекти на другоста* (Скопје: Менора-Евро Балкан Пресс, 2007), 126

⁵⁷ Joseph H. Kupfer, *Experience As Art : Aesthetics in Everyday Life* (New York: State University of New York Press, 1983), 82.

За да разбереме подобро некој човек треба да го видиме неговиот однос кон храната, за да запознаеме подобро некоја земја треба да седнеме и да ја пробаме храната која се нуди во неа.

„Миризбите и вкусовите играат значајна улога во разбирањето на местата кои културолошки се разликуваат.“⁵⁸ Преку миризбите можеме и со затворени очи да ја препознаеме кујната на својата баба, преку вкусовите можеме да ја препознаеме националната кујна на својата земја. Преку миризбите и вкусовите на храната во туѓата земја во која сме, можеме да се почувствуваме пријатно или непријатно. Можеме да станеме дел од една заедница уживајќи во локалните специјалитети или можеме да останеме на страна копнеејќи по специјалитетите од сопствената земја.

„Искусвата поврзани со готвењето и јадењето се во рамките на потенцијално естетско искуство. Храната ни е потребна за да живееме, но за да останеме во живот можеме да јадеме и храна која е безвкусна, едноставна, функционална храна. Начинот на кој храната буквално е во можност да покаже и искаже социјален, политички, културен, духовен, симболичен и фамилијарен контекст и дава посебно и значајно место во светот на уметноста како уметност која укажува на вредноста на дворецот во кој ние продолжуваме да живееме. Храната не носи на естетско патување низ различни култури, времиња и места и го прави тоа преку нешто кое ни е потребно секојдневно за да продолжиме понатаму.“⁵⁹

Џејми Оливер е готвач познат по неговите емисии за готвење на телевизискиот канал „24 часа кујна“. Но тој е познат и по неговите залагања за промена на менијата во училиштата ширум Англија и САД. Се бори против брзата, нездрава храна, но во исто време нуди рецепти за брза но здрава храна која може да се подготви за 15 или 30 минути. Она што јас лично го имам научено од Оливер е да уживам во вкусовите на различни зачини. Во неговите книги на почетокот има дел во кој ви кажува што се од

⁵⁸ Andrew Light and Jonathan M. Smit, eds., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 187.

⁵⁹ *Ibid.*, 206.

продукти, зачини и кујнска опрема ви се потребни и кои секоја кујна во која се готви треба да ги поседува. Неговите книги ме поттикнаа да почнам да садам зачини на терасата од својот дом, на секое патување најпрво да одам во продавничките за зачини и да ги купувам локалните зачини, на пазарите најпрво да ги барам старите бабички кои во плетени кошници продаваат зачини, билки и чаеви кои ги набрале од сопствените дворови.

Доволно е да погледнете една епизода од неговите емисии и ќе видите со колку големина количина на љубов и страст готви, зборовите кои ги користи за да го опише вкусот на некое јадење се зборови на кои би позавидел и најстрасниот љубител на било која уметност. Тој е заслужен и за воведување на играта и нередот во процесот на готвење. Најчесто ги користи рацете за месење, сецкање и пробување на храната дури и кога некој залак ќе му падне на работната маса не го фрла туку со прстите го собира и со сласт го јаде. „Запомнете се работи за готвење на сосема нов начин. Како возење велосипед, учење да се вози кола или водење 'прекрасна љубов', на почетокот можеби нема да ги направите нештата како треба, но бенефитот кога конечно ќе успеете е неверојатен.“⁶⁰ Начинот на кој нè учи како да ја припремаме храната е начин на кој треба да го живееме животот – со полет, радост, возбуда и желба за нови нешта.

Гвен Куен ја споредува храната со уметноста и со оваа своја теорија ја подига храната на едно повисоко ниво без притоа да ѝ го одземе местото каде што таа припаѓа – во секојдневниот живот. „Храната е уметност; во тоа сум сигурен. Проблемот настанува, се разбира, кога се обидувам да ги убедам останатите како храната може да биде уметност. Ова е навистина тешко, зашто најчесто храната не е сметана за уметничка форма и секако не се гледа исто на неа како што се гледа на сликарството, вајарството и музиката.“⁶¹

⁶⁰ Jamie Oliver, *30 minute meals*, (London: Penguin Books Ltd, 2010), 14.

⁶¹ Andrew Light and Jonathan M. Smit, eds., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 194.

Блискоста меѓу храната и сликарството лежи во идејата, иновативноста, желбата за создавање на нешто кое ќе донесе воодушевување и возбуда, а тоа го чувствува и готвачот пред да започне со приготвување на јадењето но и сликарот пред да започне со сликање. Развојот на слаткарската индустрија и умешноста на приготвување на слатки и торти е доведена до степен кога човек може да се запраша дали на излогот од слаткарницата има скулптура на куче, дали е вистинско куче или пак е торта во облик на куче. Како што едно музичко дело не постои без ноти напишани на лист хартија така и едно јадење не постои без неговите состојки напишани на лист хартија. Не придржувањето до напишаното може да нè одведе во создавање на ново прекрасно музичко дело или пак ново вкусно јадење, но може да нè одведе и до спротивното.

„Не се сеќавам дека сум пробал нешто кое ме довело до солзи (освен индиското кари кое ми ја изгоре устата и ми го уништи сетилото за вкус на два дена). Но сум јадел (и сеуште јадам) храна која ме менува продуктивно и културолошки..... Храната е медиум преку кој имам почувствувано експресија на хармонија, ред, артикулација, вештина и длабоки чувства. Тоа се естетски искуства; квалитативни уметнички искуства преку храна во директна или индиректна смисла.“⁶² Сè повеќе готвачи и сè повеќе ресторани во светот создаваат и нудат храна која изгледа како уметничко дело или скулптура. Како што вајарот од парче мермер или камен го создава своето дело, така и готвачите од парче храна создаваат уметнички дела. Денес во храната се ужива со сите сетила, во одредени случаи највеќе уживаат очите, во одредени пак рацете. Постојат ресторани во кои храната се служи без прибор за јадење па рацете се користат во функција на вилушка и нож, во некои ресторани се јаде во темнина или во тишина. „Не само уметниците туку и естетиката на секојдневниот живот сугерира на гладта за секундарните сетила, на кои им се препишува потребата за интима, привлекување и телесно холистичко искуство.“⁶³

⁶² Andrew Light and Jonathan M. Smit, edit., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 205.

⁶³ Mădălina Diaconu, "Reflections on an Aesthetics of Touch, Smell and Taste," *Contemporary Aesthetics Inc.* 4, (2006):ch.2.

3.1.7. Чувствата во секојдневниот живот

Искажувањето на чувствата и одредувањето на емоциите кои во нас ги буди едно уметничко дело, зборувајќи со термините кои ги користи традиционалната естетика или поконкретно уметничката естетика, е еднакво и во естетиката на секојдневието. Но она кое е негативно обоено во естетиката на уметноста е со позитивно значење кај естетиката на секојдневниот живот.

„'Симпатично', 'мило' и останатите слични термини често се користат за одредени естетски квалитети. Често, особено за 'симпатично' во уметноста, значењето е негативно. Треба да се свртиме кон естетиката на секојдневието (или кон популарните уметности) за да ги најдеме 'симпатично' и 'мило' користени во позитивна смисла, на пример велиме симпатична кука, здолниште, градина, девојка, момче, мисла, цвеќе, прошетка, фотографија, песна, танц, град, бебе или глас.“⁶⁴

Искажувањето на чувствата и одредувањето на емоциите во Естетиката на секојдневието бара од нас да употребуваме термини кои не се употребуваат во традиционалната естетика. Ова може да се земе како еден голем позитивен квалитет, меѓу морето квалитети, кои ги содржи во себе Естетиката на секојдневието. Таа го проширува речникот на Естетиката во целина, кој бил долго време ограничен на одреден број на зборови и фрази кои се користеле за опишување на естетските искуства.

„'Мириса чисто' би требало да се додаде во низата слични квалитети како што се 'мириса убаво', 'мириса добро', 'мириса вкусно' и нивните спротивности. Тие имаат огромно значење во естетиката на секојдневието, во домот, во ресторантот, на улиците и во нашите еротски животи. Ова е едно подрачје каде што естетиката на секојдневието се дели од естетиката на убавите уметности. Дискусијата за естетиката на мирисот е ретка во

⁶⁴ Thomas Leddy, "Defending Everyday Aesthetics and the Concept of "Pretty"," Contemporary Aesthetics Inc. (2012):ch.7.

текстовите за убавите уметности, иако мирисите може да се рафинираат и организираат до точка каде би станале медиум за некоја уметничка форма.“⁶⁵

„Во едно од интервјуата, наречени 'Конверзации пред крајот на времето', Сузи Габлик прашува дали во уметноста на живеењето се вклучени дневните активности, дејствијата и интеракциите многу повеќе од самите објекти? Барбара Киршенблат-Гилет одговара дека се вклучени: домашното уредување, масата, храната, јазикот. Тука ги вклучува и уметноста на дружељубивост и конверзациите но и етичноста и здолништето. На повисоко ниво, вклучени се и градините, парадите и многу други случувања со кои изобилува нашево време.“⁶⁶ Сите овие нешта кои ги набројува Киршенблат-Гилет се не само дел на уметноста на живеењето туку и на уметноста на секојдневието, а со тоа и на естетиката на секојдневието. Секојдневието изобилува не само со нешта и нашите релации со нив туку и со случувања кои ги вклучуваат тие нешта но и интеракцијата со останатите луѓе и интеракцијата со самите себе.

„Естетиката на секојдневието отвара ново поле на истражување во самата дисциплина, дел фокусирајќи се на објекти и активности кои беа занемарени од страна на традиционалната естетичка теорија: каучи, ножеви и шољи за кафе – од една страна и готвење, прошетки пред работа или игри со топка – од друга страна.“⁶⁷

Зголемувањето на речникот и ширење на фокусот на истражување на традиционалната естетика, се новини за кои е заслужна естетиката на секојдневието, но таа е заслужна и за отварање на нови видици на луѓето кон секојдневието, детектирање на нови чувства кои во нив ги будат обичните, секојдневни нешта и поголем квалитет на уживањето во секојдневната комуникација и дружење со другите луѓе. „Секако најпарадигматичниот естетски поим „убаво“ може да се однесува на многу нешта кои

⁶⁵ Andrew Light and Jonathan M. Smit, edit., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2012), 9.

⁶⁶ Suzi Gablik, *In Conversations before the end of time* (New York: Thames and Hudson, 1995), 418.

⁶⁷ Jane Forsey, "Appraising the Ordinary — Tension in Everyday Aesthetics," *Proceedings of the European Society for Aesthetics* 5 (2013): 237, 238

одат добро со уметноста. Имаме убави пријателства, фудбалски додавања, пролет, бебиња, obleки и јадења кои се исто толку убави како некои уметнички дела.“⁶⁸

Дури и чувствата кои во нас ги предизвикуваат уметничките дела, а Традиционалната естетика смета дека се ексклузивни и единствено можни само при допир со уметноста; естетиката на секојдневието ни покажува дека истите чувства може да ги имаме и во допир со секојдневните објекти. Со помош на естетиката на секојдневието убавината е секаде околу нас, а највеќе се наоѓа во секојдневниот живот.

„Зборот ‘естетски’ се однесува на искуството како прифатливост, восприемливост и уживање.“⁶⁹ За традиционалната естетика ова искуство е највеќе поврзано со уметноста и уметничките објекти, за разлика од естетиката на секојдневниот живот која смета дека прифаќање, восприемање и уживање можеме да доживееме и со секојдневните објекти. Секојдневниот живот, според естетиката на секојдневието, е доволно богат и разновиден за да му се предадеме и да уживаме во чувствата кои ќе следат во допирот со секојдневните објекти.

⁶⁸ Thomas Leddy, “Defending Everyday Aesthetics and the Concept of “Pretty”,” *Contemporary Aesthetics Inc.* (2012):ch.1.

⁶⁹ John Dewey, *Art as experience* (New York: A Wideview/Perigee Book, 1934), 52.

3.1.8. Филозофијата во секојдневниот живот

Зборот Филозофија потекнува од два збора чие значење е „љубов кон мудроста“. Љубовта кон мудроста не е љубов за која се способни само филозофите, учените луѓе. Мудроста е достапна до секого, секако дека е потребен интелектуален напор и насочен на мислите но кога ќе ја видиме мудроста во сета нејзина убавина сета тешкотија по патот до неа се заборава.

Лу Мариноф е пензиониран професор по филозофија кој филозофијата ја става во секојдневието на луѓето во облик на лек, терапија. Смета дека оној кој има проблеми треба да се обрати на филозоф, обучен во областа на терапија со филозофија, и преку разговор, дискусија и читање на одредени автори-филозофи се ублажува болката која тој човек ја носи во себе, се расчистуваат облаците кои се надвиснати над него, се здогледува патот кој претходно бил обвинен со магла од грижи и мисли.

„Филозофијата е љубов кон мудроста, мудрост која не е дадена туку е стекната со интервенција врз животот како таков. Да знаеш нешто во филозофска смисла не е да поседуваш одредено знаење за нешто дадено, туку да знаеш дека секое себство е со одреден рок на траење. Сепак, ние се грижиме за себе со цел да продолжиме да живееме и да станеме помудри во надминувањето на животните тешкотии. Постои баланс меѓу себепознавањето и грижата за себе. Колку повеќе се грижиш за себе толку повеќе знаеш, а колку повеќе знаеш толку подобро ќе се грижиш за себе.“⁷⁰

Грижата за себе, од една страна, и себепознанието, од друга страна, се две битни точки околу кои треба да се движи нашиот живот и секако нашето секојдневие. Но историјата на човештвото покажува дека многу мал дел од луѓето на овој начин го минуваат животот, останатите најчесто се обидуваат да побегнат од себеси со помош на секојдневието окупирајќи се со секакви нешта и со многу луѓе. Филозофијата е таа која му го покажува патот на човекот кон себеси, филозофијата е таа која му го покажува на

⁷⁰ Finn Janning, "Philosophy for Everyday Life," *Journal of Philosophy of Life* (2015): 4

човекот патот кон дома, кон внатрешноста, кон себепознанието. Филозофијата се интересира за непознатото но и за поинаков поглед на познатото. Ја интересира и таинственоста и познатоста на светот. Бара одговори, поставува прашања, ги менува постоечките правила, ги дополнува дефинициите. „Загатките без јасни одговори не потсетуваат дека нашето знаење е некомплетно, но исто така не тераат на размислување за фамилијарните, познатите нешта на нов и несекојдневен начин.“⁷¹

Терапијата со филозофија го вметнува интересот за филозофијата во мноштвото интереси со кои е обоено секојдневието. Не секој се одлучува да студира филозофија и не секој е спремен да чита филозофска литература но во соработка и со помош на филозофот-терапевт секој може да прочита неколку реда од некое филозофско дело кои би му отвориле еден нов поглед на светот, еден нов поглед на проблемите кои го мачат. Филозофијата изобилува со нешта кои не се сретнуваат често во секојдневијата на најголемиот број луѓе и тука лежи нејзината големина, одлучувајќи се за филозофија се одлучуваме да ја напуштиме здодевноста на повторувањата со кои изобилува секојдневниот живот.

„Додека паметта се задоволува со победување во апстрактни расправи, мудроста е практична вештина чија цел е вешто расудување сред секојдневните компликации. Во таа смисла филозофијата се состои во препознавање на двосмисленоста на животот кој го живееме....“⁷² Филозофите се интересираат за секојдневниот живот и за нештата кои го окупираат и се околу човекот но тие одат еден чекор напред и не се заплеткуваат во здодевностите и неприметните нешта кои се најчеста секојдневна окупација туку ја бараат смислата на постоењето и целта на човековиот живот и ако овие две нешта го окупираат секојдневието на човекот тогаш наоѓањето смисла во секојдневието и наоѓањето на целта на животот ќе станат силата која ќе го движи човекот напред.

Од друга страна, често се вели дека: „Филозофијата има репутација на интересирање за нешта кои се надвор од „секојдневниот живот“, тие нешта пловат

⁷¹ Richard Brian Davis, ed., *Alice in wonderland and philosophy* (New Jersey: John Wiley & Sons, 2010), 162.

⁷² Роберт Р. Смит, *Доручак со Сократом* (Београд: ПлатО, 2012), 10.

слободно над фотелјата на која ние седиме додека размислуваме за нив.⁷³ За да ги видиме нештата кои пловат над нас потребна ни е љубопитноста. Децата се оние за кои е карактеристична љубопитноста и со текот на годините таа бледнее кај најголемиот дел од луѓето, но филозофите се луѓе кои успеале да ја задржат љубопитноста во својот живот и во себеси. Ако ја вратиме љубопитноста во секојдневието тогаш тоа никогаш веќе нема да ни изгледа здодевно и неприметно.

„Љубопитноста за останатите веќе не може да се смета за луксуз или производ на слободното време – таа е неизбежна заради самото наше постоење.“⁷⁴ Љубопитноста нè враќа кон мудроста, кон вистината кои пак нè враќаат кон филозофијата односно кон љубовта и мудроста. „Филозофот – во овој контекст – е оној кој не верува во ништо освен во љубовта. Тој или таа го следат правецот на љубовта до крајот на светот зошто љубовта го збогатува животот, го прави убав и лесен. Филозофијата е радоста да се биде жив зошто животот сам по себе е полн со мудрости.“⁷⁵ Љубопитноста кон мудроста можеме да ја задоволиме и со поинаков вид на литература, не само со филозофија. Терапијата со филозофија е дел од библиотерапијата односно од лекувањето со помош на книги. Книгите кои се користат во библиотерапијата се од различни жанрови и автори, целта е со помош на литературата луѓето да се соочат со болката која ја чувствуваат и да најдат решение на своите проблеми.

„Книгите лекуваат. Се повеќе студии покажуваат дека библиотерапијата има огромно значење. Сите знаеме дека добра книга може да ни го промени животот.... Ќе споменам само еден пример: Во Англија Џејн Дејвис организираше средби наречени „Проза не Прозак“: иницијатива која спонзорира читачки групи во општествените центри, домовите за стари луѓе, дневните болници, библиотеките итн. Група на луѓе се сретнуваат и читаат заедно. Се собирале еднаш неделно и читале книга на глас. Учесниците биле од

⁷³ Kathy Behrendt, "Despair, Liberation & Everyday Life: Two Bundle Views of Personal Identity," *Richmond Journal of Philosophy* 5 (2003): 1

⁷⁴ Teodor Zeldin, *Intimna istorija čovečanstva* (Beograd: Geopoetika, 2003), 83.

⁷⁵ Finn Janning, "Philosophy for Everyday Life," *Journal of Philosophy of Life* (2015): 5

различни категории: возрасни луѓе, бездомници, самохрани мајки, зависници од дрога, психијатриски пациенти и многу други. Резултатите се особено охрабрувачки. Учесниците се чувствувале помалку осамени, заборавиле на своите грижи и болки, ги подобриле социјалните вештини, се чувствувале добро.⁷⁶ Читањето книги не само што го збогатува фондот на зборови кои еден човек го поседува туку влијае и на неговите размислувања, погледи на свет па и квалитетот и квантитетот на чувствата во него. Оној кој чита е запознаен со различни начини на живеење, различни животни правила, различни искуства кои ги доживеале некои луѓе и сето ова знаење влијае на неговата отвореност и желба за промени, за новини и искусување на непознатото и таинственото.

⁷⁶ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 90.

3.1.9. Mindfulness во секојдневниот живот

До сега пишував за промените кои треба да ги направи традиционалната естетика за да се прилагоди на новините на денешницата особено на естетиката на секојдневието. Промената треба да се случи не само кај естетичарите туку и кај уметниците и теоретичарите на уметноста. Но промената треба да се случи и кај секого од нас во однос на секојдневниот живот. „Човечките битија во текот на историјата постојано ги менувале очилата низ кои го гледале светот и себе во него.“⁷⁷

Се повеќе и се почесто се сретнувам со зборот mindfulness, за кој во македонскиот јазик се уште нема официјален превод.⁷⁸ Иако неговата примена, теоретска и практична, во светот се повеќе се шири. Можеби зборовите „сесвесност“ и „целосвесност“ се најблиску до вистинското значење на овој поим. Поширокото објаснување е живеење во моментот, живеење тука и сега. „Постои огромна разлика меѓу живеењето за моменти и живеењето во моментот. Кога живееме во моментот нема очајно грабање туку релаксирано прифаќање на она што се случува во сегашноста: шумолењето на ветрот, прашинки во воздухот, движењето на воздухот во нас.... Кога живееме во моментот, умот не брза да гледа било што, туку се концентрира и е во моменталните случувања и доживувања, исполнет со детали од сегашноста. Тие детали го имаат нашето целосно внимание.“⁷⁹

Ја поврзувам Естетиката на секојдневието со терминот mindfulness бидејќи сметам дека токму живеењето во моментот ни дава поинаква слика на секојдневието, кое што е цел на естетиката на секојдневието – да покаже дека секојдневниот живот носи во себе убавина за која не сме свесни и не ја забележуваме. Ако постојано брзаме и не забележуваме што се случува со нас и околу нас, ако постојано сме окупирани со нешта

⁷⁷ Teodor Zeldin, *Intimna istorija čovečanstva* (Beograd: Geopoetika, 2003), 24.

⁷⁸ Мојот ментор Иван Џепароски за mindfulness ја користи синтагмата „мисловна сосредоточеност“.

⁷⁹ Joseph H. Kupfer, *Experience As Art : Aesthetics in Everyday Life* (New York: State University of New York Press, 1983), 184,185.

кои ни го одвлекуваат вниманието од работата на себеси и од секојдневното уживање во мали нешта, ако постојано копнееме по нешта кои ги немаме без при тоа да ја забележиме убавината која ја поседуваме и која е околу нас тогаш навистина треба да се запрашаме дали е тоа живот кој сакаме да продолжиме да го живееме или сакаме промена? Дали неинтересот и незабележувањето сакаме да се главните одлики на нас самите или сакаме промена?

„’Дамапада’ (Dhammapada) е стар будистички текст во кој се вели: Она што си сега е резултат на она што беше. Она што ќе бидеш утре ќе биде резултат на она што си сега. Последиците на злиот ум ќе те следат како што кошницата го следи волот кој ја влече. Последиците од прочистениот ум ќе те следат како сопствената сенка. Никој не може ништо да стори за тебе освен прочистениот ум – ниту родителите, ниту роднините, ниту пријателите, никој. Добро истренираниот ум носи среќа.“⁸⁰ Значи промената ќе дојде ако одлучиме да го смениме досегашниот начин на живеење. Ако за момент застанеме, станеме свесни за сопственото дишење и се свртиме околу нас да забележиме што се има ќе видиме еден нов свет, многу нови бои и звуци за кои сме биле слепи и глуви. „Преку процесот на mindfulness, полака стануваме свесни кои навистина сме, длабоко долу под егото. Се будиме во светот каков што навистина е.... Тоа е процес на себе-откривање, истрага во која го набљудуваш сопственото искуство додека учествуваш во него.“⁸¹

Постојат многу начини на живеење сега и тука. Секој човек може да избере начин кој нему му е најблизок, со помош на молитва, спортување, прошетка во природа, медитирање, јога, готвење, слушање музика итн. Ова се активности кои луѓето ги прават секојдневно и не се поврзани со одредена професија или со конкретен начин на размислување.

Благодетите на живеењето во моментот се познати уште од дамнаина. Многу филозофи, јогини, здравствени работници итн., се запознаени со нив и секојдневно се прават истражувања на оваа тема. Освен терминот mindfulness се почесто се зборува и за

⁸⁰ Bhante Henepola Gunaratana, *Mindfulness in plain English* (Boston: Wisdom Publications, 2011), 8.

⁸¹ Ibid., 26.

медитацијата како алатка која нè враќа кон себеси и која нè повикува да живееме сега и тука. Медитацијата почнува да се применува во училиштата, работните организации но најголема добивка имаат луѓето кои секојдневно ја практикуваат.

Моето лично искуство на внесување на медитацијата во секојдневниот живот е целосно позитивно. Првата средба со неа беше преку Випасана. „Випасана е најстарата Будистичка медитациска пракса. Методот доаѓа директно од Сатипатана Сута, дискурс кој му се препишува на самиот Буда. Випасаната е директно и постепено влегување во mindfulness или свесност.“⁸²

Имав можност да практикувам Випасана во Италија, тоа беше десетдневно живеење во тишина. Покрај молчењето се практикуваше медитација, неколку пати на ден. Будењето од сонот во кој живеам до тогаш беше прекрасно искуство. Медитацијата и тишината ми дозволија да се концентрирам на секојдневието. Почнав да уживам во допирот на моите стапала на влажната трева, почнав да ги разликувам звуците на птиците околу мене, размислував за луѓето кои се дел од моето секојдневие и почувствував среќа и благодарност што ги имам покрај себе. Ми се јавија чувства и мисли за нешта и луѓе кои претходно сум ги немала иако многу години секојдневно сум во контакт со нив.

„Медитацијата има за цел да го прочисти умот. Го чисти процесот на мислите од така наречените психичките иритатори, нештата како алчност, омраза и љубомора, кои прават да си во метежот на емоционалното ропство. Медитацијата го доведува умот во состојба на смиреност и свесност, во состојба на концентрација и увид.“⁸³

Секако, како што спомнав и претходно, медитацијата не е единствениот начин на враќање кон себеси и вистинско доживување на секојдневието. Постојат многу други и споделувањето на моето медитативно искуство е само заради последиците заради кои денеска го доживувам поинаку сопственото секојдневие и работам вредно на запознавањето на себеси. Сметам дека само менувањето на секојдневните навики може

⁸² Bhante Henepola Gunaratana, *Mindfulness in plain English* (Boston: Wisdom Publications, 2011), 10.

⁸³ Ibid., 8.

да нè доведе до менување на нашето видување на секојдневието и менување на самото секојдневие.

Она кое што го правиме секојдневно не обликува нас, нашиот поглед, однос и влијание во светот, светот околу нас и светот воопшто. Глобалната промена доаѓа преку индивидуалните промени на луѓето. Ако мојата лична промена влијае на промената на некој близок од моето опкружување, тогаш неговата промена ќе влијае на нечија друга промена кои на крајот ќе доведат до промена во светски рамки. Изборот е секако на поединецот како што е и изборот на патот кој ќе доведе до промена. Некому промената му се случила преку медитацијата, некому преку читањето на книги, преку музиката, преку разговорот со пријател итн. „На рутината и досадата можеме да им делуваме и на поинакви, поспори начини. Тие начини се најчесто процесот на развивање на нас самите, ширење на нашите светогледи или учење на нешто ново кое може да биде и нешто тешко. Проучување на уметноста, некој вид на наука или спорт, се такви примери.“⁸⁴

Естетиката на секојдневието повикува на истражување на секојдневието и наоѓање нови моменти во него. Начинот на доаѓање до нив е индивидуален и зависи од поединецот. Во повикот за промена не се изоставени и естетичарите, особено приврзаниците на традиционалната естетика бидејќи „Естетичарите продолжуваат да работат сами во музеите, библиотеките и уметничките галерии заедно со нивните книги и академски списанија не вознемирани од миризбата, топлината и потта на секојдневниот живот.“⁸⁵ Во минатото повикот бил упатен кон секого да ги посети музеите, библиотеките и уметничките галерии, денес пак повикот е упатен до секого да се сврти, да го забележи, да стане свесен и да почне да ужива во секојдневниот живот. Уживањето и размислувањето да не бидат ексузивно застапени само при посетата на некои од овие

⁸⁴ Ossi, Naukkarinen, "Kaj je "vsakdanje" v estetiki vsakdanjosti," *Filozofski vestnik* XXXVI, 1 (2015): 32

⁸⁵ Katya Mandoki, *Everyday Aesthetics. Prosaics, the Play of Culture and Social Identities*, (England: Ashgate Publishing Company, 2007), 13.

простори туку да бидат постојано присутни, да станат секојдневни активности. „Нештата се менуваат. Она што било неопходно во една ера може да е неупотребливо во друга.“⁸⁶

Мудроста лежи во спознавањето себеси и светот околу нас. Постојат различни начини на доаѓање до мудроста но постои само еден начин кој ќе ни отвори највеќе врати и прозорци преку кои ќе можеме да ја бараме мудроста, а тоа е љубопитноста. Љубопитноста копнее по одговори, се прашува, бара соговорник и ужива во дискусии. „Мудроста на дијалогот расте преку мудроста на себе-познавањето.“⁸⁷ А дијалогот со себеси не носи кон себе-познавањето, патот кој го изодуваме до овој дијалог се нарекува мудрост. До мудроста се стигнува по различни патишта, а желбата и успехот на наоѓање на тие патишта лежи само во нас.

⁸⁶ Paul Woodruff, *The necessity of theater: The Art of Watching and Being Watched* (New York: Oxford University Press, 2008), 13.

⁸⁷ Paul Woodruff, *The necessity of theater: The Art of Watching and Being Watched* (New York: Oxford University Press, 2008), 225.

3.1.10. Уметноста во секојдневниот живот

Уметноста во секојдневниот живот е присутна не само при посетата на некој музеј или галерија туку е насекаде околу нас, постојано. Во домовите имаме репродукции на познати уметнички дела, можеби имаме и оригинално парче уметност. Застапеноста на поп-културата во сите подрачја не го одмина и домот па така познатите уметнички дела може да се најдат на шолји за кафе, пешкири, постелнина итн.

Уметноста има уште една улога во секојдневието, која можеби во иднина ќе стане нејзината најзначајна. Уметноста се повеќе се користи како лек, како облик на терапија која ја изведува уметносен терапевт но не е исклучена и можноста на самолекување. Се поголем број на книжари низ светот нудат боенки за возрасни со слики на мандали, пејсажи кои луѓето ги бојат за да го отстранат стресот. Фабриците кои произведуваат боици и фломастери работат со полна пареа зошто интересот за нивните производи се повеќе расте. Изработувањето на накит, ситни предмети за дома, прилагодување на парчиња природа за домашни цели се исто така активности кои во себе ја вклучуваат терапевтската страна на уметноста. „Би можеле да разбереме дека здравјето и креативноста се едно и се исто ако го прифатиме фактот дека креативноста не е талентот кој го поседуваат неколкумина, туку е особина која го краси секого. Длабоко внатре, нашето јас е живо и копнее да се изрази себеси, да импровизира и да си игра како дете.“⁸⁸

Терапевтската моќ која во себе ја носат сите видови на уметност е позната одамна, но во минатиот век се официјализира лекувачката моќ на уметноста и почнува да се користи во терапевтски цели самостојно и како дел од психијатриското, психолошкото и психотерапевтското лекување. Моето лично искуство со уметничката терапија ми покажа дека не е потребно пациентот или клиентот да имаат дар за уметност ниту пак да имаат

⁸⁸ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 98.

претходно искуство или познавање на уметноста. Се ми се чини дека ја носиме во себе поврзаноста со уметноста и интуитивно ја чувствуваме блиска и своја.

„Во текот на изминатите 100 години, бројни индивидуалци во полињата на психологијата, психијатријата, консултанството, креативните уметносни терапии и други ги забележаа потенцијалите на уметноста, музиката, движењето, пишувањето, драмата и другите активности во терапијата. 'Експресивни терапии' е еден од термините кои најчесто се користат за да се дефинира оваа терапевтска употреба на уметностите и играта со децата, адолесцентите, семејствата и групите.“⁸⁹ Експресивните терапии во себе ги вклучуваат сите видови и облици на уметност: сликарство, вајарство, фотографија, танц, музика, драма, филм итн. Во зависност од пациентот или клиентот, во зависност од тежината на болеста во терапевтскиот процес се вклучува еден вид на уметност или комбинација од неколку видови. „Уметноста е особено од помош при насочување на нашето внимание и почит на скапоценостите кои најчесто ги занемаруваме па дури и ги игнорираме.“⁹⁰

Моето лично искуство но и искуството на многу други во уметничката терапија, покажува успех и мали но сигурни чекори насочени кон оздравување или намалување на тешкотиите настанати од различни болести. На почетокот клиентите и пациентите чувствуваат страв, особено ако претходно немале искуство со некој облик на уметност, но за многу кратко време ситуацијата се менува и почнуваат да чувствуваат опуштеност и желба за искажување преку уметноста. Во средината на процесот на лекување најчесто болните се тие кои едвај ја чекаат повторната средба со уметноста и со нетрпение го очекуваат подобрувањето. При крајот на лекувањето состојбата, најчесто е видно изменета, клиентот си наоѓа еден или повеќе омилени видови на уметност и продолжува да ги користи и вон терапевтскиот процес.

Луѓето кои не се чувствуваат спремни за влегување во терапевтски процес, луѓето кои сакаат само опуштање по завршувањето на работниот ден, луѓето кои чувствуваат

⁸⁹ Cathy Malchiodi, *Expressive Therapies* (New York: The Guilford Press, 2005), xiv.

⁹⁰ Yuriko Saito, "Everyday Aesthetics and Artification," *Contemporary Aesthetics Inc.* (2012):ch.4.

мали промени во расположението но немаат конкретно заболување или болест најчесто своеволно и самостојно ја користат уметноста во секојдневниот живот како помош при ослободување од негативните мисли, смирување на умот и намалување на товарот од грижи. Постојат многу начини за тоа: со слушање на музика, гледање на филм, посета на некоја изложба или користење на одреден уметнички правец за себеизразување. При уживањето и конзумирањето на туѓото уметничко дело доаѓа до наоѓање на точки и моменти слични на нашиот живот и нашата внатрешна и надворешна состојба кои ни помагаат на нов, поинаков начин да се погледнеме и да најдеме нови начини за надминување на тешкотиите. „Почитувањето на уметноста ни помага да го култивираме сопствениот морален капацитет на распознавање и разбирање на реалноста на другиот преку имагинација на сличност.“⁹¹ При создавање на нешто свое, користејќи ги различните уметности доаѓа до момент на себеизразување и себепознание кои носат восхит од она кое самите сме го создале и чувство на смиреност заради немирот кој излегол од нас со помош на уметноста. „Која е задачата на уметноста ако не промена на нашиот поглед на гледање?“⁹²

Уметноста и кога го прераскажува или копира секојдневието во себе го носи внатрешниот свет на уметникот, кој кога доаѓа во допир со нашиот внатрешен свет отвара во нас нови врати на познание, нови прозори кои нудат поинаков поглед. Кога во секојдневниот живот имаме допир со уметноста имаме невидлива поддршка, потпора која е секогаш тука за нас и во добрите и во лошите моменти секојдневно.

Ако за момент се вратиме на традиционалната естетиката и филозофијата не можеме да го избегнеме најочигледното прашање: „Што е уметност? Зошто е важно поставувањето на ова прашање? Одговорот би бил зашто уметноста е важна. Прашањето: „Што е уметност?“ е всушност прашање „Што се подразбира под уметност?“ и секако сакаме одговор за да знаеме дали нешто треба да го има или нема статусот на уметност.

⁹¹ Yuriko Saito, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 131.

⁹² Nikos Papastergiadis, *Spatial Aesthetics, Art, Place, and the Everyday* (Amsterdam: Institute of Network Cultures, 2010), 82.

Со други зборови, прашањето што е уметност не се поставува само заради класификација туку и заради културолошка почит и восхит.... Што ја прави уметноста вредна? Спонтаниот одговор би бил дека уметноста е извор на задоволство и уживање.⁹³

Покрај нејзината терапевтска моќ, која претходно ја спомнав и на која подоцна ќе се вратам, уметноста нè радува, нè исполнува, нè полни со позитивни мисли и чувства и нè празни од нивните спротивности. Оваа нејзина моќ ја познавале и народите кои живееле многу векови пред нас, отсекогаш уметноста била во животите на луѓето. Во секојдневијата на големите умови, во секојдневијата на непознатите уметноста била секогаш и секаде присутна. На уметноста делувале општествените промени – некогаш се бунтувала, а некогаш ги поддржувала промените, на уметноста делува и секојдневието – некогаш го копира, а некогаш го преобликува, на уметноста и делува внатрешниот свет на уметникот – некогаш ни помага подобро да го спознаеме сопствениот свет, а некогаш не мотивира да го промениме. „Уметноста никогаш не е надвор или над динамичното поле на социјални промени, никогаш не се развивала автономно.“⁹⁴

Естетиката на секојдневието не сака да ја отфрли уметноста, токму спротивно сака да покаже дека нејзиното место е во секојдневниот живот на луѓето како што е во секојдневниот живот на традиционалните естетичари и филозофите. Бидејќи дефинициите постојано се дополнуваат и менуваат и како што сè во светот е подложно на менување така и дефинициите за естетиката, филозофијата и секојдневниот живот се менуваат. Она што во минатото се сметало за целосно и завршено, денес поинаку се доживува. Оттаму и целта на естетиката на секојдневниот живот, е да покаже дека местото на уметноста е во секојдневието на луѓето било како облик на забава, како лек, како место за опуштање и уживање или како простор за себеспознание.

⁹³ Gordon Graham, *Philosophy of the arts: An introduction to aesthetics* (Oxon: Routledge, 1997), 3.

⁹⁴ Nikos Papastergiadis, *Spatial Aesthetics, Art, Place, and the Everyday* (Amsterdam: Institute of Network Cultures, 2010), 19.

„Уметноста, особено уметноста од минатото или од различна култура, нè предизвикува и нè мами да ги надминеме границите на нашата перспектива и нè кани да го посетиме, многу често, непознатиот свет креиран од уметникот.“⁹⁵

Светот на уметноста е свет во кој се влегува со љубопитност и желба за нови сознанија, нови видици, нови искуства. Отаму и успешноста на уметноста во полето на лекување. Секој оној кој сака да излезе од монотонијата, од тегобноста преку љубовта кон мудроста и љубопитноста кон уметноста може да го пронајде излезот со помош на практикување или само уживање во убавината на уметничките дела. „Убавината е посебен тоник. Нè оживува кога се чувствуваме депресивни, со леснотија ги брише малите и големи фрустрации во животот. Нè следи и нè храни на нашиот пат. Понекогаш нè води таму каде што ја наоѓаме смислата на животот. Ги храни нашите надежи и ни помага да сонуваме.“⁹⁶

Уметноста и секојдневието ја носат во себе убавината, секако тоа се различни видови на убавина но поентата на естетиката на секојдневието е да покаже дека без разлика на видот, типот, количината и квалитетот на убавината, луѓето ја чувствуваат и им носи добро во животот. Допирот со убавината никого не остава рамнодушен без разлика колку ја разбира уметноста или пак ужива во секојдневието. Убавината на уметностите и убавината на секојдневието, преку естетиката на секојдневието, се човечкиот излез од безизлезноста и баналноста на модерното општество, од здодевните и несуштински повторувања во човековиот живот.

„За да го проучам и разберам искуството со убавината и нејзиниот ефект интервјуирав многу луѓе неколку години. Од нивното зборување, забележав еднаква реакција во моментот кога евоцираат некое естетски искуство: очите им блеснуваат, се насмевнуваат, лицата им се релаксирани, гласот им станува потивок и посмирен, дишењето им се продлабочува, држењето на телото им е опуштено. Најчестиот ефект кој

⁹⁵ Yuriko Saito, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 131.

⁹⁶ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 26.

го спомнуваат е дека убавината ги прави среќни, ги смирува кога се растревожени, била невидлив сојузник во текот на тешките животни премрежја, ги смирува кога се исплашени, им дава сила кога се чувствуваат слаби. Во тие моменти ги заплиснува чувство на олеснување, а јас додека ги слушам како зборуваат, го слушам олеснувањето како ехо. Зборуваат за него како корист која и денес е значајна за нив.“⁹⁷

Моето лично искуство при работењето во областа на уметничката терапија го покажува истово, луѓето се чувствуваат опуштено и пријатно кога доаѓаат во допир со убавината без разлика дали е тоа убавина на некое уметничко дело, без разлика дали е тоа убавината на она што тие сами го создале или пак е убавината на природата. Во услови на немање можност за споделување на некој вид на уметност со клиентите или пациентите, вниманието им го насочував кон нивното секојдневие – погледот од прозорецот, нештата кои ги опкружуваат во просторијата во која се наоѓаме или пак ги замолував да се сетат на некој предмет кој им е драг и со кој секојдневно се сретнуваат. Ефектот на опуштеност беше еднаков како и при средбата со уметноста. Најчесто гледав момент на будење, излегување од зачмаеноста и здодевноста, издигнување над секојдневните болки и тешкотии, желба за разговор и надеж за подобро утре. Заради нивното поместување од неподвижната точка во која претходно се наоѓале, верувам во моќта и убавината на секојдневието. „Сметам дека треба да се однесуваме кон естетиката на секојдневието, уметничката естетика и естетиката на природата еднакво кога станува збор за промовирање на благосостојба.“⁹⁸

Естетиката на секојдневието ја промовира убавината на секојдневието но исто така потсетува дека убавината на уметноста и убавината на природата, исто така треба да се дел од секојдневниот живот на луѓето. Филмот и музиката, како видови на уметност, во денешницава се лесно достапни и скоро бесплатни, особено ако се одлучиме да ги

⁹⁷ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 23,24.

⁹⁸ Thomas Leddy, "Experience of Awe: An Expansive Approach to Everyday Aesthetics," *Contemporary Aesthetics* Inc. 13 (2015):ch.6.

конзумираме во домашни услови. Со наоѓање на лесно достаплив и бесплатен пат до останатите видови на уметност, сигурна сум дека и тие ќе имаат свое место во секојдневието. Многумина имаат негативно мислење кон поп-културата и сметаат дека се банализира и обезвреднува уметноста ако се испечати на тањира за јадење или пак на облека за носење. Моето мислење е дека така доаѓа во допир со секого и до оној кој нема некоја особена врска со уметноста и сметам дека токму таа средба може да доведе до позитивна промена на животот на тој човек. Од друга страна, поттикот од страна на естетиката на секојдневието за насочување на нашето внимание кон природата и секојдневните нешта, исто така е позитивно зошто интеракцијата со нив не чини пари, лесно ни се дофатливи и нивната достапност е безгранична. „Постојат многу естетски скапоцености скриени во нашиот секојдневен живот но ние не ги забележуваме и тие остануваат незабележани и неценети најчесто зашто не ги доживуваме како откриваат, потенцираат и ги осветлуваат овие естетски богатства.“⁹⁹

Освен секојдневните нешта, допирот со природата и уметноста, естетиката на секојдневието зборува и за односите меѓу луѓето со кои доаѓаме во контакт секојдневно. Интеракцијата со останатите луѓе е важен дел од сечиј живот и бројот на луѓе со кои се сретнуваме секојдневно е навистина голем. Не ни се сите тие луѓе блиски, некои не ги знаеме ни по име но сепак, секојдневно сме во посреден или непосреден допир со нив. Убавината на еден човечки сооднос лежи во искреноста, добронамерноста, отвореноста и јасноста но многу често не ја забележуваме убавината во меѓучовечките односи. Можеби поради брзината на одвивање на денешниот свет и живот, можеби поради окупираноста со некои други нешта, но ја забораваме убавината која лежи во насмевката на соседот додека се разминуваме на скалите од зградата во која живееме, посакувањето на убав ден од страна на продавачката во маркетот, џагорот на децата од училиштето, звукот на гитарата на средношколците седнати на клупа во паркот итн.

⁹⁹ Yuriko Saito, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 244.

„Би биле подобри луѓе ако се навикнеме да обрнуваме внимание на другите луѓе – да бидеме добри и грижливи гледачи.“¹⁰⁰ Убавините на секојдневниот живот зависат и се различни од човек до човек така што не можеме да зборуваме за едно конкретно секојдневие или за конкретните убавини во едно секојдневие. Естетиката на секојдневието затоа е во постојан раст, бидејќи постојано се наоѓаат нови делови од секојдневието и нови убавини во секојдневниот живот.

„Сепак најчесто живееме во мала соба во домот, заборавајќи на се останато. Свеста за овие можности доаѓа преку убавината.... Без убавината душата умира.“¹⁰¹ Ако убавината ѝ е потребна на човековата душа, тогаш каде и како да ја најдеме? Како да ги пронајдеме местата каде таа се наоѓа? Барајќи ја на познатите места, наоѓајќи ја таму каде што вчера сме ја виделе не е доволно.

Човекот е љубопитно суштество и сака нови нешта, го возбудува таинственоста и скришноста. „Понекогаш ја наоѓаш убавината во скриени фиоки на меморијата: спомените на минатите времиња кои нè смируваат, ни нудат топлина и ни помагаат да се најдеме себеси повторно.“¹⁰²

„Феручи, италијански психотерапевт и филозоф, смета дека наоѓањето на убавината е поврзано со личноста. Оној кој поседува крута личност ќе ја бара убавината само на места каде што смета дека е дозволено да ја бара и таму каде што претпоставува дека би ја нашол. Од друга страна, оној кој е искрен со себеси и поседува личен вкус ја наоѓа убавината насекаде бидејќи е автентичен, е во допир со себеси и знае што сака, а што не. Желбата за новини без разлика дали тоа ќе значи губење на сопствената сигурност се исто така битни за наоѓање на убавината. Исто и препуштањето да бидеме изненадени, да бидеме ранливи, отворени и спонтани бидејќи, како што вели Феручи,

¹⁰⁰ Paul Woodruff, *The necessity of theater: The Art of Watching and Being Watched* (New York: Oxford University Press, 2008), 21.

¹⁰¹ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 29.

¹⁰² Ibid., 27.

убавината нè учи да бидеме слободни во пловењето, отворени за менување на нашите ментални категории, да го доживуваме старото како ново и обратно. Убавината ја носи моќта и виталноста во себе, нè учи да сме вистинити, да го зграпчине моментот, да не го фабрикуваме или форсираме искуството, да ги прифаќаме нештата, себеси и другите луѓе. Само на овој начин, според Феручи, сме поблиску до вистината, не живееме по навика, деновите не ни наликуваат едни на други, секое искуство не е копија или дежаву на претходното.¹⁰³

Убавината делува на секого и е потребно секој да има право, дозвола и можност да доаѓа секојдневно во допир со неа. Можеби ќе треба да се смени образовниот систем поради тоа, можеби ќе треба поинакви емисии да се прикажуваат на телевизиите, можеби владите во светот ќе треба да одвојуваат повеќе средства за културата и уметноста но сето тоа е за добра цел, за менување на човештвото на подобро, за градење на слободни и мудри личности, за создавање свет во кој луѓето ќе бидат посреќни, позадоволни и помалку несреќни отколку денес и вчера. За вакви глобални промени секако ќе е потребно време и енергија но за индивидуална промена веќе одамна е време. За работа на себе, за себеспознавање и себеменување е, исто така, потребно време и енергија но колку повеќе индивидуи ќе се вклучат во тој процес толку поголеми се шансите за поскоро менување и на глобално ниво.

„Треба да се запрашаме себеси каков би ни бил животот без убавината: би негирале една витална потреба. Ние веќе не знаеме како да сме среќни. Без убавина стануваме јалови, бесни и очајни. На еден или друг начин ќе имаме шанса да го земеме потребниот витамин. Како психотерапевт преку својата работа видов дека ова е вистина. Да се изгуби допирот со уметноста може да предизвика неколку патологии. Да се открие што е убавото за нас и да се ужива во него е потенцијална помош, најчесто достапна ако престанеме да даваме отпор и ја пробаме или некој не потсети на тоа. Ќе го најдеме својот пат преку природата или уметноста но и преку одреден вид на сопствена

¹⁰³ Ferrucci, Piero. *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 63, 72.

експресија, преку релациите со другите, во секојдневниот живот па дури и во најбаналните ситуации. Во моите интервјуа често забележував дека оние кои се поврзани со убавината во својот дом се повеќе во допир со своите чувства, имаат богат внатрешен живот и се способни за искористување на сопствените можности, силни се во тешки ситуации и се способни на прилагодување во променливи ситуации. Тие не се неуништиви но кога се соочуваат со криза имаат способност да реагираат целосно.“¹⁰⁴

Во мојата работа, како уметнички терапевт, го забележав истово. Луѓето ја чувствуваат и позитивно реагираат на убавината но не само на убавината на уметничките дела туку и на убавината на природата и на убавината на секојдневните нешта. Луѓето со кои имам работено најчесто беа без високо образование, луѓе кои немале можност да посетуваат далечни места, да читаат многу, да ја запознаат уметноста и филозофијата но тоа не ги спречуваше вистински да уживаат, да ѝ се предадат и ѝ се восхитуваат на убавината.

„Во моите интервјуа за ефектот на убавината, често одговорот беше: Убавината ми дава чувство на припаѓање. На почеток бев изненаден. Каква е врската меѓу чувството на припаѓање и естетската димензија? Повеќе е социјална категорија отколку субјективен факт. Припаѓање на што?, ги прашував. Одговорите беа секогаш нејасни: 'На големата целост'; 'Се чувствувам како да сум клетка на жив организам'; 'Како атом на универзумот.'“¹⁰⁵

На луѓето позитивно им делува убавината, без разлика кој е нејзиниот извор. Доволно е да ги погледнеме насмеаните лица и опуштените тела на луѓето кои се на некој концерт, доволно е да ги погледнеме зачудените и восхитени лица на луѓето кога излегуваат од кино-салата по завршување на филмската проекција, доволно е да го чуеме веселиот и гласен разговор меѓу присутните на една изложба во некој музеј или галерија. Ист впечаток се добива и кога ќе ги погледнеме луѓето кои се враќаат од престојот во

¹⁰⁴ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 27.

¹⁰⁵ Ibid., 46.

природа, постојано зборуваат за убавината на изгрејсонцето и зајдисонцето, воодушевени се од мирисот на шумата, звукот на инсектите, синилото на водата итн. Без разлика дали се работи за мало или големо населено место, секаде има места каде што луѓето можат да се напијат кафе и да си позборуваат со пријателите и познаниците, таму исто така може да се почувствува и види ефектот на убавината на секојдневието.

Ако можеме да погледнеме во домовите на луѓето во една станбена зграда ќе забележиме радост заради новиот зачин засаден во саксија, ќе видиме уживање при пиењето на првото утринско кафе итн.

„Од една Шведска студија изведена на 12 000 луѓе, резултатите покажале дека оние кои често одат во театар, кино, на концерти и изложби, имаат поголеми шанси за долговечност. Една друга Шведска студија на скоро 4000 субјекти во текот на осум години покажала дека здравјето се подобрува со посета на концерти, театри, изложби и кина. Со други зборови, уживањето во убавината ја зголемува желбата за живот. Објаснувањата дадени од страна на истражувачите се психоаналитички и биолошки. Според психоаналитичкото објаснување, преку звукот, бојата, движењето и зборовите, уметноста може да ги исполни нашите незадоволени желби, на социјално прифатен начин. Според биолошкото објаснување, перцепцијата на убавината го стимулира имуниот систем и со пораст на бројот на глуко-кортикол рецепторите во хипокампусот, не штити од депресија. Во секој случај, оваа студија покажува дека изложувајќи се себеси на убавина нè прави среќни што сме живи. Убавината, не постои само во музеите и на изложбите. Како што претходно видовме, и ќе видиме повторно и повторно, таа се појавува во најнеочекувани ситуации – дури и во драматични.“¹⁰⁶

¹⁰⁶ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 47.

3.1.11. Музиката во секојдневниот живот

Музиката е дел од секојдневието на човекот. Опкружени сме со музика постојано, кога одиме да пазаруваме, кога се возиме со градскиот превоз, кога сме во кафич или ресторан. Во домот сме, исто така, опкружени со музика преку телевизијата, радиото, телефонот, лаптопот. Денешницава е можеби единственото време во човештвото кога музиката е толку многу распространета насекаде и многу лесно, брзо и скоро бесплатно можеме да дојдеме до неа. „Колку луѓе патуваат со кола во тишина? Кој денес се бричи или бања со музика, готви или пегла со музика, чита или пишува со музика? Благодарение на радиото и цд плеерот, музиката е саундтрак на секојдневниот живот.“¹⁰⁷

Музиката е присутна кога сме тажни и среќни, таа е присутна и на свадбите и на погребите. Музиката може да не врати во минатото но може да не телепортира и во иднината, благодарение на многуте музички правци и изведувачи. Музиката нè расположува но и растажува. Уживаме во неа сами но и во друштво. „Евидентно е дека музиката им нуди на луѓето огромно задоволство; се верува и дека ги изразува некои од најдлабоките човечки емоции.“¹⁰⁸

Одамна музиката не се слуша само во концертните сали и во домовите на финансиски моќните луѓе, музиката денес е насекаде и меѓу најсиромашните и меѓу најбогатите. Една иста музичка група може да ја слуша некој во Африка и во Америка. Музиката не познава граници и затоа ја има насекаде. Естетиката на секојдневието е заинтересирана за музиката затоа што таа е дел од сечие секојдневие, помалку или повеќе. Луѓето може да не се разберат ако зборуваат различни јазици но секако ќе се зближат ако сфатат дека слушаат ист вид на музика или иста музичка група им е омилена. Самотијата полесно се поднесува кога сме опкружени со музика, а во друштво на повеќе

¹⁰⁷ Martin Clayton, Trevor Herbert, Richard Middleton, eds., (2003): *Cultural Study of Music, a critical introduction* (New York; Routledge, 2003), 97.

¹⁰⁸ Gordon Graham, *Philosophy of the arts: An introduction to aesthetics* (Oxon: Routledge, 1997), 101.

луѓе е повесело кога ќе се чуе омилената мелодија. Тишината е најлесно и најбезболно да се прекине со музика.

„Можеби многу повеќе од фигуративните уметности, музиката лечи. Неколку студии ја покажале нејзината ефективност во текот и после оперативни зафати.... Во една друга студија група пациентите за време на операцијата ја слушале својата омилена музика преку слушалки, другата група слушале „бел шум“– природен звук со кој се блокираат надворешните звуци, третата група не слушале ништо. Резултатот бил: оние кои ги уживале сите бенефиции биле оние кои слушале музика.“¹⁰⁹ Ова е само еден пример на лекувачката моќ која ја поседува музиката. Познатите звуци или мелодии им помагаат на луѓето кои боледуваат од деменција и алцхајмер да се сетат и да се вратат кон себеси. Аутистичните деца реагираат одлично на музика со и без текст. Луѓето кои се парализирани полесно го движат своето тело на тактот на некоја мелодија.

¹⁰⁹ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 90.

3.1.12. Танцот во секојдневниот живот

Танцуваме денес, сме танцувале вчера, ќе танцуваме утре. Танцот постои колку што постои човекот. Музиката и танцот се поврзани но можеме да танцуваме и на звуците на дождовните капки кога удираат на ламарината од прозорецот. Танцот не расположува, ни ја враќа насмевката на лицето и нè опушта. Танцот не е наменет само за професионалните танчери, танцуваат сите луѓе без разлика на возраста, образованието и умеенето. Затоа и естетиката на секојдневието е заинтересирана за танцот зошто го има насекаде во светот, во сечие секојдневието. „.....Танцот може да наликува на кој и да е вид движење, вклучувајќи ги и секојдневните движења, та дури и движењата под туш или во кревет!“¹¹⁰

Танцот, како и музиката, има исцелителна моќ. Танц-терапијата е успешен вид на лекување на луѓе кои се физички способни но и луѓе со телесни инвалидитети. „Танцот, особено експресивниот танц, помага да се ослободат луѓето од своите блокади, да ја манифестираат сопствената енергија и радост на живеењето. Нашите емоционални навики ги згрчуваат нашите мускули, па така тие ги заробуваат емоциите, сеќавањата и минатите случки. Сета наша емотивна историја е заклучена во нашите тензии и држење на телото. Танцот ги топи овие тензии и ја ослободува енергијата, помагајќи ни да дојдеме во допир со своето тело и чувства, го подобрува капацитетот да се изразиме себеси, ја зголемува нашата самодоверба, развиваме подобра комуникациска вештина. Ни помага да се ослободиме од стресот и го стимулира излучувањето на ендорфинот – хормонот на задоволството.“¹¹¹

¹¹⁰ Иван Џепароски, *Естетика на возвишеното* (Скопје: Магор, 2008), 164.

¹¹¹ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 106.

3.1.13. Уметниците и секојдневниот живот

Уметниците од секогаш инспирацијата за својата уметност ја наоѓаат во и вон себе, преку себепознанието и спознавањето на светот околу себе ги создаваат своите дела. Секојдневието е дел од животот на уметниците, како што е дел од животот на секој човек. Колку и да се пробува да се занемари тој факт е невозможно бидејќи е доволен еден поглед на уметноста и да се забележи дека инспирацијата за нејзино создавање лежи токму во секојдневниот живот.

„Уметниците се поставуваат себеси во средина на метежот на секојдневниот живот. Тие веќе не можат да си дозволат да се изолираат или да претпоставуваат дека се над промените кои се случуваат во светот. Нивната уметност е создадена во процесот на работа со другите и во рамки на институциите на секојдневниот живот.“¹¹²

Уметноста понекогаш го имитира животот понекогаш го покажува патот на негова промена на подобро. Уметниците покрај филозофите, научниците, лекарите се тие кои го менуваат светот и ги откриваат малите, скриени врати кои водат кон подобро утре. Затоа е потребна промена во начинот на размислување и гледање на секојдневието, затоа што заедничкото за сите нас без разлика на професијата, сензибилноста која не карактеризира и начинот на мислење, е секојдневието. „Естетиката на секојдневието, верувам, треба да е дел од стратегиите на проектот за создавање на светот, во кој секој од нас ќе земе учество, лично и професионално, понекогаш сосема свесно понекогаш несвесно.“¹¹³ Токму затоа уметниците треба да продолжат да ја менуваат уметноста, како што се забележува во денешницава.

¹¹² Nikos Papastergiadis, *Spatial Aesthetics, Art, Place, and the Everyday* (Amsterdam: Institute of Network Cultures, 2010), 8.

¹¹³ Yuriko Saito, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 244.

3.2. Целиот секојдневен живот не е дел од естетиката на секојдневниот живот

Ако за момент ја оставиме на страна иновативноста и се концентрираме на чувството на познатост кое во нас го буди секојдневието тогаш мораме да разграничиме што сè влегува во сферата на интерес на естетиката на секојдневниот живот, а што не. За да не се добие впечаток дека секој дел кој го сочинува секојдневието е од нејзин интерес и дека секој зборувајќи за своето секојдневие би се повикувал на естетиката и себеси би се сметал за достоин да зборува за естетиката како наука и при тоа банализирајќи ја нејзината вредност и големина би го цитирала Кевин Мелчионе: „Секојдневните објекти не се дел од естетиката на секојдневието затоа што се обични.... На пример, прозорот кој има поглед на пејсаж нема вредност за естетиката на секојдневието ако таа соба е постојано празна или ролетните се постојано спуштени. Од друга страна, ако светлината, погледот и клупата напред придонесуваат за естетскиот карактер на некој момент во текот на денот, тогаш можеме да зборуваме за прозор кој има вредност за естетиката на секојдневието.“¹¹⁴

Како што споменав погоре, убавината на секојдневието лежи, од една страна во едноставноста која ја нуди, а од друга страна е разновидноста на секојдневниот на секој човек на планетава. Она кое припаѓа во моето секојдневие и она што е околу мене секој ден е, во поголема или помала мера, различно од секојдневието, на пример, на мојот сосед. Секојдневието на луѓето кои живеат во Уругвај секако се разликува од секојдневието на луѓето кои живеат во Гана. Но разликата не е негативно обоена, токму напротив, убавината на разликата е во разновидноста на нештата кои секојдневно се користат, убавината е во околината која е околу нас секојдневно. Чувствата кои ги будат овие нешта се еднакви за сите, без разлика на местото на живеење, полот, бојата на кожа итн.

¹¹⁴ Kevin Melchionne, "The Definition of Everyday Aesthetics," *Contemporary Aesthetics* 11, (2013):ch.2.

„Би било погрешно ако терминот секојдневие го преведеме буквално. Музичарот кој вежба и свири секој ден би рекол дека неговата Естетика на секојдневието е поврзана со музиката. Оној кој времето го минува во природа би рекол дека неговата Естетика на секојдневието е поврзана со природата. Но кога зборуваме за Естетика на секојдневието мислиме на естетски моменти кои не се поврзани со убавите уметности, со природата или со нешта кои формираат добро познати и етаблирано естетски домени како што се на пример: естетиката на математиката, науката или религијата. Мислиме на домот, на работното место, на шопинг центарот и на местата за забава.“¹¹⁵ Мислиме и на сите нешта кои нè опкружуваат и кои ги користиме, повеќе или помалку, а се наоѓаат во тие простори. Мислиме на свеќникот кој го видовме во продавницата за мебел, кога го посетивме пред некој ден локалниот шопинг центар, мислиме на старата маса од нашиот вујко, која ја реставриравме и сега ја краси градината во која го пиеме секојдневно првото кафе, мислиме на новата блуза која се лелее околу нашето тело додека танцуваме на омилената песна која ечи од звучниците во омиленото место за забава.

„Можеме да уживаме во естетската вредност на еден стол, јаболко, пејсаж во природата и дождот како тие да се скулптури, пејсажен цртеж или музичко парче останувајќи само гледачи/слушатели. Но многу често уживаме во столот за седење не само како форма и боја, туку и преку допирањето на материјалот од кој е создаден, седнувајќи на него, потпирајќи се и поместувајќи го за да ја осетиме неговата текстура, комфорт и стабилност. Нашето типично уживање во јаболко започнува гледајќи ја неговата кружна форма и деликатна боја која се движи од црвени до зелени нијанси, држејќи го во раце ја чувствуваме неговата тежина и мека обвивка. Потоа вклучувајќи ги сите сетила уживаме во крцкавиот звук на првиот залак, контрастот меѓу надворешната цврстина и слаткиот сок од внатрешноста и секако, мирисот и вкусот на јаболкото.“¹¹⁶

¹¹⁵ Andrew Light and Jonathan M. Smit, eds., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 3.

¹¹⁶ Yuriko Saito, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 20.

Целта на естетиката на секојдневието не е да ги земе секојдневните нешта и да ги стави меѓу сидовите на музеите и галериите, ниту да ги вметне на страниците на естетските расправи. Целта и е тие да останат таму каде што се, но уживањето и искуството во нив да се продлабочат и да станеме свесни за нивната естетска страна.

„Всушност, јас верувам дека е грешка ако најдеме естетска вредност во секојдневните објекти и активности, а притоа ги изолираме од секојдневна употреба и почнеме да ги доживуваме како уметнички дела создадени само за гледање. Ако ја отстраниме нивната практичната важност во нашите животи, ќе отстраниме богатата низа од естетски вредности интегрирани со утилитарен контекст кои тие ги поседуваат.“¹¹⁷ Заради нивната практична вредност тие се во нашето секојдневие, заради користа која ја имаме од нив ги употребуваме секојдневно. Естетиката на секојдневниот живот се интересира токму за овие предмети и тоа е нејзината суштинска разлика од традиционалната естетика.

„Предлагам да го замениме поимот значење со функција во методологијата на секојдневието: еден секојдневен објект не бара интерпретација и не е создаден да комуницира со нас. Но е дизајниран да биде употребуван и само со негово користење и оценување на успешноста на исполнување на функцијата можеме да донесеме естетски суд за неговите заслуги. Промената на значењето со функцијата го менува екстрасекојдневниот став со фамилијарност, познавање на тој објект зашто тој е дел од нашите животи и рутини секој ден. Една од негативните претпоставки е дека секојдневните елементи од нашите животи се неинтересни, здодевни и дека најголем дел од времето не им обрнуваме внимание освен ако не се појави некоја причина за тоа.“¹¹⁸ Главната причина на создавање на естетиката на секојдневието лежи токму во покажувањето дека секојдневните објекти носат во себе многу повеќе практичност и корисност за нас и ни нудат задоволство и чувство на исполнетост.

¹¹⁷ Yuriko Saito, *Everyday aesthetics* (New York: Oxford University Press, 2007), 27.

¹¹⁸ Jane Forsey, “The Promise, the Challenge, of Everyday Aesthetics,” *Aisthesis* 7 (2014)

4. Традиционалната естетика наспроти естетиката на секојдневниот живот

„Бидејќи сме сензитивни суштества, естетиката секогаш била вклучена во различни сфери на нашите природни, културни и социјални активности и битно е да сме свесни за тоа.“¹¹⁹ Ова само го потврдува постоењето на естетиката на секојдневието, како дел од естетиката кој ќе се занимава со секојдневните активности и во нив ќе ја бара естетската вредност. Со тоа што во рамки на естетиката се додава и секојдневието, не значи дека ќе се банализира естетиката. Не треба секојдневието да се доживува и гледа само еднострано, само негативно. Потребно е, и тоа е најголемата задача на естетиката на секојдневието – да се покаже дека секојдневието има и своја позитивна страна. Верувам дека луѓето кои ја забележуваат убавината во уметничките дела и во природата, ќе ја забележат убавината и во секојдневието.

Пиеро Феручи ја спомнува естетската интелигенција, оваа теорија сметам дека најмногу може да ѝ помогне на естетиката на секојдневието да го пробие патот до зацврстување на своето место во традиционалната естетика. „Естетската интелигенција има различни аспекти. Прво, естетскиот опсег. Оние кои имаат широк естетски опсег се во можност да ја почувствуваат убавината во многу повеќе ситуации. Наместо да ја најдат, на пример, само во Бетовеновата симфонија, можат да ја најдат убавината и во поезијата, во внатрешните квалитети на луѓето, да ја почувствуваат во книга, филм, пејсаж, начинот на кој нечиј дом е декориран, звукот на дождот како паѓа врз покривот и во илјадници банални ситуации во секојдневниот живот. Второ, длабочината на искуството варира. Некои луѓе едвај ги допира убавината. Ја забележуваат но не се трогнати од неа. Некои други, пак, чувствуваат како убавината ги погодува, како се проткајува низ нив, ги придвижува, дури и ги преплавува. Трето, капацитетот да се интегрира убавината исто така варира. Ако чувствувам убавината во одредена музика или поема, на пример, можам да ѝ дозволам не само да ме допре туку и да ме промени: го менува моето

¹¹⁹ Katya Mandoki, “The Third Tear in Everyday Aesthetics,” Contemporary Aesthetics Inc. 8 (2010):ch.8.

размислување, продолжува да живее во мене, влијае на мојата релација со останатите, моето дејствување во светот, дури и на мојот однос кон планетата.“¹²⁰

Она кое е цел на истражување на традиционалната естетика е дел од секојдневието, како што се уметноста и природата. Она што е, пак, цел на истражување на естетиката на секојдневието е да покаже дека нивното место не е само во естетската теорија и дека сета уметност и сета природа можат да го најдат своето место во секојдневието и притоа да не се банализира ниту нивната вредност, ниту пак вредноста на севкупната естетика. „Уметностите кои денес се најзначајни за обичниот човек се нешта кои тој не ги гледа како уметност: на пример, филмот, џез музиката, стрипот и многу често и весникот.... Затоа што она што тој го знае за уметноста е дека таа е во музеите и галериите.“¹²¹

Умберто Еко во своите две книги „Историја на убавината“ и „За грдоста“, пишува за поимите убавина и грдост во текот на историјата на човештвото и за промената во идеалите во зависност од ерата. Она што е сметано за идеал на убавина или она што е сметано за грдо, на пример, во 14 век денес не е. Не само со овие две книги туку и во многу други негови книги и статии, Еко покажува дека не е само убавото дел од уметноста, природата и на естетиката туку и грдото, трагичното, различностите итн. Тој покажува и дека овие категории се рамноправни естетски категории како и нивните спротивности и дека не треба да се делат на позитивни и негативни зошто сите тие се дел од нас и ги има во нас и околу нас.

„Често мислиме дека естетското искуство го буди природата на уметноста. Но тоа може да произлезе од било која ситуација. Некој гледа убавина во цветот или зајдисонцето, некој во театарот или во музиката. Но некои ја гледаат убавината во личноста, внатрешната убавина или во моментот на храброст или во љубезноста. Некои ја гледаат убавината во секојдневните нешта и ситуации, дури и во сметот и во

¹²⁰ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 14.

¹²¹ John Dewey, *Art as experience* (New York: A Wtoevtew/Perigee book, 1934), 5,6.

монструозностите.“¹²² Постои суштинска разлика меѓу луѓето и таа не произлегува само од надворешниот изглед, многу повеќе лежи во човековата внатрешност и човековото секојдневно опкружување. Затоа не реагираат сите еднакво ниту на уметноста ниту на убавината. Затоа сите живееме различно секојдневие и различни нешта го сочинуваат нашето секојдневие. Она на што повикува естетиката на секојдневниот живот е да го погледнеме сопственото секојдневие на поинаков начин, односно да ги забележиме нештата кои го сочинуваат и да ги видиме нивните останати квалитети кои ги поседуваат покрај корисноста и употребливоста.

„Врската меѓу естетиката на секојдневието и естетиката на уметноста упорно е проблем. Некои веруваат дека естетиката на уметноста е изразено спротивна зошто во себе ги има институционалните стандарди и историската традиција. Иако заради нив естетиката на уметноста не е особено различна од естетиката на модата или естетски ориентираните спортови како што е гимнастиката, таа сепак се разликува од некои други облици на естетиката на секојдневието кај кои евалуацијата не е стандардизирана. Вистина е дека естетиката на секојдневието не ни дава многу за евалуација и интерпретација како што тоа ни го даваат одредени делови од естетиката на уметноста. Се чини дека не е потребна посебна обука за доживување на задоволствата од естетиката на секојдневието иако посебна обука би го зголемила искуството од истата.“¹²³ Како и секој вид на естетика, така и естетиката на секојдневието најдобро се запознава со практично искуство. Можеме да видиме многу уметнички дела во книги и енциклопедии но вистинското уживање и восхитот ќе ги почувствуваме само ако истите дела ги видиме пред нас. Исто е и со секојдневните нешта, ако барем за момент ги погледнеме со поинакви очи, оставајќи ги на страна предрасудите и она што веќе го знаеме и чувствуваме за нив, сигурна сум дека ќе ја забележиме нивната убавина и во нас ќе се разбудат чувства и восхит. „Скоро секој од нас, ако искрено погледне, ќе види дека може

¹²² Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 32,33.

¹²³ Andrew Light and Jonathan M. Smit, eds., *The Aesthetics of Everyday Life* (New York: Columbia University Press, 2005), 19.

да има многу повеќе убавина во нашите животи – убавината не им припаѓа само на егзотичните одмори и на уметничките дела. Убавината ја има и во наједноставните нешта и случки.“¹²⁴

Традиционалните естетичари не треба да се чувствуваат загрозени од естетичарите на секојдневието, најголемата критика од страна на Традиционалната естетика насочена кон секојдневниот живот е постојаното споредување со уметноста, од кое произлегува дека тие се суштински спротивни. Таа суштинска спротивност, меѓу уметноста и секојдневието, е реална но како што уметноста не е единствениот интерес на традиционалната естетика, така и секојдневието не е единствениот интерес на истоимената естетика. Иако во самиот назив, естетика на секојдневниот живот, стои секојдневието сепак во истражувањата се оди многу подлабоко и се трага по вредностите кои се занемарени или пак до сега не биле видливи за естетичарите, а предизвикуваат ист ефект кај човекот како што предизвикуваат уметничките дела. „Движењето на естетиката на секојдневието е уникатно позиционирано да ја реконцептуализира естетската текстура на нашите секојдневни животи, ако успееме да се движиме зад традиционалните преокупации на таа филозофска дисциплина. Во ова верувам лежи едно големо ветување и огромен предизвик.“¹²⁵

¹²⁴ Piero Ferrucci, *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life* (London: Penguin Books Ltd, 2009), 15.

¹²⁵ Jane Forsey, “The Promise, the Challenge, of Everyday Aesthetics,” *Aisthesis* 7 (2014)

Заклучок

На прашањето: Дали навистина има основа за вметнување на Естетиката на секојдневието во рамки на естетиката и дали е тоа потребно, би рекла дека времето ќе го даде одговорот. Времето кое ќе ни е потребно да ги надминеме предрасудите, времето кое ќе е потребно да го видиме секојдневниот живот со отворен ум и бистри очи. Кога ќе сфатиме дека сопствената промена зависи од нас и нашето секојдневие може да е богато и интересно, а не здодевно и вообичаено ќе ја видиме големината и широчината на естетиката на секојдневниот живот. „Можно е да се прошири она што се памети со тоа што ќе се прошират видиците и, кога тоа ќе се случи, помалку е веројатно дека понатаму ќе се пее истата песна и ќе се повторуваат истите грешки.“¹²⁶

На прашањето: дали сметам дека го напишав сето она кое го планирав на почетокот, пред да започнам со пишување на темата? Ќе одговорам негативно, секојдневно наоѓам нови и нови делови во секојдневието за кои претходно не сум била свесна, постојано ги преживувам некои минати ситуации поинаку зошто се спомнувам на некои детали кои претходно не сум ги забележала и навистина сметам дека секојдневието, а со него и естетиката на секојдневието се неисцрпна тема за размислување, дискусија, доживување и чувствување.

„Како што знаењето е ефект од нашиот капацитет да знаеме, естетиката е ефект од нашата способност да чувствуваме.“¹²⁷ Сметам дека со естетиката на секојдневието, како дел од естетиката, нашата способност за чувствување се зголемува уште повеќе. Сметам дека никој не би останал рамнодушен откако сопственото секојдневие ќе го види со поинакви очи и ќе почне да ужива во сите мали и големи нешта кои го сочинуваат. „Естетиката на секојдневното живеење нуди свеж поглед на светот на обичните искуства,

¹²⁶ Teodor Zeldin, *Intimna istorija čovečanstva* (Beograd: Geopoetika, 2003), 26.

¹²⁷ Katya Mandoki, *Everyday Aesthetics. Prosaics, the Play of Culture and Social Identities*, (England: Ashgate Publishing Company, 2007), 61.

со тоа што ги разоткрива видиците кои долго време биле незапазени. Тие искуства не се спектакуларни и многу често се сосема рутински.¹²⁸ Но токму неспектакуларноста и рутината како карактеристики на секојдневието се менуваат кога ќе почнеме да живееме целосно свесни во него, тогаш овие карактеристики се трансформираат во своите спротивности.

Потребно е само да се опуштиме и препуштиме на промената. Светот е во постојано менување и не сметам дека треба да се прилагодиме на таа промена туку треба да ја прифатиме менливоста како сопствена карактеристика и така да продолжиме да чекориме секојдневно по животниот пат. Сметам дека доволно несогласувања, кавги и непочитување на различното има во светот, сметам дека ние луѓето на денешницава во себе имаме доволно моќ и знаење за минатото да не ги правиме истите грешки. „Во светот постои недостиг од аплауз и нема доволно почит за сè.“¹²⁹

Ако понекогаш се чувствуваме како Алиса кога се наоѓа себеси во земјата на чудата и не знаеме што понатаму, кога чувството ни е дека сме се загубиле себеси во лавиринтот на секојдневните обврски, време е да застанеме, да се погледнеме во огледало и да се сетиме на приказните кои сме ги чуле како деца. Да ја извадиме љубопитноста од прашливиот кош во себеси и да почнеме да ги доживуваме чудесните убавини на секојдневието.

„Во колку невозможни нешта ќе поверуваш пред доручекот – ако го задржиш здивот и ако ги затвориш очите?“¹³⁰ Би помислила неколку секунди и би одговорила: Во бескрајно многу.

¹²⁸ Arnold Berleant, "Prilastitev čutnosti in subverzija lepote," *Filozofski vestnik* XXXVI, 1 (2015): 59

¹²⁹ Teodor Zeldin, *Intimna istorija čovečanstva* (Beograd: Geopoetika, 2003), 26.

¹³⁰ Roger W. Holmes, "The Philosopher's "Alice in Wonderland"," *The Antioch Review* XIX, 2 (1959): 159

KORISTENA LITERATURA:

1. Aart van Joran, Bartneck Christoph, Hu Jun, Rautberg Matthias, and Salem Ben. "How to behave as Alice in Wonderland—about boredom and curiosity." *Entertainment Computing* 1 (2010): 125–137. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S187595211000008X>
2. Bal, Mieke. "Food, Form, and Visibility: Glub and the Aesthetics of Everyday Life." *Postcolonial Studies* 8, 1 (2005): 51–73.
<http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13688790500130149?journalCode=cpcs20>
3. Berleant, Arnold. "Prilastitev čutnosti in subverzija lepote." *Filozofski vestnik* XXXVI, 1 (2015): 59–69. http://fi2.zrc-sazu.si/sites/default/files/fv_2015-1.pdf
4. Behrendt, Kathy. "Despair, Liberation & Everyday Life: Two Bundle Views of Personal Identity." *Richmond Journal of Philosophy* 5 (2003)
http://www.richmond-philosophy.net/rjp/back_issues/rjp5_behrendt.pdf
5. Carlson, Allen. "Environmental Aesthetics and the Dilemma of Aesthetic Education." *Journal of Aesthetic Education* 10, 2 (1976): 69-82. <http://www.jstor.org/stable/3331917>
6. Dewey, John. *Art as experience*. New York: A Wtoevtew/Perigee Book, 1934.
7. Diaconu, Mădălina. "Reflections on an Aesthetics of Touch, Smell and Taste." *Contemporary Aesthetics Inc.* 4 (2006) <http://hdl.handle.net/2027/spo.7523862.0004.008>
8. Darso, Lotte. "Artful Creation: Learning-Tales of Arts-in-Business." *International Journal of Professional Management. Special Edition – Arts in Management* 8, 5 (2013): 8-16.
http://www.moveleadership.com/Blog/Entries/2013/10/11_Jazz_It!_model_teaching_improvisation_in_business_files/Arts%20in%20Mangement%20for%20MOVE%20website.pdf

9. Davis, Richard Brian. edit. *Alice in Wonderland and Philosophy*. New Jersey: John Wiley & Sons, 2010.

10. Forsey, Jane. "Appraising the Ordinary — Tension in Everyday Aesthetics."

Proceedings of the European Society for Aesthetics 5 (2013): 237-245.

<http://www.eurosa.org/volumes/5/ForseyESA2013.pdf>

11. Forsey, Jane. "The Promise, the Challenge, of Everyday Aesthetics."

Aisthesis 7, 1 (2014): 5-21.

<http://www.fupress.net/index.php/aisthesis/article/view/14608/13655>

12. Friberg, Carsten. "Performing Everyday Practices." *Ambiances* (2014)

URL : <http://ambiances.revues.org/464>

13. Ferrucci, Piero. *Beauty and the soul: The Extraordinary Power of Everyday Beauty to Heal Your Life*. London: Penguin Books Ltd, 2009.

14. Fisher, Kathleen M. "Curiouser and Curiouser: The Virtue of Wonder." *Journal of Education* 182, 2 (2000): 29-35.

https://www.jstor.org/stable/42743967?seq=1#page_scan_tab_contents

15. Frith, Simon. *Music and Everyday Life*. New York: Routledge, 2003. 96-105.

16. Gablik, Suzi. *Conversations before the end of time*. New York: Thames and Hudson, 1995. 410-433. <https://www.nyu.edu/classes/bkg/web/gablik.pdf>

17. Graham, Gordon. *Philosophy of the arts: An introduction to aesthetics*. Oxon: Routledge, 1997.

18. Gunaratana, Bhante Henepola *Mindfulness in plain English*. Boston: Wisdom Publications, 2011.

19. Holmes, Roger W. "The Philosopher's "Alice in Wonderland"." The Antioch Review XIX, 2 (1959) <http://review.antiochcollege.org/summer-1959>
20. Haapala, Arto. "O estetiki vsakdanjosti: domačnost, tujost in pomen kraja." Filozofski vestnik XXXVI, 1 (2015): 7–24. http://fi2.zrc-sazu.si/sites/default/files/fv_2015-1.pdf
21. Hettinger, Ned. "Allen Carlson's Environmental Aesthetics and the Protection of the Environment." Environmental Ethics 27 (2005): 57-76.
http://hettingern.people.cofc.edu/Hettinger_Carson_Environmental_Aesthetics.pdf
22. Hettinger, Ned. Objectivity in Environmental Aesthetics and Protection of the Environment. New York: Columbia University Press, 2008. 413-437.
<http://hettingern.people.cofc.edu/Hettinger%20-%20Objectivity%20in%20Environmental%20Aesthetics.pdf>
23. Highmore, Ben. Everyday Life and Cultural Theory. London: Routledge, 2002.
24. Hallnas Lars and Redstrom Jonah. "From Use to Presence: On the Expressions and Aesthetics of Everyday Computational Things." ACM Transactions on Computer-Human Interaction 9, 2 (2002): 106–124. <http://dl.acm.org/citation.cfm?id=513668>
25. Huizinga, Johan. Homo ludens: O podrijetlu culture u igri. Zagreb: Naprijed, 1992.
26. Hällsten, Johanna. "Movement and Participation: Journeys within Everyday Environments." Contemporary Aesthetics Inc. 3 (2005) <http://hdl.handle.net/2027/spo.7523862.spec.111>
27. Janning, Finn. "Philosophy for Everyday Life." Journal of Philosophy of Life 5, 1 (2015): 1-18.
<http://www.philosophyoflife.org/jpl201501.pdf>
28. Kupfer, Joseph H. Experience As Art : Aesthetics in Everyday Life. New York: State University of New York Press, 1983

29. Light, Andrew and Smith, Jonathan M. edit. *The Aesthetics of Everyday Life*. New York: Columbia University Press, 2005
30. Leddy, Thomas. "Defending Everyday Aesthetics and the Concept of "Pretty"." *Contemporary Aesthetics Inc.* 10 (2012) <http://hdl.handle.net/2027/spo.7523862.0010.008>
31. Leddy, Thomas. "Experience of Awe: An Expansive Approach to Everyday Aesthetics." *Contemporary Aesthetics Inc.* 13 (2015) <http://hdl.handle.net/2027/spo.7523862.0013.008>
32. Leddy, Thomas. "Everyday Aesthetics and Photography." *Aisthesis* 7, 1 (2014): 45-62.
<http://www.fupress.net/index.php/aisthesis/article/view/14610/13629>
33. Lefebvre, Henri and Levich, Christine. "The Everyday and Everydayness." *Yale French Studies* 73 (1987):7-11.
<http://links.jstor.org/sici?sici=0044-0078%281987%290%3A73%3C7%3ATEAE%3E2.0.CO%3B2-U>
34. Mandoki, Katya. "Everyday Aesthetics: Prosais, the Play of Culture and Social Identities." Ashgate (2007)
35. Mandoki, Katya. "The Third Tear in Everyday Aesthetics." *Contemporary Aesthetics Inc.* 8 (2010) <http://hdl.handle.net/2027/spo.7523862.0008.004>
36. Malchiodi, Cathy A. edit. *Expressive Therapies*. New York: The Guilford Press, 2005.
37. Melchionne, Kevin. "The Definition of Everyday Aesthetics." *Contemporary Aesthetics Inc.* 11 (2013) <http://hdl.handle.net/2027/spo.7523862.0011.026>
38. Ossi Naukkarinen, Ossi. "Kaj je "vsakdanje" v estetiki vsakdanjosti." *Filozofski vestnik XXXVI*, 1 (2015): 25–39. http://fi2.zrc-sazu.si/sites/default/files/fv_2015-1.pdf

39. Naukkarinen, Ossi. "Why Beauty Still Cannot Be Measured." Contemporary Aesthetics Inc. 8 (2010) <http://hdl.handle.net/2027/spo.7523862.0008.007>
40. Naukkarinen, Ossi. "What is "Everyday" in Everyday Aesthetics?." Contemporary Aesthetics Inc. 11 (2013) <http://hdl.handle.net/2027/spo.7523862.0011.014>
41. Oliver, Jamie. 30 minutes meals. London: Penguin Books Ltd, 2010.
42. Papastergiadis, Nikos. Spatial Aesthetics, Art, Place, and the Everyday. Amsterdam: Institute of Network Cultures, 2010.
43. Saito, Yuriko. Everyday aesthetics. New York: Oxford University Press, 2007.
44. Saito, Yuriko. "Everyday Aesthetics and Artification." Contemporary Aesthetics Inc. 10 (2013) <http://hdl.handle.net/2027/spo.7523862.spec.405>
45. Смит, Роберт Роуланд. Доручак са Сократом. Београд: ПлатО, 2012.
46. Welsch, Wolfgang. Sport- Viewed aesthetically, and even as art? New York: Columbia University Press, 2005. 135-155. http://www2.uni-jena.de/welsch/papers/W_Welsch_Sport.pdf
47. Woodruff, Paul. The necessity of theater: The Art of Watching and Being Watched. New York: Oxford University Press Inc., 2008.
48. Zeldin, Teodor. Intimna istorija čovečanstva. Beograd: Geopoetika, 2003.
49. Џепароски, Иван. Аспекти на другоста. Скопје: Менора- Евро Балкан Пресс, 2007.
50. Џепароски, Иван. Естетика на возвишеното. Скопје: Магор, 2008.