



Szymon
WOZNICA

W pułapce własnego ciepła - w
duchu Pierr'a Bourdieu.

**HOMEOSTAZA
KLASY
ŚREDNIEJ.**

Cykl: Afektywny Feudalizm - TOM II

Homeostaza klasy średniej w XXI wieku

W pułapce własnego ciepła

— wersja publicystyczna —

Szymon Woźnica

Cykl: Afektywny Feudalizm

Wydanie III • publicystyczne

WOŹNICA — 2026

© 2026 Szymon Woźnica

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być reprodukowana ani rozpowszechniana w jakiegokolwiek formie i jakiegokolwiek środkami bez pisemnej zgody autora, z wyjątkiem dozwolonego użytku.

Wydanie: 3 — wersja publicystyczna (ebook)

Wydawca: Szymon Woźnica

Projekt okładki: Szymon Woźnica

Kontakt: affectivefeudalism@gmail.com

ISBN: —

Uwaga: odniesienia do koncepcji i nazwisk (Pierre'a Bourdieu, Byung-Chul Hana, Nancy Fraser, Evy Illouz i innych) mają charakter opisowy i interpretacyjny — nie oznaczają autoryzacji ani współautorstwa.

Niniejsza publikacja jest wersją przepisaną językiem publicystycznym, przeznaczoną dla czytelnika spoza akademii. Tezy i wnioski pozostają zgodne z wydaniem II; zmianie uległ rejestr, nie treść.

Nota od autora

Dlaczego ta wersja jest inna

Pierwsza wersja tej książki była długim, technicznym argumentem. Pisałem ją z lękiem badacza, który wie, że jeśli pomyli się w jednym przypisie, ktoś go za to złapie. To był język obronny. Akademicki płaszcz, podszyty cytatami i tabelami.

Po jej wydaniu zacząłem dostawać maile, na które nie umiałem odpowiedzieć. Pisali ludzie, którzy nie skończyli socjologii, nie czytali Hana ani Bourdieu, a mimo to wiedzieli dokładnie, o czym ta książka jest. Pisali rzeczy takie jak: „pan opisał moje biuro”, „pan opisał ostatnie trzy lata mojego życia”, „pan opisał moją mamę i nie wiem, co z tym zrobić”.

Wtedy zrozumiałem, że teoria, której nie potrafi przeczytać kasjerka, nauczycielka, pielęgniarka czy menedżer średniego szczebla — nie istnieje. Istnieje w środowisku tych, którzy ją tworzą, a środowisko to jest, paradoksalnie, dokładnie tym, o którym ta książka mówi: zamkniętą bańką, ciepłą i nieprzepuszczalną.

Ta wersja jest więc próbą wyjścia z tej bańki. Te same tezy, te same wnioski, ten sam układ rozdziałów — ale język pisany tak, jakbym opowiadał o tym znajomemu w pociągu Warszawa–Kraków. Bez ścian z cytatów. Bez dodatku o polskiej socjologii, który w wydaniu akademickim miał swoje miejsce, a tutaj rozsadziłyby tempo. Bez długich, technicznych rozdziałów o symulacji komputerowej — z tej symulacji zostaje w aneksie tylko to, co naprawdę z niej wynika dla czytelnika.

Przypisy zostają, choć rzadsze. Pojęcia zostają. Diagnoza zostaje. Zmienia się tylko temperatura, w jakiej je podaję.

Książka jest o tym samym, co była: o klasie średniej, która broni swojego ciepła tak skutecznie, że dusi w nim wszystko, co mogłoby być przyszłością. O tym, że nie wyklucza się już krzykiem, tylko atmosferą. I o tym, dlaczego ten najcichszy ze sposobów wykluczania jest jednocześnie najbardziej okrutny.

To książka napisana dla każdego, kto kiedyś poczuł, że „coś jest nie tak” w biurze, w grupie znajomych, na rodzinnym obiedzie — i nie potrafił tego nazwać.

Nazwanie jest pierwszym krokiem do odzyskania języka. Język jest pierwszym krokiem do odzyskania sprawczości.

Homeostaza Klasy Średniej

Spis treści

Wstęp	10
Homeostaza — klasa średnia w pułapce własnego ciepła	10
Rozdział 1	16
Han miał rację, ale nie do końca	16
Rozdział 2	22
Dyktatura vibe'u	22
Rozdział 3	27
Immunologia doxyczna	27
Rozdział 4	34
Binary Games	34
Rozdział 5	39
Geopolityka nastroju	39
Rozdział 6	43
Gospodarka wyczerpania	43
Rozdział 7	49
Kanibalizm afektywny	49

Rozdział 8	54
Polityka szorstkości	54
Rozdział 9.....	59
Więźniowie statusu i Liderzy Sufitu.....	59
Rozdział 10	65
Afektywny feudalizm jako ustrój.....	65
Rozdział 11	71
Cyfrowy bufor i algorytmiczny termostat	71
Rozdział 12	78
Geopolityka zakłóca homeostazę.....	78
Rozdział 13	84
Koniec polityczności.....	84
Rozdział 14	90
Jak doxa Bourdieu stała się tarczą klasy średniej	90
Rozdział 15	94
Kiedy homeostaza staje się entropią	94
Zakończenie	100
Czego nauczyła mnie maszyna	100
Siedem rzeczy, które ta książka mówi — najkrócej, jak się da	104

Epilog	109
Świat bez obcych i bez przyszłości.....	109
Po epilogu I	116
Płeć homeostazy. Podatek afektywny	116
Aneks 1	121
Co pokazała symulacja — bez matematyki	121
Aneks 2.....	126
Homeostaza w organizacjach. Vibe management	126
Bibliografia.....	131
O autorze	23
O projekcie: Afektywny Feudalizm	24

Wstęp

Homeostaza — klasa średnia w pułapce własnego ciepła

Nie piszę tej książki po to, żeby po raz kolejny opowiadać historię o tym, że świat się podzielił. O pęknięciach społecznych słyszeliśmy już wszyscy. W pewnym sensie żyjemy nimi codziennie: Warszawa kontra prowincja, „coastal elites” kontra „deplorables”, postęp kontra tradycja, miasto kontra wieś.

Wydaje mi się, że największa zmiana XXI wieku jest jednak gdzie indziej. Podziały nie będą już dzisiaj wzdłuż granic politycznych ani czysto ekonomicznych. Będą wzdłuż granic termicznych. Nie pytamy już „kto ma rację” — pytamy „kto jest kompatybilny”. Władza nie operuje już przez prawo. Operuje przez klimat.

Dlatego tę książkę nazwałem Homeostazą. Opisuję w niej system, który przestał walczyć o przyszłość i zaczął walczyć o utrzymanie równowagi: o spokój, komfort, miękką przewidywalność. Homeostaza nie jest

ideologią. Jest stylem życia, który stał się mechanizmem obronnym.

Zacznę od obrazka. Wyobraź sobie pokój dziennym, w którym jest dokładnie 21 stopni. Lampki ustawione na ciepłą barwę. Wygląda przyjaźnie. Ktoś otwiera okno — wpada chłód, smog, hałas ulicy. Pierwsza reakcja gospodarza? Nie merytoryczna debata o jakości powietrza. Nie pytanie, czy ulica naprawdę istnieje. Tylko gest dłoni i zdanie: „zamknij to, bo zimno robi”. To wszystko.

W tym jednym gościu jest cała ta książka. Klasa średnia XXI wieku jest takim gospodarzem. Stworzyła sobie pokój, w którym jest miło — i broni jego temperatury z determinacją, która ją zaskakuje, kiedy w końcu się jej przyjrzy. Nie wpuszcza tematów, nie wpuszcza ludzi, nie wpuszcza emocji, które tę temperaturę by zmieniły. Nie krzyczy. Nie wyklucza. Po prostu zamyka okno.

Wiele zawdzięczam tu Byung-Chul Hanowi i jego diagnozie społeczeństwa zmęczenia. Han pokazał, że nie żyjemy już w epoce dyscypliny, tylko w epoce osiągnięć — w której nikt nas już nie bije, bo sami się

chłószczeni imperatywem rozwoju, optymalizacji i bycia „lepszą wersją siebie”. To prawda. Mam jednak z Hanem jeden poważny spór. Han twierdzi, że społeczna immunologia — mechanizm obronny epoki — umarła, bo zniknęli „obcy” w klasycznym sensie. Moim zdaniem nie umarła. Zmieniła kod. Z tożsamościowego na afektywny.

Ten mechanizm nazywam w książce immunologią doxyczną. Brzmi to akademicko — wybacz to słowo, ale potrzebne mi jest jedno, precyzyjne. Działa tak: ochrona „swoich” nie odbywa się już przez jawną przemoc, mur, drut kolczasty czy zakaz. Odbywa się przez subtelny kontrolę atmosfery. System selekcjonuje obecności. Oddziela to, co „lekkie”, od tego, co „ciężkie”. Zarządza vibe'em. Obcy nie jest już wrogiem, którego trzeba zniszczyć. Obcy stał się kimś, kogo się po prostu nie dopuszcza do obiegu. Obcy jest „zimny”.

W tym nowym porządku kluczowe staje się pytanie, kogo chcemy mieć blisko. Kto jest „fajny”, „cool”, „autentyczny” — a kto jest „sztywny”, „creepy”, „nie nasz”. Władza działa przez atrakcyjność obecności. Klimat staje się polityką. A klasa średnia — ta zmęczona,

miastowa, dobrze wykształcona, mówiąca po angielsku, jeżdżąca na warsztaty mindfulness — odgrywa w tym procesie rolę centralną. Jest „ciepła”. Potrafi regulować napięcie, wytwarzać komfort, symulować normalność. Tylko że jednocześnie jest skrajnie wyczerpana — i właśnie dlatego broni swojego ciepła jak zasobu strategicznego.

Wyczerpanie, o którym piszę, nie jest skutkiem ubocznym kapitalizmu. Stało się jego mechanizmem sterującym. Człowiek przeciążony nie ma siły na konflikt o przyszłość. Trzyma się kurczowo tego, co przynosi natychmiastową ulgę. Wspólnota celów ustępuje wspólnocie afektywnej. Zamiast polityki dostajemy terapię. Zamiast sporu o zasoby — spór o ton. Zamiast projektu cywilizacyjnego — zarządzanie nastrojem.

Mechanizm jest widoczny zarówno w Polsce, jak i w USA, choć w każdym z tych miejsc mówi innym językiem. W Polsce kodem dostępu bywa „europejskość” — używana jako filtr obiegu. W USA — „wokeness”, używany jako narzędzie dystynkcji. Struktura jest jednak bliźniaczo podobna. Chodzi w obu przypadkach

o jedno: utrzymać status quo afektywny. Wojna kulturowa jest w tej perspektywie raczej teatrem niż realną rewolucją. To bezpieczne emocje, w których można się wykąpać, dopóki nie naruszają temperatury pokoju.

Istnieją jednak bodźce, których nie da się ani zasymulować, ani zneutralizować estetyką. Wojna w Ukrainie. Kryzys klimatyczny. Falowanie cen energii. To są bodźce, które ja nazywam zimnymi: zbyt realne, zbyt kosztowne, wymagają twardych decyzji. A decyzje w epoce homeostazy są niepożądane. Stąd bierze się dwojaka reakcja klasy średniej: albo miękki denializm („wiem, ale nie mogę się już tym zajmować”), albo performatywna troska — gesty, które uspokajają sumienie, a nie zmieniają niczego.

Ambicja tej książki jest prosta. Chcę opisać mechanizm, w którym nie ma już obcych w dawnym, wrogim sensie. Są tylko ci, których nie zapraszamy na imprezę. Dopiero gdy zobaczymy ten proces, zrozumiemy, dlaczego demokracja słabnie bez huk. Dlaczego — mimo że wybory wciąż się odbywają, parlamenty obradują, a wolność słowa jest formalnie

chroniona — żyjemy z poczuciem, że coś istotnego nas omija.

Omija nas spór. Realny spór. Spór, który by coś rozstrzygał. Zniknął nie dlatego, że ktoś go zakazał — zniknął dlatego, że stał się niegrzeczny. Higiena nastroju zajęła miejsce polityki.

Z tym pytaniem chcę cię zostawić na starcie: jak przeżyć w homeostazie, będąc „zimnym”? Konserwatystą wnoszącym ciężkie tematy. Prekariuszem przypominającym o realnej biedzie. Człowiekiem bez kodu, bez właściwego akcentu, bez znajomości najnowszych podcastów. Kimś, czyja obecność wymaga od grupy wysiłku.

Odpowiedzi udzielę na końcu. A właściwie nie udzielę — bo ta książka kończy się nie receptą, tylko diagnozą. Recepty homeostaza uwielbia. Uwielbia wszystko, co domyka temat. Diagnoza, która nic nie obiecuje i niczego nie zamyka, jest dla niej ciałem obcym. Mam nadzieję, że dla ciebie też.

Rozdział 1

Han miał rację, ale nie do końca

Społeczeństwo zmęczenia jako przedpole nowej immunologii

Byung-Chul Han ma rzadki dar. Potrafi nazwać epokę, dotykając jej najbardziej bolesnego nerwu. Kiedy pisze o „społeczeństwie zmęczenia”, nie tworzy kolejnej akademickiej definicji — diagnozuje stan, który czujemy w ciałach, zanim zdążymy go nazwać. Nie trzeba czytać statystyk. Wystarczy posłuchać rozmów w korporacyjnych kuchniach, podsłuchać kolegów na lunchu, posłuchać, co naprawdę mówią rodzice, kiedy zostaną sami z kawą. „Nie mam już siły” przestało być zdaniem prywatnym. Stało się zdaniem epoki.

Han zaczyna od brutalnego rozróżnienia. Dawne stulecia definiowały choroby wirusowe i bakteryjne — atak „z zewnątrz”. Nasze stulecie definiują stany

neuronalne: depresja, ADHD, wypalenie. To nie są choroby od wroga. To są choroby od nadmiaru. W świecie, który zamiast „nie wolno” mówi nieustannie „możesz”, przemoc nie zniknęła. Stała się wewnętrzna. Nikt nie stoi już nad nami z batem. Sami siebie chłoszczemy imperatywem rozwoju, optymalizacji, bycia „lepszą wersją siebie”. Han ma tu rację bez reszty: współczesna władza przestała nas bić, a zaczęła nas „uruchamiać”.

W tym samym ruchu myślowym Han stawia jednak tezę, z którą muszę się spierać. Twierdzi, że XX wiek był „stuleciem immunologicznym” — opartym na jasnym podziale na swoich i obcych, na wewnątrz i zewnątrz. W epoce globalizacji i sieci — argumentuje — ten paradygmat się zużywa, bo „inność” zanika. Świat staje się gładki, pozbawiony negatywności. Obcy przestaje być wrogiem; w najlepszym razie staje się egzotyczną ciekawostką dla turysty z kamerą.

I tu właśnie się rozchodzimy. Uważam, że Han ogłosił śmierć immunologii zdecydowanie za wcześnie. To, że zniknęła klasyczna immunologia tożsamościowa — oparta na twardych granicach rasy, narodu, wrogich

ideologii — nie znaczy, że mechanizmy obronne się rozeszły. One nie umarły. Zmieniły kod. Z tożsamościowego na afektywny.

Wyobraź sobie różnicę między murem a inteligentnym filtrem powietrza. Mur jest widoczny. Ma początek i koniec. Można go obejść, można go obalić, można go zbombardować. Filtr powietrza jest cichy. Pracuje w tle. Nikt nie wie, kiedy się włącza. Wiesz tylko, że oddychasz dobrym powietrzem — i że ono naprawdę jest dobre, bo coś z niego zostało usunięte. Tylko że już nie pamiętasz co.

Tak działa współczesna immunologia. Obcy nie jest już tym, kogo trzeba zniszczyć. Obcy jest tym, kogo się nie wpuszcza do obiegu.

Han myli się jeszcze w jednym. Twierdzi, że negatywność zniknęła. Otóż nie. Ona tylko zmieniła formę. Dawna negatywność była widzialna: granica, drut kolczasty, zakaz wjazdu, plakat propagandowy. Dzisiejsza negatywność jest cicha. To „brak chemii”, „niepasujący vibe”, „bycie toksycznym”, „za ciężki”. W społeczeństwie, w którym wszyscy są na granicy energetycznego deficytu, największym zagrożeniem nie

jest atak fizyczny, lecz dyskomfort psychiczny. Dlatego współczesne instytucje i grupy bronią nie tyle granic terytorialnych, ile temperatury emocjonalnej.

Pomocny będzie tu włoski filozof Roberto Esposito, którego Han krytykuje, a który moim zdaniem daje nam właściwe narzędzie. Esposito pokazał, że immunizacja to nie tylko walka z chorobą, ale prawno-polityczny mechanizm: sposób, w jaki wspólnota chroni siebie, czasem kosztem samej wspólnoty. Han odrzuca ten paradygmat jako przestarzały, militarny. Ja proponuję czytać Esposita inaczej — nie militarnie, lecz terapeutycznie. Dzisiejsza „immunitas” nie krzyczy: „zabić obcych”. Mówi szeptem: „ochrońmy swoich przed dyskomfortem”.

I to jest istota zmiany. W świecie homeostazy nie wyklucza się ludzi przez nienawiść. Wyklucza się ich przez ochronę. Chronimy „dobry klimat” w zespole. „Bezpieczną przestrzeń” w dyskusji. „Fajny vibe” na imprezie. Ktoś, kto narusza ten stan — konserwatysta wnoszący „ciężkie” tematy, prekariusz przypominający o nędzy, osoba „niekompatybilna” energetycznie — zostaje odfiltrowany. Nie trafia do więzienia. Trafia w

niebyt: przestaje być zapraszany, tagowany, widoczny. To jest śmierć cywilna w białych rękawiczkach.

Klasycznym przykładem jest rekrutacja. Amerykańska socjolożka Lauren Rivera spędziła kilka lat na obserwowaniu, jak elitarne kancelarie prawnicze i firmy konsultingowe wybierają kandydatów. Spodziewała się znaleźć kryteria merytoryczne. Znalazła kryterium „kogoś, z kim chciałbyś polecieć w długą delegację”. „Kogoś, kogo podejmiesz na lotnisku”. To nie jest egzamin z prawa ani z finansów. To jest egzamin z bycia „naszym”. A „naszość” jest definiowana afektywnie.

Han ma rację, że system potrzebuje przepływu, a granice go tamują. Moja teza brzmi inaczej: system potrzebuje przepływu określonej jakości. Wszystko, co jest „szorstkie”, „zimne” albo stawia opór, musi zostać wygładzone lub usunięte. Dlatego XXI wiek nie jest końcem immunologii, lecz jej totalizacją w mikroskali. Każda rekrutacja, w której odrzuca się kandydata za „brak culture fit”, każda kolacja, na której pomija się kogoś, bo jest „creepy” — to akty immunologiczne.

Tysiąc razy mniejsze niż wojna. Sto tysięcy razy częstsze.

Han ma rację: staliśmy się społeczeństwem zmęczenia. Ale właśnie to zmęczenie sprawia, że nasze mechanizmy obronne są tak napięte. Wyczerpany organizm — pojedynczy czy społeczny — nie ma siły na konfrontację z Innym. Zamiast z nim walczyć (co kosztuje), po prostu go omija (co oszczędza). To jest strategia homeostatyczna: minimalizacja tarcia.

Podsumujmy ten pierwszy krok. Han opisał świat, w którym zniknęła inność. Ja opisuję świat, w którym inność stała się bodźcem, którego się po prostu nie dopuszcza do świadomości. Immunologia nie umarła. Stała się cichsza, bardziej elegancka i — co najbardziej niepokojące — w pełni znaturalizowana jako dbanie o „dobrostan”.

W kolejnym rozdziale pokażę, jak ta nowa, miękka immunologia działa w praktyce. Jak rządzi nami coś, co nazywam dyktaturą vibe'u — i dlaczego nawet najlepiej wykształcona, najbardziej empatyczna część społeczeństwa nie potrafi się od niej uwolnić.

O autorze

Szymon Woźnica (ur. 1983, absolwent Uniwersytetu Wrocławskiego) jest socjologiem i analitykiem systemowym, specjalizującym się w nurcie socjologii obliczeniowej. Twórca wielotomowego projektu badawczego *Afektywny Feudalizm*, który łączy klasyczną teorię krytyczną z nowoczesnymi narzędziami symulacyjnymi (ABM). W swoich pracach nawiązuje do tradycji Szkoły Frankfurckiej, Pierre'a Bourdieu, Byung-Chul Hana i Nancy Fraser. Koncentruje się na mechanizmach władzy, statusu i presji w społeczeństwach XXI wieku.

Praca przygotowana w standardzie Reproducible Research — pełny model ABM dostępny dla środowiska naukowego: <https://github.com/woznicaszymon-af/>

O projekcie: Afektywny Feudalizm

Projekt poświęcony analizie współczesnych form władzy, pracy i konfliktów w dobie późnego kapitalizmu. Autor stawia tezę, że obecnego porządku społecznego nie da się już w pełni opisać wyłącznie przez kategorie ekonomiczne czy instytucjonalne. Kluczowymi zasobami regulacyjnymi stają się dziś afekty: wyczerpanie i lęk, wstyd i uznanie, lojalność oraz konflikty emocjonalne. One tworzą „infrastrukturę” współczesnej władzy i pracy.

Projekt rozwijany jest na trzech komplementarnych poziomach:

1. Eseistyczna diagnoza systemowa — opisująca kondycję współczesnego społeczeństwa.
2. Pełna teoria społeczna — osadzona w nurcie teorii krytycznej.
3. Operacjonalizacja formalna — modelowanie agentowe (ABM) oraz kod w języku Python.

Niniejsza książka — w wersji publicystycznej — należy do pierwszego poziomu. Wersja akademicka (wydanie II) zawiera dodatkowo aneksy empiryczne, statystyczne i metodologiczne oraz dodatek o polskiej socjologii, do których odsyłam czytelników szukających pełnego aparatu pojęciowego i bibliograficznego.

