

Dominique  
Loreau

## ELOGIUL SIMPLITĂȚII

traducere din limba franceză de  
INES HRISTEA



## Cuprins

Introducere ..... 7

### SĂ NE CONȘTIENTIZĂM SURPLUSUL DE OBIECTE ..... 9

Înaintea industrializării, cu toții eram minimaliști ..... 11

Cum de am ajuns să avem atât de multe lucruri? ..... 13

Dictatura obiectelor și suferința pricinuită  
de surplusul de posesiuni ..... 17

Pericolele pentru sănătate ale surplusului de obiecte ..... 26

### TEMERILE NE ÎMPIEDICĂ SĂ ELIMINĂM

SURPLUSUL DE OBIECTE ..... 31

Introducere ..... 33

Teama de a pierde bani ..... 36

Teama de a fi sărac ..... 49

Teama de a irosi lucruri ..... 54

Teama de a nu avea lucruri ..... 63

Teama de spațiu liber ..... 75

Teama de părerea celorlalți ..... 82

Teama de schimbare ..... 89

Teama de a ne pierde amintirile sau de a le regreta ..... 98

## BENEFICIILE ELIMINĂRII SURPLUSULUI

WITH LOVE,  
BARO&VÉ

## ÎNAINTEA INDUSTRIALIZĂRII, CU TOȚII ERAM MINIMALIȘTI

„Pentru mulți dintre japonezi, occidentalul e o ființă frământată, plină de reziduuri și de coagulații. (...) Și perfecțiunea acestei încăperi goale mă strivește. Mă simt nerecunoscut de ea... În acest decor – ca, de altfel, și în hrană – există o imaterialitate care repetă la infinit: fă-te mic, nu răni aerul, nu ne răni privirile cu jachetele tale infernal colorate, nu mai fi atât de agitat și nu ofensa această perfecțiune liniștită pe care o cultivăm de opt sute de ani.”

NICOLAS BOUVIER, *Chroniques japonaises*

Răsfoiți o revistă din urmă cu cincizeci de ani sau pri-  
viți un film din anii 1950: nicăieri nu veți vedea obiecte  
inutile. În epoca aceea, oamenii trăiau „normal”, aveau în  
posesie ceea ce le era util, fără niciun fel de exces. Trăiau  
într-o prosperitate satisfăcătoare, dar rezonabilă. Înainte  
de anii 1950, oamenii aveau încă și mai puține lucruri –  
chiar dacă bogății, indiferent de țară, de cultură sau de  
epocă, au trăit întotdeauna în abundență, încorajați de o  
mulțime de obiecte. Cândva însă, oamenii „normali”

trăiau foarte simplu. Un japonez de rând nu avea decât două sau trei kimonouri, mereu proaspăt spălate. Casa lui era demontabilă, aşa că japonezul nu locuia toată viaţa în acelaşi loc. În Occident, oamenii aveau hainele de zi cu zi, din cursul săptămânnii, şi hainele de duminică. Peste tot în lume se lucra pământul, se creşteau animale, se gătea cu produse din gospodăria proprie, hainele se făceau în casă, la fel şi piesele de mobilier, casa însăşi era construită de proprietar cu mâinile lui, iar uneltele de lucru, oalele şi ulcelele erau cumpărate de la târgul din sat. Căci magazine nu existau.

## CUM DE AM AJUNS SĂ AVEM

### ATÂT DE MULTE LUCRURI?

## ODINIOARĂ, TOTUL ERA SCUMP, DECI RAR

Odinioară, limitele depindeau de factori externi, în special de preț şi de disponibilitatea materialului. În general, obiectele erau confecționate manual şi vândute la fața locului. Erau rare şi scumpe, prin comparaţie cu cele din prezent. În urmă cu o sută de ani, era aşadar normal să fii „minimalist”, întrucât chiar şi obiectele de primă necesitate erau greu de găsit. Oamenii nici măcar nu-şi puneau problema ce să-şi cumpere şi ce nu. Aveai ceea ce-ţi făcea trebuinţă. Azi, e de-ajuns să mergi într-un centru comercial ca să-ţi satisfaci şi cea mai măruntă dintre dorinţe. Producţia în masă şi globalizarea au dus la scăderea preţurilor şi au făcut ca toate şi ca orice obiect să fie disponibil şi uşor de obţinut. Fireşte, acest stil de viaţă e practic şi nimeni nu-şi doreşte cu-adevărat să se întoarcă în trecut, însă preaplinul care ne sufocă azi s-a transformat într-o problemă reală a civilizaţiei. Nu ne dăm seama că, dacă nu ne limităm deliberat consumul, vom ajunge să fim copleşaţi de abundenţă, de supraconsum şi de excese.

După cel de-al Doilea Război Mondial, clasa de mijloc a devenit mai înlesnită și a început să adopte obiceiurile bogăților. În anii 1950, un supermarket propunea spre vânzare în jur de trei mii de articole, în 1990 oferta era de zece ori mai mare, iar azi, dacă luăm în considerare și comerțul on-line, probabil că numărul obiectelor care pot fi cumpărate a devenit imposibil de calculat. Din anii 1960 și 1970, piața a explodat, oferind o suită interminabilă de articole de îmbrăcăminte, de decorațiuni interioare, de produse electrice etc. Cine nu-și amintește de filmul *Mon oncle* (*Unchiul meu*), al lui Jacques Tati, cu interioarele lui în care tot ce era nou, proaspăt scos din cutie și sclipitor reprezenta un semn al bogăției și al fericirii?! Prin urmare, întreaga lume s-a pornit să consume, fiindcă bunurile devineau din ce în ce mai accesibile, odată cu fiecare salar, iar fiecare salar devinea din ce în ce mai generos, datorită creșterii economice. Azi, putem să ne oferim – și asta la prețuri de nimic – cantități incredibile de produse de calitate și uneori foarte frumoase (târguri de antichități, achiziții la mâna a două făcute pe internet etc.). Ca atare, consumăm. Fără limite. Fără discernământ. Apoi... nu știm ce să mai facem cu atâtea lucruri. Mai mult! În vreme ce odinioară rudele nu ne lăsau moștenire decât proprietățile și banii lor, în prezent rudele ne cadorisesc cu locuințe debordând de obiecte. Rezultatul? Interioarele noastre sunt ticsite, iar posesiunile se strâng în casele noastre cu o viteză incredibilă. Ne înmulțim piesele de mobilier în care să le ascundem, fără să ne rezolvăm însă problema de fond, astfel că, la nivel psihologic, suntem măcinați de un conflict de conștiință: oare să ne păstrăm lucrurile sau să renunțăm la ele, făcându-ne însă vinovați de o formă de risipă?

## MINIMALISMUL SECOLULUI XXI, ÎNCEPUTUL UNEI NOI ERE

„Prea mult e mai rău decât prea puțin.”

PROVERB JAPONEZ

Dezumflarea bulei economice, șanse din ce în ce mai reduse de a ne îmbogăți, Tânjirea la o viață mai mobilă, mai puțin constrângătoare, internetul... Azi, totul se află în plin proces de mutație. Totuși noi continuăm să fim cotropiți de obiecte. De ce?

O nouă generație de minimaliști începe să se profileze la orizont. O generație care s-a saturat de obligațiile menajului, ale punerii în ordine a obiectelor, ale acumulării de lucruri și de suvenire, o generație care visează la spații ample și la libertate, chiar cu riscul de a-și jertfi cariera și creșterile salariale. Cultura noastră a început să-și pună întrebări profunde: „Ce ne e de-ajuns, la modul real? De ce avem cu-adevărat nevoie? Cum vrem să ne folosim timpul? Ce e realmente important?” Să trăiești cu puțin a devenit o alegere, nu mai reprezentă, ca odinioară, o fatalitate. Simțim că nu mai putem să continuăm să trăim în felul acesta. Trebuie să facem ceva. Dar ce anume?

TOATĂ ACEASTĂ ACUMULARE DE OBIECTE DIN JURUL NOSTRU E CEVA NATURAL? CEVA RAȚIONAL?

„Dorința! Ne împinge de la spate și ne crucifică... E atât de extenuant să-ți dorești tot timpul câte ceva!”

MURIEL BARBERRY, *Eleganța ariciului*

Conform unui articol publicat în *Los Angeles Times*, în 2014, într-o gospodărie americană se găseau (atunci) în jur de trei sute de mii de obiecte. Cifra pare enormă, dar, dacă

ne punem pe numărat, totalul poate să crească rapid. Azi, cei mai mulți dintre noi încearcă să revândă sau să dăruiască diverse lucruri, însă adesea procesul acesta e înde lungat și laborios. E mult mai simplu să-ți arunci obiectele în podul casei, în pivniță sau în boxa blocului! Pentru mulți oameni însă, să se despartă de obiectele personale rămâne un lucru dificil. Nici nu ne dăm seama cu-adevărat cât de multe obiecte inutile posedăm. Simțurile noastre nu au cum să ne vorbească și să ne spună: „Aveți prea multe lucruri.“ Dar suferă la fel de mult (stres, deprimare, oboseală etc.) ca un stomac prea plin.

Să facem un pas în spate: oare toată această acumulare de obiecte – dintre care cele mai multe au fost rar sau deloc folosite ori au câte o dublură – e ceva natural? Ceva rațional? De ce păstrăm toate lucrurile astea și ce rol joacă ele în raportul nostru cu sensul vieții? Oare realizăm că ele acționează asupra noastră ca niște mici dictatori și că, în fond, ne fac să suferim? Steve Jobs a înțeles foarte bine acest adevăr – el, care nu iubea nici ceea ce era excesiv, nici ceea ce era complicat: un singur buton de pe iPhone și lumea e a noastră! Datorită lui, milioane de persoane au încetat să mai folosească aparate foto, CD playere, calculatoare, ceasuri-brătară, hărți rutiere, dicționare, agende, ceasuri deșteptătoare, carnete și cărți din hârtie și multe alte lucruri. Dar ce să ne facem cu obiectele pe care le întrebuițam înainte?

## DICTATURA OBIECTELOR ȘI SUFERINȚA PRINCIPALĂ DE SURPLUSUL DE POSESIUNI

FUNDAMENTAL, OMULUI NU-I PLACE  
SĂ ARUNCE NIMIC

„Să fac shopping pentru vechea noastră casă devenise o formă de petrecere a timpului liber. Majoritatea lucrurilor pe care le strângem nu aveau niciun scop precis – doar acela de a umple niște încăperi imense.“

BÉA JOHNSON, *Zéro déchet*

Instinctul îl împinge pe om să tot adune lucruri. Încă din copilărie, el a văzut că posesiunile sunt glorificate. I se promite un obiect sau altul pentru ziua de naștere. Achiziția de obiecte îi e prezentată ca un gest rar, ca o recompensă sinonimă cu o sărbătoare sau cu un eveniment special. De la cea mai fragedă vîrstă, copilul începe să vorbească despre camionul LUI. Prin urmare, crește cu această perspectivă și, pe măsură ce înaintează în vîrstă, vrea să se recompenseze cu din ce în ce mai multe obiecte. De ce ființa umană e atașată, la modul fundamental, de posesiunile ei? Nu cunosc răspunsul, dar e cert că epoca noastră e caracterizată de o cantitate