

LIESL CLARK ■ REBECCA ROCKEFELLER

# PLANUL NU-CUMPĂRA-NIMIC- PRIMEȘTE-TOTUL

Descoperă bucuria de a cheltui mai puțin,  
de a dăruia mai mult și de a trăi generos

Traducere: Mihaela Veronica Busuioc



NICULESCU

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

**CLARK, LIESL**

**Planul nu-cumpăra-nimic-primește-totul : descoperă bucuria de a cheltui mai puțin, de a dăru  
mai mult și de a trăi generos / Liesl Clark, Rebecca Rockefeller ; trad.: Mihaela Veronica Busuioc. -  
București : Editura Niculescu, 2021  
ISBN 978-606-38-0633-9**

I. Rockefeller, Rebecca

II. Busuioc, Mihaela Veronica (trad.)

159.9

© 2020 by Liesl Clark and Rebecca Rockefeller

This edition is published by arrangement with Sterling Lord Literistic, Inc. and ANA Sofia.

Titlu original: *THE BUY NOTHING, GET EVERYTHING PLAN. Discover the Joy of Spending Less, Sharing More, and Living Generously*, by Liesl Clark and Rebecca Rockefeller

© Editura NICULESCU, 2021

Bd. Regiei 6D, 060204 – București, România

Telefon: 021 312 97 82; Fax: 021 312 97 83

E-mail: [editura@niculescu.ro](mailto:editura@niculescu.ro)

Internet: [www.niculescu.ro](http://www.niculescu.ro)

Comenzi online: [www.niculescu.ro](http://www.niculescu.ro)

Comenzi e-mail: [vanzari@niculescu.ro](mailto:vanzari@niculescu.ro)

Comenzi telefonice: 0724 505 385, 021 312 97 82

Redactor: Renata Roșu

Tehnoredactor: Lucian Curteanu

Coperta: Carmen Lucaci



ISBN 978-606-38-0633-9

Toate drepturile rezervate. Nicio parte a acestei cărți nu poate fi reprodusă sau transmisă sub nicio formă și prin niciun mijloc, electronic sau mecanic, inclusiv prin fotocopiere, înregistrare sau prin orice sistem de stocare și accesare a datelor, fără permisiunea Editurii NICULESCU.

Orice nerespectare a acestor prevederi conduce în mod automat la răspunderea penală față de legile naționale și internaționale privind proprietatea intelectuală.

---

Editura NICULESCU este partener și distribuitor oficial OXFORD UNIVERSITY PRESS în România.

E-mail: [oxford@niculescu.ro](mailto:oxford@niculescu.ro); Internet: [www.oxford-niculescu.ro](http://www.oxford-niculescu.ro)

# CUPRINS

## INTRODUCERE

<b>Cum am ajuns să cumpărăm mai puțin și să împărțim cu alții mai mult</b>	<b>11</b>
--	-----------

## **DE CE AR FI BINE SĂ NU-CUMPĂRĂM-NIMIC 25**

Era Plasticului	26
O alternativă ecologică	31
Psihologia consumului în exces	33
Când ne înecăm în lucruri	35
Bucuria neașteptată de a descoperi că poți să-nu-cumperi-nimic	38

## **O INVITAȚIE LA A-NU-CUMPĂRA-NIMIC 42**

Acceptă provocarea noastră în 7 pași de a-nu-cumpăra-nimic	42
Reguli	44
Excepții	46

## **PASUL 1: OFERĂ 48**

Învățăături himalaiene	49
Importanța faptului de a avea ceva de oferit	54

O economie bazată pe daruri	56
Pasul 1: Oferă	59
Cum să oferi	65
Câteva observații privind economia bazată pe daruri, femeile, sărăcia și bogăția	70
Cum să creezi un grup care practică economia bazată pe daruri	73
Darul pe care ți-l faci ție	77
Te invităm să oferi	79
<b>PASUL 2: CERE</b>	<b>83</b>
Banii ne despart, pe când economia bazată pe daruri ne aduce împreună	85
Am uitat cum să cerem	88
O nuntă în stilul nu-cumpăra-nimic	89
Pasul 2: Cere	92
Toate darurile au valoare egală	97
Conexiuni neașteptate	101
Te invităm să ceri	104
<b>PASUL 3: REFOLOSEȘTE ȘI REFUZĂ</b>	<b>107</b>
Un experiment nu-cumpăra-nimic	113
De ce ne simțim bine când cumpărăm și de ce ne putem simți și mai bine atunci când nu-cumpărăm-nimic	115
Alimente și alte lucruri cărora le putem prelungi viața	119
Pasul 3: Refolosește și refuză	125
50 de lucruri pe care nu le cumpărăm niciodată	125
Trăiește fiecare zi ca pe o ocazie specială	154
Te invităm să refolosești și să refuzi	158

<b>PASUL 4: REFLECTEAZĂ</b>	<b>160</b>
Fiorul cumpărăturilor	164
Pasul 4: Reflectează	167
Te invităm să reflectezi	175
Întrebări pe care ți le poți adresa înainte de a cumpăra ceva	176
<b>PASUL 5: FĂ ȘI REPARĂ</b>	<b>179</b>
Fii producător în loc să fii consumator	180
Pasul 5: Fă!	182
Repară!	184
50 de lucruri pe care le facem	186
Te invităm să faci chiar tu și să reperi	212
<b>PASUL 6: ÎMPARTE, DĂ ȘI IA ÎMPRUMUT</b>	<b>214</b>
Creează-ți propria economie partajată	218
Pasul 6: Împarte	221
50 de lucruri pe care le împărțim	231
50 de lucruri pe care le dăm și le luăm împrumut	247
Te invităm să împarți, să dai și să iei împrumut	261
<b>PASUL 7: RECUNOȘTINȚA</b>	<b>263</b>
Pasul 7: Recunoștința	264
Darul suprem	266
Te invităm să-ți exprimi recunoștința	269
<b>ACESTA ESTE DOAR ÎNCEPUTUL: NU-CUMPĂRA-NIMIC PE TERMEN LUNG, NEDEFINIT</b>	<b>273</b>
Fă-ți cunoscută experiența	273
Începe iar și iar și iar	274

Adresează-ți provocarea de a-nu-cumpăra-nimic	
o perioadă mai îndelungată	275
Fii conștient când cumperi	278

## **O VIZIUNE PENTRU VIITOR** **281**

Rețele de economie bazată pe daruri	
ce funcționează ca organizații umanitare	282
Astfel salvăm planeta,	
dăruind, cerând și împărțind rând pe rând	286
Împărțind în lumea reală	287

*Mulțumim cu recunoștință* 290

*Anexă* 294

*Referințe* 303

*Despre autoare* 311

# INTRODUCERE



## **Cum am ajuns să cumpărăm mai puțin și să împărțim cu alții mai mult**

Povestea noastră a început într-o zi senină de decembrie, pe o plajă neamenajată aflată nu departe de zona locuită de comunitatea noastră din regiunea Pacificului de Nord-Vest. Sunt rare la noi în plin decembrie momentele de acalmie între furtunile de iarnă.

În lumina galben pal a soarelui, care iarna „coboară” foarte aproape, ne plimbam pe plajă cu copiii, urmărind patru perechi de piciorușe goale pășind pe vârfuri prin nisip. Deși purtam haine de iarnă, era destul de cald, astfel încât copiii și-au lăsat încălțările în mașină; era o binevenită eliberare de șosetele de lână și de cizmele de ploaie. Cei mici făceau echilibristică desculți printre buștenii aduși de ape la țarm, o mulțime de trunchiuri sfărâmate de brad Douglas și tuia gigantică, jucându-se de-a acrobații de circ. Apa era rece și adâncă, formându-se curenți puternici și valuri înspumate între noi și conturul vag al dealurilor din Seattle, peste Marea Salică.

Noi, Liesl și Rebecca, ne cunoscuserăm de un an la acea vreme, devenind foarte repede bune prietene, iar copiii noștri,

cu vârste între patru și șapte ani, erau de nedespărțit, petrecând mult timp împreună în natură. Avântul lor de a explora ne-a adus la țărmul acestei insule sălbatice, aflată la o distanță rezonabilă de mers cu mașina după programul de la școală. Rebecca este blogger și consultant media, provenind dintr-o familie de activiști și politicieni dedicați protecției mediului. Are două fiice, Ava și Mira, pe care le crește singură. Liesl este realizatoare de filme documentare științifice, surprinzând imagini și evenimente de ultimă oră, inclusiv pentru NOVA și National Geographic. Proiectele sale presupun numeroase călătorii de explorare, pe care le face împreună cu soțul ei, Pete Athans, și cu cei doi copii ai lor, Finn și Cleo.

Împărtășind cu toții aceeași pasiune pentru aventură și ieșiri în natură, excursiile pe plaje ca aceasta, inclusiv iarna, erau ceva obișnuit pentru noi. Iar această plimbare era ca oricare alta de până atunci, până când Finn s-a julit la picior. Se mai întâmplă când mergi desculț pe plajă. Liesl i-a scos repede „spinul cel rău” care l-a înțepat, înainte ca Finn să înceapă să plângă și să ne strice tuturor buna dispoziție din acea zi. Dar am observat încă ceva ce i se agățase între degetele de la picioare, ceva nefiresc... mici granule albe de polistiren expandat, mici fășii zdrențuite și țândări de plastic colorat.

Când ne-am uitat mai îndeaproape la nisipul pe care călcam, am descoperit mai multe granule de plastic cu diametrul de circa trei milimetri. Urma să aflăm mai târziu că aceste microparticule de plastic reprezintă materia primă pentru toate produsele din plastic. Am observat apoi că erau enorm de multe astfel de granule pe plajă, alarmant de multe. În vreme ce copiii alergau printre bușteni, strigând voioși că au inventat un nou joc – să se ferească să calce pe unde vedeau „nisiip de plaaastic” –, ne-am exersat privirea să distingem

ce mai era amestecat prin nisip, printre scoici, bușteni și alge. Și astfel am găsit resturi de plastic și mai mari, care ne-au indignat și mai tare: seringi, un soldățel verde de jucărie, de care Finn s-a bucurat, urmând să și-l adauge la colecție, bețișoare de amestecat în cafea, o țevă din PVC, pixuri (ca cele pe care le avea Cleo acasă), capace de la întrerupătoare electrice, un balon aniversar cu heliu Mylar (ca acela pe care Ava l-a pierdut la aniversarea unui prieten, cu o săptămână în urmă, când i-a scăpat printre degete), brichete, o jucărie de pluș galben țipător pentru bebeluși (cum își amintea Mira că avusese și ea), bare de protecție de la mașini, aplicatoare pentru tampoane – obiecte uzuale, toate din plastic, toate eșuate pe plajă.

Bineînțeles că toate acestea erau acolo de multă vreme, numai că nu le văzuserăm noi până atunci. Iar odată ce le-am văzut, ei bine nu puteam pretinde că nu le-am văzut. Toate aceste resturi, lucruri de care ne-am folosit în viața noastră obișnuită, și-au croit drum spre plajele noastre, nu atât dominând plaja cât devenind parte din ea, nu tocmai ascunse, ci în văzul oricui ar fi vrut să le vadă.

Socotim acea zi ca fiind prima zi din aventura noastră pe care aveam s-o numim planul nu-cumpăra-nimic. Aceasta se întâmpla cu doi ani înainte de a lansa, de la firul ierbii, acest proiect, al cărui impact a crescut uimitor, ajungând în prezent să aibă peste un milion de membri activi și în jur de șase mii de voluntari dedicați. Totul a pornit de la un incident aparent minor petrecut pe o insulă. În urma lui însă aveam să descoperim amploarea și gravitatea unui fenomen global – excesul de deșeuri, în special al deșeurilor din plastic, cu efect devastator asupra mediului – și să inițiem o mișcare socială.

Ce înseamnă să-nu-cumperi-nimic? Pe înțelesul tuturor, este o filosofie potrivit căreia soluția pentru o viață fericită, îmbelșugată și plină de sens pe o planetă sănătoasă este ca fiecare să căutăm și să urmăm, înainte de a cumpăra, orice posibilă alternativă pentru a obține ceea ce avem nevoie sau dorim. Am pus-o în practică prin proiectul nu-cumpăra-nimic, promovând economia bazată pe daruri, de la nivelul comunităților locale la nivel macroeconomic și, mai mult, la nivel global. Este o alternativă la economia de piață, pe care cei mai mulți dintre noi încă se bazează în foarte mare măsură. În economia bazată pe daruri însă oamenii oferă obiecte, folosite cu grijă și menținute în stare bună și da, întrucâtva uzate, în loc să le distrugă și totodată cer lucruri de care au nevoie, în loc să cumpere neapărat lucruri noi. Membrii grupurilor nu-cumpăra-nimic, vecini și nu numai, oferă, cer, recrează și remediază lucruri, schimbă lucruri între ei și numai în ultimă instanță cumpără.

Ceea ce a început de la revelația noastră pe plajă, cu câțiva ani în urmă, a favorizat un fenomen global: în zeci de țări vecinii au intensificat schimburile de obiecte și servicii pe plan local, punându-și în valoare feluritele talente, stăvilind astfel un alt fenomen care ne costă pe toți: consumul în exces.

Dar a-nu-cumpăra-nimic înseamnă mai mult decât atât.

Cunoști vechea zicală „Gunoiiu cuiva este comoara altcuiva”? Am putea fi tentați să o luăm în derâdere, dar planul nu-cumpăra-nimic presupune să nu facem asta și să ne schimbăm mentalitatea cu privire la ceea ce zace nefolosit în gospodăria noastră sau la ceea ce suntem pe cale să aruncăm. Putem da multor obiecte, cândva prețuite dar acum neglijate sau rămase fără vreo utilitate pentru noi, noi șanse la viață în

Ce înseamnă să-nu-cumperi-nimic? Pe înțelesul tuturor, este o filosofie potrivit căreia soluția pentru o viață fericită, îmbelșugată și plină de sens pe o planetă sănătoasă este ca fiecare să căutăm și să urmăm, înainte de a cumpăra, orice posibilă alternativă pentru a obține ceea ce avem nevoie sau dorim. Am pus-o în practică prin proiectul nu-cumpăra-nimic, promovând economia bazată pe daruri, de la nivelul comunităților locale la nivel macroeconomic și, mai mult, la nivel global. Este o alternativă la economia de piață, pe care cei mai mulți dintre noi încă se bazează în foarte mare măsură. În economia bazată pe daruri însă oamenii oferă obiecte, folosite cu grijă și menținute în stare bună și da, întrucâtva uzate, în loc să le distrugă și totodată cer lucruri de care au nevoie, în loc să cumpere neapărat lucruri noi. Membrii grupurilor nu-cumpăra-nimic, vecini și nu numai, oferă, cer, recrează și remediază lucruri, schimbă lucruri între ei și numai în ultimă instanță cumpără.

Ceea ce a început de la revelația noastră pe plajă, cu câțiva ani în urmă, a favorizat un fenomen global: în zeci de țări vecinii au intensificat schimburile de obiecte și servicii pe plan local, punându-și în valoare feluritele talente, stăvilind astfel un alt fenomen care ne costă pe toți: consumul în exces.

Dar a-nu-cumpăra-nimic înseamnă mai mult decât atât.

Cunoști vechea zicală „Gunoiiu cuiva este comoara altcuiva”? Am putea fi tentați să o luăm în derâdere, dar planul nu-cumpăra-nimic presupune să nu facem asta și să ne schimbăm mentalitatea cu privire la ceea ce zace nefolosit în gospodăria noastră sau la ceea ce suntem pe cale să aruncăm. Putem da multor obiecte, cândva prețuite dar acum neglijate sau rămase fără vreo utilitate pentru noi, noi șanse la viață în

mass-media – *Washington Post*, Rețeaua Mama Natură (Mother Nature Network), Grist, Yahoo Actualități (Yahoo News), cotidianul *New York Times*, Compania Australiană de Radiodifuziune (Australia Broadcasting Company), Compania Japoneză de Radiodifuziune (NHK), rețeaua americană de televiziune CBS News, cotidianul *South China Morning Post*, postul public național de radio (NPR) –, este un model modern și autentic de economie bazată pe daruri, un sistem în care bunurile și serviciile sunt distribuite ca daruri autentice, oferite așadar fără contraprestație, fără așteptări de daruri echivalente sau de alte recompense, niciodată folosite în sensul de troc, comercializate sau în vreun fel vândute. În acest caz, *ceva este realmente oferit* și astfel nicio persoană nu are de câștigat în detrimentul altora. Fiecare participant dobândește statut social prin acțiunile sale și fiecare culegem ceea ce semănăm.

Poate că ai adoptat deja stilul de viață nu-cumpăra-nimic sau faci parte dintr-una dintre tot mai numeroasele „economii partajate” („sharing economies”), ale căror baze au fost puse de companii ca Uber, Lyft, Airbnb și Vrbo. Oameni de peste tot de pe planetă folosesc în comun, simultan sau alternativ, locuințe, mașini, construiesc uneori ei înșiși căsuțe de vacanță sau chiar de locuit permanent, pentru ei și familiile lor sau pentru turiști, împrumută de la biblioteca municipală sau din diversele colecții de obiecte disponibile în comunitatea lor, într-un cuvânt găsesc modalități de a împărți cu alții resursele proprii. Mare parte dintre aceste „economii partajate” funcționează în cadrul economiei de piață, ca de exemplu Uber și Airbnb, care primesc bani în schimbul unei călătorii cu Uber sau în schimbul închirierii caselor de vacanță prin intermediul Airbnb, de exemplu. Planul nu-cumpăra-nimic îți oferă șansa de a extinde acest mod de gândire și acțiune de așa natură

încât să se ajungă în ultimă instanță la a da și a primi aproape totul, cheltuind foarte puțini bani sau deloc.

Cartea de față reprezintă o invitație să ni te alături, indiferent de modul în care percepi în prezent ideea de a-nu-cumpăra-nimic, cultivând această idee și transpunând-o în modul tău de viață. Noi credem că putem aduce mai multă fericire în viața noastră personală, că putem crește reziliența la nivelul propriilor comunități și că putem veghea la sănătatea planetei noastre oferind, împărțind și refolosind în mod creativ ceea ce avem din abundență. Și expunem aici pașii pe care îți recomandăm și ție să-i urmezi. Nu ai nevoie decât de bunăvoință și de dorința, profund omenească și sănătoasă, de a te conecta cu oamenii din viața ta. Pentru a te inspira, am inclus în cuprinsul cărții povești ale multor oameni despre ce și cum au oferit și au primit de la alții și despre bucuria și mulțumirea de care au avut parte în acele împrejurări. Toate sunt întâmplări adevărate. Au fost schimbate însă numele câtorva persoane și denumirile câtorva localități, pentru a le proteja identitatea.

---

**Ne sunt îndeobște familiari cei trei R  
ai consumului rațional:  
Redu, Refolosește, Reciclează.  
În viziunea noastră, lipsește un al  
patrulea R, la fel de important: Refuză.**

---

Haideți să nu mai cumpărăm, ci să încercăm să împărțim mai mult și să folosim mai multe lucruri în comun. Această carte propune un plan pentru a face exact acest lucru, având

## DE CE AR FI BINE SĂ NU-CUMPĂRĂM-NIMIC



Așadar, cum am ajuns ca de la o julitură a unui copil pe plajă să lansăm un experiment global despre a dăruii mai mult? Totul se reduce la plastic, desigur.

În urma acelei întâmplări de pe plajă, noi două am pornit în misiune. Împreună cu copiii noștri, am înconjurat Bainbridge, mica insulă din Puget Sound pe care o numim noi „acasă”, încercând să aflăm cât mai mult despre afluxul continuu de obiecte din plastic. Am încărcat mașina de mai multe ori cu deșeuri din plastic aduse la țărm cu fiecare maree. Am adunat bucăți de plastic cu dimensiuni cuprinse între un Volkswagen Beetle și microfibre. Și grămezi de o mare diversitate de resturi, de dimensiuni intermediare.

Etiologia plasticului de pe plajă a devenit o obsesie. Am petrecut trei ani făcând curățenie pe plaja noastră, catalogând fiecare tip de plastic din gospodării: găleți, periute de dinți, paie, palete și bețișoare, folii cu bule, sacoșe cu fermoar, granule de polistiren expandat, tăvițe pentru ambalat carne din polistiren expandat și până la omniprezentele flacoane și capace din plastic. Munca noastră a devenit muncă de cercetare, iar noi – cetățeni cercetători, urmărind să răspundem la

întrebarea critică: *De unde venea tot acest plastic care ne polua apa și nisipul?*

## **Era Plasticului**

Bineînțeles, venea de la noi toți, din gospodăriile noastre, din case, curți, din mașini, din parcuri, de la locurile noastre de muncă, de la școlile și restaurantele noastre. Dacă ceva este făcut din plastic și oricare dintre noi cei din Bainbridge am cumpărat acel ceva, există o mare probabilitate ca acel ceva să apară pe plaja noastră într-o zi. În acea vară am studiat mica noastră insulă ca și cum ar fi fost planeta în miniatură. Din ceea ce am observat noi, am putut desprinde concluzia că plasticul este pentru totdeauna. Nu este biodegradabil. Doar se descompune progresiv în particule tot mai mici, minuscule, astfel încât, în anumite părți din oceanele noastre, microparticulele din plastic, descrise de Agenția Americană pentru Gestionarea Oceanelor și a Atmosferei (*The National Oceanic and Atmospheric Administration*) ca măsurând „mai puțin de cinci milimetri în lungime și având aproximativ dimensiunea unei semințe de susan”<sup>1</sup>, depășesc ca număr de șase ori zooplanctonul<sup>2</sup> – totalitatea vietăților minuscule din mediul marin, care reprezintă principala sursă de hrană pentru multe animale marine.

Procesul de descompunere a plasticului necesită foarte multă atenție din partea noastră. Cu cât o particulă este mai mică, cu atât este mai probabil să fie înghițită de vietățile marine și să intre în lanțul trofic. Am văzut cu ochii noștri cum plasticul ajunge în mediul inconjurător sub formă de diverse articole mai complexe, care pot deveni relativ repede microparticule sub acțiunea unor forțe precum vehiculele, lumina solară sau valurile. Un pix căzut dintr-un buzunar,

peste care trece roata unei mașini, va fi purtat spre cel mai apropiat ochi de apă, spart în bucățele. În câteva săptămâni, o sacoșă din plastic pentru cumpărături dusă de vânt se poate transforma în fâșii care să semene întru totul cu algele marine, după ce s-a agățat în ramurile copacilor și a stat în bătaia soarelui. Un balon se va dezumfla și va începe să se destrame, putând deveni o bulină cu tentacule ca o meduză. Odată ajunse în voia aceluiași forțe naturale care netezesc stâncile de pe plajă și lustruiesc cochiliile de scoici, plasticurile pot lua forme organice care să înșele atât privirea omului, cât și a vietăților marine. Bucățile mai mari, intacte de reziduuri plastice pot să nu înșele un animal flămând și sunt prea mari pentru a fi înghițite de un animal care își filtrează hrana, dar nu durează deloc mult până când multe obiecte din plastic își pierd forma inițială și încep să se sfărâme în microparticule, pe care foarte probabil vietățile marine le vor ingera. Se estimează că procesul de fotodegradare a microparticulelor de plastic durează în jur de 450 de ani în cazul unui flacon de plastic și peste 600 de ani în cazul unei linii de pescuit din monofilament<sup>3</sup>. Plasticul constituie în prezent principalul deșeu marin, reprezentând 60–80% din deșeurile marine produse de oameni, la nivel mondial, iar 90% dintre toate deșeurile plutitoare sunt din plastic<sup>4</sup>.

Ne-am lansat într-un proiect de cercetare de mai multe luni de zile, scotocind toate malurile și bazinele hidrografice din jur unde am avut acces. Fiecare ploaie abundentă scotea la iveală mai multe bețișoare, mai multe etichete de la pungi de pâine, mai multe brichete etc., purtate în aval în estuare și de aici în mare. Am documentat direct la sursă, prin fotografii și înregistrări video, toate resturile pe care le-am putut observa. Am creat tabele în care am enumerat respectivele obiecte, locul unde le-am găsit și datele, în scop de referință geografică