

O TRENDU SIMPLICITY IN GIBANJU „VOLUNTARY SIMPLICITY“

## SIMPLICITY TREND

### PREPROSTO, A BOGATO IN POLNO ŽIVLJENJE

Ljudje smo že od nekdaj ujetniki svojih sanj in neskončnih želja, hkrati pa hlastamo za zrakom, ki ga nimamo časa zajeti. Iščemo zadovoljstvo, bogastvo in neskončne užitke, nenasitno iskanje sreče pa nas nenehno spremlja z razočaranjem, ki si ga največkrat ne želimo priznati. A ljudje sami pišemo zgodbe svojega življenja, sami se lahko odločimo za drugačen, enostavnejši in bolj kakovosten način življenja. Živeti enostavno in nezapleteno, a hkrati bogato in polno, je sodobna filozofija bivanja »*Voluntary Simplicity*«, ki ji sledijo že mnogi po svetu.



Sodobna informacijska družba je ustvarila novodobne potrošnike, ki pod vplivom medijskih vsebin, ostalih sporočil in oglaševanja teži k doseganju sreče in notranjega miru s pomočjo materialnih dobrin. Te pa kljub vsemu ne prinašajo nikakršne zadovoljitve, za seboj pa pustijo le praznino, izgubljenost v vrtincu hitenja in odtujenost. Zaradi pretirane ponudbe dobrin in poplave odvečnih informacij vse preveč časa in energije namenimo nepotrebni opravilom in odločanju med nešteti možnostmi izbire. Vendar številne raziskave že kažejo obrat v načinu razmišljanja: danes mnogim denar in družbeni status nista več na prvem mestu, ampak so bistveno više na lestvici vrednot zdravje, sreča ter družbeno odgovorno in polno življenje. Ali kot pravi eden prvih pobudnikov drugačnega načina življenja, avtor knjige *Voluntary Simplicity & The living Universe* ter številnih člankov in predavanj, **Duane Elgin**: »Življenje, ki je na

*zunaj videti preprosto, a je v svojem bistvu zelo bogato.*«

### SKRIVNOST PREPROSTEGA ŽIVLJENJA

Koncept prostovoljne preprostosti »*Voluntary Simplicity*« je tesno povezan s t.i. ravnovesjem med delom in bivanjem, principom, ki je v zadnjih dveh desetletjih vse bolj izpostavljen. Čeprav se večina potrošnikov najbrž ne bi bila pripravljena vrniti v relativno preprost življenjski slog izpred sto let, je v sodobni družbi moč opaziti, da denar in status ne predstavljata več temeljnega cilja, postavljenega nad vse ostale vrednote, kot so zdravje, sreča in družbena odgovornost.

Britanski ekonomist **E.F. Schumacher** je t.i. prostovoljno preprostost povzel z naslednjim stavkom: »*Vsak inteligenten bedak lahko stvari naredi večje, bolj zapletene in bolj agresivne;*

*za premik v nasprotno smer je potreben kanček genialnosti in veliko poguma. Mi smo tisti, ki moramo zbrati ta pogum, kajti če tega ne storimo sami – kdo naj to sploh kdaj stori?»*

Preprosto življenje je alternativna možnost drugačnega, enostavnejšega življenjskega sloga, ki ga kljub težnji po minimaliziranju vsega materialnega živimo brez odrekanja. Svoje življenje osvobodimo balasta in vzpostavimo ravnovesje v skladu z vrednotami in cilji, ki so za nas resnično pomembni. Ne glede na to, kaj od nas zahteva okolica oziroma kaj o tem mislijo drugi.

»Voluntary Simplicity« je življenjski slog tistih, ki so si drznili podvomiti v pojem *normalnega*, kot ga deklarira sodobna potrošniška družba. V »normalni« življenjski slog dvomi tudi ameriška kolumnistka **Ellen Goodman**, ki med drugim pravi: »Normalno pomeni oblačiti se v obleke, ki si jih kupil za službo; voziti se v avtomobilu, ki ga še vedno odplačuješ; iskanje službe, da lahko plačaš oblačila, avto in hišo, ki je ves dan prazna zaradi službe, v katero hodiš, da si vse to sploh lahko privoščiš«.

Čas je za bolj harmonično in polnejše življenje, ki pa ga lahko dosežemo le, če s sebe odvržemo bremena, ki nam jih je – seveda poleg vseh pozitivnih pridobitev in napredka – naložila sodobna informacijska družba. Več, hitreje, bolje ...

Treba se je znati tudi ustaviti. Premisliti, se zadovoljno nasmehnuti nad doseženim in si reči: »Srečen sem! In zadovoljen ...«

Čas je za spremembe in spremembe so naša odgovornost.

Odločitev za preprostejše življenje ne pomeni nujno popolne preobrazbe življenjskega sloga. Že z nekaj manjšimi spremembami v svojem življenju lahko naredite veliko.

- Začnite z omejevanjem nepotrebnih nakupov.
- Pozorno pretehtajte, kako boste preživeli svoj prosti čas.
- Cenite družinsko življenje in uživajte z ljudmi, ki so vam blizu.
- Postorite več reči sami; tako se boste v večji meri lahko zanesli sami nase.
- Povežite se z naravo.
- Morda je čas za ponoven razmislek o načinu nakupovanja hrane in prehranjevalnih navad. Stari izrek "si, kar ješ", je danes na mestu bolj kot kdaj koli poprej.
- Poskusite najti ravnovesje med delom in sprostitvijo.

*Prostovoljna preprostost* ni omejujoč življenjski slog. Prav nasprotno, z zavestno in premišljeno odločitvijo za preprostejši življenjski slog boste pridobili več svobode, več kakovostnega časa zase in za svoje bližnje.