

# De Tuinen van Eenvoud

© Duane Elgin  
Revised 9/05

Een eenvoudige, sobere levensstijl is geen nieuw fenomeen. Haar wortels liggen diep verankerd in de geschiedenis en zijn terug te vinden in alle wijsheidstradities en religies ter wereld. Meer dan tweeduizend jaar geleden, in dezelfde periode dat de Christenen zeiden “Geef me noch armoede noch rijkdom” (Spreuken, 30:8), beweerden de Taoïsten “Hij die weet dat hij genoeg heeft, is rijk” (Lao Tzu). Plato en Aristoteles benadrukten het belang van “de Gulden Middenweg” door het leven, waarin er noch excessen noch tekorten zijn. Ook de Boedhisten moedigen aan tot het bewandelen van een “middenweg” tussen armoede en gedachtenloze verzameldrift. Het is duidelijk, een eenvoudig leven is geen nieuwe sociale uitvinding. Wat nieuw is, zijn de radicaal veranderende ecologische, sociale en psycho-spirituele omstandigheden van de moderne samenleving.

Een duidelijke aanzet in de richting van een soberdere levensstijl werd in 1992 verwoord door 1600 oudere wetenschappers, inclusief de meerderheid van de nog levende Nobelprijswinnaars op het gebied van de wetenschappen, die een “Waarschuwing aan de Mensheid” ondertekenden. Dit is een historische verklaring, waarin zij aangaven dat “de mensheid en zijn natuurlijke leefomgeving afstevenen op een botsing . . . die dermate grote veranderingen met zich mee zal brengen, dat het onmogelijk zal zijn om onze huidige levenswijze te blijven handhaven.” Zij concludeerden dat: “Een grote omwenteling in onze beheer van de aarde noodzakelijk is om groot menselijk drama te voorkomen en om ons bestaan op deze planeet niet onomkeerbaar te verminken”.

Ruim tien jaar later kwam een verwante waarschuwing van 100 Nobelprijswinnaars die zeiden: “Het grootste gevaar dat de wereldvrede de komende jaren zal belagen, komt niet van irrationele daden van staten of personen, maar die bedreiging komt van de legitieme aanspraken van ’s werelds armste mensen.” Zoals deze twee waarschuwingen van de oudere wetenschappers aantonen, zijn er een aantal ons tegenwerkende krachten, (zoals globale klimaatsveranderingen, uitputting van natuurlijke grondstoffen als water en goedkope aardolie, een uitdijende wereldbevolking en een steeds groter wordende kloof tussen arm en rijk) die samenkomen en leiden tot een maatschappelijke crisis die de mogelijkheid opent naar een evolutionaire crash binnen onze generatie. Zouden we daarentegen in staat zijn om een evolutionaire stap of sprong voorwaarts te maken, dan zou dat zeker gepaard gaan met een verschuiving in de richting van een soberdere, duurzamere en bevredigendere levensstijl.

Alhoewel we sterk in de richting van een eenvoudiger levensstijl geduwd worden is de aantrekkingskracht ervan minstens zo sterk. De meeste mensen kiezen geen eenvoudiger leven vanuit een gevoel van opoffering, veeleer zoeken ze een diepere bron van bevrediging dan die geboden wordt door een gestresste en door consumptie geobsedeerde samenleving. Ter illustratie: terwijl het reële inkomen in de Verenigde Staten verdubbelde in de afgelopen generatie, bleef het percentage mensen dat aangaf zeer gelukkig te zijn hetzelfde (grootweg een derde). Tegelijkertijd is het aantal echtscheidingen verdubbeld en het aantal zelfmoorden onder jongeren verdrievoudigd. Een hele generatie heeft de vruchten van onze maatschappij van overvloed geproefd en ontdekte dat geld niet gelukkig maakt. Op zoek naar bevrediging zijn er miljoenen mensen die zich terugtrekken van de “ratrace” en terugschakelen naar een minder materieel leven, maar wel hun leven verrijken door te kiezen voor familie, vrienden, de samenleving en creatief werk in een wereld die zich op zielniveau verbonden weet met het universum.

In respons op de krachten vanuit de samenleving die op ons inwerken, is er in de Verenigde Staten en enkele tientallen andere “post-moderne” landen, een trend naar een eenvoudiger leven gegroeid vanuit een marginale beweging in de jaren 60 tot een gerespecteerde cultuur in het begin van het nieuwe millennium. Glossy tijdschriften tonen ons de verlokkingen van een simpel leven vanuit de kiosken en op de televisie is het een geliefd onderwerp voor praatprogramma’s. Onderzoek toont aan dat er een wezenlijk deel van de bevolking, voorzichtig geschat op zo’n 10 procent van de Amerikaanse bevolking, zich bezig houdt met een levensstijl die naar buiten toe duurzamer en naar binnen toe spiritueler is.

Belangrijk om te beseffen; een eenvoudig leven is niet simpel. Vele uitdrukkingwijzen van een soberder leven zijn ontstaan als een antwoord op de uitdagingen en mogelijkheden van de hedendaagse complexe samenleving. Om een realistisch beeld te schetsen van de mogelijkheden om een eenvoudiger leven vorm te geven in de complexe wereld, heb ik hier tien benaderingen gegeven die kunnen opbloeien in de “Tuinen van Eenvoud”. Alhoewel er overlappingen zijn tussen deze tien benaderingen, zijn ze verschillend genoeg om een eigen categorie te rechtvaardigen. Om niet de indruk te wekken dat er een volgorde van voorkeur is, heb ik de tien benaderingen op alfabetische volgorde geplaatst aan de hand van een kernachtige omschrijving die ik eraan gegeven heb.

**1. Bezielde Eenvoud:** Eenvoud betekent het leven benaderen als meditatie en proberen onze ervaring van verbondenheid met alles te cultiveren. Een spirituele aanwezigheid doordrenkt onze wereld en, door eenvoudig te leven, krijgen we gemakkelijker toegang tot het universum dat ons omringt en onderhoudt. Bezielde eenvoud houdt zich meer bezig met het bewuste proeven van het leven in al zijn onopgesmuckte rijkdom, dan met een specifieke standaard of manier van materieel leven. Door het nastreven van een bezielde verbinding met het leven, zijn we geneigd meer voorbij de oppervlakkige verschijning van dingen te kijken en brengen we ons inwendig zielsleven in verbinding met alles wat ons omringt.

**2. Ecologische Eenvoud:** Eenvoud betekent hier dat we ons met lichte tred over de Aarde bewegen waarbij we proberen onze ecologische voetafdruk te minimaliseren. Dit pad doet ons beseffen dat wij diepe wortels hebben in de natuur. Het betekent dat we de verbinding met de ecologie van het leven waarin we ondergedompeld zijn blijven ervaren en dat we de juiste balans vinden tussen de beleving van de door mensen gemaakte omgeving en een verblijf in de natuur. Tevens vieren we de ervaring van het wonder van de seizoenen. Een natuurlijke eenvoud geeft ons een diepe eerbied voor het leven op Aarde en de aanvaarding dat ook de niet-menselijke vormen van leven zoals dat van planten en dieren hun waardigheid en rechten hebben net zo goed als mensen. Deze vorm van eenvoud waardeert de verbinding die wij met het 'Web van het Leven' hebben en wordt gemobiliseerd door de factoren die het bedreigen (zoals klimaatsveranderingen, uitroeiing van soorten en uitputting van grondstoffen).

**3. Economische Eenvoud:** Eenvoud betekent hier dat er vele mogelijkheden zijn om op een 'juiste manier' in ons levensonderhoud te voorzien in een snel groeiende markt van gezonde en duurzame producten en diensten van velerlei soort; van bouwmaterialen en energie voorzieningssystemen tot voedsel. Als de behoefte aan een duurzame infrastructuur in de ontwikkelde landen gecombineerd wordt met de ombouw en het herontwerp van huizen, steden, werkplekken en transportsystemen, dan is het duidelijk dat er enorme uitbreidingsmogelijkheden zijn van nuttige economische activiteiten.

**4. Elegante Eenvoud:** Eenvoud betekent hier dat ons leven zich ontvouwt als een kunstwerk in wording. Zoals Gandhi zei, "Mijn leven is de boodschap." In die geest vormt de Elegante Eenvoud een organische esthetiek dat een schril contrast toont met een levensstijl gebaseerd op overmatige consumptie. Puttend uit bronnen die variëren van Zen tot de Quakers, viert deze levensstijl het gebruik van natuurlijke materialen en een pure functionele expressie, zoals je die vaak ziet in het handwerk van deze gemeenschappen. Eenvoud is een weg van schoonheid.

**5. Familie Eenvoud:** Een toenemend aantal mensen kiest voor een levensstijl die weg gaat uit het snelle, drukke, moderne leven, uit bekommernis om het welzijn van hun kinderen en de integriteit van de familie. We zien dat de consumptiemaatschappij bezit probeert te nemen van geest van onze kinderen op steeds jongere leeftijd. Daarom zoeken veel mensen een uitweg uit het gedoe en de complexiteit waarmee we anders voortdurend gebombardeerd worden.

**6. Gekozen Eenvoud.** Eenvoud betekent kiezen voor een weg door het leven, zelfbewust en vanuit eigen vrije wil. Als een pad dat onze vrijheid benadrukt betekent het kiezen voor eenvoud ook dat we er echt diep op in gaan en ons niet af laten leiden door de consumptiemaatschappij. Het betekent ook dat we ons leven zodanig organiseren dat we 'ware geschenken' aan de wereld geven - dat wil zeggen de essentie van onszelf. Zoals Emerson zei, "Het enige ware geschenk dat men geven kan is een deel van onszelf."

**7. Medelevende Eenvoud.** Eenvoud betekent dat we verwantschap voelen met anderen en dat we 'kiezen voor een simpel leven zodat anderen simpelweg kunnen leven.' Medelevende eenvoud betekent een band voelen met 'het Web van het Leven', en ons aangetrokken voelen tot een weg van verzoening — met andere soorten wezens en tevens met toekomstige generaties. Bijvoorbeeld tussen degenen met grote verschillen in welvaart en mogelijkheden, kiest de

medelevende eenvoud voor de weg van samenwerking en eerlijkheid die een toekomst verzekerd van groei voor een ieder.

**8. Opperuimde eenvoud.** Eenvoud betekent grip krijgen op een leven dat te rommelig, te druk, te gestresst en te versplinterd is. Opperuimde eenvoud betekent dat we ons meer bezig houden met de fundamentele en essentiële zaken in het leven - wat dat voor eenieder ook mag zijn - en wat minder aandacht hebben voor triviale zaken, zowel materieel als immaterieel, die onze aandacht afleiden. Zoals Thoreau zei, "Ons leven wordt versnipperd door detail . . . vereenvoudig, vereenvoudig." Of, zoals Plato schreef, "Om onze richting in het leven te bepalen, moeten we de mechanismen van ons dagelijkse leven vereenvoudigen."

**9. Politieke Eenvoud:** Eenvoud betekent dat we ons collectieve leven zodanig organiseren dat iedereen zich duurzamer en "lichter" over de Aarde kan bewegen. Dit brengt veranderingen met zich mee in praktisch elk aspect van het openbare leven, van transport en educatie tot het ontwerp van onze huizen, steden en werkplekken. De politiek van eenvoud is ook een mediapolitiek, want de massamedia zijn het middel bij uitstek om het massabewustzijn van ons consumptiegedrag te versterken en te veranderen. Politieke eenvoud is een politiek van communicatie en samenleving, die bouwt op lokale één-op-één relaties tot aan het ontstaan van wereldwijde netwerken door het gebruik van de mogelijkheden van televisie en internet.

**10. Sobere Eenvoud:** Eenvoud betekent een grotere financiële onafhankelijkheid, als we bezuinigen op uitgaven die niet werkelijk ons leven dienen en we onze financiën zorgvuldiger beheren. Een vorm van soberheid en financieel beheer geeft ons de mogelijkheid om bewuster ons pad door het leven te bepalen. Bovendien betekent een leven met minder consumptie tevens dat we minder beslag leggen op de natuurlijke bronnen en dat er dus meer voor anderen overblijft.

Zoals deze tien benaderingen laten zien heeft de groeiende cultuur van eenvoud een rijk bloeiende tuin van uitdrukkingmogelijkheden wiens diversiteit - en verbonden eenheid - een stevige en veerkrachtige ecologie creëert die ons leert hoe we een duurzaam en zinvol leven leiden. Zoals ook bij andere ecosystemen is het de diversiteit aan uitdrukkingwijzen die de flexibiliteit, het aanpassingsvermogen en de veerkracht koesteren. Aangezien er zo vele paden naar de 'Tuinen van Eenvoud' leiden, heeft deze culturele beweging enorme mogelijkheden om te groeien, met name als het wordt gevoed en gecultiveerd door de massamedia als een legitieme, creatieve en veelbelovende levenswijze voor de toekomst.

Onze evolutionaire intelligentie wordt nu op de proef gesteld. De keuzes die deze generatie maakt zullen nog in de verre toekomst hun weerklank vinden. Alhoewel de mensheid in de loop der geschiedenis voor vele grote problemen heeft gestaan, zijn de uitdagingen van onze tijd werkelijk uniek. Nooit tevoren werd er een beroep gedaan op zoveel mensen om zo'n grote ommezwaai te maken in zo'n korte tijd. Nooit werd een dergelijke taak aan de mensheid toevertrouwd, de taak om samen te werken aan de verbeelding en de bouw van een toekomst die duurzaam, eerlijk en medelevend is. De zaden die de afgelopen generatie in de 'Tuinen van Eenvoud' ontkiemd zijn, beleven nu hun lente om uit te lopen in het belang van de Aarde. Dat de tuinen mogen bloeien!

• • •