



DOSSIÊ - INSTITUIÇÕES E PRÁTICAS ECONÔMICAS EM FOCO: CONTRIBUIÇÕES DAS CIÊNCIAS SOCIAIS

Quando menos é mais: olhares, discursos e práticas acerca da “vida simples”

When less is more: looks, speeches and practices about “simple life”

Cuando menos es más: miradas, discursos y prácticas sobre la “vida sencilla”

Luara Fernandez de

Cândido¹

orcid.org/0000-0001-6825-1883

luaradecandido@gmail.com

Recebido em: 2/11/2020.

Aprovado em: 19/02/2021.

Publicado em: 08/06/2021.

Resumo: Este artigo apresenta dados e análises de uma pesquisa etnográfica, que teve como objetivo o mapeamento dos diferentes olhares e práticas promovidas por adeptos a estilos de vida que têm, como proposta, a redução do consumo de bens materiais. A hipótese de que a preocupação com as questões ambientais seria uma das motivações centrais para redução do consumo de bens materiais foi desconstruída no decorrer do estudo, sendo percebida como periférica nos debates dos grupos observados e nas falas dos entrevistados. O que se pode verificar é que uma das principais motivações, que levam à adesão a estilos de vida com maior simplicidade, é a busca por autonomia para desenvolver novos projetos de vida com maior bem-estar e felicidade.

Palavras-chave: Estudos do consumo. Movimentos anticonsumo. Estilo de vida simples. Vida minimalista. Simplicidade voluntária.

Abstract: This article presents data and analyzes of an ethnographic research that aimed to map the different views and practices promoted by adepts of lifestyles that propose to reduce the consumption of material goods. The hypothesis that the concern with environmental issues would be one of the central motivations for reducing the consumption of material goods was deconstructed in the course of the study, being perceived as peripheral in the debates of the observed groups and in the interviewees' statements. What can be seen is that one of the main motivations that lead to adherence to lifestyles with greater simplicity is the search for autonomy to develop new life projects with greater well-being and happiness.

Keywords: Consumer studies. Anti-consumption movements. Simple lifestyle. Minimalist life. Voluntary simplicity.

Resumen: Este artículo presenta datos y análisis de una investigación etnográfica, que tuvo como objetivo mapear las diferentes visiones y prácticas impulsadas por adeptos a estilos de vida que proponen reducir el consumo de bienes materiales. La hipótesis de que la preocupación por los temas ambientales sería una de las motivaciones centrales para reducir el consumo fue desconstruida durante la investigación, percibiéndose como periférica en los debates de los grupos observados y en las declaraciones de los entrevistados. Lo que se observa es que una de las principales motivaciones, que llevan a la adhesión a estilos de vida con mayor sencillez, es la búsqueda de autonomía para desarrollar nuevos proyectos de vida, con mayor bienestar y felicidad.

Palabras clave: Estudios de consumo. Movimientos anti-consumo. Estilo de vida sencilla. Vida minimalista. Simplicidad voluntaria.



Artigo está licenciado sob forma de uma licença
[Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

¹ Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS, Brasil.

Introdução

Os impactos ambientais e sociais gerados pelos modelos de produção e de consumo característicos da sociedade contemporânea são, cada vez mais, foco de análises relacionadas às mudanças climáticas, crises econômicas e ao futuro do planeta. Nesse contexto, práticas de consumo passam a ser questionadas, e diferentes configurações de estilos de vida são criadas como proposta para combater o ônus da modernidade.

Meu interesse pelo tema "estilos de vida na sociedade do consumo" surgiu nos anos posteriores a minha graduação em Ciências Sociais (2007/2). Durante minha trajetória profissional, circulei por diferentes organizações e projetos sociais, que tinham como proposta ações em prol da sustentabilidade. Como consultora em projetos sociais, produzi campanhas e eventos visando "despertar a reflexão sobre o consumo consciente". No entanto, havia sempre uma importante questão que se colocava sobre o tema: o que levaria, de fato, um indivíduo a adotar estilos de vida que minimizem os impactos negativos gerados ao meio ambiente e sociedade? Dessa questão, nasceu meu desejo de desenvolver a pesquisa na qual este artigo se baseia, realizada no período de 2013 a 2016, durante o mestrado em Ciências Sociais.

Uma das hipóteses iniciais da pesquisa era a de que indivíduos que optam por reduzir os padrões de consumo têm como principal motivação a preocupação com a redução dos impactos ambientais gerados. Ao longo do percurso, essa hipótese foi desconstruída. São inúmeras as razões que levam diferentes indivíduos a adotarem a redução do consumo de bens materiais como princípio norteador das formas de viver. Além disso, não há um padrão único, com elementos fixos definidos, quando falamos em estilos de vida com mais simplicidade e menos bens materiais. O que existem são diferentes lógicas e práticas com significados culturais variados, os quais serão abordados, em parte, neste artigo.

Metodologia

Na obra *Redes de Indignação e Esperança*, Castells (2013), um dos principais analistas das socie-

dades conectadas em rede, enfoca os diferentes movimentos que têm como característica o uso das mídias sociais como veículo de conexão entre as pessoas. Segundo o autor: "o papel da internet ultrapassa a instrumentalidade: ela cria condições para uma forma prática comum que permite um movimento sem liderança sobreviver, deliberar, coordenar e expandir-se" (Castells 2013, 167). Na nossa sociedade, a internet é a forma fundamental de comunicação horizontal em grande escala.

A pesquisa de que trata este artigo foi conduzida a partir de uma abordagem etnográfica e se baseou na observação de duas comunidades da rede social denominada Facebook. O Facebook é um site de relacionamento lançado no ano de 2004, que conecta pessoas do mundo inteiro. No período da investigação, os dados acerca da rede indicavam que havia, aproximadamente, um bilhão de usuários ativos. A escolha de um espaço online de debates para coleta de dados se deu pelo fato de que, nessas arenas virtuais, existem muitas informações disponíveis a respeito do comportamento de consumo e anticonsumo, que podem ser utilizadas para se pensar e analisar diferentes questões sobre o tema. Nesses espaços, a publicação de opiniões e as interações ocorrem de forma espontânea entre pessoas que buscam um vínculo social por afinidades.

As observações foram realizadas no período de julho de 2013 a julho de 2014, em dias e turnos variados. O acesso aos grupos se deu pelo meu perfil pessoal, no entanto, não houve interações entre pesquisadora e pesquisados, somente a observação de discursos.

Como as redes sociais são ambientes vivos, com fluxos constantes, selecionei, para posterior análise, algumas publicações sobre temas abordados com maior frequência pelos membros dos grupos. Após o período de observação e de seleção das conversas, criei fichas divididas por categorias temáticas. Dessa forma, meu diário de campo foi uma mistura de anotações com *prints* das postagens selecionadas nos grupos Vida Minimalista e Simplicidade Voluntária.

Como esses indivíduos se percebem, quais lógicas e práticas eles buscam promover ou ne-

gar e quais aspectos culturais estão em jogo nas falas dos participantes foram questões balizadas das análises. Para tornar o estudo mais rico, também foram realizadas quatro entrevistas em profundidade, com indivíduos que se identificam com o comportamento de redução intencional de consumo. A prospecção dos entrevistados foi feita via internet, por meio de convite aberto, divulgado através do meu perfil do Facebook. Foram entrevistados: um arquiteto bioconstrutor, que reside em uma "casa sustentável" e, segundo ele, não gera resíduos; uma profissional de recursos humanos, que afirma ter reduzido seu consumo por perceber que não precisava de tantas "coisas" na sua vida; um jovem de 30 anos, que abandonou uma carreira de servidor público e a vida numa capital para ir morar na praia; um jovem de 28 anos, que trocou o emprego público por uma vida itinerante, viajando em uma Kombi. Duas das entrevistas foram realizadas via Skype (plataforma para realização de vídeo chamadas), outras duas, via e-mail (correio eletrônico). Para complementar, também foram feitas análises de documentários e palestras de brasileiros que abordam o assunto, disponibilizados no formato de vídeos em sites na internet.

Com o objetivo de preservar a identidade dos membros dos debates e dos entrevistados, os nomes dos mesmos foram alterados. Com a autorização dos administradores, os nomes dos grupos do Facebook foram mantidos.

Olhares e discursos sobre a vida simples

A busca por uma vida mais simples, que envolve repensar e reduzir o consumo, traz à tona questões que expõem a complexidade do tema. Se no período pós-industrial os indivíduos passaram a configurar suas práticas de consumo com maior autonomia e variedade de elementos, a proposta de uma vida simples e com menos consumo de bens materiais também apresenta uma variedade de configurações na sociedade contemporânea. Além disso, os significados da noção de simplicidade e o status atribuído ao que é uma vida simples

não são homogêneos, nem estáticos, mas mudam de sociedade para sociedade e se transformam dentro de uma mesma estrutura social.

Duane Elgin (2012), sociólogo, palestrante e escritor americano, publicou em 2012 uma edição revisada do livro *Simplicidade Voluntária – em busca de um estilo de vida exteriormente simples e internamente rico*. A publicação é resultado de uma pesquisa realizada pelo escritor nos EUA. Na introdução, é exposta a percepção acerca do crescimento do interesse pelo tema desde a primeira publicação própria. O autor conta que, em 1977, quando ministrou uma palestra para executivos sobre o novo modo de vida chamado "Simplicidade Voluntária", foi anunciado como um "MBA² de Wharton que perdeu a cabeça". Anos depois, em 2005, foi apresentado a outro público de executivos, mas, dessa vez, como "MBA de Wharton que ficou verde", passando a ser reconhecido como um vanguardista da revolução para sustentabilidade.

A transformação na forma como a simplicidade é vista pelos executivos, pelo governo e pelos indivíduos está associada a importantes mudanças na sociedade. A primeira grande mudança, segundo Elgin (2012), é o fato de que a busca por um estilo de vida mais sustentável passou de complacência para urgência. Se nos anos 1970 as questões relativas às mudanças climáticas, fome e contaminação das águas não eram uma preocupação coletiva, nos anos 2000 passaram a ser percebidas como um desafio crítico para a humanidade. Com essa mudança de percepção, a busca por uma vida mais simples passou a ser vista como um caminho para uma sociedade mais sustentável. Nesse processo, programas de televisão, revistas, cursos, sites e blogs passaram a disseminar práticas para sustentabilidade, despertando o interesse dos setores dominantes de muitas sociedades. Dessa forma, o interesse por meios de vida sustentáveis se deslocou da periferia para o centro da sociedade.

Os estereótipos associados à ideia de simplicidade também passaram por mudanças. Elgin

² MBA é uma sigla inglesa para *Master in Business Administration*. Em português, significa Mestre em Administração de Negócios.

relata que, nos anos 1980, era comum os meios de comunicação caracterizarem a simplicidade como um movimento retrógrado, de "volta à terra", de afastamento do progresso tecnológico. No entanto, décadas depois, as múltiplas crises econômicas e ecológicas abriram espaço para abordagens flexíveis e práticas para uma vida sustentável, adaptada a diferentes cenários (Elgin 2012).

As transformações acerca dos valores atribuídos à vida simples são resultantes da estrutura de pensamento dominante em cada momento histórico. Tais mudanças podem ser melhor compreendidas se nos inspirarmos nas análises de Foucault (1978), que tratam das mudanças discursivas sobre a loucura. Para o autor, o conceito "louco" é uma construção cultural que sofreu mudanças de acordo com os regimes de verdade de cada época. Para pensar a história da loucura, Foucault apresenta quatro momentos, nos quais os discursos acerca do conceito sofrem mudanças. Se na idade média o louco era visto como um visionário e no renascimento a loucura era percebida como detentora de uma razão própria, a partir do século 16, a loucura passou a ser considerada uma desrazão. O louco, nesse período, passou a ser visto como alguém que não é detentor da verdade. Já no século 18, a loucura começou a ser considerada como uma doença, e o louco a ser medicado. É nessa época que se cria o mito de que há um homem normal e de que louco é aquele que se distancia da normalidade (Foucault 1978). Fazendo uma analogia entre a história da loucura e as mudanças nas percepções e nos estereótipos relativos à simplicidade, é possível afirmar que, na atualidade, a urgência das questões climáticas abriu espaço para que a busca por uma vida com menos consumo de bens materiais fosse vista como algo necessário. Falar em redução dos padrões de consumo passou a ser avaliado como algo positivo, que pode ser visto como normalidade.

Um dos pontos enfatizados pelos participantes dos grupos observados foi a percepção, por grande parte deles, de que simplicidade não é sinônimo de pobreza ou sacrifício. A escolha por uma vida simples é, para essas pessoas, um processo consciente, que tem como propósito uma

melhoria da qualidade de vida. O trecho a seguir, retirado da publicação feita por um membro do grupo Simplicidade Voluntária, traz alguns dos questionamentos sobre o conceito "pobreza":

Pobreza é sinônimo de necessidade. Mas o que é necessidade? O que é riqueza? O sistema sabe como ninguém criar necessidades, quaisquer que sejam, para longe do essencial. Mestre, também, em criar identidades jogando com pobreza ou riqueza, privilégio ou vulnerabilidade. No império do mais, do muito, do maior, do superlativo, opressor, poderoso, quem tem pouco — como a maioria das pessoas no planeta, desde sempre — tem que se esforçar para "ser alguém" como se já não fosse. (André, grupo Simplicidade Voluntária, 2014).

Para André, simplicidade é o caminho para uma vida com maior autonomia em relação ao sistema capitalista. Como argumentação, o participante defende outro referencial para definir o que seria riqueza e pobreza. Rico é quem tem tempo, conforme afirmações no trecho que se segue:

Não cabe nas contas da economia a ideia de que rico é quem não precisa. O tempo, uma das maiores riquezas da vida, também não entra nessas contas. Você o vende sem decidir o preço, torra para sobreviver ao próprio mercado, às relações, ao amor, às ideologias, aos medos... Quem rompe com o sistema sabe que dá muito bem para viver de pouco, sem necessidades concretas maiores, sem tanta ansiedade, sem tanto medo, sem ser cúmplice da violência e da pressa e com tempo de sobra para existir. (André, Simplicidade Voluntária, 2014).

Para Vitor, que no período do estudo estava com 25 anos, ter uma vida simples é viver de acordo com "o tempo do relógio biológico, e não do sistema". Durante entrevista, o ex-funcionário público também associa uma vida simples a ter tempo para cuidar da mente e do corpo, para nutrir amizades e relações e para ajudar e cuidar dos outros. Para o informante, uma vida simples é "viver em estado de paz e de serenidade".

Sebastian, outro entrevistado, associa uma vida simples a uma "conexão maior com a natureza". O ex-funcionário público, que trocou a vida em uma capital para viver em uma "cidade com praia", afirma que "uma vida simples é a libertação de uma vida externa voltada para o consumo". Em entrevista, Sebastian trouxe a ideia de que supérfluo é o consumo de coisas vinculadas a um

modelo de produção que corrompe os valores que acredita serem positivos para o meio ambiente e sociedade.

Henrique, que também concedeu entrevista, compartilha a percepção de que a riqueza não está relacionada com a posse de bens materiais. Aos 53 anos, o arquiteto e bioconstrutor residia, no período da pesquisa, em uma casa feita por ele, em uma área afastada do centro de São Paulo. Na entrevista, realizada via Skype, contou sobre rotina, atividade profissional e expôs o entendimento acerca do que, para ele, significa ter uma vida simples. No trecho da fala que se segue, o entrevistado revela que a autonomia em relação ao sistema capitalista é percebida, por ele, como um importante aspecto relacionado à uma vida simples:

Se você consegue escapar um pouco do sistema econômico e consegue sobreviver com o que tem no seu bairro, na sua cidade, se consegue produzir alguma coisa na sua casa, pode-se dizer que você está tendo uma vida simples, que o seu consumo está sendo mínimo diante da maioria das pessoas que compram um monte de coisas de grandes empresas. (Henrique, entrevista via Skype, 2014).

Por mais que exista uma variedade de percepções em relação ao que é considerado uma "vida simples" ou uma "vida consumista" e ao que é considerado essencial ou supérfluo, é possível identificar um quadro de valores aos quais essas percepções se vinculam e se opõem. A autonomia, em relação ao uso do tempo, relações e vínculos sociais profundos e em relação "ao sistema", vida com maior sentido e propósito e redução de impactos ambientais, são aspectos percebidos como positivos pelos grupos estudados, os quais estão relacionados aos estilos de vida simples. Já a ênfase na materialidade, na perda da autonomia em relação ao uso do próprio tempo, perda das liberdades individuais, vida sem sentido e sem propósito, relações e vínculos sociais superficiais e contribuição com a degradação ambiental, são aspectos relacionados a estilos de vida consumista, percebidos como negativos pelos participantes dos debates.

As falas dos participantes dos grupos observados e dos indivíduos entrevistados também

indicaram que a busca por uma vida simples é vista como um caminho para se obter maior liberdade e felicidade. Dinheiro e acúmulo de bens são considerados, com frequência, como "vilões" que aprisionam as pessoas. Por essa razão, desapegar dos bens materiais é percebido como algo positivo e saudável, e ter uma vida simples é uma forma de conquistar autonomia e liberdade, preservando, de forma concreta, a capacidade de agência.

A busca por autonomia e por dirigir a própria vida, de forma distinta das formas predominantes na sociedade do consumo, pode ser pensada com base nas formulações sobre agência, propostas por Ortner (2007). No artigo *Poder e Projetos: reflexões sobre a agência*, a autora destaca que "agência" é uma característica universal dos grupos humanos. No entanto, não se trata de um conceito individualista, visto que os atores sociais não são totalmente livres. Ortner (2007) traz a ideia de que os atores estão sempre articulando suas ações e intenções de acordo com as estruturas sociais, nas quais encontram-se inseridos. Dessa forma, os sujeitos, dentro das redes de relações sociais, possuem mais ou menos agência, de acordo com a intencionalidade, relações de poder e relações de solidariedade em que estão envolvidos.

No processo de construção da agência, os sujeitos se empoderam de forma diferenciada, uns em detrimento de outros. Assim, aqueles que estão em posições de dominação, possuem, segundo a autora, maior agência, enquanto os dominados, embora possuam menos poder, também possuem agência, a qual se evidencia por meio de práticas de resistência. Tanto a resistência quanto a dominação têm como objetivo proteger e perseguir projetos e, de acordo com o poder de agência dos indivíduos, terão maior ou menor possibilidade de executar intenções dentro de estruturas culturalmente estabelecidas.

O processo de simplificar e os significados de "destralhar a vida"

Em entrevista, Vitor contou como se deu a transformação do padrão de consumo e estilo de vida. Ao ser questionado sobre quando decidiu

optar por uma vida mais simples, o ex-servidor público respondeu:

Depois de um dia de trabalho em que cheguei em casa, me olhei no espelho e estava com uma cara totalmente triste, feia, descuidada. Estava pagando um apartamento financiado em 300 vezes, vivendo independente na cidade, com um salário certo no fim do mês e emprego em empresa pública, mas estava totalmente triste. Neste dia, vi meu reflexo no espelho e, a partir de então, comecei a questionar o que queria de verdade para minha vida.

Para Vitor, o processo de mudança se deu de forma tranquila, pois, segundo ele, realizou um bom planejamento para isso. Em um dos trechos da entrevista, destacou que "o único desafio foi não sofrer enquanto estava no (ex) trabalho, desejando estar no estado que estou agora, tranquilo".

A ideia da simplificação da vida como um projeto pode ser pensada com base nos conceitos utilizados por Gilberto Velho (2003), em seus estudos sobre trajetórias e biografias individuais. O pesquisador buscou a compreensão das sociedades complexas, considerando os diversificados mundos, fronteiras de significados e multiplicidades. Para o autor, as metrópoles são espaços nos quais é possível observar tanto os fenômenos da unidade como os fenômenos da fragmentação. A construção de projetos individuais é realizada dentro de um campo de possibilidades, a partir de premissas e paradigmas culturais compartilhados por universos específicos. Sendo assim, é possível que os indivíduos possuam projetos diferentes e, até mesmo, contraditórios, os quais podem ser modificados de acordo com os jogos de interações com outros projetos individuais e coletivos.

Nas análises desta pesquisa, ficou evidente que muitas das pessoas que buscam ter autonomia em relação ao sistema econômico e à simplificação das rotinas procuram fórmulas e modelos que facilitem o processo de mudança. Para alguns, esses processos passam a ser vistos como projetos, os quais exigem um planejamento prévio. Tais projetos de "simplificação da vida" podem ser entendidos como uma caracterização da individualidade diante de campos de possibilidades da sociedade moderna. Os indivíduos

adeptos a uma vida simples podem optar por diferentes configurações, as quais, muitas vezes, podem ser vistas como contraditórias. Gilberto Velho (2003) traz, também, a questão da metamorfose. Segundo o autor, os indivíduos, dentro de um universo de possibilidades presentes em vida, podem jogar de forma contínua com a construção de novas composições. No caso dos movimentos de pessoas que buscam a simplicidade, busca-se uma metamorfose que envolve a desvinculação de um determinado campo de valores, para vinculação de um novo referencial.

Outro aspecto que a pesquisa permitiu decifrar é que o processo de "destralhamento" e desapego está associado ao objetivo de tornar a vida mais leve e fluida. Além disso, a percepção de que é melhor ocupar mais tempo com as relações com a família e amigos também se associa a prática do desapego aos bens materiais. A lógica é a de que quanto mais objetos, roupas e móveis uma pessoa possuir, mais tempo de vida será utilizado para manter a organização de tudo. Ao contrário, quanto menor for a quantidade de itens que alguém possuir, mais tempo livre para usufruir das experiências com família e amigos, passeios e viagens essa pessoa terá.

A relação dos indivíduos, adeptos da simplicidade, com a materialidade e o desejo de desapego aos bens materiais pode ser problematizada com base nas ideias que conformam a Teoria do Ator Rede (Latour 2012), as quais tentam superar a dicotomia entre sujeito *versus* objeto e entre materialidade *versus* imaterialidade, percebendo as amarrações existentes entre humanos e não humanos, além do papel dos elementos materiais na rede de relações, focando na agência dos objetos. Em inúmeras falas dos participantes dos grupos, foi possível identificar certa aversão ao material, atribuindo à materialidade a responsabilidade por tornar o cotidiano mais complicado e estressante. Seguindo essa lógica, pode-se pensar que a busca por se libertar da materialidade é a forma entendida como meio de impedir que objetos condicionem a vida, permitindo, assim, maior autonomia individual e maiores possibilidades de ação. Dessa

forma, se na Teoria Ator Rede os objetos são considerados parte do social, nos movimentos observados existe um esforço para humanizar o social, isto é, fortalecer a formação de vínculos entre pessoas, retirando os bens materiais (a partir de entendimentos variados do que é suficiente e o que é exagero) das interações sociais.

Trabalho * dinheiro * consumo * tempo

Uma das principais questões que parecem estar em jogo, para as pessoas que estão na busca por uma vida mais simples, é a de "levar uma vida com propósito", valorizando mais o "ser" no lugar do "ter", a vivência de experiências (que nem sempre dependem de dinheiro), no lugar do consumo de bens materiais, e a valorização de uma ética que prioriza relações mais humanas.

Para tratar sobre essa necessidade, um dos aspectos fortemente debatido entre os membros dos grupos observados durante a pesquisa é a busca por um trabalho "com propósito", que represente mais do que ganhar dinheiro para quem o realiza. Além disso, a questão da carga horária das jornadas de trabalho tradicionais (40/44 horas semanais) é fortemente contestada, já que a impossibilidade de ter tempo livre para vivenciar experiências e estar com as pessoas que se deseja está associada a "uma vida sem sentido". Mas como resolver essa equação e equilibrar necessidades, desejos e realidade? Nas interações entre os membros dos grupos estudados, observou-se o argumento de que, ao reduzir o consumo de bens materiais, se reduz a necessidade de ter dinheiro, o que gera maior autonomia em relação a como utilizar o tempo e qual atividade profissional exercer.

Em um dos debates levados a cabo no grupo "Simplicidade Voluntária", Fernando, 44 anos, partilhou o questionamento sobre o quanto vale a pena trabalhar 44 horas por semana para receber um salário que proporcione liberdade financeira, da qual não pode usufruir por não ter tempo livre suficiente. "Me sinto um instrumento que está sendo usado pelo meu chefe para obter suas metas. Mas minhas metas de vida não consigo viver", afirmou o entrevistado.

Bruno, outro membro do grupo, publicou uma reflexão sobre o sentido e o ônus de se vincular a um regime de trabalho de 44 horas semanais e apresentou um plano para se desvincular desse sistema. Segundo ele, nos últimos anos de trabalho, a aquisição de bens materiais e de uma "quantia razoável de dinheiro" foi acompanhada do ganho de problemas de saúde. Com isso, concluiu que apenas "sobreviveu" nesse período todo. Bruno relata:

Nossa sociedade é extremamente cruel. As 44h de trabalho semanais são suficientes para ocupar todo o nosso tempo "útil". Justamente hoje estava me fazendo a seguinte pergunta: Bom, tenho 28 anos e pelo menos há 10 deles faço parte do "mundo do trabalho", o que ganhei com isso? Bens materiais: um monte de tralha eletrônica, um carro (que atualmente mal uso), uma quantia razoável de dinheiro poupado. "Bens" agregados: gastrite, bursite, bruxismo, o tal estresse e uma vida extremamente sedentária. Nesse tempo, tive apenas 30 dias de férias que me dei o direito de viajar. Resumo da ópera: trabalhei, acumulei e apenas sobrevivi durante esse tempo. Apesar de parecer óbvio, demorei a perceber que algo estava errado e que necessitava urgente de uma mudança no meu *modus operandi*. (...) Traço planos a curto, médio e longo prazo em busca de uma vida minimalista, não redundantemente, mais simples e, conseqüentemente, mais plena. Enfim, o plano é: destralar o supérfluo, controlar os desejos e viver com o necessário. Acredito que, assim, poderei reduzir minha necessidade financeira e, conseqüentemente, minhas horas trabalhadas. Enfim, hoje meu objetivo é investir todo recurso que tenho numa vida de verdade. Aproveitar o acumulado e destralar, fazendo o que gosto: viajar, conhecer pessoas, novos lugares, novas culturas, novos idiomas, contribuir com uma causa nobre. Pode parecer utópico, difícil, um sonho, clichê. Mas é assim que a vida me parece ter sentido.

A inquietação em relação ao que realmente tem valor na vida é um aspecto comum nos debates de quem está redesenhando o padrão de consumo. Não é raro que, em momentos de crise (sejam elas emocionais ou financeiras), os indivíduos passem a repensar as trajetórias. Nas falas dos entrevistados e nos discursos publicados nos grupos observados, há um desejo de autonomia em relação ao modelo econômico e à busca por gerenciar a própria vida. Pretende-se, também, uma maior liberdade em relação às rotinas e, para se ter acesso a essa possibilidade, os padrões de consumo de bens materiais são repensados.

De forma paralela à busca de tempo livre para cultivar as coisas consideradas importantes na vida, foi possível verificar, neste estudo, que aqueles que têm a simplicidade e o minimalismo como forma de vida costumam buscar, também, um trabalho que “faça sentido”. Elgin (2012) identificou que, embora para alguns adeptos de uma vida simples o trabalho representasse apenas uma fonte de renda, para a maioria representava “um veículo de participação no mundo”. Através da pesquisa, o autor verificou que o desejo de encontrar um trabalho significativo, somado à pequena oferta desse tipo de trabalho no mercado, levou muitas pessoas, optantes pelo estilo de vida simples, a abrirem suas próprias empresas — restaurantes, padarias, livrarias, lojas de roupas usadas, oficinas de conserto de bicicletas, escolas, centros de medicina alternativa, etc.

No Brasil, há inúmeros exemplos de indivíduos que fundaram empresas inspirados pela ideia de ter um “negócio com propósito”. Os chamados “negócios 2.5” ou “negócios sociais”, apesar de não serem identificados como parte do movimento Simplicidade Voluntária e Vida Minimalista, são fundados em discursos muito semelhantes aos que os adeptos de uma vida mais simples e minimalista formulam, em relação ao âmbito profissional. “Trabalho com propósito”, “construção colaborativa”, senso de coletividade, “impacto social positivo” e cuidado ambiental são conceitos fortemente presentes tanto nos discursos dos empreendedores de negócios 2.5 quanto nos dos participantes dos grupos de Facebook para vidas mais simples.

Para pensar sobre os aspectos que tornam um trabalho satisfatório, podemos utilizar uma questão trazida por Sennett (2006): a presença, nos novos modelos de organização, de déficits relacionados ao capital social. O capital social, que é o julgamento que as pessoas fazem do envolvimento em redes, pode ser considerado baixo, quando as pessoas avaliam que o envolvimento próprio é de baixa qualidade, e alto, quando acreditam que os vínculos são de boa qualidade. As instituições de ponta da sociedade civil, segundo o autor, apresentam graus extremamente baixos de

lealdade, reflexo do baixo envolvimento — capital social baixo — que essas novas estruturas possibilitam. Dessa forma, o dia de trabalho intenso e prolongado e o excesso de horas de dedicação são entendidos como negativos, para os trabalhadores nesses modelos organizacionais.

Os indivíduos inseridos em empresas com baixo capital social não percebem um sentido em realizar esforços em nome da organização, ampliando a possibilidade de impactos negativos em outros âmbitos da vida. Esses trabalhadores têm chances maiores de se tornarem alcoólatras, se divorciarem ou terem problemas de saúde, se comparados com as organizações com alto nível de capital social. Pode-se, nesse sentido, traçar uma relação entre a análise de Sennett (2006), acerca dos impactos do baixo capital social das novas estruturas, e um dos pontos que os adeptos de uma vida simples contestam. Os indivíduos que estão na busca de uma vida mais simples procuram combater o sentimento de “não envolvimento” e de “não propósito”, defendendo espaços de trabalho que possibilitem a atuação como agentes participativos nas construções de soluções, projetos e produtos.

Os membros do grupo Vida Minimalista e Simplicidade Voluntária apresentam alternativas para fugir das organizações que não se enquadram nos modelos que defendem. Entre os caminhos possíveis, está o de abrir uma empresa alinhada a princípios — conforme tendência verificada por Elgin (2012) — ou substituir um trabalho que demande muitas horas do dia por outro que, mesmo oferecendo uma remuneração inferior, permita ao indivíduo ter tempo livre para dedicar-se a outras áreas importantes da vida. No entanto, é importante pensar que tais alternativas não são viáveis para todos. Entre os participantes dos grupos, muitos sonham com uma rotina diferente da que possuem, no entanto, se encontram presos ao circuito “trabalhar para ganhar dinheiro, ganhar dinheiro para pagar contas, fazer novas contas para comprar mais coisas”. Para esses casos, a diminuição do consumo é uma forma de libertação, pois, quanto menos coisas o indivíduo consumir, menos dinheiro necessitará e,

consequentemente, não se tornará dependente de um emprego de que não gosta em prol da manutenção de um estilo de vida que não possibilita ser "dono do próprio tempo".

Equilíbrio do uso do tempo, maior significado atribuído ao trabalho e humanização dos espaços são pontos fortemente presentes no discurso dos adeptos ao movimento Vida Simples. Tais características possibilitam questionarmos se a adesão a esse estilo e trabalho não seria possível apenas para classes privilegiadas, com redes sociais amplas, isto é, com alto grau de capital social.

Considerações finais

Este artigo tratou de um tema que conta com poucas abordagens na área da antropologia. A pesquisa na qual foi baseado gerou, como resultado, uma multiplicidade de questões interessantes, as quais poderão ser aprofundadas em novos trabalhos.

O estudo identificou uma diversidade de olhares acerca do comportamento anticonsumo em nossa sociedade. A hipótese de que a preocupação com as questões ambientais seria uma das motivações centrais para redução do consumo de bens materiais, defendida pelos movimentos analisados, foi desconstruída no decorrer da pesquisa apresentada, sendo percebida como periférica nos debates dos grupos observados e nas falas dos entrevistados. O que se pode verificar é que uma das principais motivações, que levam à adesão de estilos de vida com maior simplicidade, é a busca por autonomia para desenvolver novos projetos de vida com maior bem-estar e felicidade. Nesse sentido, o anticonsumo se apresenta como uma tentativa de alargamento da possibilidade de agência (Ortner 2007).

A pesquisa também mostrou que, desde que o debate sobre as mudanças climáticas se tornou público, os discursos e entendimentos relativos aos impactos gerados pelo consumo excessivo na sociedade moderna foram se modificando. Da mesma forma, os valores e estereótipos atribuídos à simplicidade também passaram por transformações. Através de Foucault (1978), sabemos que tais mudanças estão vinculadas às estrutu-

ras de pensamentos de cada período, as quais influenciam a definição do que é considerado, ou não, uma verdade. Analisando as mudanças dos discursos relativos à simplicidade, verificou-se que a adesão a uma vida simples recebeu um novo status: se em períodos passados, optar por uma vida com menos bens materiais era visto como algo retrógrado e negativo, na atualidade, a busca por configurações de vida que dependam menos dos bens materiais é percebida como uma escolha positiva. Sobre esse último aspecto, pode-se realizar uma breve análise, que aponta para questões que poderão ser aprofundadas em futuros estudos.

O significado atribuído à noção de simplicidade varia de acordo com a posição que o adepto a uma vida simples possui na sociedade. Se um indivíduo que possui um alto poder aquisitivo optar por ter uma vida mais simples, se desapegando de posses materiais, possivelmente será visto com admiração pelas pessoas. Esse aspecto pode ser verificado em algumas das matérias analisadas no decorrer do estudo, publicadas em jornais e sites. Notícias sobre executivos milionários que "abandonaram tudo para viver uma vida simples e viajar pelo mundo", por exemplo, têm grande receptividade e geram comentários positivos. De forma distinta, pessoas com baixo poder aquisitivo e pouco acesso à aquisição de bens materiais não viram notícia, muito menos têm suas vidas percebidas como trajetórias admiráveis. A simplicidade ganha padrão de sofisticação de acordo com o status social de quem a vivencia e, para ser percebida como positiva, não pode estar associada à ideia de pobreza ou de escassez.

A observação dos debates sobre Vida Simples e Vida Minimalista, realizados no ciberespaço, permitiu concluir que os grupos funcionam como um espaço de apoio mútuo, onde os participantes buscam validar medidas, métodos e práticas para simplificar e minimizar o estilo de vida. No grupo Vida Minimalista, verificou-se uma ênfase maior para organização de espaços e para o "destralhamento da vida". O processo de destralhamento, que significa uma seleção criteriosa acerca daquilo que se deseja manter na vida, tem início na

avaliação dos bens materiais em posse de cada um, identificando o que é excessivo e pode ser descartado, contra o que é essencial e deve ser mantido. Verificou-se, ainda, que na busca pelo alargamento da agência (Ortner 2007), a materialidade é percebida como uma vilã. Nesse sentido, utilizou-se a Teoria Ator Rede (Latour 2012) para pensar a questão da actância dos bens na vida das pessoas. O asco ao material, verificado em muitos dos discursos observados, revela que existe um entendimento de que, quanto menos objetos se possuir, maior será a autonomia do indivíduo. Um aprofundamento na identificação de quais bens materiais são considerados elegíveis para o desapego e aqueles que devem ser mantidos é um interessante tema a ser pesquisado em maior profundidade em estudos posteriores. Haveria uma hierarquia de objetos actantes e não actantes?

Nos discursos analisados e nas falas dos entrevistados, também foi possível identificar uma forte valorização da ideia de desaceleração do ritmo de vida e da liberdade no uso do tempo para cultivar as relações entre amigos e família, assim como realizar atividades que tragam satisfação. Em relação a esse aspecto, verificou-se a ênfase nos questionamentos acerca do papel do trabalho e do formato de empregos vigentes atualmente em nossa sociedade. A busca por maior autonomia em relação ao uso do tempo é, com frequência, o fator que impulsiona a procura por caminhos que englobam a redução do consumo de bens materiais. Consumindo menos, os indivíduos passam a não depender de grandes quantidades de dinheiro e, com isso, passam a ter maior liberdade para escolher que tipo de atividade profissional desejam exercer e que tipo de rotina desejam implementar nas vidas.

Esta pesquisa também permitiu identificar a busca, por parte dos adeptos da vida mais simples, de mercados alternativos para aquisição de bens materiais e serviços. As feiras de trocas, compras de produtores locais e uso de plataformas digitais para trocas foram alguns dos meios mencionados pelos participantes dos grupos observados. Além disso, foi possível verificar configurações de circuitos de troca alternativos,

que utilizam ferramentas de mercado os próprios participantes contestam (*e-commerce*, por exemplo). Por outro lado, foi possível identificar que o mercado está incorporando questões trazidas pelos movimentos anticonsumo, passando a desenvolver e oferecer produtos e serviços que se propõem alinhados à filosofia da vida simples e aos princípios da sustentabilidade.

A análise realizada até aqui permite concluir que o processo de simplificação da vida não é, por si só, simples. A busca por uma vida com maior simplicidade na contemporaneidade exige, muitas vezes, um planejamento prévio e a procura de novos conhecimentos sobre como proceder, onde e o que consumir, como se relacionar com outras pessoas, etc. Nesse processo, os indivíduos configuram planos de acordo com o campo de possibilidades que a eles se apresenta e a partir das interações com outros projetos individuais e coletivos (Velho 2003). Para construção de novas identidades, muitas pessoas fazem uso das ferramentas de gestão oferecidas pelos agentes do mercado capitalista.

A redução do consumo de bens materiais é percebida como uma solução para se obter maior qualidade de vida. Ao perceberem que o preço de se ter um alto padrão de consumo é não ter tempo livre e depender de empregos que não satisfazem, as pessoas passam a criar projetos para não depender tanto de altos ganhos monetários. Com isso, optam por consumir menos bens materiais, para conquistarem o objetivo de ter uma rotina mais satisfatória. Contudo, há quem não possa se dar o luxo de ter uma vida simples. Nas grandes metrópoles, arcar com custos básicos de moradia, alimentação e locomoção exige que muitos indivíduos se vinculem a empregos que ocupam grande parte do tempo e oferecem uma baixa remuneração. Dessa forma, essas pessoas não conseguem ter tempo e recursos para investir no projeto de vida simples. Pode-se concluir que esse é um dos paradoxos presentes nos processos de simplificação da vida.

Outro paradoxo identificado neste estudo se encontra no fato de que, ao mesmo tempo em que os indivíduos que optam pela simplicidade

buscam se desvincular de muitos dos fluxos característicos do sistema capitalista e das "jaulas" das instituições modernas para que possam realizar projetos de simplicidade, se prendem a novos sistemas, os quais possuem novas regras, muitas vezes análogas às dos próprios princípios dos quais almejam se libertar.

Referências

Castells, Manuel. 2013. *Redes de indignação e esperança: movimentos sociais na era da internet*. Rio de Janeiro: Zahar.

Elgin, Duane. 2012. *Simplicidade voluntária: em busca de um estilo de vida exteriormente simples, mas interiormente rico*. São Paulo: Cultrix.

Foucault, Michel. 1978. *A história da loucura*. São Paulo: Editora Perspectiva.

Latour, Bruno. 2012. *Reagregando o social*. Bauru: Edusc.

Ortner, Sherry. "Poder e projetos: reflexões sobre a agência". In *Conferências e diálogos: saberes e práticas antropológicas*, organizado por Miriam Grossi, Cornélia Eckert e Peter Fry, 45-80. Blumenau: Nova Letra, 2007.

Sennett, Richard. 2006. *A cultura do novo capitalismo*. Rio de Janeiro: Record.

Velho, Gilberto. 2003. *Projeto e metamorfose: antropologia das sociedades complexas*, 3ª ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.

Luara Fernandez de Cândido

Mestre e bacharel em Ciências Sociais, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS), Porto Alegre, RS, Brasil.

Os textos deste artigo foram revisados por Zeppelini Publishers e submetidos para validação do(s) autor(es) antes da publicação.