

Cos'è il Minimalismo

written by SaltoMentale.it | 12/11/2021

Sono felice di introdurre un argomento a me molto caro quale il minimalismo, il suo significato ed i suoi benefici, come parte della serie [Punti di vita](#). Anche l'autore di Finanza Cafona, a cui è indirizzata questa lettera, è minimalista. [Ne ha scritto qui](#), quando hai finito vai a leggere la sua risposta.

Se queste lettere dovessero piacerti, per favore spargi la voce!

Amico mio,

Ti diverti a propormi argomenti giganteschi e finiamo sempre per parlare troppo, quindi, se vuoi una **introduzione al minimalismo**, [ecco un buon documentario](#).

Qui ti parlerò solo della nostra esperienza familiare, delle cose che abbiamo scoperto da minimalisti e del modo in cui lo siamo diventati, spero ti diverta comunque.

L'origine del minimalismo: uno sgabello di troppo

Sia mia moglie che io siamo cresciuti in famiglie di accumulatori compulsivi, dove non si buttava niente a meno che non si fosse costretti sotto minaccia di violenza fisica.

Il punto di partenza ideale per diventare minimalisti! Non è uno scherzo: non avere modo di nascondere il problema, ad esempio perché è enorme ed evidente, ci ha permesso di affrontarlo e cambiare davvero.

La goccia che ha fatto traboccare il vaso si era incarnata in uno sgabello nero. Pensavo di usarlo per lavorare da casa ma era scomodo come sedersi sul manico di una scopa. Sta di fatto che questo sgabello ci guardava tutti i giorni, inutile ed ingombrante nel piccolo bilocale in cui abitavamo e ci siamo decisi: proviamo a venderlo su [Subito.it](#).



Lo sgabello incriminato, photo by Ikea.

Una settimana dopo avevamo 20€ in più ed uno sgabello in meno. Sembra una sciocchezza, ma è stata questa la causa scatenante della valanga che è seguita: quadri restituiti, televisione eliminata, souvenir buttati, mobili regalati ed **un taglio netto alle spese superflue**.

Vendere il superfluo su Subito.it è uno dei consigli della mia guida all'indipendenza finanziaria perché ha del magico: otteniamo una ricompensa tangibile dall'eliminare cose inutili dalle nostre vite, unendo un beneficio mentale ad uno economico; ci dimostriamo furbi ed ecosostenibili. Provalo se non lo hai mai fatto, anzi, provalo assieme alla tua ragazza, è assuefacente, non smetterete più.

Ecco, è così che tutto è iniziato, ma ora devo avvertirti di una cosa che pochi sanno.

Il minimalista è un mostro psicopatico

Non hai idea delle cose orribili che abbiamo fatto seguendo il dogma del minimalismo. È stato bello conoscerti, se non vorrai parlarmi mai più capisco i tuoi motivi.

Negli anni abbiamo acquistato una calamita per ogni viaggio in cui abbiamo dormito fuori casa; era una tradizione e ci avevano ricoperto il frigo. *Abbiamo buttato tutte le calamite nella pattumiera e non ne abbiamo più comprate.*

Mia madre dipinge quadri, sono belli e colorati, mi piacciono sul serio e ce ne aveva regalati diversi. *Glieli abbiamo restituiti tutti.*

Quando abbiamo acquistato casa, abbiamo ereditato il mobilio praticamente nuovo della camera da letto, dal valore di circa 3000€. *Era ingombrante, quindi l'abbiamo regalato a degli sconosciuti.*

Quando sarà abbastanza grande, mia figlia farà una marea di disegni per sfogare la sua creatività, ed immagino che su diversi di essi ci saranno mamma e papà... *ed il tutto finirà nella raccolta differenziata della carta, dopo averle fatto gli opportuni complimenti.*

L'ultima. Qualche anno fa, come regalo di compleanno a mia mamma, le abbiamo regalato una "pulizia completa di cantina e garage". Non sapeva che avevamo preso questa brutta strada e ancora oggi mi rinfaccia che le ho buttato l'affettatrice nuova (non era nuova) che usava spessissimo (e allora che ci faceva in garage?) per fare ricette sane e gustose (no, il prosciutto cotto non è sano).

Sono diventato un mostro senza coscienza sociale.

Ora, a nostra discolpa, siamo cresciuti immersi in una cultura che venera gli oggetti materiali, che siano o meno utili. Il sogno è ancora quello americano della villetta in periferia, giardino, cane, gatto e tanti soprammobili: **noi abbiamo rifiutato quel modello.**



È davvero questo il sogno? □ - Photo by [Daniel Barnes](#)

Vale la pena di diventare minimalisti?

Il minimalismo fatto bene, non quello fighetto da Instagram, ti porta ad adottare un'unica regola per decidere la sorte degli oggetti:

Mi serve, oppure sono io che sto servendo lui?

— Il vero minimalista quando guarda un oggetto inanimato

Tutto qui, è l'unico criterio che serve al minimalista sia quando acquista qualcosa che quando decide di disfarsene.

Anche conoscere la psicologia del consumo ci aiuta a capire meglio la nostra relazione con gli oggetti. Tornano utili, ad esempio, concetti come adattamento edonistico, effetto Diderot, costi affondati e complesso di Napoleone.

Ma torniamo ai benefici. Da minimalisti ci si ritrova dopo poco tempo ad avere molta meno roba da mantenere, più spazio a disposizione, ambienti più ampi e luminosi e molto meno stress. Studi interessanti mostrano come gli oggetti che ci circondano influiscono sul nostro benessere psicologico, ad esempio ossessionandoci con cose da fare, dandoci un senso di inadeguatezza o ricordandoci che non stiamo andando da nessuna parte. **Minimalismo significa anche essere consapevoli di queste dinamiche** e rimettere gli oggetti al loro posto, spesso lontano da noi.

C'è anche un concreto **beneficio finanziario**, so che non aspettavi altro. Prima di diventare minimalisti spendevamo migliaia di Euro all'anno in stupidaggini su Amazon, buona parte delle quali sta marcendo in qualche discarica. Fai un esercizio, non tu amico mio che sei un esperto di acquisti taccagni, bensì tu che leggi: vai su Amazon e controlla quanto hai speso l'anno scorso e quanto di quello che hai comprato ti è stato utile negli ultimi 3 mesi. Per noi è stato un esercizio illuminante.

Le piccole stupidaggini che acquistavamo, comunque, sono solo la punta dell'iceberg del beneficio finanziario, ti faccio un esempio.

Quando abbiamo comprato casa potevamo scegliere qualcosa di più grande, con giardino ed indipendente, ma con l'esperienza del minimalismo sapevamo che non ci serviva. Ora mi diverto un sacco nelle sere d'estate, quando il sole comincia a calare e c'è un bel fresco, mi siedo sul balcone e mi godo la scena del vicino di casa con la villetta, mega giardino e pastore tedesco. Lo guardo annaffiare ogni pomeriggio, tagliare l'erba ogni dieci giorni, tagliare le siepi enormi due volte all'anno, passeggiare il cane tre volte al giorno, pulire, sistemare, dire "corbezzoli" quando il cane mastica la canna dell'acqua (no, non dice davvero *corbezzoli*). Praticamente fa due lavori a tempo pieno, solo che per il secondo, invece di ricevere uno stipendio, è lui a pagare!

Ah, quanto sacrificiamo per vivere al massimo.

È nelle grandi scelte importanti che il minimalismo dà il meglio di sé, sia come beneficio finanziario, sia mentale. Esso semplifica le scelte, riduce i costi di acquisto ed il lavoro di

manutenzione. Insomma, se non si è capito, amiamo questa strada e **pensiamo davvero che il minimalismo possa aiutare tante persone.**

Ma tu questo lo sai già, che te lo dico a fare?
Alla prossima lettera, stammi bene.

Vi ricordo che Finanza Cafona ha scritto una lettera in risposta, [la trovi qui](#). Scrivetegli nei commenti di minimizzare i conti in banca, visto che ne fa collezione che manco la gattara dei Simpson! ☹

Approfondimenti

Nella lettera ho citato un documentario di J. Fields e R. Nicodemus. Gli autori [hanno anche scritto un libro](#) (in inglese ☹☹) in caso vi siate già sbarazzati della televisione.

Mia moglie ed io abbiamo anche trovato utile [La casa sostenibile](#) di Christine Liu, a dimostrazione che minimalismo e sostenibilità si abbinano molto bene.

Acquistando i libri dai link sopra darete un piccolo supporto economico al blog senza spendere un centesimo extra. Se volete del karma aggiuntivo, dopo averli letti, donateli alla biblioteca più vicina!

Foto di copertina by [Bench Accounting](#).