

MINIMALISME

Een
nobel
doel...

Jelle Derckx is een minimalist. Hij wil liever minder dan meer. 'Liever een paspoort vol stempels, dan een huis vol spullen. Liever creëren dan consumeren.' In 2012 begon hij met spullen weggoeien. Zijn halve inboedel werd op marktplaats gezet, oude liefdesbrieven gingen de prullenbak in. 'Iedereen heeft het nu over opruimen, maar minimalisme is veel meer', zegt de 33-jarige acteur. 'Het is bepalen wat belangrijk voor je is, en alles uit je leven verwijderen wat dat tegenwerkt.' In Derckx' leven werden daarom nutteloze apps gewist, de tv ging eruit, hij stapte uit zijn voetbalteam en sommige vriendschappen sneuvelden. Dit bracht hem naar eigen zeggen rust, tijd en vrijheid.

De minimalisten in Japan pakken het nog iets spartaans aan: 30 minuten had Fumio Sasaki (37) nodig om te verhuizen, inclusief inpakken, ontkoppelen van de wasmachine en demontage van de lampen. De Japanse minimalist schrijft dit in *Goodbye, Things*. Een oplosbaar matras, een stoel, een tafel, paar kledingstukken, wat keukengerei en een harde schijf vol foto's en scans van dingen die hij heeft weggedaan: dat was het. Sasaki, ooit een fanatieke verzamelaar van boeken, cd's, dvd's en analoge camera's, heeft alles verkocht of weggegeven. Dat leverde niet alleen een opgeruimd appartement op, maar ook een vrolijk gemoed. Voorheen vergeleek Sasaki zichzelf altijd met anderen, had hij overgewicht, kon zich nergens echt op concentreren en zocht hij zijn toevlucht in alcohol. Maar hoe meer afstand Sasaki deed van bezit, hoe gelukkiger hij werd. Omdat hij geen materiële rijkdom nastreeft, kan hij eindelijk doen wat hij écht leuk vindt: reizen, met vrienden afspreken.

Hippe lifestyle

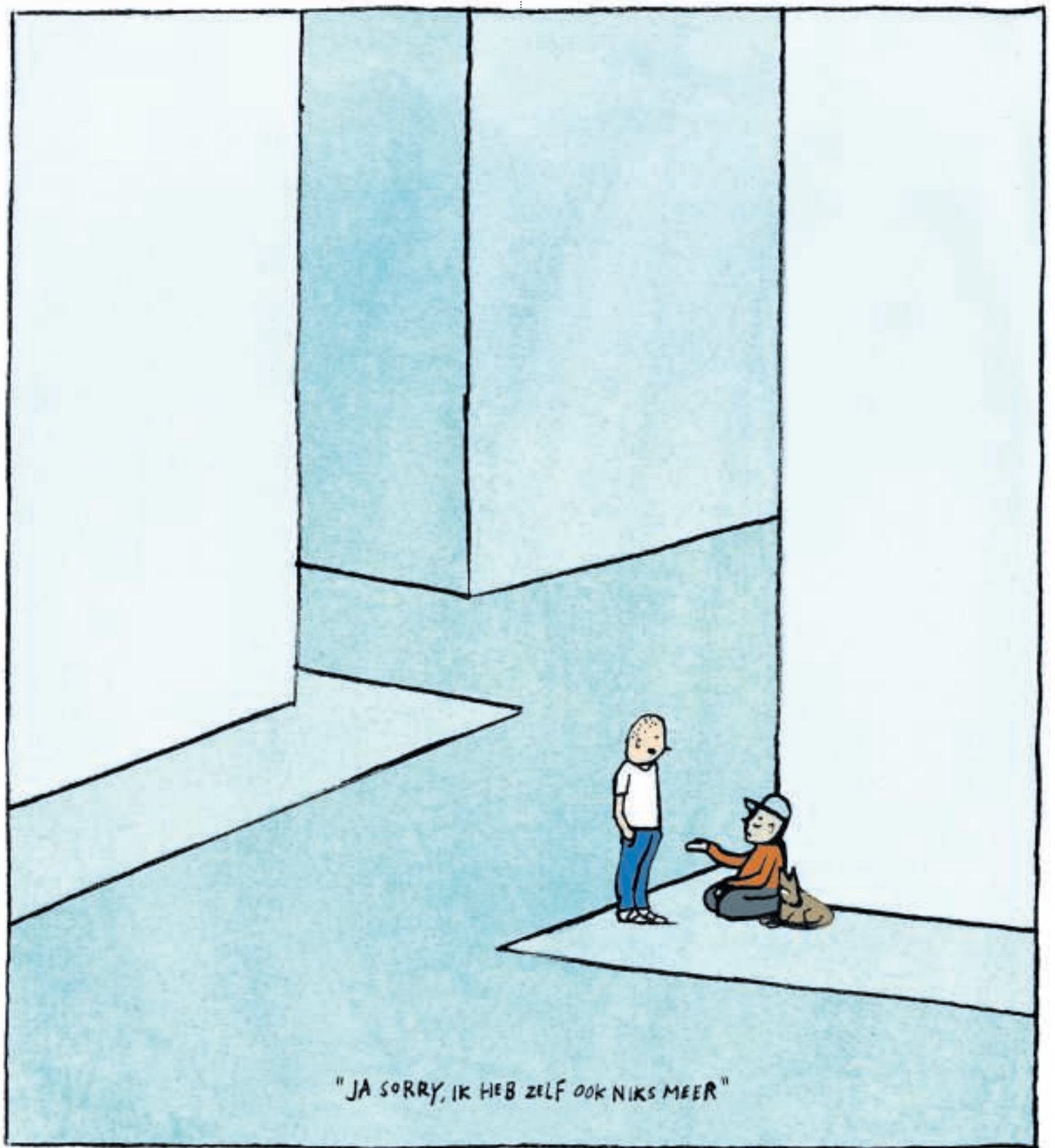
Welkom in het uitbreidende universum van de minimalisten: van Japan tot Nederland, van Amerika tot Zweden: steeds meer mensen volgen de hippe lifestyle van minimaal bezit. *Less is more*, vindt de minimalist. Kwaliteit boven kwantiteit. Liever ervaringen dan spullen. Kom op, stap uit de hedonistische tredmolen. Bevrijd jezelf van je materiële verlangens. Ontspul en downsize. En het geluk zal op je pad komen. Misschien zelfs het Nirvana? Of is minimalisme gewoon een hype van de elite die een sociaal geaccepteerde manier zoekt om te blijven consumeren?

Enigszins in contrast met de term, wint minimalisme overall terrein. Sasaki behoort tot een rap groeiende groep 'nieuwe' Japanse minimalisten. Ze tappen hun inspiratie uit het eeuwenoude, esthetisch sobere zenboeddhisme en -echt waar- Steve Jobs. De ultieme minimalist volgens Japanse bewonderaars, omdat hij altijd hetzelfde 'uniform' droeg - coltrui, spijkerbroek, sportschoenen - en wars was van tierlantijnen op Apple-apparaten.

Opruimgoeroe en bestsellerauteur

Marie Kondo heeft de gehele westerse wereld overtuigd van haar regel: alleen de dingen bewaren waar je écht blij van wordt. De rest is ballast en moet weg. Grenzend aan religieus fanatisme jagen volgers van Kondo door hun bezittingen heen, om in een staat van verlichting zeven zakken vol kleding en prullen naar de kringloopwinkel te brengen. Over dat heerlijke gevoel van 'ontspulling' wordt vervolgens uitgebreid geblogd en gefaceboekt, met veel foto's van de gelukkige zielen voor hun opgeruimde kast.

Inmiddels zijn de -doorgaans toch vrij materialistische- Amerikanen ook in de greep van minimalisme. De vrienden Ryan Nicodemus en Joshua Fields Millburn, alias The Minimalists, maakten de Netflix-documentaire *Minimalism* (2015). Daarin zegt Nicodemus: 'Het gaat niet alleen over het wegdoen van mijn spullen. Het gaat om de controle terug te krijgen

... of
een
hype
van de
elite

Sober leven is een trend, maar minimalist kun je alleen zijn als je op z'n minst een flink sociaal kapitaal hebt.

Door **Angela Wals**

Illustratie **Claudie de Cleen**

Met minimaal bezit meer geluk

over mijn eigen leven.' In de documentaire komen de 'tiny houses' voorbij: de beweging die een alternatief biedt voor de onzinnig grote gezinswoningen in de Verenigde Staten en de vanzelfsprekendheid van een hoge hypotheek. Ook 'full-timereiziger' Colin Wright komt aan het woord. Hij bezit slechts 51 dingen, waaronder een T-shirt met V-hals, een hoodie en een paar hipstersandalen; hij houdt de lijst nauwkeurig bij op internet. Wright: 'Ik begon een blog, liet mijn carrière achter in Los Angeles. En begon te zoeken naar iets nieuws. Ik kwam erachter dat ik niet zo veel nodig had.'

Door de documentaire beleeft de minimalismetrend in Nederland een opleving, na de ontspulmanie van Marie Kondo, zegt Jelle Derckx. 'Ik merk de buzz in mijn omgeving en ik krijg meer interviewaanvragen binnen.'

Wit-op-wit-op-wit

Het minder-is-meer-idee is ook mainstream geworden in de esthetiek. In 'Scandinavische' wit-op-wit-op-wit interieurs wordt kleur onderdrukt en elk rondzwerfend voorwerp zonder doel ongewenst verklaard. Of neem de tijd-, patroon- en textuurloze 'ten-item-wardrobes', een garderobe die maar tien kledingstukken rijk is, maar waarmee je wel eindeloos kunt combineren. Wie de laatste beautytrend wil volgen, draagt No-Makeup Makeup: make-up die listig verhult dat je make-up draagt.

Waar staat de wereldwijde hang naar minder voor? Luidt het minimalisme het einde in van kapitalistische hebzucht? Onderzoeker marketing en consumentgedrag Mike Lee (41) denkt van niet. Lee is verbonden aan de Universiteit van Auckland en doet onderzoek naar anti-consumptietrends. Hij wil weten waarom mensen zich tegen consumptie of specifieke merken als Starbucks en Ikea keren. 'Anticonsumptie is een bewuste keuze', benadrukt Lee, 'een keuze die niet ontstaat uit schaarste, of noodzaak, maar juist uit overvloed.' Het doel daarbij is een gevoel van controle en zingeving. 'Anticonsumptie zoeken hun geluk vanuit een intrinsieke motivatie, zoals persoonlijke groei, in plaats van externe prikkels, zoals financieel succes of sociale status.'

Hedendaagse minimalisten hebben gemeen, zegt Lee, dat ze zich nooit zorgen hebben hoeven maken over basisbehoeften. Vandaar dat veel westerse millennials zo gevoelig zijn voor deze trend, ze zijn nooit iets tekortgekomen. Minimalisten kunnen het zich veroorloven om consumptie af te wijzen, dat geldt voor veel lagere sociaal-economische klassen niet. 'Het blijven gewoon consumenten, maar wel consumenten die graag een kritisch standpunt tegen het kapitalisme innemen. Een minimalist denkt bijvoorbeeld: 'Ik weet dat het een koopje is, maar ik heb het niet nodig. Ik kan het weerstaan.' Het is een vorm van protest. Niet willen meegaan met de consumptienorm, maar zélf beslissingen nemen over wat je nodig hebt.'

Minimalisme is een terugkerend



Het gaat niet alleen over het wegdoen van mijn spullen. Het gaat om de controle terug te krijgen over mijn eigen leven



Zo'n fijn, onthecht leven is alleen mogelijk bij de gratie van een systeem dat anderen voor jou onderhouden

maatschappelijk fenomeen, zegt Lee. 'Na de depressie in de jaren dertig kozen sommigen voor een vrijwillig sober leven. Met de babyboomers ging alles weer goed: er kwamen grote warenhuizen, iedereen kreeg een tv. In de jaren zestig en zeventig werd het gehele establishment flink bekritiseerd en daarmee ook het kapitalisme. De jaren tachtig kenden weer tijden van overmaat. Het was cool om te consumeren, aandacht te trekken met gettoblaster, schoudervullingen en gouden sierraden te dragen.' De laatste lichte minimalisten is het product van de financiële crisis van 2008, aldus Lee. 'De hebzucht van bankiers heeft mensen aan het denken gezet.'

Niets kopen: het lijkt een logische reactie in tijden van overvloed, excessen en verspilling. Maar minimalisten stuiten ook op kritiek. Want in vrijwel alle uitingen van eenvoud horen tegenstanders een onderton van morele superioriteit. Alsof de minimalist beter is dan de rest, omdat hij zich heeft verheven boven gedachtenloze overconsumptie.

Blogger Chelsea Fagan haát minimalisme, schrijft ze in *The Guardian*. 'Het is het na-apen van een simpel en zelfs ascetisch leven, zonder afstand te hoeven doen van je geliefde status (...) Minimalisme is gewoon weer een saai product dat rijke mensen kunnen kopen.' In *The New York Times Magazine* bestempelt Kyle Chayka minimalisme als een 'cultuurziekte'. Het is 'opzichtig ascetisme' en 'tot fetisj gemaakte zuinigheid'. 'We denken dat materiële ontzegging, sobere esthetiek en witte, lege ruimtes ons vrij maken van kapitalisme', zegt Chayka. 'Maar deze trends zijn gewoon weer nieuwe manieren om onze consumptie-impulsen te bevredigen.'

Een goed voorbeeld daarvan is de briljante marketingcampagne #LessBy-Design van modemerker Eileen Fisher. Dat merk riep onder deze hashtag consumenten op hun kast te 'simplificeren'. Het modehuis maakt een statement tegen de wegwerpmaatschappij en speelt handig in op het gevoel van consumenten: jij wil toch niet achterblijven? Dan moet je wel even al die slechte *fast fashion* uit je kledingkast verwijderen en vervangen, liefst met déze biologische linnen jas voor maar 300 euro.

Maatschappijkritiek

'Waarschijnlijk zijn de intenties van Eileen Fisher oprecht', zegt Lee. 'Maar dat is de ironie van kapitalisme: hoe populairder een beweging wordt, hoe groter de kans dat het kapitalistische systeem het zich toe-eigent. Kapitalisme kiest geen kant. Als er geld verdient kan worden met maatschappijkritiek, dan gebeurt dat ook. Er komt een documentaire over minimalisme, er verschijnen boeken over minimalisme, T-shirts over minimalisme.' Ook voor Jelle Derckx brengt minimalisme geld in het laatje: hij heeft een boek, een blog - *growthinkers.nl* - en een cursus: 'Minimalisme: kies de essentie'.

'Natuurlijk heeft minimalisme iets arrogants', vindt Lee. 'Een vuist maken tegen kapitalisme gebeurt altijd vanuit een

geprivilegieerde positie. Opruimen, weggooiën, kleiner wonen, minder, maar duurzaam kopen: het zijn manieren om je sociale status te verhogen. Het is elitair om te zeggen: 'Kijk mij, ik koop niets. Ik ben rijk, maar spullen heb je helemaal niet nodig joh. Wees gewoon mindful, zoals ik.' Dat punt onderschrijft ook Arielle Bernstein in *The Atlantic*. 'Het omarmen van een minimalistische levensstijl is een daad van vertrouwen', stelt Bernstein, het kind van gevluchte ouders. Bernstein maakt het punt dat vluchtelingen, die alles hebben achtergelaten, dat vertrouwen weer moeten winnen. Als je een breed sociaal netwerk hebt, heeft bezit nou eenmaal een andere waarde dan wanneer je er alleen voor staat.

Leven als een nomade

Neem oud-bankier Robbert Vesseur (31), die laatst in het *Algemeen Dagblad* werd geportretteerd. Hij leeft al vijf jaar als nomade. Geen huis, geen auto, alleen een backpack met basics. Momenteel woont hij met zijn vrouw Petra Smolders (36) en hun kindje Doris (1) tijdelijk in het huis van kennissen die op wereldreis zijn. 'Ik heb geen moment honger of dorst gehad en heb nooit op straat hoeven slapen', zegt Vesseur. 'Juist omdat ik van alle kanten kreeg. Er ging altijd wel iemand op vakantie of wereldreis.' Het koppel wil zelfs van hun zorgverzekering af: 'We willen niet leven vanuit angst dat ons iets kan overkomen, maar vanuit de gedachte dat er wel voor ons wordt ge-

zorgd. (...) Mocht ik ergens last van hebben, dan weet ik zeker dat ik een tandarts vind die me wil helpen.'

Er is veel nodig om een minimalist te kunnen zijn: sociaal kapitaal, toegang tot internet, techniek die in je broekzak past, een tandarts in je kennissenkring. Tenzij je helemaal uit de maatschappij stapt en een zelfvoorzienend leven leidt, is dat fijne, onthechte leven toch echt alleen mogelijk bij de gratie van een systeem dat anderen voor jou onderhouden.

Maar afgezien van de ergernis die minimalisme kan oproepen, is de noodkreet achter de hype vaak wel oprecht. In tijden van overvloed, informatie-overload en burn-outs hebben mensen behoefte aan grenzen die het leven weer overzichtelijk maken, stelt Mike Lee. 'In het Westen hebben we het geluk dat we niet aan het overleven zijn, maar dat we keuzes kunnen maken. Meer keuze lijkt beter. Maar je kunt ook meer fouten maken en dat geeft weer stress.' In dat licht is het uitmesten van een uitpuilende kast dus een poging om weer greep te krijgen op het leven dat zich voltrekt terwijl we tenondergaan aan keuzestress.

Tot slot een seintje voor trendvolgers die een hekel hebben aan protserige kargheid: minimalisme schijnt alweer op zijn retour te zijn. Althans in interieurdesign en fashion. Volgens *The Wall Street Journal* mogen we weer losgaan met behang, kleur en rijke stoffen. *The Guardian*: 'Power dressing is back with a bang.' De visuele onderdrukking is voorbij. *Less is a bore*, volgens de maximalist.

Advertentie

Nieuw!

Van de makers van KIJK

SLECHTS €6,95

REVOLUTIE!

Nu in de winkel!
Of bestel hem via kijkmagazine.nl/historie