

# **Vivir la simplicidad voluntaria**

Historia  
&  
Testimonios

**VOL. 1**





# **Vivir la simplicidad voluntaria**

•

Historia & Testimonios

**VOL. 1**

Coordinación a cargo de:

Cédric Biagini

Pierre Thiesset

*Editorial*  **popular**

La versión original de este libro fue publicada  
por *Éditions L'Echappée; París, 2014, 2020*  
con el título *Vivre la simplicité volontaire. Histoire et témoignages*

© 2017, 2020, Éditions L'Echappée; París

**Editorial Popular, S.A., Madrid, 2022**

C/ Leo, 7- local 2. Madrid 28007

Tel.: 91 409 35 73

E-Mail: [popular@editorialpopular.com](mailto:popular@editorialpopular.com)

[www.editorialpopular.com](http://www.editorialpopular.com)

Ilustración: Marcelo Spotti

Diseño de colección: Francisco Pino

Traducción: Leydi Casas

I.S.B.N.: 978-84-7884-912-3

Depósito Legal: M-18169-2022

Imprime: Cooperación Editorial, S.L.

Cualquier forma de reproducción, distribución pública  
o transformación de esta obra solo puede ser realizada  
con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.  
Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos-  
[www.cedro.org](http://www.cedro.org)), si necesita fotocopiar  
o escanear algún fragmento de esta obra.

# ÍNDICE

---

PRESENTACIÓN DE COLECCIÓN «DECRECIMIENTO» .....	9
PREFACIO	
Por Bruno Clémentin y Vincent Cheynet .....	11
PRÓLOGO	
Por Cédric Biagini y PierreThiesset.....	19

## MODERARSE

---

«Ser feliz con poco»	
Antoine y Marion.....	27
«No somos marginales»	
Mathieu y Susanne .....	34
«Me negué a la idea de tener una carrera»	
Pascal .....	43
«Hay que deconstruir el ideal burgués»	
Dominique .....	51
«En realidad somos ultrarricos»	
Anne y Luc.....	59
«El decrecimiento es la libertad»	
Grégoire.....	67
«Los objetos nos poseen»	
Fanny y Yannick.....	74
«Los atajos»	
Julie .....	83

«No dejarse invadir»	
Michel.....	93
«Me di cuenta de que podía vivir con menos»	
Pauline, Matthieu y Louka .....	102
«Tomamos prestada la tierra de nuestros hijos»	
Christine, Philippe y sus hijos Frédéric y Martin.....	110
«Un decoro común»	
Charlotte y Frédérique.....	119

## DESERTAR

---

«Guardábamos todo lo que pudiera hacernos falta»	
Paul .....	131
«Quedarse al margen y seguir avanzando»	
Benjamin .....	141
«Moriré en un entorno humilde»	
Louis .....	150
«En huelga general todos los días»	
Henri y Roseline.....	159
«Un hastío general»	
Pascale y Olivier.....	168
«Nos toman por ecologistas perezosos»	
Nicolas y Amélie.....	177
«El exceso de comodidades nos atrofia»	
Valérie, Jean-Marc y los niños.....	186
«Me fui deshaciendo poco a poco de las cosas que me estorbaban»	
Jean-Luc.....	195
«Que las prácticas se combinen con la reflexión»	
François y Filka .....	203

## MILITAR

---

«Que la vida simple sea una vida feliz»	
Marie-Andrée y Jean-Luc .....	213
«Éramos <i>hippies</i> »	
Tony .....	220
«Tener lo necesario, pero lo menos posible»	
Denise .....	228
«Desertores del trabajo»	
Lætitia y Alessandro.....	236
«Soy alguien que comparte»	
Anne .....	244
«Lo que ella quería era servir»	
Huguette .....	252
«Me llaman latoso»	
André.....	258
«Rebelarse contra el conformismo mortífero»	
Matthieu.....	266
«El que impide el desarrollo en círculos»	
Pierre.....	274
«Dejar de cooperar con todo aquello que nos humilla»	
Bernadette.....	283
«Nunca quisimos ser unos acomodados»	
Françoise .....	299
BIBLIOGRAFÍA SELECTIVA.....	307





## PRESENTACIÓN DE COLECCIÓN «DECRECIMIENTO»

---

Han pasado cerca de cincuenta años desde que el concepto de «decrecimiento» empezara a ser tema de debate y de publicaciones entre pensadores y economistas. Desde que en 1972 el Club de Roma publicara el informe *Los límites del crecimiento*, los peores augurios se han ido cumpliendo y el planeta da verdaderas muestras de agotamiento.

En el peor de los escenarios se alzan en estos momentos voces llamando a la reflexión y a la puesta en marcha de mecanismos que aporten ideas y herramientas que nos acerquen a un estilo de vida nuevo.

La productividad, la competitividad y la economía de escala deberán ser sustituidos por nuevas propuestas de respeto y equilibrio con la utilización de las materias primas que el planeta nos brinda; «Se trata de buscar nuevas formas de socialización, de organización social y económica», en palabras de Giorgio Mosangini.

Así, con la Colección «Decrecimiento», siguien-

do la estela de la colección francesa «Precursores del decrecimiento», dirigida por Serge Latouche, nos proponemos rescatar del olvido a pensadores que ya desde hace años vienen reclamando una mirada crítica sobre el crecimiento insostenible y desmedido (Cornelius Castoriadis, André Gorz, Ivan Illich, Jean Baudrillard...).

Por otro lado entendemos como necesario reactivar y «poner de moda» posibles caminos y estrategias alternativas perfectamente viables para alcanzar la ansiada sostenibilidad.

Esperamos que la colección «Decrecimiento» aporte a todo el que se acerque a ella tanto como nos ha aportado a nosotros la elaboración y selección de estos textos.

¡El decrecimiento no está reñido con el desarrollo!

Madrid, mayo de 2022

## PREFACIO

---

POR BRUNO CLÉMENTIN Y VINCENT CHEYNET

Desde la creación del diario *La Décroissance*, la columna «Simplicidad voluntaria» ha destacado por su autenticidad. En la sociedad actual, solo alabamos a las celebridades ricas y prestigiosas por considerarlas «ejemplos» de «éxito». Como es el caso de Bernard Tapie, que experimentó un ascenso vertiginoso, o Jacques Séguéla, quien considera que vivir sin un Rolex es señal de decadencia, o hasta una actriz principiante que debuta en televisión... Se insta a las multitudes a adecuarse a estos «modelos», a imitarlos, a soñar con una trayectoria semejante. Nosotros queríamos mostrar otros derroteros y apartarnos de los senderos trillados de la propaganda mediática; caminos a contracorriente de hombres y mujeres que han sabido imponerse, gracias a una gran fuerza de espíritu y límites materiales, con el fin de llevar una existencia plena en todas sus otras dimensiones: filosóficas, culturales, artísticas, espirituales... No sería posible medir este éxito con cifras ni tampoco

con «indicadores alternativos», pero es posible experimentarlo, sencillamente, cuando uno renuncia a la búsqueda de riquezas.

\*

Al proponer en cada número una entrevista con dichos adeptos de la simplicidad voluntaria, no hemos dejado de advertirlos de que es solo una objeción al crecimiento reducida a su dimensión individual. No es casualidad que muchos lectores nos hayan hecho saber que prefieren esta sección a otras páginas del diario, por lo general, más políticas. Tampoco es coincidencia que el 99 % de los periodistas que nos llaman solo se interesen por estas vivencias personales, ni que regularmente nos envíen a la redacción las interminables «guías de la simplicidad voluntaria». El individualismo desenfrenado, fruto del liberalismo, compagina perfectamente con toda elección individual, incluso con aquellas que se le oponen. Los liberales dirán que cada uno es libre de vivir como mejor entienda, que pudiera ser bueno incluso optar por el ascetismo más radical..., pero, para ellos, todos los problemas comienzan cuando imaginan un bien común que se opone a la lógica económica dominante.

Todo esto ya lo hemos recalado y seguiremos repitiéndolo incansablemente en tanto la ideología que impregna nuestras sociedades siga conducién-

donos hacia este escollo. Del mismo modo, sabemos que la idea de «autonomía» incondicional, que se reivindica incluso entre grupos ecológicos, ha allanado el camino hacia el liberalismo y hacia la atomización de la sociedad. Sin embargo, también sería peligroso esperar todo de la política. Otra parte de nuestros lectores, más activista, rechaza los testimonios de «simplicidad voluntaria» por considerarlos «moralistas». No hay nada peor que los sistemas que funcionan en la exclusividad. Lo individual y lo colectivo no deben oponerse, sino avanzar al unísono; pues debemos caminar con nuestras dos piernas. Rechazar cualquier tipo de empoderamiento por parte de los individuos conllevaría a recurrir a un sistema autoritario. En este sentido, comprometerse con una iniciativa de simplicidad voluntaria es emprender un camino hacia la liberación interior, pero es también una salida hacia la libertad colectiva, como escribe el filósofo Olivier Rey: «Es fácil burlarse de las iniciativas individuales o locales porque no están a la altura de los desafíos, olvidando que ser negligentes con aquello que está a nuestro alcance en nombre de lo universal es lo que, al devaluar nuestra experiencia directa, ha permitido y permite que se cometan tantos estragos»<sup>1</sup>.

¿Qué sería del decrecimiento sin una implemen-

---

<sup>1</sup> Olivier Rey, «L'unité d'inspiration de la pensée d'Ivan Illich», *Entropia* n.º14, 2013.

tación personal? Un lujo de privilegiados, de personas protegidas por su estatus, que utilizan una bella idea para hacerse pasar por sabios, contribuyendo, además, a hundir a los discípulos en la precariedad. Entonces no sería más que un picor de adolescentes que experimentan lo que Marx llamaba «robinsonadas», experimentos que a menudo acaban en aburguesamiento. El escritor colaboracionista Marcel Jouhandeau decía a los revolucionarios de 1968, como Daniel Cohn-Bendit: «¡Todos terminarán siendo notarios!». La historia le ha dado la razón en este punto.

El decrecimiento solo es creíble cuando se vive y se personifica, como demostraron Gandhi, Lanza del Vasto y Henry David Thoreau. Solo la coherencia en la propia existencia permite influir en los demás. Por mucho que disguste a los charlatanes, expertos en el arte de instrumentalizar las ideas generosas para alimentar su vanidad y su sed de dominio, autoproclamados portavoces del decrecimiento, que predicán el «buen vivir» entre dos planos mientras abominan la «ejemplaridad» y dejan la pobreza voluntaria «para los demás». La simplicidad no es una simple búsqueda hedonista de la «calidad de vida», noción que fuera entonces coherente con aquel «nivel de vida no negociable» tan defendido por George Bush padre, pero también por todos los países ricos. Es un «arte de vivir»; y el arte exige también esfuerzo, el de sudar sobre una bicicleta o con una pala en la mano; te

obliga a buscar lo bello y puede incluso conllevar a la ausencia de confort.

Por ello, los retratos, que los editores han seleccionado en este libro, aparecen a menudo marcados por enfoques radicales teniendo en cuenta nuestro contexto de francés actual. Sin embargo, habrían sido bastante comunes hace solo unas décadas en nuestro país, o lo serían hoy en muchas partes del mundo. No nos interesaba mostrar a Michelle Obama cuidando su huerto ecológico o a algún que otro ejecutivo del barrio de La Défense, cerca de París, dedicándose a la meditación trascendental. Eso habría sido ser parte de la payasada de los gurús *New Age* que hallaron en esto un nuevo segmento de mercado.

La verdadera libertad siempre tiene un coste y las personas que hemos entrevistado en estas páginas lo han asumido. En este sentido, se nos presentan como verdaderos héroes de nuestro tiempo, disidentes contemporáneos, resistentes al orden de la expansión ilimitada. Compromotarse con el decrecimiento significa asumir riesgos; significa rechazar embarcarse en la guerra económica. Esto se aplica tanto para los Estados como para las personas. Es una postura de no violencia que tendrá implicaciones para toda su vida. Para explicarlo de manera simple, en un mundo que martillea constantemente «El que tiene dinero, tiene el poder, si tiene el Audi, tendrá la mujer» (anuncio de Audi), negarse a me-

dir el «éxito» por medio de los criterios de nuestra sociedad —el estatus social, los «bienes»— conlleva a una inversión de los valores, a oponerse a la ideología dominante del entorno en que vivimos, empezando por la esfera más íntima, la familia. No hay nada más duro e incluso traumático que ir contra su época y contra su entorno. Por si fuera poco, la sociedad tiende a luchar contra los inconformistas que molestan, especialmente en tiempos de crisis. Peor aún que caricaturizarlos o burlarse, su estrategia es aislarlos, una trampa mortal.

También pudimos ver los límites de quienes eligieron esta vida en oposición. Cuando el decrecimiento se convierte en una postura maximalista y en el desahogo de un malestar, un odio a sí mismo que se traspola a un odio contra el mundo, entonces hay que ocuparse, primero, de uno mismo. Esto sucede cuando la simplicidad voluntaria se asemeja a un «apretarse el cinturón» y se convierte en una rivalidad en el juego malsano de «nunca serás más decrecentista que yo».

La simplicidad voluntaria es, ante todo, decir no al condicionamiento. Para nosotros, renunciar a la televisión era, por tanto, un criterio muy importante. ¿Sería esta la clave? Es a la vez tan fácil y tan difícil deshacerse de ella. Conocimos a personas que renunciaban incluso a más: a internet, por supuesto, pero también al teléfono, a la radio e incluso a los diarios. Como la simplicidad voluntaria no es como



redactar una receta de yogur casero, estos catálogos de buenas costumbres pueden tornarse rápidamente muy aburridos y repetitivos. Lo que nos interesaba en nuestra columna era la filosofía y el camino que en la vida conducía a elegir la sobriedad. Y resultó que descubrimos un número infinito de derroteros. Las historias de las personas que entrevistábamos a menudo nos conmovían, a veces, incluso, nos sorprendían, y puesto que la vida consiste en aceptar dejarse transformar por el contacto con los demás, estos testimonios también nos cambiaron. Es por ello que queremos agradecer a todas las personas que aceptaron hablar con nosotros, algo que no siempre fue fácil, al ser la humildad una de las virtudes cardinales de este proceso.

La discreción de los adeptos a la simplicidad voluntaria es, de hecho, inversamente proporcional a la vanidad de los filósofos mediáticos.

Contrariamente a lo que pueda escribir un tal Pierre-Antoine Delhommais<sup>2</sup> –«debemos tomar la doctrina del decrecimiento por lo que es, una teoría elaborada por individuos que viven en sociedades prósperas. Un capricho de niños ricos perfectamente egoístas» (*Le Monde*, 27 de septiembre de 2006)–, la observación de los practicantes de la simplicidad voluntaria revela a personas de todos los estratos socia-

---

2 Pierre-Antoine Delhommais, columnista económico en *Le Monde* y actualmente en la bolsa publicitaria atlantista *Le Point*, se ha especializado en denigrar el decrecimiento.

les con ingresos a menudo muy modestos, o incluso increíblemente bajos, en cualquier caso en nada comparables con los emolumentos de los periodistas a quienes les pagan por denigrarlos. Pero, como diría un gran depredador como Jacques Attali, es siempre mediante la instrumentalización de los más pobres como los pudientes egoístas justifican el porqué se niegan a aliviar la naturaleza y a compartir.

\*

Sabemos cuán difícil nos resultará recuperar el control de una sociedad enredada en un *statu quo* del cual al parecer tenemos poco dominio. Sin embargo, hay mucho que podemos hacer en nuestras vidas: oponernos radicalmente evitando la trampa del extremismo. Esta capacidad para transformar nuestra propia vida es incluso la mejor garantía de no llegar a los extremos que presenciamos actualmente. Por tanto, queremos entregarles estos testimonios, pero no sin antes expresar nuestra gran admiración por sus autores.

\*

Bruno Clémentin y Vincent Cheynet  
Fundadores del diario *La Décroissance*

# PRÓLOGO

---

POR CÉDRIC BIAGINI Y PIERRE THIESSET

En ese momento éramos simples lectores de *La Décroissance*, y nos deleitábamos leyendo, como muchos otros, la columna «Simplicidad voluntaria», que ocupaba una página del diario desde su primer número. Esta entrevista a desclasados voluntarios –a menudo una pareja o una familia– revela trayectorias fascinantes a contracorriente, además de estar complementada con una imagen con pie de foto humorístico. Estos intercambios, donde se mezclan consideraciones generales sobre la sociedad e historias de vida, que se relatan en un tono personal, a veces hacen que surjan magníficos momentos de intimidad con la o las personas entrevistadas, y nos muestran cómo se pueden intentar aplicar los principios de la simplicidad voluntaria en una sociedad que les es tan poco favorable. Los principios de una filosofía práctica según la cual la vida es algo más que la acumulación indefinida y el quererlo «todo, al instante».

A partir de entonces, participamos en la maravillosa aventura del «diario de la alegría de vivir», como se define *La Décroissance*: Pierre Thiesset, desde 2012, como periodista –justo después de ser entrevistado en la sección número 93 de la «Simplicidad voluntaria»– y Cédric Biagini, desde 2009, como autor de artículos en los que se critican, sobre todo, a las nuevas tecnologías. Seguimos disfrutando de esta columna cuya producción regular corrió desde entonces a cargo de Pierre. Este trabajo consiste primeramente en elegir a la persona cuya historia se va a publicar en el periódico. Para ello, tenemos que elegir entre las cartas que envían a la redacción personas que desean compartir su experiencia de simplicidad voluntaria, o encontrar –a través del conocimiento directo o por referencia– a aquellos cuyas vidas pudieran interesar a los lectores. ¡Y de estos hay muchos! Luego hay que ir a visitarlos a sus casas, no queremos hacer, como ocurre con demasiada frecuencia, una entrevista a toda prisa por vía electrónica o telefónica, ni en una prensa que exige ritmos de trabajo infernales. Para que se produzcan verdaderos intercambios, es necesario dedicarles tiempo. Es por ello que esta sección se nutre de un encuentro, en carne y hueso, que a veces puede durar dos días, en los que puede surgir la oportunidad de dar un bonito paseo o compartir una acogedora cena. Son invaluable momentos para que emerjan palabras verdaderas. Luego viene la transcripción,