

UNA DECRESCITA FELICE E' POSSIBILE?

COSA DICONO GLI STUDENTI DELL'ISTITUTO MARIA AUSILIATRICE DI LECCO?

Insegnare, lasciare un segno, attraverso la didattica a distanza: è possibile? I segni spesso sono proprio i nostri studenti a lasciarli quando, con entusiasmo e impegno, riescono a studiare in modo critico, ovvero senza accogliere passivamente nozioni e contenuti (come nella metafora dell'imbuto di Norimberga), ma elaborando un loro pensiero a partire dalla realtà e dalle esperienze che vivono. Ed è proprio questa la direzione che hanno intrapreso gli studenti al quinto anno del Liceo economico sociale dell'Istituto Maria Ausiliatrice di Lecco nel corso delle lezioni online di *Sociologia*.

La nostra riflessione è partita da alcuni interrogativi sulle prospettive attuali del mondo globale: una decrescita felice è possibile? Come possiamo ottenerla? Che cosa può fare ciascuno di noi per rendere operativa un'idea di sviluppo che non assuma unicamente la crescita del PIL come parametro ma che accolga un significato più esteso e profondo?

Gli stili di vita della decrescita ci hanno suggerito alcune risposte: riscoprire la virtù della sobrietà, cioè la capacità di far durare gli oggetti, aumentare l'autoproduzione dei beni, valorizzare la convivialità, la cooperazione, l'altruismo, quella dimensione di scambio che alcuni antropologi hanno definito "economia del dono", sovvertire la logica del fare sempre di più per apprezzare il gioco disinteressato e il piacere del godere del proprio tempo libero.

Ciascuno studente ha così rielaborato in modo personale e critico i principi della teoria della decrescita, una prospettiva teorica inaugurata dal filosofo ed economista francese Serge Latouche che ha numerosi risvolti pratici che possiamo scoprire, applicare e gustare durante questo periodo critico ma che ci offre l'opportunità di fermarci a riflettere sui nostri stili di vita, sul modo di investire il tempo e di rapportarci con le persone e con le cose che ci circondano.

Prof.ssa Maddalena Milani

Docente di Scienze Umane

FACCIAMO DELLA SOBRIETA' LA NOSTRA VIRTU'

La decrescita è stata definita come una riduzione del PIL che si può ottenere non con la diminuzione della produzione e del consumo di merci, ma delle merci che non sono beni, oltre che con l'aumento

della produzione e dell'uso di beni autoprodotti o scambiati sotto forma di dono, quando sia vantaggioso farlo, non solo per ridurre i costi, il consumo di risorse e la elevata emissione di scarti, ma anche per recuperare un saper fare che riduce la nostra dipendenza dal mercato e che permette di ricostruire i legami sociali.

Maurizio Pallante fornisce tre dimensioni importanti della decrescita felice: la virtù della sobrietà, l'autoproduzione di beni e l'economia del dono.

La prima dimensione è la capacità di far durare gli oggetti per un lungo tempo, evitando di fare un uso sbagliato, comporta inoltre la riduzione della propria impronta ecologica e permette di comprendere che tante volte il superfluo ci impedisce di avere delle relazioni umane positive.

Una persona dotata di questa virtù, quindi sobria, compra meno rispetto alle altre persone.

Credo che ognuno di noi debba riscoprire questa virtù perché al giorno d'oggi, rispetto a tanti anni fa, non si apprezza la vera bellezza di un oggetto ma si apprezza solo il gesto di averla comprata; credo, inoltre, che soprattutto i giovani ma anche gli adulti, abbiano tutto ciò di cui hanno bisogno ma nonostante questo continuano a comprare oggetti solo per soddisfare un piacere secondario, utilizzando l'oggetto solo per poco tempo e sostituendolo subito con un altro.

La seconda dimensione è l'autoproduzione di beni che si può trovare per esempio nella possibilità di coltivare un proprio orto, di produrre in casa pane, pasta, yogurt e altri prodotti alimentari.

La decrescita felice si realizza inoltre collaborando con le altre persone e donando il proprio tempo apprezzandone ogni singolo istante.

Questa dimensione l'ho conosciuta ancora meglio grazie all'emergenza sanitaria che stiamo vivendo, in questi giorni dove ho riscoperto l'autoproduzione del cibo e il valore della famiglia, ormai un po' perso a causa della vita frenetica di ogni giorno.

L'economia del dono ci permette di conoscere a fondo la parola comunità, *cum* (con) *munos* (dono), ossia gruppi di persone che hanno come legame sociale il "con" e l'economia del dono".

Quest'ultima è la possibilità di creare reti di solidarietà per non dipendere completamente dal mercato e per non ridurre i rapporti umani al solo comprare e vendere ma anzi dedicare maggiore attenzione alla persona con cui sto interloquendo.

Penso sia una dimensione fondamentale che purtroppo al giorno d'oggi si è persa; credo che sia giusto nella vita frenetica di ogni giorno imparare a fermarsi un secondo e dedicare del tempo alla conoscenza di persone affinché i rapporti umani possano ampliarsi e diventare più profondi.

Marta A.

LA DECRESCITA FELICE: COME VIVERLA?

Cosa si intende per decrescita felice?

Partiamo dal concetto di crescita che è legato all'aumento del valore monetario delle merci che vengono comprate e vendute.

Con il termine decrescita, invece, si parla di una riduzione riferita alla propria dipendenza dal mercato. Come si può attuare tutto questo?

In primo luogo, riducendo ciò che si compra, la cosiddetta virtù della sobrietà, dando più valore agli oggetti e facendoli durare nel corso del tempo.

In secondo luogo, attuando la cosiddetta autoproduzione di beni, non solo di prima necessità, ma anche legati ai propri legami affettivi.

In terzo e ultimo luogo, con la cosiddetta economia del dono, la capacità di collaborare con gli altri, riscoprendo la dimensione affettiva, rendendo sempre più concreto il concetto di comunità, senza dunque dover per forza dipendere dal mercato.

Ad oggi, con l'emergenza del corona virus e la quarantena forzata, come sto vivendo questa decrescita felice?

Sicuramente sto dando molto più valore agli oggetti, considerati prima inutili e che magari tenevo da parte in un angolino della stanza senza sapere della loro esistenza.

Mi sto dedicando alla creazione di idee sempre più nuove, sia per decorare angoli della mia casa, della mia stanza, ma anche per riutilizzare e riciclare oggetti che avrei sicuramente buttato senza dargli alcuna importanza.

Mi sto dedicando alla mia famiglia e questo penso sia uno degli aspetti più belli della mia quarantena, grazie al tempo che ho a disposizione riesco a comunicare di più, a interagire, a collaborare, ad aiutare rendendomi utile e a ritagliarmi dei momenti con la mia famiglia.

All'inizio della quarantena ho voluto anche dedicarmi alla cucina, alla creazione di nuovi piatti e di nuove idee, a volte riuscite e a volte non, ma è sempre bello provare e sperimentare sia da sola che con i miei famigliari. Mi sono data da fare nell'autoproduzione sicuramente sia dal punto di vista alimentare, facendo ad esempio il pane in casa o la pasta fresca, ma anche dando più valore al cibo senza buttarlo e facendo la spesa con maggior consapevolezza.

Mi sono dedicata e mi dedico tutt'ora al mio percorso scolastico ma mi sono anche voluta informare per il mio futuro universitario e anche lavorativo, domandandomi e chiedendomi cosa potesse davvero interessarmi e cosa non e devo dire che mi è servito davvero tanto.

Penso che la cosa più importante, oltre all'essere cresciuta a livello personale, sia il mio voler dare, una volta finita la quarantena, sempre più valore alle piccole cose che prima, purtroppo, davo per scontate, ad esempio il contatto umano che in questo periodo mi è davvero mancato.

Giulia A.

RISCOPRIRE L'AUTOPRODUZIONE E L'ECONOMIA DEL DONO

La decrescita felice è stata definita come una riduzione del PIL (prodotto interno lordo) che si può ottenere non con la diminuzione della produzione e del consumo di merci, ma delle merci che non sono beni, oltretutto con l'aumento della produzione e dell'uso di beni autoprodotti o scambiati sotto forma di dono, quando sia vantaggioso farlo, non solo per ridurre i costi, il consumo di risorse e le emissioni di scarti, ma anche per recuperare un saper fare che riduce la dipendenza dal mercato e per ricostruire i legami sociali lacerati dall'onnimercificazione.

Alla base della decrescita felice ci sono tre principi: la riduzione di sprechi, l'autoproduzione e l'economia del dono. Questi tre principi causano la riduzione del bisogno del denaro e del tempo di lavoro, mentre aumentano il tempo per le relazioni e per la creatività.

Maurizio Pallante, sostenitore della decrescita felice, sostiene che si debba far chiarezza su cosa deve decrescere. Secondo Pallante bisogna relegare in secondo piano "l'indice feticcio della crescita", ovvero il PIL. Il movimento della decrescita felice ha l'obiettivo di promuovere la più ampia sostituzione possibile delle merci prodotte industrialmente ed acquistare nei circuiti commerciali attraverso l'autoproduzione di beni. Inoltre, riducendo ciò che si compra è possibile riscoprire la virtù della sobrietà, l'autoproduzione dei beni e l'economia del dono. La virtù della sobrietà è la capacità di far durare gli oggetti e di ridurre la propria impronta ecologica; l'autoproduzione dei beni consiste nel

coltivare il proprio orto, nel fare lo yogurt in casa, avere un pollaio etc. Infine, l'economia del dono o dimensione di scambio ha lo scopo di aumentare la capacità di collaborazione con gli altri e la capacità del donare reciprocamente.

Alla luce della situazione attuale, io e la mia famiglia abbiamo riscoperto l'autoproduzione, infatti abbiamo deciso di fare l'orto e di coltivare pomodori, insalata, carote, zucchine, fagioli, zucche, sedano, prezzemolo, salvia, fragole, lamponi e ribes. Non solo, abbiamo anche sperimentato in cucina, preparando gli gnocchi, la pasta fresca, il pane e persino il detersivo per la lavastoviglie, fatto con bicarbonato di sodio, limone e glicerina. È ottimo!

In aggiunta abbiamo riscoperto anche l'economia del dono, per esempio, con i vicini di casa. Ci si aiuta scambiandosi cibo, per esempio uno scambio di pomodori per patate, a seconda della propria necessità. Ciò è molto utile poiché nei supermercati non è sempre possibile trovare il necessario. L'aiuto reciproco favorisce la collaborazione e le relazioni.

Alice B.

LA DECRESCITA FELICE IN RELAZIONE AL COVID-19

Maurizio Pallante è un saggista italiano che sostiene la teoria della decrescita formulata dall'economista Serge Latouche.

Pallante parla di decrescita intesa come la riduzione della dipendenza dal mercato.

Secondo il saggista, la decrescita consiste nella sobrietà nell'uso delle risorse e nello sviluppo dell'autoproduzione di beni e servizi in sostituzione di merci equivalenti.

Il termine decrescita si accompagna all'aggettivo felice quando alle due dimensioni citate precedentemente se ne aggiunge una terza: l'economia del dono definita come l'insieme di scambi di beni o servizi senza denaro, basati quindi sul dono e sulla reciprocità.

Pallante spiega che queste tre dimensioni sono strettamente legate l'una con l'altra: iniziando a ridurre la propria dipendenza dal mercato, si riscopre necessariamente la virtù della sobrietà ovvero avviene la presa di coscienza del valore dei beni e dei servizi che riduce lo spreco diminuendo conseguentemente la propria impronta ecologica.

Pallante spiega che la persona *sobria* è comunque vincolata al mercato e che il passo successivo per slegarsi il più possibile da quest'ultimo è quello dell'autoproduzione. Essa aumenta la possibilità di collaborare con gli altri e creare l'economia del dono che si attua concretamente nella comunità ovvero l'insieme delle reti di solidarietà che consentono di non dover dipendere completamente dal mercato e di non ridurre i rapporti umani soltanto a rapporti di compravendita, riscoprendo la dimensione affettiva, della collaborazione e della reciprocità.

Parlando con alcuni miei coetanei ho appurato che questa quarantena ci sta facendo capire cosa conta davvero, siamo passati da non avere tempo ad averne troppo senza riuscire ad occuparlo con una finalità utile. Il confronto si è concluso con il pensiero secondo cui questo eccessivo ammontare di ore senza uno scopo tendenzialmente ci porta a riflettere non più su quello che capita intorno a noi ma su quello che noi vorremmo essere o vorremmo fare per migliorare questa situazione.

Un esempio concreto lo sto vivendo in prima persona: avendo più tempo la mia famiglia ed io abbiamo rivalutato l'autoproduzione dei beni e abbiamo riscoperto il senso di comunità che "grazie" al COVID-19 si sta creando nel mio quartiere. Abbiamo iniziato a fare in casa il pane, la pizza e la focaccia che portiamo ai famigliari anziani che abitano vicino a noi e che scambiamo con i vicini in difficoltà.

Greta B.

FACCIAMO DEL MONDO UN POSTO MIGLIORE

La maggior parte delle persone è a conoscenza di quello che stiamo passando.

Stiamo vivendo uno dei più grossi rischi ambientali. I più importanti sono: l'eccesso di anidride carbonica che ha alzato le temperature terrestri ed abbiamo già raggiunto il limite massimo di temperatura terrestre. Abbiamo riempito gli oceani di plastica, dimezzando così tutti gli essere viventi presenti negli oceani. Abbiamo prodotto enormi quantità di rifiuti. Ed è proprio per questo motivo che Maurizio Pallante ha proposto un'alternativa a questo sfascio suggerendo di smettere di produrre merci ma beni. Il suo obiettivo è quello di evitare il collasso del sistema che avrebbe conseguenze drammatiche per tutti. Bisognerebbe cercare di creare un nuovo tipo di civiltà che lavori per ridurre l'impatto ambientale e che cambi i nostri stili di vita, creando stili di vita rispettosi dell'ambiente.

Questa civiltà dovrebbe basarsi su un'economia che non spreca le risorse limitate del pianeta.

Pallante ricorda che se la crescita misura l'aumento del valore monetario delle merci che vengono comprate e vendute, la decrescita dal punto di vista degli stili di vita deve perseguire la riduzione della propria dipendenza dal mercato.

Per cominciare, aumentando l'autoproduzione di beni, ad esempio coltivando un orto, producendo in casa pane, marmellate, conserve etc. e aumentando così anche la capacità di dedicare e condividere del tempo con i propri cari. In secondo luogo, bisognerebbe ridurre ciò che si compra provando ad aumentare la durata degli oggetti. Infine bisognerebbe cercare di aumentare la capacità di collaborare con gli altri ovvero la capacità di riscoprire quella dimensione di scambio che alcuni antropologi hanno chiamato economia del dono.

Così si attua il concetto di comunità: gruppi di persone che hanno come legame sociale l'economia del dono. Per Pallante la vera economia è la capacità di non dipendere dal mercato e di non ridurre i rapporti umani a rapporti di compravendita ma riscoprire la dimensione affettiva, di collaborazione e reciprocità. Personalmente condivido molto questo pensiero che cerco di mettere in pratica. Sono cresciuta in una famiglia che ha sempre cercato nel suo piccolo di provare a cercare di seguire questi punti. Soprattutto per quanto riguarda l'aspetto della autoproduzione, infatti ho la fortuna di vivere in una casa che ci ha permesso di costruire un pollaio e attualmente abbiamo nove galline che ogni giorno ci donano molte uova, a volte così tante che le regaliamo ai nostri familiari, amici e vicini di casa. E' un impegno che da sempre si è preso in carico mio fratello, lui ha creato un pollaio ed è lui che si occupa della loro cura. A me piace tantissimo entrare nel pollaio per prendere le uova, mi fa pensare molto alla realtà che i miei nonni hanno vissuto e che ormai sempre di più sta svanendo.

Abbiamo anche da parecchi anni un orto dove coltiviamo verdure di stagione ad esempio ora abbiamo pomodori, insalata, patate, spinaci, prezzemolo e fagiolini e a breve planteremo le zucchine.

La mia famiglia ed io cerchiamo il più possibile di comprare prodotti freschi e di stagione, ad esempio il formaggio fresco, lo yogurt e il latte lo compriamo da una piccola azienda agricola a pochi km da casa mia. Ognuno dovrebbe nel suo piccolo provare a migliorare qualcosa, ovviamente riconosco che non tutti hanno la possibilità di avere un orto o un pollaio però credo che tutti potremmo iniziare a comprare prodotti freschi e soprattutto di stagione. Per quanto riguarda la durata degli oggetti, ammetto che mi devo impegnare di più: quando un oggetto si rompe o perde la sua funzione non sono capace di inventarmene una nuova e faccio ancora molta fatica a rinunciare a qualcosa che mi piace anche se non è necessario. Ci proverò!

Federica C.

DECRESCITA FELICE: UN NUOVO STILE DI VITA?

Molti criticano più l'idea della "decrecita felice" che quello che propone. In effetti è un termine strano generalmente associabile a qualcosa di negativo, che ci fa paura, poiché il nostro immaginario è talmente abituato a vedere sotto una luce pessimistica tutto ciò che non si riconduce direttamente alla crescita. Se pensiamo alla "decrecita" pensiamo ad un PIL che non cresce, a un Paese in recessione economica; ma se questo termine viene proiettato in ambito maggiormente filosofico lo si associa all'evitare gli sprechi in ogni campo e quindi a un maggior rispetto di tutto ciò che ci circonda. Ci dicono che il PIL misura il nostro benessere prendendo però prendendo in considerazione solo il valore complessivo di beni e servizi prodotti all'interno di un Paese in un certo intervallo di tempo, trascurando quindi alcuni aspetti: esso cresce quando girano soldi e merci, ma non quando si promuove il volontariato, quando si fa un dono o un gesto di amore. Ecco che in questo contesto si inserisce il nuovo approccio culturale della decrecita felice basato sulla qualità, non più sulla quantità, operando soprattutto in alcuni ambiti quali la politica, la cultura, le tecnologie e gli stili di vita che peraltro la pandemia attuale ha già trasformato radicalmente. La decrecita felice è un fenomeno in divenire, un quadro (come dice Maurizio Pallante) di cui finora sono state fatte solo poche pennellate, ma che è ancora tutto da dipingere insieme.

Secondo Pallante per ottenere un mondo più "sano" occorre abbattere la propria dipendenza dal mercato riducendo ciò che si compra e aumentando la capacità di collaborare con gli altri. Bisogna dunque riscoprire la virtù della sobrietà intesa come la capacità di far durare gli oggetti sfruttando pienamente tutte le loro potenzialità e non sostituendoli appena ve ne è l'occasione riducendo così il loro impatto ecologico. La persona sobria tendenzialmente è colei che compra di meno, ma avendo delle necessità delle quali non può comunque fare a meno, cerca di sopperire a ciò attraverso l'autoproduzione dei beni. Questo concetto è il secondo punto fondamentale della decrecita felice: si concretizza attraverso la produzione in casa di cibo, ma riguarda anche le relazioni personali attraverso l'aumento di attenzioni e di dialogo all'interno di un nucleo familiare. L'ultimo concetto chiave della teoria della decrecita felice di Pallante è quello che alcuni studiosi francesi hanno definito "economia del dono" intesa come aumento di collaborazione, di scambi fra più persone, di dono del proprio tempo in maniera del tutto gratuita. Da qui nasce il concetto di "comunità" intesa come risultato di un gruppo di persone che regola i propri rapporti in base all'economia del dono, al fine di ridurre la dipendenza del mercato, creando delle reti interne di solidarietà e riscoprendo la dimensione affettiva tra le persone riuscendo ad andare oltre i rapporti di compravendita.

Questa teoria è perfettamente applicabile alla situazione che stiamo vivendo in questo periodo a causa della comparsa del Coronavirus; riguardo alla virtù della sobrietà tutti noi tendiamo a ridurre al minimo i nostri acquisti, a sfruttare fino in fondo tutte le risorse a nostra disposizione poiché siamo limitati nei nostri spostamenti. Sempre per questo motivo anche nella mia famiglia si è verificato un notevole aumento dell'autoproduzione alimentare vista anche come valvola di sfogo: produciamo pizza e sperimentiamo nuove ricette di torte... Anche nelle relazioni familiari si è osservato un incremento nell'attenzione verso gli altri e si riesce a sviluppare più dialoghi perché il tempo a nostra disposizione è maggiore, andando così ad aumentare l'economia del dono in un ambito strettamente familiare in quanto, a causa delle restrizioni a cui siamo sottoposti, la nostra comunità per ora è solo la nostra famiglia.

Per concludere si può affermare come questo periodo debba essere visto come un'opportunità per rivedere alcuni tratti della nostra vita e tentare di migliorarli e in particolare la teoria della decrecita

felice può essere sperimentata e adattata alla nostra quotidianità e non dimenticata una volta finita questa emergenza.

Simone C.

UNA MODALITA' DI FARE ECONOMIA "FUORI" DAL MERCATO

Il tema della decrescita felice, trattato da Maurizio Pallante, viene ripreso dalla teoria di Serge Lautouche, economista francese; Pallante sostiene un modello economico-sociale che punta al benessere e alla qualità dei beni prodotti piuttosto che alla quantità e alla ricchezza economica di un Paese, la quale rende un paese ricco, secondo il PIL.

L'esperto propone diverse soluzioni che potrebbero essere attuate nella società come azioni sostenibili e solidali verso gli altri e verso l'ambiente in cui viviamo. L'economia del dono, per esempio, può essere un modo per donare senza avere un profitto così come l'autoproduzione dei beni può essere una valida alternativa al consumo esasperato di beni e alimenti. Tutto ciò viene preso in considerazione per ridurre principalmente i costi e il consumo di risorse e di materie che non sono rinnovabili, così da poter contribuire alla salvaguardia del nostro pianeta.

Ciò contribuisce anche a stabilizzare relazioni fra individui: banalmente quando si va al supermercato non c'è bisogno di aver alcun tipo di dialogo con qualcuno, si acquistano i beni per poi metterli nella dispensa di casa, mentre se si autoproduce un alimento (come il pane, la pasta o delle torte), vi è la possibilità di condividere ciò che si è prodotto, decidendo di regalarlo (o di venderlo a basso costo): in questo modo si instaura una conversazione con l'ipotetico acquirente che magari sarà anche curioso di sapere gli ingredienti del prodotto e come si è realizzato.

In questa situazione in cui il COVID-19 ha dato nuovo impulso alla decrescita felice, molti dei cittadini stanno iniziando ad adattarsi a questa nuova "routine" di trascorrere le giornate in casa, uscendo solo per questioni essenziali. Buona parte della popolazione italiana sembra che abbia deciso di intraprendere il percorso di autoproduzione così da dover evitare di andare inutilmente al supermercato e di frequentare il meno possibile i posti pubblici. Con questo modo però sicuramente l'economia del nostro paese ne risente in maniera notevole: non si ha un guadagno sulla produzione, dovuto all'abbattimento dei costi ma anzi si rispetta anche l'ambiente creando una vera e propria attività di produzione personale. Pallante sostiene che sia l'unica modalità per far diminuire il consumo energetico creando un modello sociale più sano ed ecosostenibile.

Clara F.

LA DECRESCITA FELICE AL GIORNO D'OGGI

Secondo la teoria elaborata da Maurizio Pallante, non basta misurare la crescita di un Paese solamente in base al PIL, poiché esso tiene conto esclusivamente della parte economica in un determinato periodo ma non del reale benessere della popolazione.

Dal momento in cui il Prodotto Interno Lordo si traduce nel valore monetario di oggetti e servizi che vengono scambiati con il denaro, è necessario fare una differenziazione tra beni e merci: si definisce bene qualsiasi oggetto o servizio che offre una precisa utilità al singolo o alla società, mentre tutto il resto che viene scambiato col denaro ma che spesso non ha una vera e propria utilità viene definito merce. Il costante aumento di consumi di oggetti che non sono beni, ma che invece si traducono in

sprechi, accresce l'offerta dei prodotti non consumabili che portano il sistema economico ad una situazione di instabilità. Quindi quale sarebbe la soluzione a questo problema? Maurizio Pallante è il massimo sostenitore, nonché ideatore, della cosiddetta "Decrescita felice".

L'obiettivo principale di questa teoria è quello di ridurre al minimo la produzione di merci commerciali inserite nel calcolo del PIL e prediligere quelli non commerciali che normalmente non rientrano nel conteggio della ricchezza nazionale.

Autoproduzione, economia del dono e della reciprocità e virtù della sobrietà riducono il bisogno di denaro e il tempo del lavoro a favore delle relazioni interpersonali e lo sviluppo della creatività di una persona, migliorando la qualità della vita dell'essere umano.

Produrre prodotti a km 0 e puntare su un'economia basata sul libero scambio potrebbe portare numerosi vantaggi nella società e nell'economia, elevando l'impronta ecologica e quindi riducendo i problemi ambientali. Nonostante non sia semplice basarsi solamente sull'autoproduzione, poiché non tutte le persone ne hanno la possibilità, spesso questa tecnica può risultare necessaria.

Per esempio, in una situazione come quella che stiamo vivendo oggi in piena emergenza sanitaria, in cui non si può uscire, se non per motivi di necessità, ci si trova spesso ad autoprodurre beni che prima magari acquistavamo normalmente nei negozi sia per colmare la noia dello stare in casa sia per soddisfare un bisogno.

Personalmente, anche io mi sono trovata da un momento all'altro a produrre da sola alcuni beni; per esempio, ho cucinato molto spesso per me e la mia famiglia e ho sperimentato prodotti e alimenti che non avevo mai provato a fare in casa, scoprendo delle abilità che non pensavo di avere. Inoltre, non potendo usufruire delle palestre, ho trovato alternative che mi permettono di svolgere gli esercizi in



maniera autonoma, senza l'uso necessario degli attrezzi, sviluppando così la mia creatività.

Per quanto riguarda l'economia del dono, scambiare beni con gli altri non è soltanto un gesto di solidarietà, ma anche una messa alla prova delle proprie abilità e un'occasione in più di relazionarsi con altre persone, con le quali magari prima non avevamo confidenza; per esempio, mia mamma spesso scambia prodotti casalinghi con la vicina di casa, ogni qualvolta l'una produce beni fai-da-te. Insomma, si tratta di gesti semplici, basati sulla sobrietà, ma che spesso soddisfano tutte le nostre necessità, senza il bisogno di eccedere nell'acquisto di merci che poi si rivelano essere inutili ed eccessive.

La decrescita felice non implica quindi il fatto di ridurre necessariamente tutta la produzione e favorire sempre il 'meno', ma si preoccupa di capire quando questo meno si traduca nel meglio per la nostra società e riesca a migliorare la nostra vita sotto tutti i punti di vista.

Giorgia G.

COME CONCILIARE I PRINCIPI DELLA DECRESCITA FELICE CON LE SFIDE DEL MERCATO DEL LAVORO?

Negli ultimi tempi, sta cominciando a diffondersi una corrente di pensiero decisamente rivoluzionaria: la decrescita felice. Esso è un movimento piuttosto recente, che negli ultimi quarant'anni ha trovato numerosi consensi e critiche, facendo parlare molto di sé. Per decrescita si intende una riduzione controllata e volontaria della produzione economica e dei consumi. L'obiettivo ultimo è quello di aumentare l'impronta ecologica dell'uomo nella società, a costo di passare per un'ovvia riduzione del PIL nazionale. Ognuno di noi può dare il suo contributo per questa causa, sostanzialmente attraverso tre comportamenti diversi: il primo di essi è sicuramente la riscoperta della virtù della sobrietà, ovvero la capacità di far durare gli oggetti per ridurre al minimo gli sprechi e quindi anche la propria impronta ecologica; il secondo comportamento ottimale in ambito decrescita felice è l'autoproduzione di beni, essa è ancora più essenziale in quanto oltre a benefici naturali che vanno ad incidere sull'organismo, rende possibile un miglioramento della vita quotidiana estesa a tutti i livelli della società (meno utilizzo di plastica, petrolio, meno camion per trasporti in giro e di conseguenza addirittura meno incidenti); infine, l'ultimo comportamento da attuare è quello riguardante lo scambio, una sorta di reintroduzione del baratto con lo scopo di diminuire la produzione di beni delle aziende. Personalmente, riguardo a questo movimento ho pensieri contrastanti: è giusto sicuramente pensare al pianeta, soprattutto in un momento come questo dove oggettivamente la situazione è critica, è anche giusto però focalizzarsi un attimo sulla situazione del lavoro e del PIL. Se tutti aderissero in massa a questa corrente, le persone che perderebbero il lavoro sarebbero tantissime, con conseguenze disastrose in ambito economico. Pensiamo anche al momento che stiamo vivendo ora, dove il mondo deve fare i conti con una pandemia: le aziende che possono lavorare sono davvero poche e l'economia del nostro Stato sta letteralmente calando a picco. Gli unici settori che stanno facendo muovere la nostra economia sono quelli riguardanti la produzione di beni di prima necessità, quali cibo e farmaci. Se tutti ci dessimo all'autoproduzione, metteremmo in difficoltà ulteriormente la nostra economia, che già si trova in una pessima situazione. Detto questo, è positivo che chi ha la passione della cucina, la coltivi dandosi all'autoproduzione durante questa quarantena; personalmente, non avendo questa passione, non ho cucinato nulla di mano mia, ma spesso e volentieri ho aiutato mia mamma nella creazione dei suoi dolci, i quali sfortunatamente sono spariti troppo in fretta per essere fotografati.

Alessandro M.

DECRESCITA FELICE: COME ATTUARLA?

Gli ideatori della “decrescita felice” sono Serge Latouche e Maurizio Pallante, il primo per il concetto di decrescita e il secondo per averla definita felice.

Questa corrente di pensiero infatti si basa sulla riduzione controllata e volontaria della produzione economica e dei consumi, quindi del PIL.

In particolare consiste nella diminuzione della compravendita di merci, ovvero oggetti o servizi scambiati con denaro che spesso non soddisfano un'essenziale e immediata utilità.

L'obiettivo della decrescita consiste nel poter ricreare, anche in ambito economico, un equilibrio ecologico. Secondo Pallante infatti, questa stabilità può essere mantenuta solo adottando uno stile di vita sostenibile e diffondendo l'autoproduzione unita all'economia del dono e della reciprocità.

Lo sforzo necessario è utile, non solo per ridurre costi, consumo di risorse e emissioni di scarti, ma anche e soprattutto per recuperare delle abilità o delle tradizioni che riducono la dipendenza dal mercato.

E' importante però chiarire che la decrescita intende diminuire, dove possibile, la produzione di ciò che non è sostenibile. Non propone di rinunciare al consumo di tutte le merci non rinnovabili, ma piuttosto offrire soluzioni che ne limitino il consumo.

Pallante inoltre, nei suoi studi, definisce tre dimensioni a cui bisogna far riferimento per attuare nel concreto il suo pensiero: virtù della sobrietà, autoproduzione dei beni ed economia del dono.

Sono proprio questi gli aspetti che vanno migliorati e incrementati per raggiungere la decrescita felice e la situazione attuale di isolamento comune ci permette di farlo.

Semplicemente, infatti, a causa del Coronavirus si trascorre molto più tempo a casa e nonostante si siano trovate delle soluzioni innovative per continuare a lavorare o studiare a distanza, il tempo libero è aumentato.

Bisogna proprio sfruttare questa occasione per mettere in pratica le tre dimensioni di Pallante.

In prima persona sto riscoprendo proprio la virtù della sobrietà, dote che nel 2020 e in una società consumistica sembra andata persa. Infatti mi rendo veramente conto che, data la difficile immediatezza e facilità nel reperire beni che mi servono, è molto importante apprezzare e conservare quelli che già possiedo.

In secondo luogo, è il momento perfetto per dedicarsi all'autoproduzione dei beni di prima necessità: alimenti come il pane, la pasta o coltivare ortaggi se si ha la possibilità. Può essere un modo per scoprire nuovi interessi o coltivare delle passioni per cui prima non c'era tempo da dedicare; ad esempio si può cucire, disegnare o anche scrivere.

Non è indispensabile produrre tutto ciò di cui si ha bisogno ma sarebbe bello, anche per creare una comunità più unita, condividere le proprie eccedenze, quindi per esempio scambiare i propri prodotti con i vicini di casa o amici.

Credo infatti che sviluppare un'economia secondaria basata sul dono possa favorire la nascita di relazioni più forti e aumentare il senso di collettività.

In prima persona ho voluto sperimentare la decrescita felice provando a produrre qualcosa fatto con le mie mani; infatti ho cucinato con mia madre per apprendere la sua tecnica e le sue ricette. In particolare ho provato a fare il pane arabo, il risotto alla milanese e i ravioli cappellacci tipici di Ferrara.

RICETTA PANE ARABO (10 panini):

- 500 g di farina
- 12 g di lievito di birra
- 300 g di acqua
- 10 g di sale

Procedimento:

1. In una ciotola sciogliete il lievito nell'acqua a temperatura ambiente
2. Aggiungete la farina e iniziate ad impastate facendo assorbire man mano tutta l'acqua
3. Unite ora il sale e lavorate fino a formare un panetto morbido ed elastico.
4. Coprite l'impasto con un canovaccio e fate lievitare per 2 ore
5. Dividete ora l'impasto in 10 palline di uguale peso
6. Appiattite ogni pallina dando loro una forma tonda con un diametro di circa 12 centimetri.
7. Coprite il pane con un canovaccio e lasciatele riposare per 30 minuti.
8. Nel frattempo preriscaldate il forno a 250° lasciando dentro una teglia

9. Disponeteli dischi di pasta sulla teglia bollente distanziandoli tra loro
10. Cuocete il pane arabo a 240° per circa 10 minuti o fino a quando i panini non saranno dorati.
11. Sfornate il pane arabo, mettetelo subito dentro ad un sacchetto chiuso e lasciatelo raffreddare



Federica M.

L'AUTOPRODUZIONE

La decrescita felice ha come obiettivo la riduzione della propria dipendenza dal mercato e per ottenerla bisogna diminuire ciò che si compra per far durare di più gli oggetti e aumentare l'autoproduzione dei beni attraverso attività come: coltivare l'orto, fare la pasta e il pane in casa. Non solo, tutto questo serve anche per ridurre la propria impronta ecologica. L'autoproduzione fa bene anche alle persone perché crea la collaborazione ma anche una dimensione di scambio che valorizza l'altruismo.

Di conseguenza, i sostenitori della decrescita criticano la crescita economica che è legata unicamente al PIL. La crescita rispetto alla decrescita crea dipendenza dal mercato e crea un aumento del valore monetario delle merci.

Le persone comprano principalmente perché credono che quei prodotti siano utili o necessari anche se, in alcuni casi, sarebbe più semplice produrli da soli.

Maurizio Pallante definisce la decrescita felice in tre dimensioni: l'economia del dono che permette di dedicare più tempo alle relazioni con altre persone; l'autoproduzione che comporta un risparmio nel comprare ma occupa più tempo per realizzare il bene o la merce che mi serve; la riduzione degli sprechi che consente di far durare di più gli oggetti cioè di riscoprire la virtù della sobrietà.

L'economia del dono si basa sulla reciprocità, cioè servizi resi in modo gratuito che creano uno scambio sociale. La decrescita non abolisce l'economia ma aumenta l'autoproduzione.

Questo è l'unico modo per uscire da questa crisi ambientale e sociale che oggi c'è e che sta mettendo in crisi l'umanità.

Penso che grazie a questo periodo di quarantena si possano usare i tempi morti per creare prodotti al posto di comprarli (ovviamente dipende però anche dalla situazione che ogni persona vive in questo periodo particolare). Credo che i social abbiano favorito la promozione dell'autoproduzione di beni; esempio, su Instagram possiamo vedere come gli *influencer* postino video o ricette cercando di coinvolgere il più possibile i loro *follower* dicendo loro di condividere le foto con i risultati ottenuti. Personalmente ho sperimentato la ricetta di una torta con l'avanzo delle uova di Pasqua così da sprecare il meno possibile creando una specie di sbrisolona farcita con il cioccolato.

Credo che sempre, ma in particolare in questo periodo, i social ci stiano aiutando a incentivare l'autoproduzione.

Sofia P.

LA DECRESCITA FELICE AI TEMPI DEL CORONAVIRUS

La crescita economica di uno stato, al contrario di quello che molti pensano, non è legata all'aumento della quantità di beni e di servizi prodotti: questo parametro è misurato dal PIL, che calcola solamente oggetti a uso finale. Secondo Maurizio Pallante, una delle strategie che si possono applicare per migliorare il nostro sistema economico e l'ambiente che ci circonda è la "decrescita felice", ovvero il ridurre la produzione di beni finali e aumentare quelli primari: questo sistema sicuramente riduce il valore numerico del PIL, ma allo stesso tempo incentiva processi più ecologici, ecosostenibili ed etici come l'autoproduzione e la reciprocità. Diminuire il numero di beni finali significa ritornare a produrre personalmente beni quotidiani: un esempio pratico è quello di creare un piccolo orto negli spazi aperti in casa, oppure migliorare le proprie abilità culinarie per cucinare alimenti che solitamente vengono acquistati, come pane e yogurt. Questo processo implica un cambio di mentalità: bisogna saper distinguere merci, ovvero servizi e oggetti che vengono scambiati con denaro; e beni, ovvero oggetti e servizi che offrono un'utilità. Grazie alla decrescita felice si possono compiere scelte migliori sotto vari punti di vista, preferendo uno stile di vita più sobrio ed elementare, per evitare sprechi che sono solamente dannosi per il nostro portafoglio e per la natura. Questo momento di quarantena è perfetto per sperimentare alcune tecniche di decrescita felice. Abbiamo tutti molto tempo in più rispetto al normale, e possiamo sicuramente iniziare ad introdurre abitudini migliori che continueremo a mantenere anche nel futuro. Personalmente sto cercando di imparare a cucinare, e in famiglia stiamo coltivando un piccolo orto. Data anche l'attuale situazione sanitaria, anche il fare la spesa è stato ridimensionato, e sicuramente in questo momento preferiamo comprare prodotti essenziali e produrre in casa il più possibile. Il movimento della decrescita felice è sicuramente innovativo e interessante, e spero vivamente di riuscire a integrare nel mio vivere quotidiano alcuni ideali che mi aiutino ad evitare sprechi e a compiere scelte più consapevoli.

Carola R.

UNA DECRESCITA EFFICACE

La decrescita deve perseguire la riduzione della propria dipendenza dal mercato, a differenza della crescita che misura l'aumento del valore monetario delle merci e si può ottenere riducendo ciò che si compra. Dal momento che molti beni acquistati non sono indispensabili o strettamente utili, bisogna anche notare però la differenza tra bene e merce: un bene è un oggetto o servizio che offre un'utilità, mentre una merce è un oggetto o servizio scambiato per denaro. Un altro modo per ottenere una decrescita felice è aumentare la capacità di collaborazione con gli altri. Come afferma Maurizio Pallante, saggista italiano di grande fama, bisogna aumentare i beni di carattere relazionale e riscoprire alcuni valori come quello della sobrietà: dobbiamo toglierci dalla testa l'idea dell'"usa e getta", molti oggetti sono riutilizzabili e ce lo insegnano fin da piccoli, ad esempio la mela una volta mangiata può, con i suoi semi, creare un albero di mele e continuare così

un ciclo che permette a noi di sfamarci e alla natura di continuare a crescere. Si può inoltre incentivare l'autoproduzione: ogni volta che guardiamo un bene dobbiamo pensare che è stato prodotto da uomini e donne come noi, di conseguenza con i giusti ingredienti e strumenti anche noi siamo in grado di produrre tutto ciò che ci serve per sopravvivere, inoltre al giorno d'oggi esistono tutorial per qualsiasi cosa su Internet, di conseguenza imparare diventa facile ed immediato. Possiamo poi riscoprire la dimensione di scambio, definita da alcuni antropologi francesi come "l'economia del dono": la capacità di instaurare con gli altri rapporti di collaborazione, donare il proprio tempo, accettare la collaborazione degli altri e restituire il dono del tempo che si è avuto. Solamente così si potrà attuare il concetto di comunità (com = con munus = dono): gruppi di persone che hanno come legame sociale l'economia del dono, al fine di non dipendere completamente dal mercato e non ridurre i rapporti umani soltanto a rapporti di compravendita, riscoprendo la dimensione affettiva, della reciprocità e della collaborazione. Con questa emergenza mondiale in atto abbiamo molto tempo a nostra disposizione che possiamo impiegare come meglio crediamo. Spesso durante la mia quotidianità mi lamentavo di non avere mai tempo e di conseguenza non imparavo niente di materiale se non le nozioni dei libri. All'inizio di questa quarantena non sapevo cucinare niente se non un toast e una torta con l'impasto di base già assemblato ed imbustato. Ogni giorno insieme a mia mamma e a mia sorella cerchiamo nuove ricette, dalle più basiche alle più complesse, e poi le cuciniamo per tutta la famiglia. Ora so preparare il pane, la granita alla fragola, il Naan (un pane tipico della cucina indiana), le torte senza utilizzare quelle con l'impasto già pronto, il gelato al caffè...

Io e la mia famiglia abbiamo riscoperto i nostri vicini, a Pasqua abbiamo brindato insieme e alcune volte mio papà e Massimo, il vicino, si scambiano opinioni su diversi argomenti, ovviamente ognuno dalla sua parte della siepe per mantenere la distanza di sicurezza. Un altro passatempo che ho scoperto è la lettura, non sono mai stata un'appassionata di libri ma nell'ultima settimana, dopo aver visto tutte le stagioni e i film di Netflix, ho provato a leggere qualche romanzo che avevo in casa, anche se alcuni già letti anni prima, quindi ogni sera prima di andare a dormire, al posto di guardare un episodio al pc, leggo un paio di capitoli. Qui di seguito ci sono alcune immagini dei piatti che abbiamo preparato nelle ultime settimane, le ricette si trovano su giallo zafferano o su Pintarest, un'applicazione molto utile che offre spunti di ogni tipo.

Per chi è appassionato di lettura o vuole riscoprirla suggerisco "Un weekend da sogno" di Jojo Moyes, perfetto per passare, almeno con il pensiero, un fine settimana in una capitale romantica come Parigi.



Marta S.

PRESENTE O FUTURO?

La teoria della decrescita felice è sostenuta da diversi economisti e filosofi; tra questi ricordiamo il francese Serge Latouche e l'italiano Maurizio Pallante. Entrambi credono in questa teoria, la quale afferma che se la crescita misura l'aumento del valore monetario delle merci, la decrescita debba perseguire la riduzione della propria dipendenza dal mercato, infatti la cosa importante è il benessere della società e la crescita non è in grado di comprenderlo, perché il consumismo sostiene anche la fabbricazione di merci nocive all'essere umano e alle altre specie viventi. Secondo Maurizio Pallante, economista italiano, l'economia deve cercare di ridurre la produzione di merci inutili per aumentare, invece, quella di beni utili non calcolati nel PIL, prodotto interno lordo, quali: i beni relazionali o i beni gratuiti. Per fare ciò egli crede in tre dimensioni: la virtù della sobrietà, l'autoproduzione e l'economia del dono. La virtù della sobrietà è la capacità di far durare gli oggetti, di ridurre la loro impronta ecologica. Essa ci permette di comprendere che il superfluo ci impedisce di avere delle relazioni umane positive, infatti spesso siamo portati a comprare merci che non ci servono, quali vestiti o scarpe che ci attraggono solo per la loro bellezza, spostando la nostra attenzione sugli oggetti invece che sulle relazioni umane e questo comportamento è sbagliato. Una seconda dimensione nominata da Pallante e strettamente legata alla prima è quella dell'autoproduzione; infatti se l'uomo deve slegarsi dalle dinamiche di mercato comunque deve trovare delle soluzioni alternative perché allontanarsi totalmente non è pensabile; proprio per questo, secondo Pallante, l'uomo deve cercare di autoprodurre, ossia compiere le trasformazioni possibili, per lo più culinarie, all'interno della propria casa, grazie, ad esempio, alla coltivazione di un orto e all'utilizzo dei diversi dispositivi elettronici. In questo modo, molti alimenti, quali conserve, verdure, pane e molti altri verranno prodotti direttamente nelle proprie abitazioni, riuscendo a diminuire il legame con il mercato globale. L'ultima dimensione nominata dall'economista è quella dell'economia del dono, ossia la capacità di collaborare con gli altri attraverso la donazione del proprio tempo per aiutare e per creare sia reti di solidarietà che una comunità. In questo modo si riscopre una dimensione affettiva nei rapporti che va al di là del rapporto economico e di compravendita e permette sempre più l'allontanamento dal mercato. Un esempio in cui si ritrova questa teoria della decrescita felice è il legame che si instaura tra vicini di casa i quali si scambiano beni autoprodotti, come l'insalata dell'orto e le uova della gallina. In questo modo, si può vedere come le tre dimensioni sopra citate di Maurizio Pallante siano integrate tra di loro: la virtù della sobrietà, l'autoproduzione e l'economia del dono.

A mio avviso, la teoria della decrescita felice è particolarmente interessante, infatti, credo, come Latouche, che l'aspetto economico abbia preso il sopravvento e che, seguendo la teoria dell'evoluzionismo di Darwin secondo cui il più forte sconfigge il più debole, l'economia sia riuscita a vincere sul benessere di una persona che viene sempre messa in secondo piano rispetto agli obiettivi economici. Io credo che riuscire a seguire le tre dimensioni di Pallante sia un buon inizio per cercare di portare un miglioramento alla nostra società, riuscendo ad allargare gli orizzonti, non interessandosi solo del lato economico, ma anche del lato salutare e sostenibile.

Arianna T.

SPERIMENTARE LA DECRESCITA FELICE

La decrescita felice è la riduzione di produzione e consumi che incrementa il benessere umano e migliora le condizioni ecologiche. Infatti, il benessere e la qualità della vita non dipendono solo dal PIL (prodotto interno lordo), ma anche da altri fattori.

Maurizio Pallante definisce tre dimensioni della decrescita felice: virtù della sobrietà, autoproduzione di beni ed economia del dono.

Con la riduzione degli oggetti che si comprano e il prolungamento del tempo relativo al loro utilizzo si ottiene la virtù della sobrietà. La persona sobria compra meno, anche se la sua vita dipende dall'atto di comprare. Il secondo aspetto evidenziato dal fondatore del movimento della decrescita felice è l'autoproduzione di beni, soprattutto di cibo, come avere un orto, fare in casa una serie di prodotti di trasformazioni (marmellata, pane, yogurt, torte) e aumentare la capacità di dedicare del tempo ai propri cari, cioè quei beni di carattere relazionale. L'economia del dono consiste nella capacità di collaborare con gli altri, scambiare beni. Donare il proprio tempo e accettare la collaborazione degli altri sono modalità che rendono possibile l'attuazione del concetto di comunità. Infatti, in questi modi gli individui non dipendono più solo ed esclusivamente dal mercato, riducendo i rapporti umani al solo rapporto di compravendita, ma possono riscoprire la reciprocità, la collaborazione e l'affettività.

Una delle conseguenze positive derivanti dalla situazione d'emergenza COVID-19 è la possibilità di sperimentare la decrescita felice perché gli individui non dipendono solo dal mercato ma producono e trasformano il cibo. Personalmente sto riscoprendo la virtù della sobrietà, ma anche l'autoproduzione di beni e l'economia del dono. Sto molto più attenta a non rovinare gli oggetti, perché non potendo uscire come prima per andare a comprare le

varie cose che mi servono, presto più attenzione; prima di buttare qualcosa ci penso due volte, rifletto sul fatto che magari in un futuro potrebbe servirmi e quindi la tengo per non comprarla di nuovo. Mi sono cimentata a cucinare, ho riscoperto molte ricette come torte, pizze e focacce (vedi immagine). Per non uscire tutti i giorni a comprare il pane fresco ho deciso di farlo in casa. Io e i miei vicini ci scambiamo alimenti (es. uova, prodotti dell'orto) e abbiamo stretto un rapporto più solido.



Lucrezia V.