



SVARBU

#Baltarusijoje nutupdytas lėktuvas #Eurovizija #LOGIN 2021 #Venecijos architektūros bienalė
#Palestinos/Izraelio konfliktas #Galimybės pasas #Vakcina nuo koronaviruso #Lietuva Tokijuje

15MIN > AKTUALU > LIETUVA

Publikuota: 08:02  

Ekstremalus taupymas: kaunietis jau 5 mėnesius nieko neperka ir nežada sustoti



Asmeninė nuotr. / Timas Petraitis ir eksperimento metu pasidaryta lentyna knygoms

**Raimonda Mikalčiūtė-Urbonė**
Turinio rinkodaros projektų žurnalistė

Šaltinis: 15min

Ar įmanoma visus metus nieko nepirkti? Šią teoriją nusprendęs patikrinti psichoterapeutas Timas Petraitis jau per pirmuosius mėnesius įsitikino, jog būti laimingam galima ir neišleidžiant daug pinigų.

„Pirkti tik maistą arba išvis nieko nepirkti dieną, dvi nėra labai sunku. Kaip ir dieną be automobilio praleisti nėra sudėtinga. Bet kai pagalvoji, kad taip reikėtų elgtis visus metus, tada jau pradeda „kutenti“ kažką viduje. Man asmeniškai, sakyčiau, pagrindinis motyvas pasiryžti iššūkiui buvo noras dar labiau pakelti sau kartelę. Jau iki tol gyvenau gana taupiai, bet norėjosi kažko dar sudėtingesnio“, – apie priežastį, kodėl nusprendė metus sau nieko naujo nepirkti (išskyrus maistą ir kitus būtinus išgyvenimui dalykus) sakė T.Petraitis.

15min jis papasakojo, kas yra ekstremalus taupymas, pasidalijo įspūdžiais apie pirmuosius savo eksperimento, kuris startavo 2021 m. sausio 1 d., mėnesius. Pasak jo, nieko nepirkimas padeda ne tik sutaupyti, bet ir gerokai sumažinti nerimo.

„Buvimas ribose teikia saugumo jausmą. Tada viskas paprasčiau, – sako pašnekovas. – Gaila, kad šiandienos visuomenėje buvimas laisvu turi daugiau pozityvų atspalvį, o buvimas apsiribojusiu, asketišku, spartietišku – savęs skriaudimo, negatyvų atspalvį.“

– Kaip kilo mintis metus nieko naujo nepirkti?

– Su „nieko nepirkimo metais“ vis susidurdavau skaitydamas įvairius JAV tinklaraščius. Taip pat man įstrigo britės M.McGagh istorija – ji detaliai aprašė, kaip jai sekėsi metus nieko nepirkti, apie tai pasakojo TED konferencijoje. Aš pats jutau, kad, 2021-iems artėjant, įprastas gyvenimo stilius tapo jau pernelyg įprastu ir reikėjo naujo iššūkio.

Pirkti tik maistą arba išvis nieko nepirkti dieną ar dvi nėra labai sunku. Kaip ir dieną be automobilio praleisti nėra sudėtinga. Bet kai pradėdi galvoti, kad taip reikėtų elgtis visus metus, tada jau pradeda „kutenti“ kažką viduje. Sakyčiau, pagrindinis motyvas buvo dar labiau pakelti sau kartelę. Jau iki tol gyvenau gana taupiai, bet norėjosi kažko dar sudėtingesnio.

– Ekstremaliai taupydamas praleidai jau penkis mėnesius. Kaip sekasi?

– Visai neblogai. Sugalvotų taisyklių pavyksta laikytis. Leidžiu sau būtiniausias išlaidas (maistui, higienos priemonėms), taip pat galiu leisti pinigų buto remonto reikalams, vaikui ir automobiliui. Nėra ribojamos ir išlaidos pramogoms. Labiausiai norėjosi patikrinti hipotezę, ar tikrai tapsiu daug nelaimingesnis, jei nepirksiu visus metus jokių daiktų sau: rūbų, išmaniųjų telefonų, visokių smulkmenų. Dabar, kai atsakinėju į šį klausimą, man net sunku prisiminti, kokius daiktus perkasi žmonės, kam dažniausiai leidžiami tie pinigai? Nors tik įpusėjau iššūkį, bet taip, kaip dabar gyvenu, tapo labai įprasta. Laikausi principo „verstis tik su tuo, ką turi“. Jei kyla kažkoks rimtas daikto poreikis, tiesiog jį pasižymiu užrašuose ir žinau: jei kitų metų sausį tebebus aktualus šis daiktas, tikrai jį nusipirksiu. Tokių daiktų kol kas pasižymėjau maždaug dešimt.

Manau, kad iššūkis, kurį vykdu, nėra labai ekstremalus. Leidžiu sau eksploatuoti mašiną, moku už „Spotify“, kartais užsisakau maistą iš „Bolt“. Kai savo „Facebook“ paskyroje parašiau, ką ketinu daryti 2021-ais ir paskelbiau taisykles, kurių laikysiuosi, daugelio reakcija buvo panaši: čia nėra taip jau sudėtinga. Tada pakviečiau taip parašiusius prisijungti prie iššūkio ir viena mergina bandė, bet jau sausio viduryje „atkrito“, nes netyčia smilkalus užsisakė internetu, kaip buvo įpratus. Pamatė, kad jai nėra paprasta nieko nepirkti visus metus, todėl iššūkio nebetęsė.

– Kokie iki šiol buvo didžiausi iššūkiai ir kaip juos įveikei?

– Pradžia buvo gana lengva: jaučiau azartą, viskas buvo nauja, įdomu. Didžiausias lūžis buvo balandį, kai pajutau, kad jau kažkiek nukeliauta, bet liko daugiau nei pusė metų. Pamenu, užkūrėme su vaiku laužą miške ir šalia buvę poilsiautojai šašlyką kepėsi. O aš neturiu iešmų. Atrodo, eik ir nusipirk – kainuoja nedaug. Bet aš pirkti negaliu! Skolintis iš kažko tingėjau... Tą dieną jau tikrai pykasi su savimi. Svarsčiau, kam prisigalvojau visokių dirbtinų ribų, nesąmonių ir negaliu 10 eurų iešmams išleisti, turiu laukti 2022 metų. Tai, kad ir kaip keistai skambėtų, bet tie iešmai buvo vienas didžiausių iššūkių. Tąkart tiesiog nuėjau miegoti, o kitą dieną jau buvo taikoje su savimi.

– Kas buvo netikėta ir labiausiai nustebino?

– Labiausiai nustebino trys dalykai. Pirmas – kad visai galima taip gyventi, ir nėra, kad kokybiškai vis prasčiau ir prasčiau jaučiausi dėl to, jog nieko sau neperku. Laikosi tam tikras įprastas nuotaikos *status quo*, ir kartais net pamiršti kasdienybės darbuose, kad vykdai nepirkimo iššūkį.

Be to, pradėjau vertinti daiktus, kuriuos turiu. Pvz., turiu dvi poras tokių „mandrų“ bėgimo kojinių. Balandį vienoje iš jų atsirado skylė ant pado. Tokioje vietoje sunku sulopyti – teko išmesti. Prieš imdamasis nieko nepirkimo iššūkio būčiau lengva ranka kitas tokias pat kojines nusipirkęs. Tačiau dabar tokia brangi kojinių pora pasidarė beveik aukso vertės.

“

Pradėjau vertinti daiktus, kuriuos turiu.

”

Panašiu metu greičiausiai būčiau pakeitęs ir telefoną į naujesnį ir išmanesnį, nes senoji sutartis su tiekėjuėjo į pabaigą. Dabar žiūri į telefoną: viskas su juo gerai – dvejų metų senumo, bet veikia. Pats stebiuosi: kam keisti į naują? Kodėl seniau būčiau keitęs vien dėl to, jog sutartis baigiasi?

Galiausiai, prasidėjus šiam iššūkiui atsirado labai daug erdvės improvizavimui. Seniau save palinksmindavau ką nors nusipirkdamas, o dabar tenka sugalvoti, kaip tai padaryti be pirkimo. Arba jei prireikia kokio daikto, seniau būčiau iš karto jį pirkęs, o dabar vėl galvoju, kaip čia kitaip išsisukti. Taip gimė, kad ir primityvi, bet savom rankom iš palečių lentų sukonstruota dėžė vaiko „Lego“ detalėms, siena bute iš tų pačių palečių, lentynos knygoms.



Asmeninė nuotr./Kam pirkti, kai galima pasidaryti: dėžė „Lego“ detalėms iš palečių

– Ar turi kažkokią metodiką, kurią taikai kasdien?

– Čia kaip su saldumynų atsisakymu: vienas geriausių patarimų, kurį esu girdėjęs, kad reikia neturėti jų namie. Taip ir aš: įsisąmoninau, kokios tos naujos ribos sausio mėnesį ir pradėjau su jomis gyventi. Pamenu, reikėjo priprasti, jog negaliu maišelio pirkiniams prekybos centre pirkti. Reikėdavo nepamiršti einant iš namų pasiimti. Bet naujas įgūdis „prilipo“ per mėnesį – tai tapo nauju normalumu.

– Paskaičiuokime tavo pinigus: kiek dabar per mėnesį išleidi? Ar čia jau „dugnas“, ar dar galėtum ir už mažesnę sumą išgyventi? Kam išleidi daugiausia pinigų? Kur geriausiai sekasi sutaupyti?

– Galima pajuokauti, kad daugiausia išleidžiu santaupoms. Kartais pavyksta net 60–70 proc. pajamų sutaupyti. Po to – pinigai vaikui, nes esame išsiskykę su žmona. Gana daug išlaidų sudaro darbas, nes dirbu privačiai, todėl nuomojuosi kabinetą. Toliau eitų maistas, būstas, mašina. Laisvalaikis mano gana paprastas. Atradau, kad geriausiai pailsiu gamtoje, tad su vaiku lankome pažintinius takus, savaitgaliais dar papildomai pabėgiuju į mišką nuvažiuavęs.

Aš tikrai manau, kad daug kas gyvena ir išgyvena išleisdamas dar mažiau nei aš. Esu privilegijuotas, nes savo išlaidas ribuju ne dėl neturto, bet savanoriškai.

Žinoma, kad galėčiau taupyti dar ekstremaliau: atsisakyti mašinos ir naudotis tik viešuoju transportu, maistą tik pats ruošti, nemokėti už „Spotify“.

“

Esu privilegijuotas, nes savo išlaidas ribuju ne dėl neturto, bet savanoriškai.

”

Užsienio literatūroje dažnai minima, kad daugiausia pinigų žmonės išleidžia būstui, maistui, transportui ir mokesčiams. Aš – ne išimtis. Kiekvienoje šių pozicijų bandžiau rasti maksimalias ribas, už kiek mažiausiai pavyktų per mėnesį pragyventi, t.y. kiekvieną jų bandžiau optimizuoti. Turiu gana naują automobilį, kurio degalų sąnaudos nėra didelės, baigiu grąžinti būsto paskolą. Su maistu taip pat: paskaičiavau, kiek mažiausiai galiu išleisti, bet čia stengiuosi neiti pernelyg ekstremaliai, nes tada krenta energijos lygis, prasideda kitos problemos.

– Esi tėtis. Ar turint vaiką lengva ekstremaliai taupyti? Ar būtent ties pirkiniais, skirtais vaikams, lengviausia paslysti? Ką šioje srityje atradai?

– Aš gana anksti intuityviai pajutau, kad meilę savo vaikui reikšiu principu „daugiau laiko kartu, o ne daiktų“. Sąmoningai nusprendžiau, kad stengsiuosi žaisti kartu, domėtis, kuo jis gyvena, pasiūlyti įdomias pramogas. Turime įvairių susitarimų (pvz., dėl saldumynų), kurių visai pavyksta laikytis. Stengiuosi rasti balansą tarp to, kad vaikui duodi viską, ir to, jog neperki nieko. Mano sūnui – 5,5 metai, todėl sunku prognozuoti, kaip keisis viskas, kai jam bus 13 metų ir daugiau, kokios tuomet bus išlaidos, susijusios su jo poreikiais.



Asmeninė nuotr./Timas Petraitis anksti suprato, kad kokybiškas laikas su sūnumi svarbesnis nei žaislai

Tačiau dabar mes puikiai gyvename – turime susigalvoję tradicijų. Šeštadieniais einame į žygį, vakare žiūrime filmą, sekmadienį ryte abu darome mankštą. Pastebėjau, kad nereikėjo „užversti“ jo ir vaikiškomis knygelėmis. Turime vieną aiškią favoritę „Veterinarijos klinika“ ir, atrodo, galėčiau du mėnesius vien ją skaityti – sūnui neatsibostų. Kai daiktų nedaug, jie tampa kažkokie artimesni, brangesni.

Yra tokia graži istorija apie berniuką, kuris gavo dovanų mėlyną žaislinę mašinytę ir be galo ja džiaugėsi ir žaidė su ja. Močiutė, pamačiusi, kad jam patiko ta mašinytė, nupirko dar 10 tokių. Praeina kelios savaitės ir vaikas nebežaidžia išvis. Močiutė klausia sunerimusi, kas nutiko. Vaikas atsakė: „Neturiu tiek meilės širdyje, kad jos užtektų 10-čiai mašinyčių.“

– Gal gali paaiškinti, kas yra ekstremalus taupymas? Ar visi gali taip gyventi (bent jau kurį laiką)?

– Apie taupumą rašau ir savo patirtimi dalinuosi virtualiame mokymų cikle „Pinigų laiškai“. Birželį startuoja nauja, jau ketvirta grupė. Kviečiu prisijungti susiradus feisbuke „Pinigų laiškai“.

Ekstremalus taupymas geriausiai tinka tiems, kurie ir šiaip yra linkę tiek į ekstremalumą, tiek į taupumą. Sakyčiau, kad toks gyvenimo būdas mažiausiai tinka tiems, kurie visai į tokius dalykus nėra linkę. Manau, kad daug kas per daug paviršutiniškai žiūri į taupumo reiškinį ir jį supranta, kaip nereikalingą savęs ribojimą, tam tikrą paties susikeltą kentėjimą. Manau, kad dažnai žmogui daugiau kančios sukelia būtent savęs neapribojimas. Tiesą pasakius, rinktis iš 20 pomidorų padažo rūšių ar 30 mašinų modelių joks džiaugsmas. Beribė laisvė, beribiai kreditai dažnai tik padidina neapibrėžtumo kiekį gyvenime, o su tuo – ir patiriamą nerimą.

Buvimas ribose, kita vertus, teikia saugumo jausmą. Tada viskas paprasčiau. Tai pastebėjau ir pats: prabėgus porai mėnesių nuo nieko nepirkimo iššūkio pradžios naršiau feisbuką ir pamačiau parduodamų bėgimo batų reklamą. Tačiau man nebekilo minčių, gal nusipirkti? Tiesiog žinau, kad šiomet jų nepirksiu ir viskas. Tas aiškumas ir žinojimas palengvino gyvenimą. Atsirado daugiau erdvės galvoje darbo rūpesčiams, neperskaitytoms knygoms, mintims apie ateitį, planams ir tikslams, kuriuos dar noriu pasiekti ir nuveikti.

“

Rinktis iš 20 pomidorų padažo rūšių – joks džiaugsmas. Beribė laisvė dažnai tik padidina neapibrėžtumą, o su tuo – ir patiriamą nerimą.

”

Yra geras posakis, kad šalia Laisvės statulos amerikiečiai pamiršo pasistatyti atsakomybės statulą... Tai atsispiriant nuo jo, galima pasakyti, kad laisvė ir gebėjimas apriboti save yra dvi to paties medalio pusės. Nejmanoma tikra laisvė, jei negebi susitarti su savim, laikytis ribų. Tik gaila, kad šiandienos visuomenėje buvimas laisvu turi daugiau pozityvų atspalvį, o buvimas apsiribojusiu, asketišku, spartietišku – savęs skriaudimo, negatyvų atspalvį.

Filosofo I.Berlino teorija apie negatyvią ir pozityvią laisves skelbia: negatyvioji – tai laisvė nuo apribojimų. Dažnai žmonės būtent taip įsivaizduoja praturtėjimą: „Va, turėčiau kokį milijoną, nereikėtų eiti į darbą, nereikėtų bulvių kasdien skusti, mašiną naują nusipirkčiau.“ Pozityvi laisvė – tai laisvė „kam“.



Asmeninė nuotr./Psichoterapeutas Timas Petraitis

Klausiamo savęs, kam aš noriu būti laisvas, kam noriu skirti savo energiją, laiką, tuos pačius pinigus? Tai šia prasme mano nieko nepirkimo metai išėjo kaip laisvė būsto paskolai. Apribojau save kai kuriose srityse tam, kad galėčiau grąžinti paskolą ir po to būti dar laisvesnis. Galėsiu, pvz., mažiau valandų dirbti, daugiau laiko skirti kitiems projektams, kurie šaus į galvą ir panašiai.

Visos teisės saugomos. © 2008 UAB „15min“. Kopijuoti, dauginti bei platinti galima tik gavus raštišką UAB „15min“ sutikimą.