

9 marzo 2009

Rallentate se potete: oggi è la "Terza giornata mondiale della lentezza"

Qualsiasi cosa stiate facendo in questo momento, rallentate : oggi, 9 marzo è la «Terza Giornata Mondiale della Lentezza» : l'appuntamento coinvolge moltissime città in tutto il mondo e quest'anno il centro sarà Tokyo, dopo Milano e New York negli anni passati. L'idea di dedicare un giorno intero alla calma e indire una tregua alla frenesia e alla complessità del vivere contemporaneo è dell'organizzazione di volontariato L'Arte del Vivere con Lentezza . Non a caso si fa di lunedì, il primo giorno della settimana in cui è più difficile rallentare. Tra i patrocinatori, l' Istituto Italiano di Cultura di Tokyo, il Comune di Milano, la Provincia di Pavia, Città Slow International, Italian Passion Food.



Tokyo è solo uno dei tanti punti strategici sparsi per il pianeta, in cui si terranno diversi eventi organizzati spontaneamente attraverso la Rete e rimbalzati sul sito dell'associazione e che dureranno quattro giorni , Che cosa succederà? Guidati dal fondatore Bruno Contigiani, giornalista, ex manager di Telecom Italia, autore di un saggio edito da Orme, che ha scalato le classifiche dei libri la scorsa estate, speciali vigili della lentezza, armati di paletta e fischietto, multeranno a suon di Passovelo i passanti frettolosi che affolleranno Shinjuku, la stazione della metropolitana più frequentata al mondo (2 milioni di passeggeri al giorno), invitandoli a riflettere sul Tempo o a scherzare sui 10 Comandanti. Lo stesso accadrà anche nella stazione di Shibuya. Molte per eccesso di velocità e inquinamento da stress anche ai pedoni troppo frettolosi in Piazza San Babila a Milano (le altre iniziative nell'articolo linkato sotto).

In ciascuna delle edizioni passate della Giornata della lentezza, sono stati organizzati oltre 100 eventi lenti : dalle passeggiate a dorso d'asino in Toscana, alla "maratona lenta" di Roma fino alla pedalata di Ferrara. Questo il primo anno. Nel 2008, si sono aggiunti, tornei di Shanghai, serata-happening di musica elettronica e video-art, bed-in, lettura di fiabe, cerimonia del Té, serata enogastronomica con degustazioni, concerti musicali, dibattiti sul "come vivere meglio". Ma anche lezioni straordinarie sull'impresa e il tempo a New York e cene last-minute in alcuni ristoranti americani selezionati. Ma i volontari della lentezza fanno anche apostolato nelle scuole, come è successo all'Istituto tecnico Schiaparelli di Milano in novembre

Le due giornate nel 2007 e 2008

A che cosa serve spingere sul freno, almeno per tre giorni?A essere più più felici, spiegano i promotori . L'Arte del Vivere con Lentezza nasce alla fine del 2005 da un gruppo di persone che hanno iniziato a porsi delle domande sulla propria insoddisfazione per lo svolgersi di una esistenza in balia degli eventi esterni . Rallentare consente di riflettere su come impiegare il nostro tempo nel migliore dei modi. O su come non impiegarlo affatto. "Perché _ dice Bruno Contigiani _ come suggerisce uno dei Comandanti dobbiamo imparare a "non riempire l'agenda della nostra giornata di appuntamenti" e apprezzare qualche momento di vuoto. È rallentando che si ritaglia quell'attimo di tempo sufficiente a cogliere la bellezza e la profondità delle cose semplici di ogni giorno. È rallentando che si costruiscono e si dà valore ai rapporti umani e si riescono a superare le piccole e grandi difficoltà della vita, crisi economica compresa". Per questo motivo, ogni evento in preparazione per la Giornata è diverso dall'altro e riflette sia le culture e i costumi dei vari Paesi nei quali sarà proposto, sia l'obiettivo primario della manifestazione: la ricerca del ritmo giusto, diverso per ciascuno di noi, da dedicare allo svolgimento di una "attività lenta".

Il manifesto dei 10 comandanti in Pdf

9 marzo 2009

© Copyright Il Sole 24 Ore - Tutti i diritti sono riservati