

Extrait du CDURABLE.info l'essentiel du développement durable

<http://cdurable.info/Vivre-plus-lentement-un-nouvel-art-de-vivre,2724.html>

L'été CDURABLE.info

Vivre plus lentement : un nouvel art de vivre

- Librairie Développement Durable - Humain -



Date de mise en ligne : vendredi 16 juillet 2010


Copyright © CDURABLE.info l'essentiel du développement durable - Tous
droits réservés


Vivre plus lentement est une utopie majeure dans nos sociétés, où la vitesse impose un découpage frénétique de nos journées. Noyés dans le tourbillon fou des délais et des objectifs, convaincus du don d'ubiquité que nous confèrent les nouvelles technologies, nous avançons, le pied à fond sur la pédale de l'accélérateur, sans toujours réaliser les méfaits de ce rythme. Pourtant, nous sommes nombreux à vouloir ralentir, pour retrouver une qualité de vie, la santé et le goût des relations humaines. Mais comment vivre plus lentement sans s'exclure des cercles amicaux, sociaux et professionnels ? Où est la pédale du frein ? Par quoi commence-t-on ?

La culture Slow a ses figures, ses emblèmes, ses valeurs et ses lieux culte. Vous découvrirez dans ce livre que pour tous ses adeptes, ralentir est la façon de vivre la plus moderne et la plus urgente qui soit.

Cinq expériences individuelles ou collectives, en France, en Italie et en Grande-Bretagne, nous sont ainsi relatées :

- **Trouver son "tempo giusto"**. Carl Honoré, auteur du best seller [Éloge de la lenteur : Et si nous ralentissions ?](http://www.assoc-amazon.fr/e/ir?t=cdurable-21&l=as2&o=8&a=2501055241) [http://www.assoc-amazon.fr/e/ir?t=cdurable-21&l=as2&o=8&a=2501055241], a radicalement changé son rythme de vie après une brutale prise de conscience. Il nous entraîne à la découverte des choix qui ont guidé son chemin vers une vie plus lente à Londres, l'une des villes les plus speed du monde.
- **Orviéto, capitale "des villes lentes"** (les Citta slow), mouvement né en Italie il y a une dizaine d'années et qui compte une centaine d'adhérents dans le monde. L'urbanisme y a été révisé de fond en comble pour ralentir le mode de vie des habitants.
- **La lenteur vagabonde** avec Sylvain Tesson. Sylvain arpente le monde à pied, à cheval ou en vélo. Sa raison d'être, c'est le mouvement...lent.
- **Georges Toutain au rythme de la Terre**. Depuis 30 ans, ce cultivateur/chercheur (au rythme de vie très rapide) est une "figure" du mouvement "slow food". Il fait "l'apologie du ver de terre", de la culture biologique au rythme des saisons. Il a conçu un verger/potager cultivé en mode biologique duplicable en ville, avec une rentabilité égale, voire supérieure aux cultures traditionnelles.
- **Le slow design**. Patrick Jouin (les vélib, le piazza Athénée à Paris, etc.) est un artiste original, dont le succès est croissant. Il prône les objets décalés, conçus pour figer le temps. Un artiste italien (Michelangeli) et une jeune Française exposent leur conception complémentaire du slow design.

 **A propos de l'auteur** : Pascale d'Erm est journaliste, réalisatrice, auteur, spécialisée dans les sujets d'environnement depuis une dizaine d'années. Elle a travaillé notamment aux côtés de la Fondation Nicolas Hulot, de Yann-Arthus Bertrand, et a réalisé des reportages pour l'ex-Cinquième ou France 3. Elle dirige la collection sur les "Nouvelles Utopies".

 **Références** : *Vivre plus lentement, un nouvel art de vivre* de Pascale d'Erm, photographies de Elie Jorand - Éditions Ulmer - Collection : Nouvelles utopies - Date de parution : avril 2010 - 144 pages - ISBN : 978-2-84138-457-0 - Prix public : 25Euros