

Movimiento *Slow*

Lucía Vicent
FUHEM Ecosocial

Breve definición del movimiento. Elementos e ideas principales

Las rutinas más comunes hoy en día llevan aparejadas un ritmo exacerbado que parece controlar nuestras vidas. Como si de una secuencia de múltiples actividades se tratara, sin prioridad marcada, su realización ocupa todo nuestro tiempo sin que demos cuenta de la diferencia que se esconde entre lo urgente y lo importante, lo que nos permitiría recuperar el control de nuestro tiempo y no al revés.

El propósito principal que impregna las iniciativas del movimiento *Slow* es ralentizar las actividades que forman parte de nuestra cotidianidad. La filosofía del «*más espacio*» apuesta por un modelo lento, más humano y con una lógica racional que no responda a las necesidades del sistema en el que vivimos.

El eje vertebrador originario surgió en el campo alimentario y, con el transcurso del tiempo, amplió sus horizontes de influencia. Tras la primera modalidad del movimiento conocido como *Slow Food*, la denuncia de los presurosos ritmos de vida se extendió a otros ámbitos de imperiosa relevancia. La educación, la salud, el ocio o el trabajo amplían y completan las dimensiones a las que llega la propuesta, sin terminar ahí los ámbitos a los que trata de dar respuesta el movimiento *Slow*.

Con la pretensión de protegernos de la contaminación, del ruido, de las grandes construcciones y otras amenazas que alteran la sostenibilidad del entorno y la tranquilidad de las calles por las que transitamos, la propuesta que se ofrece desde *Slow Cities* busca salvaguardar el comercio local, la combinación de elementos tradicionales y modernos y un equilibrio que garantice una apacible vida ciudadana en su interior. El movimiento *Slow Cities* trata de incrementar el número de ciudades que se adhieran a la iniciativa haciendo uso de un manifiesto, en el que se recogen las propuestas concretas recomendadas. Hoy día en España son ya siete los municipios pertenecientes a la red del movimiento bajo el denominativo de *Cittaslow*: Pals, Begur y Palafrugell (Girona); Bigastro (Alicante); Rubielos de Mora (Teruel); y Mungía y Lekeitio (Vizcaya).

Una gran parte de nuestro tiempo está ocupado por tareas desempeñadas en el trabajo, sin muchas veces cuestionarnos el exceso y el poco equilibrio que guardan con nuestro bienestar. Las relaciones personales y la participación activa que tradicionalmente se forjaban durante nuestra jornada de trabajo se ven mermadas como consecuencia de la sobrecarga de tareas y de los ritmos acelerados que, progresivamente, abren paso a una individualidad creciente que perjudica la capacidad de presión colectiva que manteníamos. No nos sorprende la apertura indefinida de comercios o no disponer ni siquiera de la jornada dominical de descanso. Y todo ello guarda estrecha relación con nuestra salud, cada vez más afectada por nuevas dolencias que son fruto del estrés y el ritmo vertiginoso del que no renegamos. En realidad la celeridad se traslada a multitud de planos, arrasando con los momentos sosegados que pudiéramos conservar en algunas parcelas de nuestras vidas. Dedicamos un tiempo excesivo a un trabajo cada vez más intenso, el cual, a veces nos impide dedicarle más de diez minutos a la comida o al descanso. La educación y los sistemas formativos se someten a las necesidades del futuro desempeño profesional basados en el conocimiento rápido, obviando los caminos reflexivos y realmente enriquecedores del aprendizaje.

Origen y evolución del movimiento

Fruto de la protesta originada por la apertura de una hamburguesería –de la gran cadena americana *McDonald's*– en la Piazza di Spagna (Roma) en 1986 se prende la llama social que provocaría, años más tarde, la consagración de este nuevo movimiento. En un primer momento –y respondiendo a este hecho concreto localizado en Italia– nace *Slow Food* una pequeña sección de lo que en la actualidad es el movimiento en su conjunto, canalizando una respuesta contestataria indisociable a la oposición hacia la americanización de Europa. Como precursor del movimiento destacamos al periodista Carlo Petrini¹ y como inspiración de la génesis del *Slow* la obra *Elogio de la lentitud* de Carl Honoré, uno de los hitos de este movimiento mundial que apuesta por un ritmo sosegado en nuestra vida.

A pesar del detonante señalado, que provocó su consolidación como movimiento protesta, el sentimiento opositor que representa se encontraba ya latente décadas atrás, manifestándose bajo muy diversas formas. El progreso experimentado por nuestras sociedades, fruto de la evolución del sistema económico mundial, nos ha conducido hacia un crecimiento destructivo, opuesto por completo al desarrollo sostenible al que muchas veces se alude y que, únicamente, a través de la ralentización de los procesos se podrá combatir. Nos convencen de que el progreso identificado con el crecimiento –y su mayor velocidad–

¹ En el nº 118 de la revista *PAPELES de relaciones ecosociales y cambio global* aparece una entrevista a Carlos Petrini, que se puede consultar en:

http://www.fuhem.es/media/cdv/file/biblioteca/Entrevistas/entrevista_a_Carlo_Petrini_M._Di_Donato.pdf

determinan nuestro bienestar; mientras, los sacrificios y sus negativas implicaciones son progresivamente más evidentes (comida rápida, estrés, descanso insuficiente...).

Año tras año, los integrantes del movimiento *Slow* aumentan en número, articulándose en redes a nivel internacional que reivindican ritmos menos afanados que supongan una reapropiación, cada vez mayor, de las actividades de nuestra cotidianidad: tomarnos nuestro tiempo para aprender, para comer y cuidarnos... La forma de organización de este movimiento no atiende a ninguna jerarquía delimitada, son una comunidad global en la que sus miembros proponen formas alternativas en las dimensiones que abarcan y en torno a las que se organizan los distintos colectivos.

Enlaces

El originario eje precursor del movimiento *Slow Food* mantiene activos a un número creciente de personas que participan en esta iniciativa. A través de varias páginas, www.slowfood.com o www.slowfoodfoundation.com, miembros de más de un centenar de países - comprometidos con el medio ambiente, la comida saludable y sus comunidades- convergen en estas redes no lucrativas que surgieron a partir de 1989. Disponen de un [manifiesto](#) difundido a través de internet y las redes sociales al que se adhieren sus seguidores y que recoge las propuestas y objetivos del movimiento. Se trata de un colectivo internacional que mantiene grupos de actuación en cada uno de los países en los que tiene presencia. Ejemplo de estos grupos locales de actuación son www.slowmadrid.com y slowfoodmadrid.wordpress.com, en lo que respecta a la dimensión alimentaria, y www.slowpeople.org que integra la ralentización desde un enfoque más generalizado.

Con la extensión del movimiento hacia otros aspectos de la vida cotidiana, se han ido consolidando distintos colectivos y organizaciones que van más allá de lo que concierne a los alimentos. Las organizaciones que promueven la lentitud de una manera más global disponen de páginas, como www.mundoslow.com o www.slowmovement.com, en las que podemos encontrar –según la categoría a la que prestemos mayor interés– direcciones de colectivos, restaurantes, ciudades, etc. que siguen la filosofía del movimiento. Paralelamente a la idea de elaborar alimentos más despacio, surgió la necesidad de repensar las pautas de movilidad que, al incorporarse a una reflexión sobre el territorio geográfico, ha dado lugar a las ciudades lentas o *Slow cities* (www.cittaslow.net y en España cittaslow.es)

Una de las organizaciones que respalda las ideas *slow* es la conocida [Sociedad por la Desaceleración del Tiempo](#), una de las organizaciones de referencia en el movimiento a nivel internacional. Formada por un grupo de unos 700 miembros germano-parlantes tiene su sede en Austria. Entre sus funciones destaca la investigación sobre el fenómeno del tiempo, así como la organización de simposios, publicaciones de libros, etc. Todo ello con el fin de difundir

la idea de que hay que tomarse el tiempo necesario para cualquier actividad y que debemos exigir nuestro derecho a pararnos y reflexionar sobre lo que estamos haciendo. Otra organización consolidada, que surge en 1996, es [La Fundación por un Largo Ahora](#) (*The Long Now Foundation*). A través de sus encuentros, publicaciones y actividades, trata de concienciar a la gente de lo importante que es ser conscientes del ahora, de no pensar solamente en las cosas inmediatas que tanto nos atosigan y de prestar más atención a los procesos de cambio a largo plazo en los que todos estamos comprometidos.

Además de estas redes, y con la misma finalidad de difundir el ideario, son muchos los portales donde se pueden encontrar recursos (bibliografía, filmografía, experiencias, etc.) que nos acerquen a este movimiento. En este sentido, la página [sloyu.com/blog](#) puede facilitarnos mucho la tarea. Lo mismo ocurre con [The Idler](#), una publicación fundada por Tom Hodgkinson y Gavin Pretor-Pinney en 1993 cuya intención es la de dignificar el arte de lo lento ofreciendo una lectura muy radical y provocadora a través de sus recursos.

Campañas o iniciativas activas

Una vez consolidado como movimiento social, las propuestas *Slow* buscan tener una influencia creciente sobre la población mundial y, con tal fin, promueven campañas e iniciativas que no dejan indiferente ni al más escéptico. Internacionalmente –y con distintas referencias según la zona geográfica–, bajo el nombre de Convivia (o *Convivium*), se articulan innumerables asociaciones locales con un interés compartido por la dimensión alimentaria del movimiento. Convocan cada año numerosos [encuentros](#) por todo el mundo y realizan distintas actividades coordinadamente a las que pueden sumarse todas las personas interesadas. Junto a otros colectivos inmersos en el *Slow Food*, pueden encontrarse estas actividades en [slowfoodaraba.es/links](#) y que, paralelamente, nos ofrece multitud de recopilaciones concernientes a este estilo de vida marcado por el movimiento *Slow*. Uno de los proyectos que desde hace tiempo llevan a cabo es el «[Arca del gusto](#)», consistente en un censo de productos locales amenazados de extinción, que explicitan con el fin de revertir el problema. Otra de las iniciativas más sonadas es la que desempeñaron dos jóvenes (Iván y Camy) bajo el nombre de «[40 días en la cama](#)» hace poco más de un año. En ella se reivindicaba el derecho a una vida más pausada experimentando el hecho de pasar más de un mes en la cama. La experiencia quedó grabada en la página ([www.flex.es/40diasenlacama](#)) junto a otros materiales estrechamente vinculados a esta cada vez más difundida manera de ver la vida.