



Światowy Dzień Powolności

2021-02-26

Szybciej znaczy lepiej? Niekoniecznie! Czyż powolne śniadanie z rodziną nie jest przyjemniejsze niż szybka przekąska na stojąco, orzeźwiający spacer do pracy - przyjemniejszy niż poranek w zatłoczonym autobusie, a pogawędka z przekupką na placu targowym - przyjemniejsza niż szybkie zakupy przez Internet? 25 lutego to doskonały dzień, aby zmienić swoje życie jakościowo w kierunku „slow life”. W końcu właśnie dziś obchodzimy Światowy Dzień Powolności.

Pomysłodawcą Światowego Dnia Powolności był włoski menadżer i niegdysiejszy pracoholik Bruno Contigiani. Przymusowa przerwa w pracy po wypadku zaowocowała u niego niespodziewaną refleksją, że przez ciągły pośpiech i stres życie zwyczajnie przecieka mu przez palce. Contigiani założył więc stowarzyszenie „l'Arte del vivere con lentezza”, czyli „Sztuka Powolnego Życia”, promujące zmianę priorytetów i nowy styl życia. Leniwe popołudnie spędzone pod kołdrą z ulubioną książką. Powolny spacer w towarzystwie przyjaciół. Celebrowanie pysznego posiłku, który kucharz restauracji przygotowuje na miejscu ze starannie dobranych składników, zamiast ekspresowej wizyty w okolicznym fast-foodzie, która – prędzej czy później – przyprawi was o wrzody... Warto poczekać na to, co dobre! – głosi włoska filozofia „slow life”.

Święto „Slow Life” zaczęło się od zabawy. 25 lutego 2007 roku na Piazza San Babila w Mediolanie Contigiani i kilkoro jego znajomych zwracało uwagę przechodniom, że... idą zbyt szybko. Pomysł na życie „bez spiny” szybko przyjął się w innych miastach Włoch, a potem także na świecie. W jednym roku władze Mediolanu wystosowały nawet do mieszkańców specjalny apel: „Odzyskajcie wasz czas, wasze życie i wasze zdrowie. Zatrzymajcie się i zobaczcie, jak piękne jest wasze miasto!”.

Brzmi zachęcająco, prawda? Dzisiaj sprawdźcie więc na własnej skórze jak smakuje takie powolne, zdrowe i bogate w refleksję życie. Dziś śpieszymy się powoli!