

Veloci consigli per la Giornata della Lentezza

CATERINA SOFFICI

Preparatevi in fretta al giorno della lentezza. Tra il 14 febbraio (l'inutile festa degli innamorati) e l'8 marzo (l'ancora più inutile festa della donna), hanno inserito una nuova celebrazione: il 19 febbraio da quest'anno è dedicato a santificare la lentezza. Come? Non è ben chiaro. Ma l'iniziativa non può passare sotto silenzio, perché lo diceva anche la mia nonna: «Chi va piano va sano e va lontano, chi va forte va incontro alla morte».

Seppure non troppo originali, i promotori della giornata della lentezza (www.vivereconlentezza.it) sono però molto trendy. Il mito della velocità è decisamente scorretto, oggi tutto piace lento: *slow food*, *slow city*, *slow living*. Per santificare lo *slow day*, potete attingere ai 14 «comandamenti» forniti. Tipo: svegliatevi 5 minuti prima, fate colazione senza fretta e con un pizzico di allegria, scrivete sms senza abbreviazioni, salutate il barista, non riempite l'agenda con troppi appuntamenti, la sera non fate zapping in tv, eccetera.

Vi consigliamo alcune utili integrazioni: prendete il treno dei pendolari o l'autobus per andare in ufficio. Solo così sarete sicuri di essere lentissimi. Non affrettatevi, e se il capo vi urla dietro rispondetegli che state mettendo in atto la «strategia dell'orso» (titolo del libro-manifesto dello *slow living*, autore Lothar Seiwert, edizioni Tea). Lui non sa cosa sia, voi nemmeno, ma la citazione fa effetto. Se camminate a Milano, occhio al «pedovello»: darà multe simboliche a chi cammina troppo in fretta. I regali più appropriati nel giorno della lentezza sono i libri: al vostro partner piaceranno sicuramente *Meglio arrivare secondi* (di Giuseppe Guin, ed. Enzo Pifferi)

ma anche *Lavorare al meglio e tornare a casa presto* (di Fergus O'Connel, ed. Etas). Per un'amica va bene: ... *E vinse la tartaruga*, libro cult di Carl Honoré (Sonzogno), dove si spiega che non sappiamo più goderci l'attimo perché attendiamo sempre con impazienza l'attimo successivo. Altri titoli da prendere il considerazione sono: *L'ozio come stile di vita* (Tom Hodgkinson, Rizzoli), *Sul buon uso della lentezza* (Pierre Sansot, ed. Net), *Tempo tiranno* (Thomas H. Eriksen, Elèuthera), *Elogio della lentezza* (sempre Lothar Seiwert con Ann McGee-Cooper, Sperling), *Slow Man* (J.M. Coetzee, Einaudi).

Da non sottovalutare neppure il fulminante pamphlet appena edito da Castelvecchi: *L'arte di tacere (seguita dall'arte di scrivere poco)* dell'abate Dinourt (1716-1786), ecclesiastico mondanico ed enigmista.

Noi seguiamo alla lettera i consigli dell'abate, non vi vogliamo far perdere altro tempo e quindi ci fermiamo qui.

caterina.soffici@ilgiornale.it

