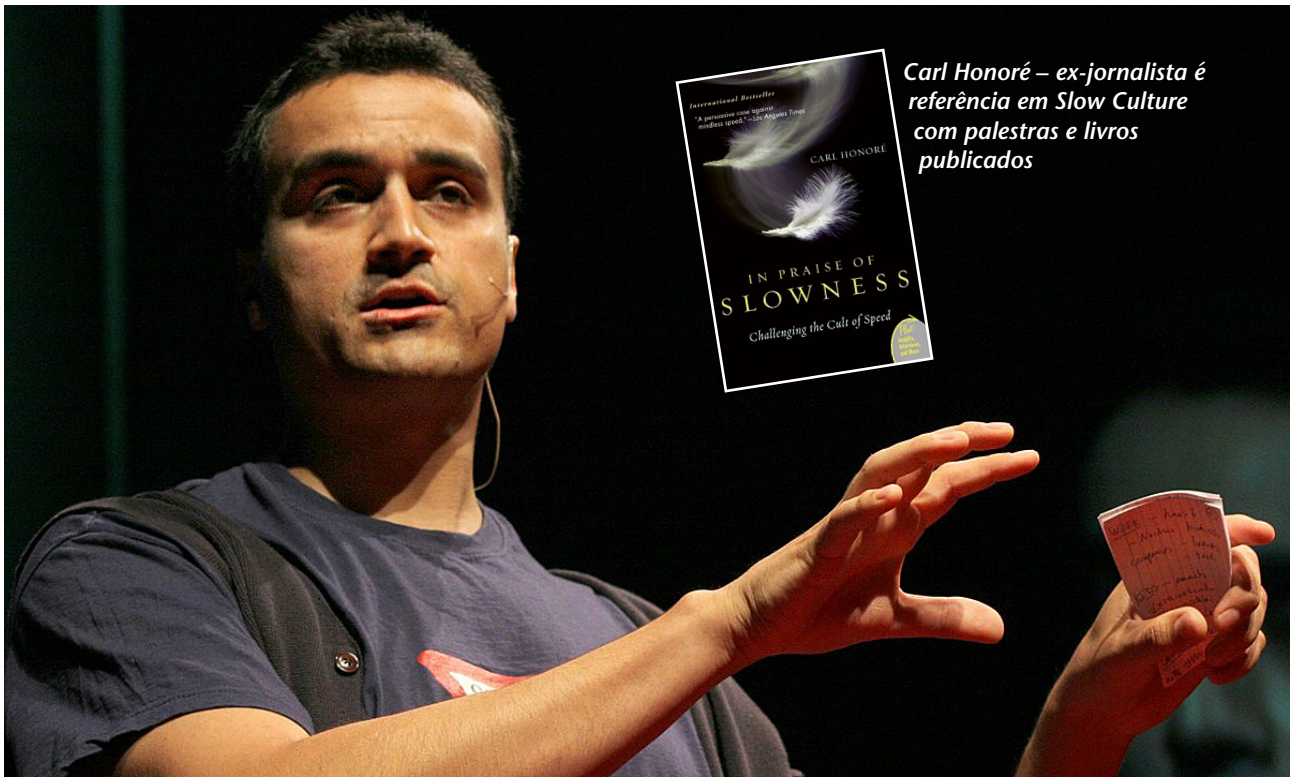
O mundo precisa desacelerar?

Informações atravessam o globo terrestre em fração de segundos. Reuniões de trabalho podem acontecer a qualquer momento por meio de videoconferências. Milhares de notícias são atualizadas a cada minuto em portais eletrônicos. Para sobreviver em um mundo cada vez mais veloz é preciso estar acelerado, certo? Talvez não. Há quem busque soluções, e vias desaceleradas de levar a vida têm sido cada vez mais comum.



Carl Honoré – ex-jornalista é referência em Slow Culture com palestras e livros publicados

Google Imagens

Gabriel Paredes e Rodrigo Zelmanowicz

No início da década passada o escocês Carl Honoré lia o jornal diário quando se deparou com o anúncio de um livro de histórias para ninar que poderiam ser lidas em apenas um minuto. Jornalista profissional e com pouco tempo livre disponível, Honoré a princípio se animou com a perspectiva de "gastar" menos tempo para fazer o filho dormir. Nos dias seguintes, após alguma reflexão a respeito do assunto, ele começaria a perceber como a busca por velocidade e otimização o haviam levado a perder a essência de diversas experiências – a ponto de ameaçar a própria relação com seu filho.

Foi então que decidiu pesquisar e escrever so-

bre o assunto, pregando a necessidade de experimentarmos a vida mais lentamente. A partir da reunião de experiências já existentes e criação de novas propostas de desaceleração, o escocês foi capaz de construir toda uma filosofia de vida, que atraía cada vez mais adeptos no mundo inteiro: o "Movimento *Slow*". Mas será que realmente estamos acelerados demais? O que pode ter acontecido para chegarmos a tal ponto? E de que forma poderíamos evitar esse processo de aceleração que parece tão natural?

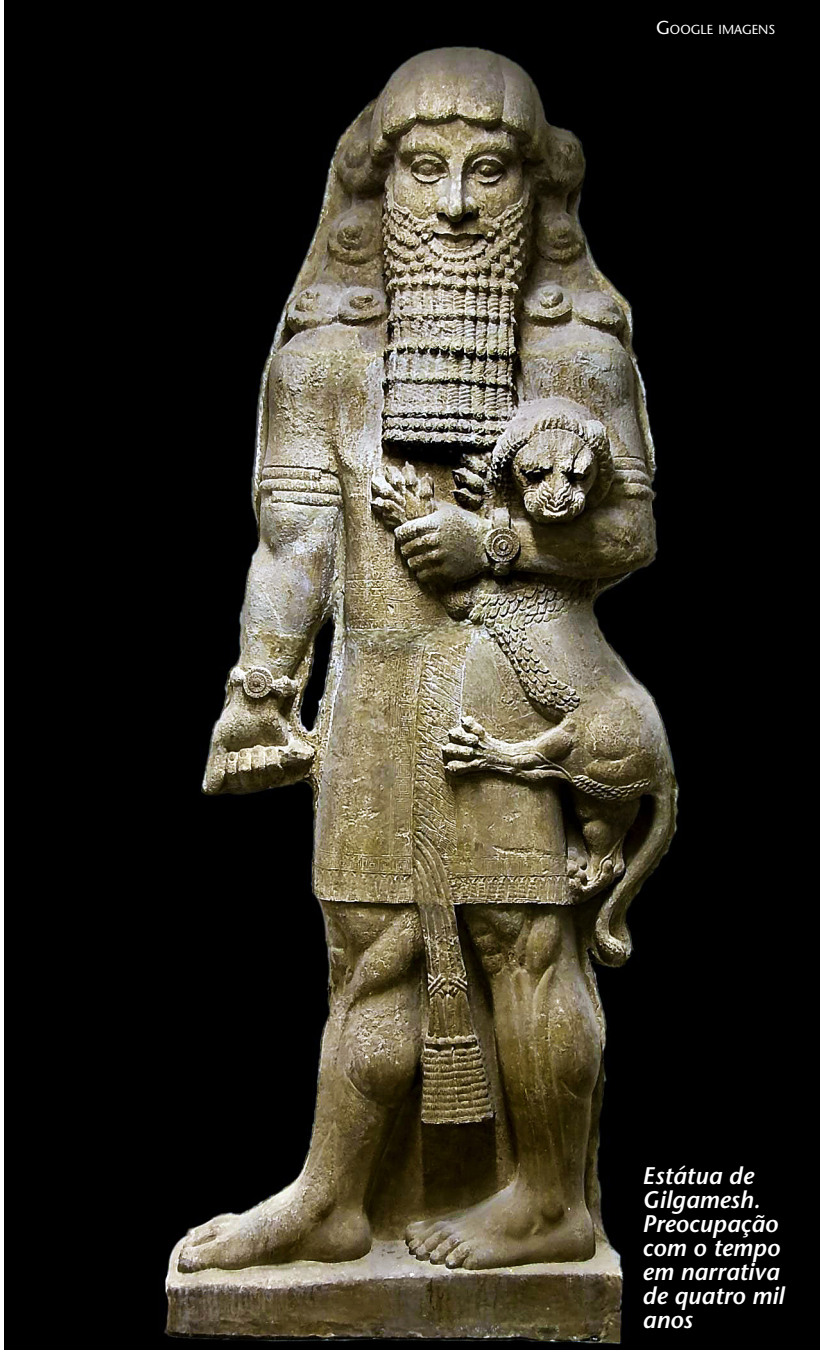
A que ponto chegamos? E como chegamos aqui?

Se recuássemos quatro milênios na história do mundo, seríamos capazes de ver que já naquela época os seres humanos se preocupavam com a passagem do tempo. A obra suméria denominada como *Épico de Gilgamesh* é considerada o primeiro grande trabalho de literatura da humanidade e nos apresenta um herói atormentado pela irreversibilidade do tempo e a natureza limitada da vida humana. No épico de quatro mil anos de idade, o rei Gilgamesh viaja o mundo em busca do segredo da vida eterna. Um milênio depois, o tema da finitude humana apareceria também no início da literatura Ocidental. Ao cantar a Guerra de Tróia, Homero nos apresenta o drama de Aquiles: o maior herói épico da Grécia é também aquele fadado ao menor tempo de vida. Os exemplos se multiplicam, e deixam claro que a passagem do tempo e suas consequências não são preocupações recentes entre os humanos.

Mesmo assim, seria um enorme exagero dizer que a relação desses homens antigos com o tempo era semelhante às nossas. Não conhecemos, a partir de fontes clássicas, dramas de pessoas preocupadas com *deadlines* ou sofrendo os sintomas de estresse por falta de tempo hábil no dia a dia. Foram precisos milênios para que o ser humano começasse a importar-se com durações curtas de tempo e com a forma como organiza seus cronogramas. Essa mudança está diretamente ligada à maneira como as sociedades percebiam o próprio tempo.

O interesse do homem em calcular o tempo surgiu com o domínio da agricultura. A necessidade de plantar e colher nas estações corretas fez com que as pessoas tivessem que programar suas atividades dentro de intervalos sazonais. Essas primeiras medições eram realizadas a partir da observação dos astros e não eram precisas. Além disso, o método era útil apenas para medir intervalos grandes de tempo, como as estações do ano. Com certeza os homens primitivos não estavam preocupados com prazos curtos ou atrasos para compromissos diários.

Muitos séculos mais tarde é que algumas pessoas começariam a organizar suas vidas de acordo com uma rotina diária de tarefas, no período medieval. Mesmo assim, hábitos diários era uma exigência para poucos, e isso mudaria apenas com a fundação do projeto da modernidade. Foi com o surgimento das ciências e da filosofia modernas que as tentativas de medir o tempo com preci-


Google imagens

Estátua de Gilgamesh. Preocupação com o tempo em narrativa de quatro mil anos

Google Imagens

Isaac Newton – definição de tempo como constante única e uniforme.

são se tornaram mais constantes. O século XVII é um marco importante para a maneira como pensamos o tempo. Nesse período, o filósofo francês René Descartes definiu a apreensão do tempo como uma capacidade humana inata, que opera a partir da observação de acontecimentos em sequência. Mais tarde, no mesmo século, o físico e matemático Isaac Newton definirá o tempo como uma constante única e uniforme. Por fim – e não por acaso – foi também este o momento histórico da criação do relógio de pêndulo.

Essas mudanças aparentemente simples representaram uma verdadeira revolução para a compreensão do tempo. O homem não precisava mais observar fenômenos da natureza (como a luz do Sol ou o movimento dos astros) para se localizar no tempo, que a partir daí pôde também ser facilmente dividido em horas, minutos e até mesmo segundos. Mesmo assim, essas novas ideias ficaram limitadas aos cientistas, matemáticos e filósofos. É certo que a essa época a maioria das pessoas não estava ciente dos mais recentes estudos de mecânica clássica ou tratados filosóficos. Com certeza a maior parte do Ocidente continuaria se orientando e calculando o tempo a partir de fenômenos naturais, caso a mudança do pensamento se limitasse aos altos círculos de discussão intelectual.

Mas, se por diversas razões a revolução científica não foi capaz de alcançar uma parcela significativa da população, a revolução industrial cumpriu essa função. Com as mudanças nos meios de produção, o relógio passou a fazer parte do cotidiano dos trabalhadores, que precisavam contabilizar diariamente seus turnos de serviço. O advento do motor diminuiu distâncias e a urbanização resultante do surgimento das fábricas ajudou nesse processo, afastando o homem da natureza e seus ciclos. Por fim, a consolidação do capitalismo expandiu ainda mais esse processo, transformando o tempo em potencial de produção.

A partir da revolução industrial, a experiência das pessoas com o tempo veio a ser gradativamente influenciada pela sua relação com a tecnologia. Viagens mais velozes e mensagens cada vez mais rápidas passaram a fazer parte do dia a dia. Foi já no século XX que o sociólogo alemão Norbert Elias apontou para a importância na distinção entre "tempo natural" e "tempo social". Seria isso que nos permitiria experimentar o tempo mais ou menos veloz: enquanto existe uma experiência de tempo objetiva, exterior, independente da percepção humana, há também outra que é subjetiva e ocorre a partir da concepção do homem. É exatamente por existir esta segunda maneira de apreensão do tempo que nós somos capazes de percebê-lo cada vez mais vertiginosamente.

Infelizmente, Elias não viveu tempo o suficiente para analisar as mudanças sociais e individuais processadas a partir do amplo acesso ao mundo digital. Mesmo assim, podemos recorrer a profissionais e pensadores de diversos campos para continuar pensando as relações das pessoas com o tempo cada vez mais veloz.

Velocidade patológica

A mestre em psicologia clínica Carolina Cibella conhece bem as consequências negativas da vida corrida, e pode observá-las através da atividade clínica e em sua rotina de atendimentos. Segundo ela, as queixas de ansiedade são frequentes e podem ter origem no ritmo de vida acelerado.

– Sabemos que, em muitos casos, as exigências de rapidez e excelência da contemporaneidade podem afetar o psiquismo, gerando, por exemplo, quadros de ansiedade. A vida corrida e com tantas exigências do mundo atual pressiona o sujeito para "performar" bem – utilizando uma expressão do mundo coorporativo –, o que certamente gera, em muitas pessoas, estados ansiosos.

A ansiedade é uma reação natural, programada para ocorrer na presença de um perigo externo,

Divulgação

Ritmo de produção e utilização de máquinas influenciam o homem. Na imagem, Charles Chaplin em cena no filme Tempos modernos *(1936).*

ajudando a reagir a ameaças. Quando ocorre normalmente, temos um quadro chamado "expectativa ansiosa" que é desejado e esperado. Mas não é isso que acontece na maioria dos casos encontrados por Cibella. Segundo ela, o excesso de ansiedade trazido pelo desequilíbrio da rotina diária faz parte de um quadro chamado neurose de angústia.

– A ansiedade nos neuróticos seria uma espécie de ansiedade livre que anseia por se ligar a alguma ideia, isso se denominaria uma "expectativa ansiosa". Essa ansiedade neurótica é a que mais observamos na clínica.

Para combater o problema, o tipo de terapia utilizado pela psicóloga é a psicanálise. E o processo de tratamento inclui, entre outros fatores, que o paciente desacelere.

– Devemos pontuar que o tempo do inconsciente é um tempo diferente do tempo cronológico, por isso, vai na contramão das demandas atuais de velocidade. A psicanálise vai de encontro à correria da vida atual, mas vai ao encontro do tempo do inconsciente, do mundo interno do sujeito. A psicanálise segue, há mais de um século, sendo uma forma de tratamento em que o sujeito se permite parar para se ouvir, recordar seu passado, conectá-lo com seu presente e ter a possibilidade de elaborar seus conflitos.

O *Slow* em oposição à sociedade acelerada

Embora tenham sido os primeiros, os acadêmicos e profissionais da área da saúde não são mais os únicos a notar as consequências da aceleração na rotina. Os problemas enfrentados chegam a ser tão grandes que muita gente tem buscado por conta própria soluções e alternativas para resolvê-los. A fim de atrair curiosos e leigos, o Movimento *Slow* tornou-se referência mundial na busca de melhor qualidade de vida a partir de práticas mais lentas.

Reza a lenda que o Movimento *Slow* teve início em 1986 em um protesto na Praça de Espanha, em Roma, na Itália. O sociólogo e jornalista Carlo

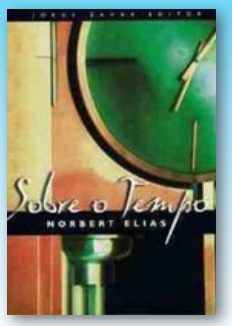
Petrini liderou a revolta depois que ficou sabendo da notícia que uma filial da rede de *fast food* Mc Donald's seria aberta num dos pontos turísticos mais visitados da capital italiana. A ideia dos ativistas era simples: proteger os produtos nacionais, frescos e sazonais do assédio do *fast food*, e defender os interesses dos produtores locais, sempre de forma sustentável, com respeito à biodiversidade e alerta aos perigos evidentes da exploração intensiva da terra com fins comerciais. Petrini defendeu, não só as tradições do país, que têm enraizadas a boa comida e o prazer gastronômico, mas começou ali, nas escadarias de Roma, a defesa de uma busca pela desaceleração da vida. Criou-se então o *Slow Food*, a semente do Movimento *Slow*, oficialmente em 1989, em Paris, quando foi assinado por seus fundadores o "Manifesto *Slow Food*", que dizia que o ser humano não deveria confundir a velocidade com a eficiência:

– O nosso século, que se iniciou e tem se desenvolvido sob a insígnia da civilização industrial, primeiro inventou a máquina e depois fez dela o seu modelo de vida. Somos escravizados pela rapidez e sucumbimos todos ao mesmo vírus insidioso: a *Fast Life*, que destrói os nossos hábitos, penetra na privacidade dos nossos lares (...). Um firme empenho na defesa da tranquilidade é a única forma de se opor à loucura universal da *Fast Life*. Que nos sejam garantidas doses apropriadas de prazer sensual e que o prazer lento e duradouro nos proteja do ritmo da multidão que confunde frenesi com eficiência.

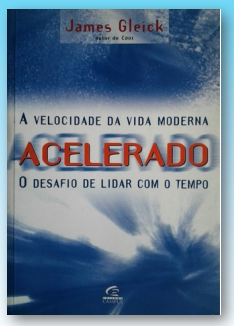
Com o passar dos anos, o movimento começou a tomar forma com o desenvolvimento da filosofia *Slow* em outras áreas. Foram criados os conceitos das *Slow Cities*, do *Slow Living*, do *Slow Travel* e do *Slow Design*. Em 1999, o físico norueguês Geir Berthelsen fundou a organização *The World Institute of Slowness*, apresentando uma visão mais ampla com a ideia do *Slow Planet*. Mas foi o jornalista escocês Carl Honoré, em 2004, quando lançou o livro *Devagar* (*In Praise of Slowness*), que cunhou a denominação Movimento *Slow*. Honoré foi o primeiro a explorar a filosofia *Slow* aplicada em cada campo do esforço humano. Para ele, o Movimento *Slow* é uma revolução cultural contra a ideia de que o que é rápido é melhor. Segundo o jornalista, a filosofia *Slow* busca a qualidade e não a quantidade, o fazer tudo da melhor maneira possível ao invés de se fazer da forma mais veloz.

O Movimento *Slow* tem crescido e se espalhado pelo mundo gradativamente. Hoje, a expressão maior do movimento é a luta em favor dos benefícios da diversidade e contra a homogeneização. O ritmo desacelerado do movimento não vai contra a lógica capitalista. O movimento tem a clara intenção de formar uma rede conectada entre pessoas do mundo inteiro que compartilham dos mesmos ideais, dos prazeres da boa gastronomia, do respeito ao meio ambiente, ao corpo, à mente e à sociedade. O Movimento *Slow* é por fim uma fonte de prazer, uma válvula de escape para o mundo dominado pelo ponteiro do relógio, um mundo submetido à velocidade que faz com que não se aproveite um momento há muito esperado quando ele finalmente chega.

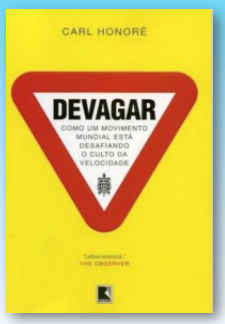
Leituras para quem quer saber mais sobre o assunto



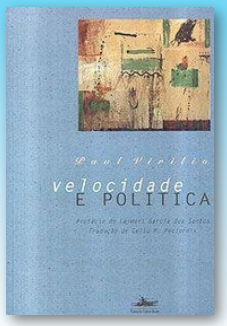
ELIAS, Norbert. Sobre o tempo. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1998



GLEICK, James. Acelerado. Rio de Janeiro: Campus, 2000



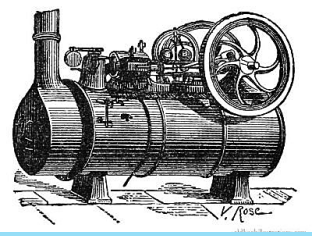
HONORÉ, Carl. Devagar. Rio de Janeiro: Record, 2005

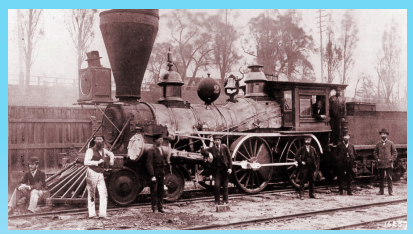


VIRILIO, Paul. Velocidade e política. São Paulo: Estação Liberdade, 1996

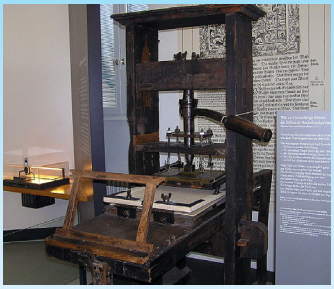
Cinco invenções que aceleraram a vida.

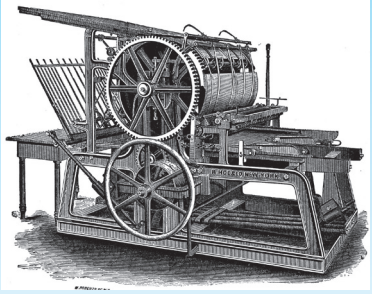
1. Motor a vapor - Utilizado comercialmente pela primeira vez em 1712, foi responsável por um incrível avanço da produção industrial. Ao mesmo tempo, possibilitou o surgimento da locomotiva a vapor, que diminuiu os intervalos de viagens e aumentou a circulação de bens e pessoas.





2. Imprensa - Aperfeiçoada por Guttenberg no século XV, a imprensa tornou a leitura muito mais acessível, além de proporcionar uma difusão muito mais veloz dos textos. Antes disso, livros eram majoritariamente transcritos pelos monges copistas a partir de um processo artesanal e extremamente lento.





3. Relógio de pêndulo - Criado em 1656 por cientistas cuja intenção era utilizá-lo em suas experiências, o relógio de pêndulo era muito mais preciso que qualquer outra maneira de medir o tempo na época. Em pouquíssimo tempo transformou radicalmente a relação do homem com o tempo.

4. Rádio - Possibilitou a emissão e recepção de mensagens ao vivo a grandes distâncias e de maneira maciça. Além disso, as grades de programação das estações de rádio passaram a funcionar como referência de horário e rotina.

5. Internet - Ainda não sabemos até que ponto a internet irá mudar nossa relação com o tempo, mas os impactos já são imensos. Circulação extremamente veloz de informação por todos e possibilidade de comunicação, em tempo real, com qualquer pessoa e a qualquer hora, são algumas das novidades trazidas pela rede.

Links para a internet

- *Para se inteirar dos últimos acontecimentos da cultura Slow, existe uma página oficial do movimento: http://www.slowmovement.com/*
- *Há também uma página totalmente em português dedicada à propagação do movimento: http://movimientoslow.com/pt/filosofia.html*
- *Site oficial de Carl Honoré, onde é possível conferir textos e palestras do maior especialista mundial no assunto: http://www.carlhonore.com/*