



Un slow movement

En 1986, un journaliste gastronomique italien, Carlo Petrini, lance l'idée de la slow food, en réaction aux fast-foods et à la malbouffe. Un concept qui va inspirer le slow movement, où l'on s'accorde le droit de choisir son rythme de vie, de goûter le présent et de se détourner des excès de la société immédiate de consommation. Un mouvement slow life se déclinant sur plusieurs aspects de la vie : slow gardening (jardinage), slow money (argent), slow travel (voyage), slow goods (produits et biens), slow city (villes), etc. Le slow sex, par exemple, a été initié par Diana Richardson, sexothérapeute américaine, auteure de *Slow Sex, faire l'amour en conscience*. Inspiré du tantrisme et du taoïsme, cette pratique préfère la lenteur à la performance, afin de découvrir de nouvelles sensations et de rester connecté à ses émotions.