

Extrait du Rhuthmos

<http://www.rhuthmos.eu/spip.php?article949>

S. Menétrey & S. Szerman, Slow attitude ! Oser ralentir pour mieux vivre

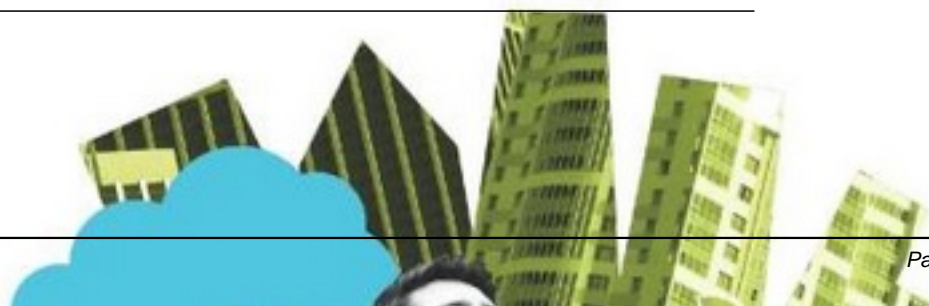
- Publications
- En librairie

Date de mise en ligne : dimanche 21 juillet 2013
SYLVAIN MENÉTREY - STÉPHANE SZERMAN

SLOW ATTITUDE

Oser ralentir pour mieux vivre

Rhuthmos



S. Menétrey & S. Szerman, *Slow attitude ! Oser ralentir pour mieux vivre*, Paris, Armand Colin, 2013, 256 p.

- ▶ Qu'ont en commun les lasagnes « pur boeuf » à la viande de cheval, les suicides en entreprises et la crise des *subprimes* ? Ces trois scandales témoignent d'un monde qui, à force de chercher le profit immédiat, entraîne consommateurs, salariés ou épargnants dans une course folle à travers des circuits industriels mondialisés d'une complexité kafkaïenne. L'être humain se retrouve aujourd'hui autant déconnecté des rythmes naturels que de son environnement immédiat.

Critiques face à cette accélération toxique, les mouvements Slow séduisent toujours plus d'adeptes à travers le monde. Que proposent-ils ? D'employer le temps de manière plus authentique, mais aussi de constater que le plaisir ne naît pas de l'accumulation désordonnée qu'on nous vend depuis des décennies comme un progrès.

Cet ouvrage vous invite à découvrir d'une façon globale une grande partie de ces mouvements qui se font les chantres d'une modération joyeuse et durable. À partir du premier d'entre eux, le bien connu *Slow Food*, jusqu'à *Slow Sexe* !

- ▶ **Sylvain Menétrey** est journaliste société et culture au sein de différentes publications suisses et françaises ; **Stéphane Szerman**, philosophe, psychothérapeute et coach, est l'auteur de nombreux ouvrages dont *L'art de la lenteur* (Milan, 2007).