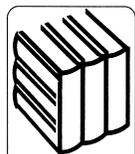


"PENSARE SLOW"



**Biblioteca
Civica
BRUGHERIO**

Via Italia 27

20047 Brugherio (Mi)

tel. 039.28.93.401 fax 039.28.93.421

e-mail: biblioteca@comune.brugherio.mi.it

Orario di apertura al pubblico
martedì e venerdì 9-12.30 e 14-19
mercoledì 14-22
giovedì 14-19
sabato 9-12.30 e 14-18



Ripensare il viaggio

A cura di Roberto Lavarini **Viaggiare lento. Andare adagio alla scoperta di luoghi e persone** Hoepli 2008

In biblioteca a Brugherio T 910.4 VIA

Una raccolta di saggi che intende contrapporsi all'idea del viaggio in cui, appena partiti, subito si arriva a destinazione. Il percorso per giungere alla meta e la scoperta del territorio e delle persone che ci abitano diventano il fulcro stesso del viaggio.

Claudio Magris **L'infinito viaggiare** Mondadori 2005

In biblioteca a Brugherio NA MAG INF

Al racconto dei viaggi compiuti nell'arco di un ventennio, si aggiunge una fondamentale riflessione sul significato del viaggio come persuasione, "capacità di vivere l'attimo, senza sacrificarlo al futuro".

Federico Pace **Senza volo. Storie e luoghi per viaggiare con lentezza** Einaudi 2008

In biblioteca a Brugherio T 910.4 PAC

Una guida da usare se si decide di viaggiare senza salire su aereo, recuperando la lentezza del muoversi via mare e via terra. Una guida che si prende il tempo di raccontare e di spaziare fra storia, letteratura e cronaca di viaggio.



Narrare la lentezza

G.K.Chesterton **Le avventure di un uomo vivo in Opere scelte** Casini 1956

In biblioteca a Brugherio MC 823.9 CHE

Innocenzo Smith lascia la sua casa e la sua terra alla ricerca di nuovi mondi; dopo aver circumnavigato senza saperlo il globo terrestre, si rende infine conto di aver fatto ritorno a casa sua. Il senso circolare del viaggio, con la riscoperta del quotidiano vivere.

Sten Nadolny **La scoperta della lentezza** Garzanti 2005

In biblioteca a Cernusco NA NAD SCO

John Franklin (1786-1847) è un bambino lento - si direbbe un disadattato -, ma a 14 anni è pronto per l'inarrestabile ascesa che lo porterà a diventare uno dei più grandi esploratori artici. Una biografia romanizzata per irridere alla convulsione del nostro modo di vivere.



Altri titoli

Marco Aime **L'incontro mancato. Turisti, nativi, immagini** Bollati Boringhieri 2005

Marco Aime **Timbuctu** Bollati Boringhieri 2008

In biblioteca a Brugherio 916.7 AIM

Leo Hickman **Ultima chiamata. Un viaggio alla ricerca dei veri costi delle nostre vacanze** Ponte alle Grazie 2007

In biblioteca Brugherio 306.48 HIC

Rebecca Solnit **Storia del camminare** Bruno Mondadori 2005

In biblioteca a Cologno 910.92 SOL

Maurizio Cucchi **La traversata di Milano** Mondadori 2007

In biblioteca a Brugherio 914.521 CUC

Andrea Bocconi **Viaggiare e non partire** Guanda 2002

In biblioteca a Cologno 809.93 BOC

La collana **Letteratura da viaggio**, pubblicata da Excelsior 1881



Siti web

www.slowfood.it

Carlo Petrini, fondatore dell'associazione Slow Food nel 1986, ha avuto il merito di introdurre in Italia e poi nel mondo il concetto di slow, in contrapposizione con gli imperanti fast food.

www.vivereconlentezza.it

Il sito di cui è presidente Bruno Contigiani; scopo dell'associazione è "condividere e diffondere il più possibile idee che possano migliorare la qualità della vita della singola persona, dei lavoratori in azienda o dei cittadini". In evidenza, i 14 comandamenti per trovare la velocità giusta nella vita.

www.viaggiatori.com

Sito che si occupa di tour a basso impatto ambientale e a percorsi di mobilità lenta.

www.camminascuola.it

Per la diffusione della cultura del camminare attraverso esperienze didattiche.

www.fiab-onlus.it

Il sito della Federazione dei ciclisti urbani e dei cicloescursionisti.

Quando il viaggiatore si è seduto sulla sabbia della spiaggia e ha detto: "non c'è altro da vedere", sapeva che non era vero. Bisogna vedere quel che non si è visto, vedere di nuovo quel che si è già visto, vedere in primavera quel che si è visto in estate e vedere di giorno quel che si è visto di notte, con il sole dove la prima volta pioveva, vedere le messi verdi, il frutto maturo, la pietra che ha cambiato posto, l'ombra che non c'era...

José Saramago, Viaggio in Portogallo



Vivere la lentezza

Bruno Contigiani **Vivere con lentezza. Piccole azioni per grandi cambiamenti** Orme 2008

In biblioteca a Brugherio T 158.1 CON

L'autore, dopo una vita di corsa, ha fondato l'associazione "L'arte di vivere con lentezza" e ha organizzato la Giornata Mondiale della lentezza, in occasione della quale, a New York, ha multato i passanti frettolosi. Perché gli effetti positivi per chi rallenta sono "la fine del continuo lamentarsi e del continuo criticare", insieme all' "abbassamento dei livelli di rabbia e irritazione".

Carl Honoré **E vinse la tartaruga. Elogio della lentezza: rallentare per vivere meglio** Sonzogno 2004

In biblioteca a Brugherio 306 HON

"La filosofia Slow può essere racchiusa in un'unica parola: equilibrio. Siate svelti quando ha senso essere svelti e siate lenti quando è necessaria la lentezza. Cercate di vivere seguendo quello che i musicisti chiamano il tempo giusto, ossia la velocità adeguata".



Vivere la lentezza

Pierre Sansot **Sul buon uso della lentezza. Il ritmo giusto della vita** Il Saggiatore 2003

In biblioteca a Cologno 158 SAN

L'autore, docente di filosofia, indica nella lentezza una scelta volta a privilegiare il benessere della persona e ad arricchire i rapporti con gli altri. Rallentare il passo porta alla scoperta dei piccoli piaceri quotidiani.

Owe Wikström **La dolce indifferenza dell'attimo. Elogio della lentezza** Longanesi 2004

In biblioteca a Brugherio 155 WAK

Il titolo di un breve paragrafo del libro fotografa bene la corsa quotidiana contro il tempo: Non so dove sto andando, quindi è il caso di affrettarsi.

L'autore parte dall'analisi dell'irrequietezza per portarci alla cultura della lentezza. Il viaggio-pellegrinaggio si rivela una modalità per prendersi cura della propria interiorità.



Ripensare il viaggio

Henry David Thoreau **Walden ovvero Vita nei boschi** Rizzoli 1993

In biblioteca a Brugherio 813.5 THO

Antesignano del pensiero slow, dal 1845 Thoreau visse per due anni sulle sponde del lago Walden, in Massachusetts, alla ricerca di un rapporto profondo con la natura, testimoniando che in condizioni di povertà materiale si possono meglio apprezzare la felicità data dalle piccole conquiste.

Marco Aime **Sensi di viaggio** Ponte alle Grazie 2005

In biblioteca a Cologno 910.4 AIM

"Perché il viaggio ritorni a essere un'esperienza autentica e unica, è necessario passare attraverso il proprio corpo, decifrarne i cambiamenti, imparare ad esporlo alle sollecitazioni che provengono dall'esterno senza averne paura. E allora riscopriamo i sensi e la corporeità; il piacere di sudare, di abbrividire, di rimanere abbagliati dal sole o di sentire la sabbia sulla pelle. Aime, antropologo e viaggiatore, racconta paesaggi, persone, atmosfere, sensazioni, emozioni: parla di sé, e parla di noi, umanità in viaggio".



Ripensare il viaggio

Gaia De Pascale **Slow travel** Ponte alle Grazie 2008

In biblioteca a Brugherio T 306.48 DEP

"E' mia convinzione che viaggiare lentamente significhi anche prendersi la libertà di scegliersi da soli le proprie mete, di stabilire l'andatura migliore per sé rigettando le regole dei sedicenti professionisti del vagabondaggio". Con una ricca appendice di indicazione di siti, associazioni, percorsi e libri che promuovono lo slow travel.

Roberto Lavarini **Viaggiatori. Lo spirito e il cammino** Hoepli 2005

In biblioteca a Brugherio T 910.92 LAV

L'analisi del viaggio dal momento in cui nasce l'idea fino alla partenza: organizzazione, preparativi e scelta degli oggetti da portare con sé. Attraverso le testimonianze del passato, l'autore guida alla comprensione dello spirito del viaggio e del viaggiatore d'oggi.