

УДК 130.2  
ББК 71.1

Ж.В. НИКОЛАЕВА

## SLOW LIFE. НОВАЯ ФИЛОСОФИЯ НЕСПЕШНОСТИ

**Жанна Викторовна Николаева,**

Санкт-Петербургский государственный университет,  
Институт философии, доцент, кандидат философских наук  
e-mail: culturaitalia@yandex.ru  
Менделеевская линия, д. 5, пом. 30 (Институт философии)  
Санкт-Петербург, 199034, Россия

*Статья посвящена появлению субкультуры slow life и практики slow living в современном западном обществе. Рассматриваются истоки возникновения движения slow movement, его дисциплинарность, этапы развития, идеология, задачи и инструментарий. Адепты субкультуры, основанной на ценности замедления ритма жизни, ориентируются на созерцательное и вдумчивое времяпрепровождение, считают непродуктивным взятие на себя лишних обязательств и многозадачность, но отрицают какой-либо аскетизм.*

*Культурные и философские основания движения уходят корнями в античные теории и построения, обращаются к тестам Б. Рассела и П. Лафарга. Новая идеология связана и с «обществом переживания» Г. Шульце и с «обществом множественности» П. Вирно. Возникновение жизненной практики slow living стало возможно в мире стабильном, устоявшемся, где пик интенсификации развития был пройден, а ориентация рациональности сместилась с внешней на внутреннюю — на эмоциональную «проживаемость жизни», что позволяет говорить о «новом гедонизме» и тенденции к обновлению потребительских установок. Практические наработки «медленный город»,*

*«медленная еда», «медленное телевидение», «медленное образование» и т. п. значительно опережают культурфилософское осмысление феномена.*

**Ключевые слова:** slow life, slow living, slow movement, движение за медленную жизнь, субкультура, неспешность, созерцательность, праздность, кросс-культурные исследования.

**Для цитирования:** Николаева Ж.В. Slow life. Новая философия неспешности // Обсерватория культуры. 2016. Т. 1. № 1. С. 24–30.

**П**оявление философии slow life<sup>1</sup> и практики slow living (медленная жизнь) на современном этапе явилось результатом критической саморефлексии в постмодернистских сообществах. Сейчас различные направления этой идеологии условно объединены в неформальную систему slow movement (движение за медленную жизнь). Этот мем возник в Италии и вскоре распространился в англосаксонских странах.

Интеллектуальные истоки возникновения движения содержатся в зародившемся на Апеннинах направлении slow food<sup>2</sup> (медленная еда), дисциплинарность которого сформулирована в работах К. Петрини<sup>3</sup>. Основанное им сообщество впервые заявило о себе в Риме в 1986 г., когда, вопреки распространенному мнению, жители города вышли на Площадь Испании не для того, чтобы громить готовящуюся к открытию закусочную «Макдональдс»,

а чтобы приготовить прямо на улице итальянскую пасту, продемонстрировав, таким образом, более «медленную», но и более здоровую альтернативу фастфуду и джанкфуду.

Спустя три года движение оформилось официально в Париже, где, в лучших итальянских традициях, был обнародован манифест, в котором говорится: «Человек разумный (*Homo Sapiens*) должен снова завладеть мудростью и освободить себя от скорости, которая семимильными шагами ведет наш вид по пути к вымиранию. Давайте защищать себя от всеобщего безумия быстрого темпа жизни с помощью простых чувственных удовольствий. Тем же людям, которые путают эффективность с остервенением, мы предлагаем вакцинацию соответствующей порцией чувственных удовольствий, которая должна быть принята с медленным и длительным наслаждением» [1]. Среди первых отцов-основателей, подписавших парижское обращение, был и лауреат нобелевской премии, итальянский драматург Дарио Фо. Возглавляющий движение К. Петрини считает, что современная эпоха — эпоха не Прометея, а Ноя, и мир нуждается в спасении, а не в агрессивной экстенсии [2].

Важнейшим этапом развития организации и идеологии стала стремительная интернационализация в 1990-е гг., в результате чего появилось множество локальных и национальных версий *slow food* за пределами Италии<sup>4</sup>. Из принципов *slow food*, получивших распространение в СМИ, выросла международная философия *slow life*, институализированная в различных формах<sup>5</sup>.

*Slow movement* представляет собой субкультуру, основанную на ценности замедления ритма жизни<sup>6</sup>. Со временем движение распространилось на различные сферы и области, возникли идеологии, акторы и адепты «медленных путешествий», «медленного искусства», «медленного телевидения», «медленного производства», «медленных денег», «медленной медицины», «медленного образования» и т. д. Последователи *slow* полагают, что их реализация возможна благодаря активному применению принципов, заимствованных из различных дисциплин научного знания. Во всем используется качественный подход (делать все, как можно лучше, а не как можно быстрее) и индивидуалистическая философия уникальности каждого субъекта. Движение ориентируется на созерцательный и вдумчивый образ жизни, считает непродуктивным взятие на себя лишних обязательств и многозадачность, но при этом отрицает какой-либо аскетизм. Адепты *slow life* действуют на различных социальных площадках: блоги, сообщества, например дизайнеров (*slow design*), рестораны *slow food*, журналы *slow living* и пр. Мэры около 50 итальянских, а также американских, канадских и европейских городов входят в сообщество *citta' slow*<sup>7</sup> (медленный город).

Культурные и философские основания у идеологии движения значительны. В отношении последо-

вателей применяется (иногда не вполне корректно) понятие «новый гедонизм», ввиду того, что философские корни этой субкультуры уходят именно в античные теории и построения<sup>8</sup>.

Отношение к созерцанию как к творческому акту и образу жизни выходило на первый план несколько раз за историю человечества, в другие эпохи оно уступало деятельностному аспекту. Платон размышлял о духовном созерцании эйдосов. Понятие «жизнь созерцательная» (*vita contemplativa*) и противоположное ему по смыслу «жизнь деятельная» (*vita activa*) пришли из классических текстов. В теоретических поисках философии *slow life* невозможно обойти категорию, известную как отиум (*otium* — «досуг», «праздность»). У римлян отиум не предполагал пассивность или «сладкое ничегонеделание», а означал свободу от обязательных и не всегда приятных занятий, которую можно было с успехом использовать для занятий творческих. Изобретение этой категории времяпрепровождения — греческое. М. Фуко цитирует «Киропедию» Ксенофонта: «...если следствием наших великих свершений будет полная невозможность располагать досугом для себя и предаваться радости с друзьями, то я готов распрощаться с таким счастьем» и «Изречения спартанцев» Плутарха: «Граждане Спарты предоставили заботу о земле илотам, именно потому, что предпочитали, оказывается, более “заботиться о самих себе”» [3, с. 51–52]. «Несомненно, под этим подразумевались физические и военные упражнения», — заключает философ [3, с. 52]. Такая полезная праздность у греков определялась как *σχολή* (*scholē*), а у латинян произошла постепенная подмена смысла, так как римское *otium*, первоначально являвшееся переводом, с течением веков включило в себя и негативный, знакомый нам, оттенок<sup>9</sup>.

Популярна была и есть жизненная позиция Горация — *carpe diem* («живи настоящим», дословно — «лови день», часто переводится как «лови момент»). Это крылатое выражение является призывом жить каждый день с удовольствием, ища положительные эмоции во всем, и не откладывать полную жизнь на неопределенное, неизвестное будущее. В философии поэта на первый план выходит свобода человека управлять своим временем. Сенека написал трактаты «О душевном покое» и «О краткости жизни» [4], в которых отмечает, как люди сами делают свою жизнь короткой, занимаясь бесполезной деятельностью, словно им предстоит жить вечно, а в итоге растрачивают отведенные им дни, так и не начав жить. В западном христианстве этот вопрос занимал Аквината, полагавшего, что в любой общине должны быть люди, направившие себя на путь созерцательной жизни. В православном христианстве развивалась исихастская традиция. Латинское *intuitio* (созерцание, непосредственное восприятие, пристальное (медленное) всматривание) ценилось у гуманистов Возрождения. Такой способ полезной

познавательной деятельности, как созерцание, получил категориальный статус в кантианстве.

Помимо переосмысления античной категории отиума и ее противоположности — неотиума, а также рассуждений о созерцательности, философия slow life отсылает нас напрямую к эссе Б. Рассела «Похвала праздности» (1932) [5], ориентированному на критику протестантского отношения к труду, и, частично, к текстам философа-марксиста П. Лафарга [6], который писал, в том числе, и о желательности сокращения рабочего дня до четырехчасового. Проблемам сочетания труда, праздности, размышлениям об образе жизни и его ритмах отчасти посвящены фуколтианские исследования «культуры себя» и «заботы о себе». По мнению М. Фуко, одним из важнейших аспектов индивидуалистической и общественной жизни с древнейших времен является «искусство существования (*techné tou biou*) в различных своих формах». Именно принцип «заботы о себе» обосновывает для человека необходимость, направляет его развитие и определяет его практику [3, с. 51].

В 2004 г. канадский журналист К. Оноре опубликовал книгу под названием «Похвала неспешности» (*In Praise of Slowness*) [7], которую газета *The Financial Times* назвала «Капиталом» последователей slow life. Название оказалось почти позаимствовано у Б. Рассела. Многие произведения мировой художественной литературы (Г. Гессе, Дж.-К. Джерома, Дж. Родари, М. Кундеры и др.) возвышают и поэтизируют образ «неспешника» и созерцателя.

В 2014 г. был проведен восьмой Всемирный день slow life, организованный итальянской ассоциацией «Искусство жить медленно» (*L'Arte del Vivere con Lentezza*), созданной Б. Контиджани. В 2013 г. День был посвящен изучению нейрофизиологических предпосылок slow life. Участники показали, как науки о мозге, «самом медленном органе от рождения», согласовываются с философией slow.

Американский Всемирный институт медлительности (*World Institute of Slowness*), который формально не связан с итальянским движением, с 1999 г. под руководством Г. Бертельсена ведет проект «Медленная планета» (*Slow Planet*). В основном работа института ориентирована на информационную и образовательную деятельность. Организация ярко проявляет себя в системе трансляции знания в современном мире, включая образовательные комиксы и мультфильмы, брошюры и мастер-классы для детей.

\* \* \*

Культура постиндустриальной эпохи, вместе со смещением доминирующих интересов с проблем производства материальных объектов на производство информации и «впечатлений», поставила под сомнение определенные типы социального поведения, возникшие в начале эпохи модернизма. В постэкономической и постиндустриальной стадии

развития социума на первый план выходит информационное «облачное» пространство коммуникации, где все границы, кроме культурных, оказываются размыты. На смену традиционным общественным структурам приходят разнообразные «множества» — временные, избегающие идентичностей, гибкие и приспособляющиеся к динамике меняющегося мира [8]. Современное гуманитарное знание отмечает «изменение рациональности» (М. Вебер<sup>10</sup>, В. Куренной [11]) в новых посткапиталистических обществах. Западное общество сегодня представляет собой такой тип, где получение эмоционального удовольствия превалирует над решением внешних задач, т. е. соответствует «Обществу переживания» (впечатления)<sup>11</sup>. Появление жизненной установки slow стало возможно в мире стабильном, устоявшемся, где пик интенсификации развития был пройден. Ориентация рациональности сместилась с внешней на внутреннюю — на эмоциональную «проживаемость жизни», что и позволяет говорить о «новом гедонизме» и тенденции к обновлению потребительских установок.

\* \* \*

В основе философии slow лежит несколько идей: борьба с энтропией в постглобализме; «спасение мира» от невроза скорости; принцип достижения максимального индивидуального совершенства посредством темпоральной самоорганизации; целостность — прежде всего, регуляция действий с целью уменьшения избыточности.

Инструментарий slow living заимствован из таких направлений современных кросскультурных исследований, как:

- ◆ интегральная теория (*Integral Theory*) и целостный подход (*A Holistic Approach*) в саморазвитии;
- ◆ бихевиоральная экономика (поведенческая экономика) — наука о том, как мы делаем потребительский выбор;
- ◆ теория спиральной динамики развития человека (*Spiral Dynamics*);
- ◆ исследования, касающиеся нашего отношения к времени (*Time Studies*);
- ◆ теория «вдумчивого» моделирования и анализа принятия решений и стратегического планирования в бизнесе и различных организациях (*Appreciative Inquiry*);
- ◆ несколько теорий новейшей экзистенциальной и межличностной психологии [12].

Как мы видим, идеология движения распространяется и на чужое «синтаксическое пространство» — пространство межличностных отношений. Систематическую разработку «медленной коммуникации» в США дает интерпретативное направление в социологии, согласно которому человек априори может быть свободен как от социальной организации, так и от природных инстинктов, с опорой на свободу воли, подразумевающую ценностный выбор.

Одним из базовых принципов, принятых в обществе *slow life*, является разработанная еще в 1960–1970-е гг. психологом М. Розенбергом<sup>12</sup> в США, В. Костетти в Италии и другими исследователями теория «ненасильственного общения», также называемая «эмпатической коммуникацией». Теория опирается на гуманитарные исследования категорий «сопереживания», а также «самоутверждения» и «самоуважения». В исследованиях «ненасильственной коммуникации» отмечается, что необходимые полезные привычки думать и говорить с эмпатией могут быть восприняты только с культурой.

Теоретики *slow movement*, используя объяснительные модели множества дисциплин, предлагают пошаговое качественное изменение жизни индивида. Основные умения и навыки, необходимые для жизни в замедленном ритме, не входят в официальные системы образования, но необходимы для «жизни», а не «выживания» в современном мире. Трансформация индивида на пути к неспешной жизни складывается из процессов самоподготовки и самообразования, нацеленных на повышение уровня личностного и общественного благополучия. В основном задачи сводятся к следующему:

- ◆ противостояние усреднению и глобализации посредством интеллектуализации потребительской культуры;
- ◆ улучшение качества городской жизни и защита окружающей среды через влияние на муниципальные органы власти;
- ◆ пропаганда биологического и культурного разнообразия;
- ◆ активизация и финансовая поддержка форм традиционного «медленного» производства, противостоящего массовому «быстрому» (в основном продуктов питания);
- ◆ воспитание у детей вкуса к качественному потреблению.

Собственным изобретением философии *slow life* следует считать концепцию креативной праздности (ит. *ozio creativo*) или креативного «неделания», «творческого безделья», предложенную итальянским социологом Д. Де Маззи [13]. Она сводится к тому, что в постиндустриальном обществе, в постиндустриальной экономике, где креативность доминирует над понятием «труд», границы между понятиями «работа», «учеба», «игра» размыты. Их сочетание дает *l'ozio creativo* — креативный отиум, праздность творческую, т. е. ситуацию, в которой вы работаете, не замечая этого.

Философ П. Вирно рассуждает о труде в «постфордистском» обществе: «...общественное богатство производится наукой, с помощью *General Intellect*, а не трудом отдельных индивидов. Затребованный труд кажется сведенным к потенциально незначительной доли жизни. Наука, информация, знание в целом, кооперация представляются опорой произ-

водства. Именно они, а не время труда. Однако это время продолжает иметь значение параметра развития и меры социального богатства» [8, с. 129]. В современном обществе большая часть не доставляющего удовольствие труда передается машине, программе. Но монополия на творческий труд (или *General Intellect*) сохраняется за человеком. Одним словом, это гегелевский синтез между тезисом (удовольствие) и антитезисом (долг). Но проблема состоит в том, что (как показывает Де Маззи на примере итальянских нравоучительных сказок о Цикаде и Муравье) навык получать удовольствие от работы и установка на это нами практически были утрачены. Он напоминает, что работа, приносящая удовольствие (например, игра), — это не роскошь, а реализм, разумеется, при некоторой доли усилия над собой [13].

Таким образом, это явление не связано с дауншифтингом<sup>13</sup>, который имеет иные специфические черты, и даже вступает в противоречие с философией *slow life* в оценке понятия «самореализация» и «успешность» в обществе, в ориентации на эмоциональное переживание впечатлений. Последователи *slow life* не имеют отношения к пропаганде сокращения рабочего времени, изменения места жительства и в чем-то действуют противоположно, например, стремятся изменить среду под себя. Иногда «философию неспешности» принимают за эскапизм, в то время как индивиды, идентифицирующие себя с этим направлением, напротив, демонстрируют активные отношения с современностью, проявляя интерес к принятым в обществе ценностям, но пропагандируют развивать избирательно лишь некоторые из них. Организация подчеркивает, что базовый принцип *slow life* не в лени и отсутствии деятельности, а формулируется как *Take Back Your Time* («верни себе свое время»). *Slow life* не имеет ничего общего с индивидуальной и групповой пассивностью, наоборот, являет согласованность в понимании долга, прав и ответственности (характерные признаки развитости общества и политической культуры). «Экзистенциальность» этого тренда заключается в обосновании уникальности конкретной жизни человека, несводимой к общим схемам (например темпоральным), что занимает экзистенциальную психологию<sup>14</sup>, возникшую в русле философии экзистенциализма.

Развитие проекта *slow life* — это отчасти критика всех существующих идеологий. Идеи *slow* по своей институциональной<sup>15</sup> принадлежности востребованы преимущественно сообществами молодежных движений и субкультур обеспеченных и образованных социальных кругов. В философии *slow life* и практике *slow living* снимается противоречие «капитал — ограничение потребления». Дело в том, что происходит лишь перераспределение потребления (в сторону качества), при общем сохранении оборота, по принципу джентрификации<sup>16</sup> (во всяком случае в том, что касается потребления продуктов питания, туристи-

ческих услуг, дизайна, образовательных услуг и пр.). Для этой субкультуры также характерна высокая внутренняя однородность и отсутствие озабоченности его представителей проблемой соответствия. Такого рода установки свойственны развитым и рефлексивным обществам. Это направление не случайно зародилось в Италии — одной из крупнейших экономик мира, стране, считающейся «запоздавшей» к модернизации, где сильны феномены креативности, вызванные сохранившимися формами классического, традиционного производства и потребления.

\* \* \*

В современной российской культуре высокая эмоциональная окрашенность потребления только лишь фрагментарно зарождается в крупных городах. Насколько российское общество перспективно в своей адаптации к процессу глобализации, в области получения новых знаний о стратегиях потребления, преимуществах новых трендов, определяющих содержание повседневной постглобалистской культуры, насколько способно связать ее аспекты с процессами изменения общества? Производство роскоши как предметов и создание роскоши свободного времени для созерцания и осмысления — это удел не состоявшегося в России среднего класса. Мировой рынок решил, что мода следовать своему вкусу и своему мнению хотя бы в выборе ритма жизни — дело экономически перспективное. Про российское же общество в статье «Художники занимают те ниши, которые оставил им социализм» пишет Б. Гройс. Он отмечает, что все его друзья в ускоренном ритме занимаются производством интеллектуального продукта: «Сейчас все увлечены... полезной деятельностью. Времени на размышление или созерцание ни у кого не остается — само занятие созерцанием... воспринимается как потеря времени» [18].

Можно предположить, что мы находимся в том темпоральном типе, который еще не видит для себя (в основной своей массе) экономических и культурных оснований для перехода к slow living.

### Примечания

- <sup>1</sup> Возникла в конце XX в.; носит характер неформальной институции.
- <sup>2</sup> Некоммерческое партнерство, зарегистрированное в Италии в 1986 году.
- <sup>3</sup> Карло Петрини — почетный профессор культурной антропологии Университета Суор Орсола Бенинказа (Неаполь, Италия), Университета Нью-Хэмпшира (США). Британская газета The Guardian занесла его в список «50 людей, которые могут спасти планету»; в 2013 г. стал лауреатом премии «Защитник Земли» Фонда окружающей среды ООН.
- <sup>4</sup> За первым официальным собранием в Париже последовали другие. В 1990 г. в Венеции был созван Первый международный конгресс slow food. Филиалы появи-

лись в Германии, Швейцарии, США, Нидерландах; открыто собственное издательство — Slow Food Editore. Следующим этапом стало создание специальных образовательных программ. В 1996 г. организован Salone del Gusto («Салон вкуса») и пишется Arco del Gusto («Красная книга вкуса»). В 2004 г. открыт первый в мире Университет гастрономических наук (University of Gastronomic Sciences), где студентам предлагается несколько образовательных программ: «Гастрономические науки», «Продовольственная культура — качественные продукты питания», «Оценка и управление гастрономическими ресурсами». В 2009 г. движение насчитывало уже более 100 тыс. адептов в 132 странах, объединенных в 1500 «конвивиумов» (первичных ячеек). В России существует 16 конвивиумов slow food.

- <sup>5</sup> Японский «Клуб лени» (Sloth Club), американский фонд «Продлить мгновение» (Long Now Foundation), европейское «Сообщество замедления времени» (Society for the Deceleration of Time) также используют философию slow movement.
- <sup>6</sup> То есть борьбу с тем состоянием, которое в 1982 г. американский врач Л. Досси назвал «неврозом нехватки времени».
- <sup>7</sup> Международное движение, основанное в Италии в октябре 1999 г., насчитывает 168 членов. Его цель — улучшение качества жизни в городах за счет замедления темпа жизни. Является частью slow movement. Президент — П. Сатурнини.
- <sup>8</sup> Следует отметить, что период выработки логичной универсализированной концепции культуры slow прошел быстро отчасти и потому, что эти универсалии разрабатывались с античных времен.
- <sup>9</sup> Ср.: Катон Старший известен выражением: «Отиум (праздность) — отец всех пороков». Цицерон рассматривал отиум как атрибут человека свободного, рабы им не обладали.
- <sup>10</sup> Одним из предложений современных антиглобалистских тенденций стало «замедление рациональности». Согласно М. Веберу, западная цивилизация и капитализм возникли благодаря «отложенной рациональности». Веберовское отнесение к ценности — это сопоставление смысла действия с «установкой» современной ему исторической эпохи, со свойственным данной эпохе «направлением интереса». Осознанность, осмысленность — ключ к теории социального действия Вебера [9]. Экономисты связывают социальное действие с тем, что никогда не интересовало историков — движение формальных и неформальных институтов. Автор теории институциональных изменений Д. Норт [10] решил применить эту идею шире — к развитию в целом. По его мнению, именно культурные ценности способствуют или препятствуют развитию и укреплению тех или иных институтов и влияют на экономические результаты. В последнее время эта проблема активно обсуждается в сфере кросскультурных исследований, которые сравнивают страны по их ценностям с целью «измерений культуры».

- <sup>11</sup> «Общество переживаний» («Общество впечатлений») — это перевод на русский язык немецкого термина Erlebnisgesellschaft, в английском языке это явление называется Experience society. Понятие разработано Г. Шульце как теоретический концепт, позволяющий отразить современные процессы трансформации потребительских установок и логики социального поведения. Основной установкой для индивида становится интенсивное наполнение своей жизни разного рода переживаниями. «Проживите свою жизнь» («Наслаждайтесь своей жизнью») — основной постулат теории (см. [11]).
- <sup>12</sup> М. Розенберг, руководивший в США Центром ненасильственных коммуникаций, известен как психолог-тренер, использовавший в качестве символа своей теории жирафа (животное, созерцающее всех свысока и обладающее самым большим сердцем среди наземных млекопитающих).
- <sup>13</sup> Добровольное понижение социального статуса с целью избавления от постоянно накапливающегося стресса. Распространенный в англосаксонских странах образ жизни, связанный с отказом от движения в мейнстриме на пути к успеху, прежде всего с отказом от карьеры и жизни в мегаполисах. В современной России имеет специфическую форму, выраженную в эмиграции из столиц в тропические «недорогие» страны. Впервые так назван американской журналисткой С. Бен Бреатна в статье «Жизнь на пониженной передаче: дауншифтинг и новый взгляд на успех в 90-е» [14].
- <sup>14</sup> Ср.: В.Э. Франкл, занимавшийся изучением экзистенциального подхода, пришел к выводу, что отсутствие смысла является главнейшим стрессом для человека; возникает экзистенциальный вакуум, метафорой которого является «воскресный невроз» (кризис бессмысленности жизни более заметен по воскресеньям). Франкл описывал три класса ценностей, позволяющих сделать жизнь человека осмысленной: ценности творчества (в первую очередь, труд), ценности переживания (в частности, любовь) и ценности отношения (сознательно вырабатываемая позиция в критических жизненных обстоятельствах, которые невозможно изменить) [15].
- <sup>15</sup> Автор теории институциональных изменений Д. Норт определяет институты как набор правил, процедуру соответствий, моральное и этическое поведение индивидуумов в интересах максимизации [10]. В трактовке Т. Веблена институт определялся как «стереотип мысли», «привычные способы реагирования на стимулы», «распространенный образ мысли в том, что касается отдельных отношений между обществом и личностью и отдельных выполняемых ими функций» [16].
- <sup>16</sup> Реконструкция городских индустриальных кварталов, традиционно населенных рабочим классом, мигрантами, с целью социального санирования. Термин введен в академическую среду английским социологом Р. Гласс в 1964 г. для описания изменений в социальной структуре районов Лондона, которые вследствие реконструкции были заселены новой социальной группой Hi middle class [17]. На начальном этапе джентрификация сопровождается

приходом в район художников и творческой молодежи, повышаются арендные ставки, появляются магазины и кафе более высокого класса, что привлекает некоторых яппи, затем жители с низким уровнем доходов покидают район. По мнению социологов, это саморегулирующаяся система изменения социального характера соседства.

### Список источников

1. Манифест слюфуд. Международное движение по защите права на удовольствие [Электронный ресурс]. URL: [http://slowfood.com/filemanager/Convivium%20Leader%20Area/Manifesto\\_RU.pdf](http://slowfood.com/filemanager/Convivium%20Leader%20Area/Manifesto_RU.pdf) (дата обращения: 29.12.2015).
2. Petri C. Buono, pulito e giusto : Principi di nuova gastronomia. Torino : Giulio Einaudi Editore, 2005. 272 p.
3. Фуко М. История сексуальности-III : Забота о себе. Киев ; Москва : Дух и литера ; Грунт ; Рефл-бук, 1998. 288 с.
4. Сенека Л.А. О краткости жизни. Санкт-Петербург : Глаголь, 1996. 93 с.
5. Рассел Б. Похвала праздности [Электронный ресурс]. URL: [http://modernlib.ru/books/rassel\\_bertran/pohvala\\_prazdnosti/read/](http://modernlib.ru/books/rassel_bertran/pohvala_prazdnosti/read/) (дата обращения: 19.02.2016).
6. Лафарг П. Право на лень. Религия капитала. Москва : Либроком, 2012. 216 с.
7. Оноре К. Без суеты : Как перестать спешить и начать жить. Москва : Альпина Паблишер, 2014. 260 с.
8. Вирно П. Грамматика множества: к анализу форм современной жизни. Москва : Ад Маргинем, 2013. 176 с.
9. Вебер М. «Объективность» познания в области социальных наук и социальной политики // Культурология. XX век : Антология. Москва, 1995. С. 557—603.
10. Норт Д. Институты, институциональные изменения и функционирование экономики / пер. с англ. А.Н. Нестеренко ; предисл. и науч. ред. Б.З. Мильнера. Москва, 1997. 180 с.
11. Куренной В. Общество переживаний : 7 фактов о трансформации жизненных установок современного человека [Электронный ресурс]. URL: <http://postnauka.ru/faq/6214> (дата обращения: 29.12.2015).
12. The World Institute of Slowness [Электронный ресурс]. URL: <http://www.theworldinstituteofslowness.com/> (дата обращения: 29.12.2015).
13. De Masi D. Ozio Creativo. Roma : Rizzoli, 2000. 265 p.
14. Ban Breathnach S. Living in A Lower Gear : Downshifting: Redefining Success in the '90s // The Washington Post. 1991. 31 December.
15. Франкл В. Человек в поисках смысла : Сборник. Москва : Прогресс, 1990. 368 с.
16. Веблен Т. Теория праздного класса. Москва : Прогресс, 1984. С. 200—201.
17. Glass R. London: Aspects of Change. London : MacGibbon & Kee, 1964. 342 p.
18. Палванзаде Ф. Борис Гройс: Современные художники заполняют те ниши, которые оставил им социализм [Электронный ресурс] // Сигма. URL: <http://syg.ma/@furqat/boris-grois-sovriemiennye-khudozhniki-zapolniaiut-tie-nishi-kotoryie-ostavil-im-sotsializm> (дата обращения: 29.12.2015).

J.V. NIKOLAEVA

## SLOW LIFE. THE NEW PHILOSOPHY OF SLOWNESS

*The article is devoted to the emergence of the Slow Life subculture and of the Slow Living practice in the modern Western society. It considers the origins of the Slow Movement, its disciplinarity, stages of its development, its ideology, objectives and tools. The Slow Movement is a subculture which advocates slowing down the pace of life; it focuses on a contemplative and thoughtful way of living. Followers of the Movement believe that multitasking and undertaking extra commitments are unproductive, but at the same time they deny any austerities.*

*Cultural and philosophical foundations of the Slow Movement are rooted in ancient theories and constructions, referring to the texts of B. Russell and P. Lafargue. The New Ideology is associated with the “society of impression” of G. Schulze and with the “society of multitude” of P. Virno as well. The emergence of the Slow Living practice is possible only in the stable, well-established world, where the peak of development intensification has been overpassed, and the orientation of rationality has shifted from external to internal – to the emotional “life experiencing”. That allows us to speak about “the New Hedonism” and the tendency to the consumer settings renovation. The practical experience of the “Slow City”, “Slow Food”, “Slow TV”, “Slow Education” etc. comes well ahead of the cultural-philosophical understanding of the phenomenon.*

**Key words:** Slow Life, Slow Living, Slow Movement, subculture, slowness, contemplation, idleness, cross-cultural research.

**Citation:** Nikolaeva J.V. Slow Life. The New Philosophy of Slowness, *Observatory of Culture*, 2016, vol. 1, no. 1, pp. 24–30.

### About author

**Janna Viktorovna Nikolaeva,**  
Saint-Petersburg State University,  
Associate Professor of the Institute of Philosophy,  
Candidate of Philosophical Sciences (PhD)  
e-mail address: [Culturaitalia@yandex.ru](mailto:Culturaitalia@yandex.ru)  
Mendeleevskaya line, 5, Room 30 (The Institute of Philosophy), Saint-Petersburg, 199034, Russia

### References

1. *Manifest sloufud. Mezhdunarodnoe dvizhenie po zashhite prava na udovol'stvie* [Slow Food Manifesto. International Movement for the Protection of the Rights to Pleasure]. Available at: [http://slowfood.com/filemanager/Convivium%20Leader%20Area/Manifesto\\_RU.pdf](http://slowfood.com/filemanager/Convivium%20Leader%20Area/Manifesto_RU.pdf) (accessed 29.12.2015).
2. Petrini C. *Buono, pulito e giusto. Principi di nuova gastronomia*. Turin, Giulio Einaudi Editore Publ., 2005, 272 p.
3. Foucault M. *Istoriya seksual'nosti-III. Zabota o sebe* [Taking Care of Yourself. The history of sexuality – III]. Kiev-Moscow, Duh i litera, Grunt, Refl-book Publ., 1998, 288 p.
4. Seneca Lucius Annaeus, [On the Shortness of Life]. St. Petersburg, Glagol Publ., 1996, 93 p. (in Russ.)
5. Russell B. *Pohvala prazdnosti* [In Praise of Idleness]. Available at: [http://modernlib.ru/books/rassel\\_bertran/pohvala\\_prazdnosti/read/](http://modernlib.ru/books/rassel_bertran/pohvala_prazdnosti/read/) (accessed 19.02.2016).
6. Lafargue P. [The Right to be Lazy. The Religion of Capital]. Moscow, Librocom Publ., 2012, 216 p. (in Russ.)
7. Honoré C. [In Praise of Slowness: Challenging the Cult of Speed], Moscow, Alpina Publisher, 2014, 260 p. (in Russ.)
8. Virno P. [Grammar of the Multitude: For an Analysis of Contemporary Forms of Life]. Moscow, Ad Marginem Publ., 2013, 176 p. (in Russ.)
9. Weber M. [“Objectivity” In Social Science And Social Policy], *Kul'turologiya. XX vek. Antologiya*. [Cultural Studies. XX Century. Anthology]. Moscow, Jurist Publ., 1995, pp. 557–603. (in Russ.)
10. North D.C. *Instituty, institutsional'nye izmeneniya i funktsionirovanie ehkonomiki* [Institutions, Institutional Change and Economic Performance]. Moscow, 1997, 180 p.
11. Kurennoj V. *Obshhestvo perezhivaniy. 7 faktov o transformatsii zhiznennykh ustanovok sovremennogo cheloveka* [Experience Society: 7 Facts About The Transformation of The Attitudes of Modern Man]. Available at: <http://postnauka.ru/faq/6214> (accessed 29.12.2015).
12. *The World Institute of Slowness*. Available at: <http://www.theworldinstituteofslowness.com/> (accessed 29.12.2015).
13. De Masi D. *Ozio Creativo* [Creative Idleness]. Rome, Rizzoli Publ., 2000, 265 p.
14. Ban Breathnach S. Living in A Lower Gear: Downshifting: Redefining Success in the '90s, *The Washington Post*, 1991, 31 December.
15. Frankl V. [Man's Search for Meaning]. Moscow, Progress Publ., 1990, 368 p. (in Russ.)
16. Veblen T. B. [The Theory of the Leisure Class]. Moscow, Progress Publ., 1984, pp. 200–201. (in Russ.)
17. Glass R. *London: Aspects of Change*. London, MacGibbon & Kee Publ., 1964, 342 p.
18. Palvanzade F. Boris Groys: Sovriemennye khudozhniki zapolnyayut te nishi, kotorye ostavil im sotsializm [Boris Groys: Contemporary Artists Hold the Niches Left to Them by Socialism]. *Sigma [Sigma]*, Interview 11.10.2014. Available at: <http://syg.ma/@furqat/boris-grois-sovriemennye-khudozhniki-zapolniaiut-tie-nishi-kotorye-ostavil-im-sotsializm> (accessed 29.12.2015).