

# Ilha de Lentidão | uma proposta de espaço de contemplação em ambiente universitário

*Island of Slowness | proposal of a place for contemplation in an university environment*

Marina De Arruda Nicolaiewsky<sup>i</sup>

Beany Guimarães Monteiro<sup>ii</sup>

design; sustentabilidade; tempo contemplativo; movimento devagar

Este artigo trata da pesquisa teórica de um projeto final de graduação, ainda em desenvolvimento, cujo objetivo é criar um espaço de contemplação e relaxamento dentro do campus universitário da Universidade Federal do Rio de Janeiro. O estudo é baseado em conceitos dos movimentos devagar, como Slow Food e Città Slow, além de teorias que somam metodologias de design à abordagem devagar. A partir da análise de diversos autores sobre o tema da desaceleração da sociedade atual, pode-se perceber como se faz necessária a criação de novos espaços, produtos, serviços e/ou experiências que modifiquem o paradigma atual do culto à pressa, de forma a realmente causar uma melhoria de bem-estar social.

*design; sustainability; contemplative time; slow movement*

*This paper consists on the theoretical research of a graduation project, aiming to create a space for relaxation and contemplation at Universidade Federal do Rio de Janeiro. The study bases it's concepts on slow movements, such as Slow Food and Città Slow, as well as on theories which link the slow approach to current design methodologies. From several authors' analysis on the deceleration of modern society, it can be pointed out that there is real need for the creation of new places, products, services and/or experiences which will modify the paradigm of the cult of speed so that it can cause true improvements on the well-being of modern society.*

## 1. Introdução

O presente artigo trata da pesquisa teórica que está sendo realizada como fase inicial de embasamento para um Projeto Final de Graduação do curso de Design Industrial, habilitação projeto de produto, da Universidade Federal do Rio de Janeiro - UFRJ. O projeto consiste basicamente na revitalização de um local específico do Campus da Cidade Universitária, situado na Ilha do Fundão, dentro da Baía de Guanabara. O local particular escolhido é resguardado por uma Área de Proteção Ambiental - APA, que garante ao ambiente abundância natural de Mata Atlântica e Mangue, além de uma vista privilegiada da cidade do Rio de Janeiro e da Serra do Mar. Utilizando esse potencial natural do espaço em foco, a revitalização visa à criação de um ambiente de lazer para a contemplação, a meditação e o relaxamento (além da confraternização), onde se espera criar uma espécie de *Ilha de Lentidão* que ofereça aos estudantes, professores, profissionais e habitantes da Cidade Universitária a possibilidade de ter acesso a um espaço onde seja permitido parar, recolher-se, entregar-se somente aos pensamentos e aos sons da Natureza, aquietar-se e nada fazer.

As teorias em que se baseia este estudo, e que serão apresentadas a seguir, provém de movimentos sociais, tais como o *Slow Food* e o *Città Slow*, e de outros grupos internacionais que pregam a desaceleração da cultura, do consumo e das relações na vida das pessoas.

**Anais do  
2º Simpósio Brasileiro de Design Sustentável (II SBDS)**

Jofre Silva, Mônica Moura & Aguinaldo dos Santos (orgs.)

**Rede Brasil de Design Sustentável – RBDS**

São Paulo | Brasil | 2009

**ISSN 21762384**

Esses movimentos influenciaram diversos estudiosos e alguns designers, que passaram a refletir sobre como a profissão é vista e implementada atualmente, principalmente quanto à velocidade de criação, produção, venda, uso e descarte dos produtos de design. A partir dessa constatação, algumas teorias trazem como resposta a essa aceleração a promoção de um design mais responsável e consciente, não somente quanto ao tripé da sustentabilidade ambiental, social e econômica, como também quanto ao fator cultural, que pode levar a uma mudança no conceito atual de bem-estar.

A metodologia adotada nessa fase inicial do Projeto de Graduação consiste em realizar estudo do contexto e do entorno, isto é, do histórico da criação do campus e da demarcação da APA no local, além da geração de um mapa visual do que se pretende alcançar, visando mostrar a experiência sensitiva e emocional que se espera que os usuários tenham no espaço. Escolheu-se a abstenção de qualquer tipo de “geração de idéias” quanto ao formato ou materiais do produto final, de forma a poder-se concentrar somente na função quase sensorial que o espaço deverá ter, independente da sua forma final escolhida. A partir da criação desse *mood board*, começou-se uma busca por referencial teórico do tema que se pretende abordar, principalmente a partir de textos do designer italiano Ezio Manzini sobre “A crise dos bens comuns” (MANZINI, 2008).

## 2. Contexto

A Universidade Federal do Rio de Janeiro conta com uma população atual de 40 mil estudantes, espalhados por 148 cursos, localizados em dois *campi*, o da Ilha do Fundão e o da Praia Vermelha, e em unidades isoladas, como o Instituto de Filosofia e Ciências Sociais, a Faculdade de Direito e a Escola de Música, entre outras. A Ilha da Cidade Universitária possui uma área de aproximadamente 4,5 milhões metros quadrados e três entradas que a ligam à Cidade do Rio de Janeiro. Por essas entradas circulam diariamente 25.000 veículos e 65.000 pessoas, aproximadamente, sendo que no Alojamento Estudantil residem 500 estudantes (dados de 2006) (JORNAL DA CIÊNCIA 2007).

O espaço objeto do estudo localiza-se na área da antiga ilha do Catalão, umas das oito ilhas que foram aterradas para formar o complexo da Cidade Universitária. Fica na extremidade norte do *campus* e contém uma extensa área verde, que faz parte do Projeto Controle Biológico do Capim Colonião no Campus da UFRJ, realizado pela Prefeitura Universitária e coordenado pelo Núcleo de Atividades Didático-Científico do Instituto de Biologia e pela SR-3 (Sub Reitoria de Patrimônio e Finanças) (Figuras 1, 2 e 3).

Figura1: Imagem da chegada ao espaço. (julho 2008)



Figura 2: Imagem do píer construído há alguns anos por alunos de Engenharia Naval da UFRJ. (julho 2008)



Figura 3: Vista de novas construções no *campus* e Serra do Mar ao fundo. (julho 2008)



O espaço está a 3 minutos de caminhada do alojamento estudantil da Universidade (Figura 4) e a 4,3 quilômetros da outra extremidade da ilha, onde ficam o prédio da Reitoria, a Faculdade de Arquitetura e a Escola de Belas Artes (Figura 5). Cabe dizer, por isso, que, para o bom funcionamento de qualquer projeto de revitalização da área, será necessário melhorar ou até reprojeter o sistema de transporte interno da Universidade, garantindo maior facilidade de acesso e mobilidade aos estudantes e habitantes pelo espaço do campus.

Figura 4. Lateral do alojamento universitário (julho 2008)



Figura 5. Vista da Reitoria da UFRJ a partir do píer existente no local. (julho 2008)



É importante fazer constar também que, em setembro de 2008, foram aprovadas pelo Conselho Universitário propostas norteadas pelas Diretrizes Gerais do Plano Diretor UFRJ 2020, que prevê a reestruturação da Universidade até 2020 e que contemplará população flutuante prevista de 120 mil pessoas, com políticas específicas nas áreas de transporte, alimentação, residência universitária, gestão ambiental, infraestrutura, telecomunicações, segurança, comércio, esporte, cultura, lazer e eventos (JORNAL DA UFRJ 2009).

Dentro desse contexto, o projeto de que faz parte a pesquisa ora apresentada estará voltado para os espaços chamados, no Plano Diretor 2020, de “Centros de Convergência”, áreas de uso comum, situadas ao ar livre e densamente arborizadas, que promoverão o encontro entre estudantes, professores e técnico-administrativos das mais diversas áreas do conhecimento. Essas áreas terão salas de aula, residências, restaurantes, bibliotecas, comércio, lazer, quadras esportivas, espaços para shows, eventos e espetáculos, além de espaços comerciais, tais como papelarias, lanchonetes, padarias, armazéns, livrarias e farmácias, posto de saúde, praças, quadras de esporte e piscinas. De acordo com o Jornal da UFRJ, serão como pequenos bairros munidos de serviços de todos os tipos, providos ainda por equipamentos e instalações esportivas para uso coletivo.

Fazendo a ressalva de que o presente estudo é um projeto autônomo, que não dependerá da aprovação ou realização das diretrizes do Plano Diretor 2020, é interessante notar como visões comuns poderão levar a parcerias interessantes em prol de um campus universitário mais completo e integrado, que considere a importância de outras manifestações além do estudo. Segundo a referida edição do Jornal da UFRJ, “Uma das propostas é a criação de uma área às margens da Baía de Guanabara, que serviria para a educação e preservação ambiental da região e para lazer, tráfego de bicicletas, parque de esculturas e eventos, entre outras manifestações artísticas”.

Serão apresentadas a seguir idéias de diversos estudiosos que, em suas teorias, justificam a necessidade da criação de espaços como esse, que contribuam para a desconstrução do culto à pressa.

### 3. A necessidade de diminuir o ritmo

Segundo Thackara (2005), “Nosso mundo desenhado por nós reforça o valor que damos à rapidez. Nós produzimos e consumimos num passo cada vez mais acelerado, e a rapidez é glorificada unanimemente como força motriz do investimento e da inovação.” (THACKARA 2005:29). Esse autor trata da questão da velocidade e da aceleração como um problema que tem definido a forma do homem se comunicar, comer, viajar e produzir, por gerações – mas existem sinais de que esse é um paradigma cultural cujo tempo está acabando, diz ele.

“A velocidade absoluta [...] permanece poderosamente atraente para muitos de nós, mas a aceleração parece ter perdido o brilho. Muitos de nós queremos computadores mais rápidos, mas também queremos viver vidas mais equilibradas, vidas cujas velocidades são determinadas por nós mesmos, não ditadas por uma lógica de sistemas fora do nosso controle.” (THACKARA 2005:29-30)

Na cultura ocidental, não são poucos os autores que descrevem a falta de valorização do uso equilibrado do tempo na sociedade atual como um dos problemas cruciais a serem enfrentados. Para Graaf, “...o padrão da escolha de estilo de vida americana que mais precisa de atenção imediata é a escolha inconsciente da sociedade de priorizar dinheiro e coisas materiais mais do que o tempo (GRAAF 2009). O autor afirma que trabalhar e consumir demais, além de superlotar agendas, está ameaçando diversos aspectos das nossas vidas, desde a saúde, o relacionamento familiar e com a comunidade, até a cidadania e o meio ambiente. O autor compara ainda a vida agitada levada pela maioria como uma corrida de ratos, em que o estresse virou uma doença endêmica, reproduzindo na vida familiar, assim como na das crianças, o padrão de produtividade frenética da vida profissional. Para Honoré (2007), a situação da infância merece atenção especial. Diz ele que são muitos os culpados por estarem encurtando a infância e trazendo o “vírus da pressa” para idades cada vez mais tenras e, com isso, uma ansiedade precoce em relação “...à modelagem do corpo, ao sexo, às marcas de consumo e à carreira.” (HONORÉ 2007:14).

“A publicidade as estimula [as crianças] a entrar mais cedo para a roda-viva do consumo. Na escola, aprendem a viver olhando para o relógio e a empregar o tempo da maneira mais eficiente possível. Os pais ainda reforçam a tendência, tratando de encher a agenda dos filhos com atividades extracurriculares.” (HONORÉ 2007:282).

Similarmente, na vida universitária percebe-se que cada vez mais jovens estudantes são acometidos por doenças do estômago, do fígado e respiratórias causadas pelo estresse. Harry Lewis, ex-decano de Harvard, em uma carta escrita para os estudantes recém-ingressos sobre a forma como considera que devem aproveitar a vida acadêmica, sugere que prefiram fazer menos atividades, mas que as façam com concentração, aproveitando-as bem, ao invés de priorizar programas acelerados de graduação ou sobrecarregar sua programação de estudo e acumular-se excessivamente de atividades extracurriculares. Ele afirma que “...o tempo ocioso não é um vazio que precisa ser preenchido. É aquilo que permite que as outras coisas que ocupam sua mente sejam reorganizadas de maneira criativa.” (LEWIS 2004). O autor propõe que cada um reserve tempo suficiente para descansar e relaxar, além de cultivar a arte de não fazer nada.

“Ao recomendar-lhes que pensem na possibilidade de desacelerar e limitar suas atividades programadas, não estou querendo desestimulá-los de dar o melhor de si e mesmo, de sair em busca da excelência máxima, mas é mais provável que vocês sejam capazes de empreender seus esforços

com a intensidade necessária para fazer um trabalho de primeira qualidade em determinada área se se permitirem algum tempo de lazer, uma certa dose de recreação e um pouco de tempo para a solidão.” (LEWIS 2004, *apud* HONORÉ 2007:281).

Segundo Thackara (2005), a era da aceleração começou com a chegada da ferrovia, quando a velocidade dos motores ultrapassou a velocidade dos corpos. Diz ele que se pode distinguir quatro fases diferentes na percepção da passagem do tempo, ao longo da história:

- A era do tempo do evento (*event time*): os eventos começavam e terminavam no tempo certo para tal.
- A era do tempo do relógio: o relógio, criado por monges no final da Idade Média para estruturar orações, marca não só a passagem do tempo, como dita cronogramas de atividades, regulando a velocidade das ações e, assim, o ritmo da sociedade.
- A era do tempo real: possibilitado basicamente pelo advento da Internet, “...o crescimento das comunicações em rede aceleraram o surgimento de uma sociedade ligada 24 horas por dia cuja premissa é de que se algo pode acontecer a qualquer hora, deve acontecer agora.” (THACKARA 2005:36)
- A era da Qualidade do Tempo: momento atual da História em que se percebem claros sinais de mudanças para uma nova abordagem quanto a tempo, velocidade e distância. Na ciência, nas viagens, na alimentação, nas escolhas profissionais e até no desenvolvimento de cidades, existe um crescimento de movimentos que pregam maior qualidade e equilíbrio no aproveitamento do tempo (THACKARA 2005).

#### 4. O Movimento *Slow*

O Movimento *Slow Food*, fundado por Carlo Petrini, foi lançado oficialmente em 1989 com a assinatura de um manifesto, endossado por representantes de 15 países. Pioneiro em negar o ritmo acelerado que acometem praticamente todas as áreas da vida do homem, o movimento prega o conceito da ecogastronomia, que conjuga prazer e alimentação com consciência e responsabilidade. Como resposta aos efeitos padronizantes do *fast food*, ou seja, “...o desaparecimento das tradições culinárias regionais; o decrescente interesse das pessoas na sua alimentação, na procedência e sabor dos alimentos e em como nossa escolha alimentar pode afetar o mundo.” (SLOW FOOD BRASIL 2009), o manifesto afirma que o “...empenho na defesa da tranqüilidade é a única forma de se opor à loucura universal da *Fast Life*.” e acrescenta “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.” (SLOW FOOD BRASIL 2009)

Em paralelo, o movimento *Città Slow* desde 1999 aplica no desenvolvimento e transformação das cidades os mesmos “...princípios de Petrini: a primazia do prazer sobre o lucro, dos seres humanos sobre as instituições, do vagar sobre a velocidade.” (HONORÉ 2007:104) e já conta com mais de 30 cidades afiliadas no Mundo. As cidades do Bem-viver, como são chamadas, se caracterizam por proporcionar um estilo de vida que encoraja as pessoas a viverem em outro ritmo, com menos tráfego, barulho e multidões.

A partir da influência dos movimentos *Slow Food* e *Città Slow*, muitas novas organizações se formaram para promover a ideia da necessidade de diminuir o ritmo. A “Sociedade pela Desaceleração do Tempo”, com 700 membros, composta em sua maioria de alemães, austríacos e suíços, promove simpósios e eventos, além de publicar regularmente pesquisas científicas sobre o fenômeno do tempo. Segundo o professor Peter Heintel, porta voz da Sociedade, a sua meta declarada é que “...cada membro deve, independente do tipo de atividade, prolongar o tempo utilizado para realizá-la sempre que faça sentido fazê-lo” (SOCIETY FOR THE DECELERATION OF TIME 2009). Ao tratar do ritmo certo para se fazer as coisas, os integrantes da associação usam a expressão em alemão *eigenzeit* [próprio tempo] que, segundo eles, traduz perfeitamente a idéia de que todo ser vivo, todo acontecimento, todo processo e todo objeto tem seu próprio ritmo e o seu próprio andamento, o seu próprio *tempo giusto* - outra expressão, em italiano, que significaria o andamento certo para cada um (HONORÉ 2007).

No Japão, o “Clube da Preguiça” tem objetivos similares. A organização sem fins lucrativos centra seu movimento nas seguintes questões: ambientais – a preservação do *habitat* do bicho preguiça, o mascote do movimento; culturais – sugere um estilo de vida com atividades que promovam simbiose entre seres humanos e o meio ambiente; e econômicas – apóia a produção local através do comércio justo (SLOTH CLUB 2009). Para seus integrantes, manter uma vida devagar significa primariamente reconectar-se com os outros em um ambiente totalmente livre de guerras, sendo a luta pela paz um dos principais focos do grupo.

Bohrer, brasileiro criador do Clube de Nadismo, “evento público que oferece a oportunidade de praticar o nadismo, parando efetivamente e não fazendo coisa alguma” (BOHRER 2009), propõe a revalorização do ato de não se fazer nada, cultivando um momento de reflexão que repercute profundamente na vida dos participantes.

“Por que hoje em dia ter tempo livre é algo bastante raro, a intenção é que se escolha, às vezes, fazer nada de propósito permitindo-se desfrutar desse tempo sem culpa. Neste sentido, o nadismo é um significativo agente de mudança cultural, pois cria a consciência da importância do tempo livre e descompromissado, do prazer de simplesmente desfrutar desses momentos de fazer nada sem pressa, sem cobrança e sem estresse.” (BOHRER 2009)

Para Axt e Axt-Gadermann (HUNTER HOUSE PUBLISHERS 2009), levar uma vida mais devagar pode trazer muitos benefícios para a saúde. A partir de uma pesquisa científica sobre o tema, os autores descobriram que estar relaxado e de bom humor aguça a inteligência e que dormir mais pode acarretar uma vida mais longa. Igualmente, para Honoré chegou o momento de questionar a obsessão do homem de fazer tudo sempre cada vez mais depressa. O autor diz que certas coisas não podem e nem devem ser apressadas, precisam da lentidão. Acrescenta ainda que quando se passa “...a vida correndo, preocupados em atulhar cada vez mais coisas em cada horinha do dia, estamos nos estressando a um ponto que pode levar à ruptura.” (HONORÉ 2007:14). Segundo o Departamento Estadunidense de Saúde e Serviços Humanos, estudos relacionados aos benefícios da prática diária da meditação também comprovam que guardar um tempo para relaxar a mente não só diminui o estresse e descansa o corpo, como pode até ajudar na diminuição da incidência de doenças cardiovasculares e cancerosas. (US DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES 2009).

Honoré afirma que o Movimento Devagar é constituído de pessoas que querem viver melhor no moderno mundo das velocidades e resume a filosofia Devagar numa única palavra: equilíbrio. No entanto, de acordo com Thackara (2005), um regime temporal mais balanceado não surge do nada. A coexistência de tempos múltiplos, ou seja, com diversas velocidades, é possível, mas ela terá que ser tanto desejada quanto projetada (*designed*). O desafio do design, segundo ele, será, ao contrário de diminuir ritmos, “...viabilizar situações que dêem origem a uma variedade infinita de movimentos - rápidos e lentos – em um ritmo ditado por nós, não pelo sistema” (THACKARA 2005:44).

## 5. Design Devagar

*Slowlab* é uma organização baseada em Nova Iorque que promove o design devagar como um catalisador positivo de bem-estar individual, sociocultural e ambiental, engajando capacidades criativas inatas de indivíduos e fomentando o potencial colaborativo de comunidades a fim de proliferar redes de cooperação que instiguem pensamentos e abordagens inovadores (SLOW LAB 2009). Em seu *website*, a definição de Devagar resume de forma adequada aquilo que designers do mundo inteiro estão tentando alcançar:

“Vagareza’ é uma abordagem holística para o pensamento, o processo e o resultado criativo. Visa impactos humanos e ambientais positivos de produtos, ambientes e serviços, enquanto critica construtivamente os processos e as tecnologias dos quais nascem. O movimento celebra redes próximas e locais de pessoas e indústria, enquanto preserva a diversidade cultural e depende da troca aberta de ideias e informações para alcançar soluções inovadoras para as mudanças contemporâneas.” (SLOWLAB 2009).

Alastair Fuad-Luke (2005), designer britânico envolvido com o *SlowLab* e criador do *SLOW* (SLOW 2009), um espaço cultural que estimula debates sobre o conceito de *slow design*, é provavelmente o pensador de ‘design devagar’ mais proeminente da atualidade. Tendo escrito

diversos artigos sobre o tema, Luke costuma dizer que “o design devagar é a faceta espiritual, emocional e mental da arte de viver que enfatiza a criatividade e as experiências, enquanto o desenho industrial rápido é a faceta física da 'forma e função' de viver” (LUKE 2005: 20). Segundo ele, o design devagar foi concebido como forma de retomar o foco em um estilo de vida antropocêntrico (indivíduo + comunidade sócio-cultural) e ambiental. É visto como um contrapeso ao paradigma do design atual, o *fast design*, e abraça conceitos como o design para a sustentabilidade (DfS), o desenvolvimento sustentável, a biodiversidade, a pegada ecológica, o gerenciamento de recursos e o controle de poluição (LUKE 2005).

Ao se questionar se o design algum dia conseguirá criar novas percepções e valores para o tempo ou se conseguirá desacelerar a economia e o metabolismo humano, Luke percebe o 'devagar' como um antídoto do 'rápido' e prevê que quando o devagar se tornar uma ambição positiva, e ao design for atribuída a tarefa de criar vagareza, este irá assumir uma dimensão política, tornando-se catalisador de transformações comportamentais e agindo como um contrapeso aos paradigmas controladores atuais (LUKE 2005). Com a ressalva de que a velocidade é um conceito resultante de percepções individuais e socioculturais, Luke observa que sem o rápido não se aprecia o devagar, e vice-versa. Para ele, reconhecer essa troca é fundamental para qualquer paradigma que se ofereça como antídoto ao paradigma do design corrente.

Na Itália, a abordagem devagar no design também está sendo discutida, principalmente a partir do Movimento *Slow Food*. Para eles, essa abordagem significa, simplesmente, afirmar que “...não é possível produzir e apreciar qualidades se não nos permitimos tempo suficiente para fazê-lo” (SLOW + DESIGN | MANIFESTO 2006) e acrescentam que “...cultivar qualidades é interligar produtos e produtores aos seus locais de produção e aos seus usuários finais que, participando da cadeia produtiva de diferentes maneiras, se tornam co-produtores”. Em um seminário internacional sobre a abordagem devagar em economias distribuídas e sustentabilidade sensorial, ocorrido em Milão em 2006, foi criado um manifesto (SLOW + DESIGN | MANIFESTO 2006) que considerava o surgimento de um 'novo design', isto é, um design que adota uma visão sistêmica e que observa complexidades de redes sociais e desenvolve capacidades de ouvir e interligar com criatividade os empreendimentos difusos que caracterizam a sociedade contemporânea. Para o manifesto, aproximar a abordagem devagar e o novo design traz uma possibilidade de suporte mútuo, em que a abordagem devagar traria novas oportunidades ao design e este, por sua vez, faria uso de ferramentas conceituais e operacionais úteis ao movimento devagar.

Ao tratar de dois fenômenos recentes que se pode perceber na sociedade contemporânea com relação ao consumismo – a redução na compra de inutilidades e o aumento da consciência do consumidor – Monnier prevê que produzir, cultivar e apreciar qualidades serão atividades cada vez mais freqüentes, fortalecendo assim o argumento do design devagar. Ele afirma que o papel de um bom design de experiências, seja de produtos ou serviços, irá se fortalecer, já que as pessoas passarão a desejar coisas melhores que simplifiquem e organizem suas vidas, além de se afastarem de produtos/serviços considerados inúteis para andarem em direção àqueles de valor mais confiável. (MONNIER 2009)

Também tratando do design de experiências, em artigo publicado em congresso internacional na Itália, *Changing the Change*, em 2008, Luke (2008) oferece seis princípios da aproximação do Design com o Devagar, resumidos abaixo:

- REVELAR experiências ou materiais e processos normalmente esquecidos;
- EXPANDIR as expressões reais ou potenciais de artefatos e ambientes;
- REFLETIR ou proporcionar e induzir à contemplação e à reflexão;
- ENGAJAR através de processos colaborativos, de código aberto e transparentes;
- PARTICIPAR ou promover participação ativa no processo de design;
- EVOLUIR através do design devagar, um agente transformador de comportamento.

O autor oferece ainda um Manifesto, criado para designers sustentáveis e devagar, que estabelece 15 parâmetros básicos com base nos quais se deve projetar (Figura 6).

Figura 6: manifesto para designers devagar e sustentáveis

- A sustainable slow designer will design to:
1. satisfy real needs rather than transient fashionable or marketdriven needs.
  2. reduce resource flows and environmental pollution by minimizing the ecological footprint of products/service products.
  3. harness solar income - sun, wind, water or sea power and renewable materials.
  4. enable separation of components of products/service products at the end-of-life in order to encourage recycling, reuse and remanufacturing.
  5. exclude the use of substances toxic or hazardous to human and other forms of life at all stages of the product life cycle.
  6. engender maximum benefits of well-being to the intended Audience.
  7. educate the client and the user by encouraging sustainable literacy and graphicacy.
  8. exclude innovation lethargy by re-examining original assumptions behind existing products.
  9. dematerialize products into service products wherever there is proven benefit in terms of individual, social and/or environmental well-being.
  10. ensure physically, culturally, emotionally, mentally and spiritually durable products.
  11. maximize products benefits to socio-cultural communities.
  12. encourage modularity: to permit sequential purchases, as needs and funds permit; to facilitate repair/reuse; to improve functionality.
  13. foster debate and challenge the *status quo* surrounding existing products.
  14. publish sustainable designs in the public domain for everyone's benefit, especially those designs which commerce will not manufacture.
  15. promote Design for Sustainability as an opportunity not a threat to the *status quo*.

Fonte: < <http://www.slowdesign.org/pdf/Slow%20design.pdf> > pp18

## 6. Ilhas de Lentidão

Manzini (2008) explica que a partir da Revolução Industrial gerou-se um modelo de bem-estar baseado em produtos que facilitavam a vida do homem, conferindo-lhe mais liberdade, já que reduziriam o esforço necessário para cumprir as tarefas, aumentando então o seu tempo livre. Esse modelo, no entanto, acabou por gerar uma situação de catástrofe ecológica, em que o planeta não suporta o uso dos recursos naturais, e uma catástrofe social demonstrada pela enorme desigualdade de consumo desses mesmos recursos entre os 20% mais ricos e os outros 80% da população mundial. A partir da compreensão deste problema, muitos esforços foram feitos no intuito de melhorar essa relação entre produtos e o uso e consumo dos recursos naturais. Apesar de terem sido criados produtos com eficiência melhorada e minimização de materiais e de energia, a utilização de recursos naturais continua crescendo.

“Cada melhoria tecnológica introduzida com a intenção de aumentar a ecoeficiência de produtos e serviços (...) se transforma 'naturalmente' em uma nova oportunidade de consumo, consequentemente aumentando a insustentabilidade dos sistemas nos quais foi introduzida” (MANZINI 2008:44)

Percebe-se então que é preciso repensar a relação entre bem-estar e produtos que, por mais eco eficientes que sejam, não consertam o problema. Manzini, com isso, descreve três possíveis hipóteses de trabalho sobre as quais os designers deverão concentrar seus esforços:

- A crise dos bens comuns locais: bens comuns locais são entidades que pertencem

a todos e a ninguém em particular e que estão sendo negligenciados ou, no pior dos casos, mercantilizados.

- O desaparecimento do tempo contemplativo, o tempo usado para 'não fazer nada' ou para realizar ações em um ritmo lento: “ O tempo lento não é apenas o tempo no qual fazemos algo lentamente, mas também aquele no qual produzimos e/ou apreciamos profundas qualidades” (MANZINI 2008:49). A crise do tempo lento e contemplativo, segundo Manzini, se dá devido a dois fenômenos complementares: a saturação da agenda, sempre lotada de atividades simultâneas e a aceleração cada vez maior do ritmo, criando uma ilusão de se estar fazendo mais.
- A terceira hipótese trata da relação entre a difusão de bens de mercado e a crise dos bens comuns e do tempo contemplativo, que leva à proliferação de novos “bens remediadores” - bens que não melhoram a qualidade de vida do indivíduo, mas somente tentam tornar aceitável um contexto de vida já deteriorado. O crescimento no consumo destes bens remediadores leva a um ciclo vicioso contínuo e negativo.

O conceito de bens remediadores também pode ser usado em relação ao desaparecimento do tempo lento e contemplativo:

“ (...) compramos e consumimos um crescente número de produtos e serviços para preencher o tempo, para matar a sensação de vazio deixada pela nossa incapacidade de aproveitar o tempo contemplativo, ou, simplesmente, para fazer algo a um ritmo mais lento, gozando do tempo necessário para apreciar suas qualidades profundas.” (MANZINI 2008:51).

Manzini, então, reconhece a posição aparentemente paradoxal para os designers que enfrentam uma sociedade onde o modelo de bem-estar não poderá mais ser baseado em produtos e uma longa e já consolidada tradição na profissão de que a única contribuição do design é projetar e produzir novos artefatos. Mas completa que, apesar de não ser simples, é possível imaginar uma nova geração de artefatos, tangíveis e intangíveis, que possam colaborar na definição de novas demandas sociais do ponto de vista de maior sustentabilidade (MANZINI 2008).

O autor propõe também, por isso, duas linhas principais de pesquisa, a saber: como regenerar bens comuns locais e como promover o tempo lento e contemplativo ou *ecologia do tempo x tempo veloz*, sendo esta última a que mais interessa para o presente estudo. O objetivo desta linha de pesquisa seria promover ilhas de lentidão. Como bem explica Luke, a criação de tais ilhas, com a missão de desacelerar pessoas e fluxos de energia, materiais e/ou informação, será central ao conceito de melhoria do bem-estar. (MANZINI 2008, apud LUKE 2005).

## 7. Conclusão

É principalmente a partir dessa linha de pesquisa proposta por Manzini que o projeto em questão está sendo desenvolvido. Na criação de tais ilhas, locais apropriados que contribuam para a mudança de percepção e do valor dado ao repouso, ao relaxamento, à pausa e ao ócio, num esforço para atribuir maior lentidão ao ritmo de vida das pessoas, espera-se ao mesmo tempo promover e influenciar mais pesquisas sobre o tema, no Brasil. Acredita-se também que este projeto poderá servir como referência para outras iniciativas que visem mudar o padrão de velocidade acelerada e, acima de tudo, que objetivem projetar novos artefatos, tangíveis ou intangíveis, que quebrem paradigmas e transformem comportamentos. Além disso, não se pode deixar de discutir os impactos ambientais que a dita velocidade acelerada está causando no Planeta e, conseqüentemente, a necessidade de agir com presteza no intuito de diminuir a devastação dos recursos naturais e de aumentar a consciência quanto ao uso responsável e equilibrado desses. Através desta pesquisa, percebeu-se a necessidade da construção de um espaço que, além de comunicar aos seus usuários a preocupação ambiental contida na sua produção, promova uma experiência livre de consumo, ou seja, que não pressuponha a necessidade de condicionar aproveitamento saudável da vida e bem-estar social a hábitos consumistas.

## Agradecimento

Gostaria de agradecer a todos aqueles que contribuíram de alguma forma para este projeto, seja ajudando na revisão, dando apoio moral, possibilitando encontros, tirando dúvidas e proporcionando ótimas fontes de estudo e pesquisa.

## Referências

### *Artigos em revistas acadêmicas/capítulos de livros*

Luke, A. F., Strauss, C. 2008. *THE SLOW DESIGN PRINCIPLES, A new interrogative and reflexive tool for design research and practice*. In: *Changing The Change – Design Visions Proposal and Tools*. ICSID. Torino, 2008. In: <<http://www.allemandi.com/cp/ctc/book.php?id=109&p=4>> 30/04/2009

Manzini, E. 2008. Modos de Vida | Bem-estar sustentável, bens comuns e capacidades. In: *Design para a inovação social e sustentabilidade | comunidades criativas, organizações colaborativas e novas redes projetuais*. Rio de Janeiro: Editora e-papers, pp 40-60

Thackara, J. 2005. *Speed*. In: *In the Bubble, Designing in a complex world*. London: The MIT Press, pp. 29-50

### *Livros, e material não publicados*

Honoré, C. 2007. *Devagar, como um movimento mundial está desafiando o culto da velocidade*. Rio de Janeiro: Editora Record

Lewis, H. 2004. *Slow Down. Getting More out of Harvard by Doing Less*. Carta aos estudantes não publicada. University Hall, Harvard College

### *Textos publicados na internet*

Bohrer, M. 'clube de nadismo'. In: Home: <<http://www.clubedenadismo.com.br/>>18/09/2009

Graff, J. 2009. *Short on Time? Take Yours Back!* In: *New American Dream: Home » About Us » Newsletter Archive »* <http://www.newdream.org/newsletter/tbytd.php>. 30/04/2009

HUNTER HOUSE PUBLISHERS 2009. About The Joy of Laziness: How to Slow Down and Live Longer by Michaela Axt-Gadermann, Peter Axt. In:<<http://www.hunterhouse.com/shopexd.asp?id=377>>. 30/04/2009

JORNAL DA CIÊNCIA. publicado em 21 de Setembro de 2007 In: <<http://www.jornaldaciencia.org.br/Detailhe.jsp?id=50716>> 30/04/2009

JORNAL DA UFRJ, Ano 4 • Nº 42 • Março de 2009. Plano Diretor 2020, pp 11 – 18 In: <[http://www.ufrj.br/docs/jornal/2009-marco\\_JornalUFRJ42.pdf](http://www.ufrj.br/docs/jornal/2009-marco_JornalUFRJ42.pdf)>

Luke, A. F. 2005. 'slow design' – a paradigm shift in design philosophy?. In: <<http://www.slowdesign.org/pdf/Slow%20design.pdf>> 30/04/2009

Monnier, C 2009. 'growing importance of experience design'. In: <<http://everythingdynamic.blogspot.com/2009/04/growing-importance-of-experience-design.html>> 18/09/2009

SLOTH CLUB 2009. About Sloth Club. In: Home: What is the Sloth Club. <<http://www.sloth.gr.jp/E-chapter/english1.htm>>.30/04/2009

SLOW 2009. About Slow. In: Home: Slow design. [www.slowdesign.org](http://www.slowdesign.org) 30/04/2009

Slow + Design | Manifesto 2006. The Slow approach to distributed economy and sustainable Sensoriality. Università di Scienze Gastronomiche, Slow Food Italia, Politecnico di Milano, Facoltà del Design, dipartimento INDACO, Istituto Europeo di Design, Domus Academy. In:<[http://www.dis.polimi.it/manzini-papers/slow+design\\_background.pdf](http://www.dis.polimi.it/manzini-papers/slow+design_background.pdf)> 30/04/2009

SLOW FOOD BRASIL 2009. About Slow Food. In: Home: Movimento Slow Food. <<http://www.slowfoodbrasil.com/content/view/12/28/>>. 30/04/2009

SLOW LAB 2009. About Slow Lab. In: Home: Slowlab: ideas <<http://slowlab.net/ideas.html>>. 2009

SOCIETY FOR THE DECELERATION OF TIME 2009. About Society for the Deceleration of Time. In: Home: A Word on the Society for the Deceleration of Time. <http://members.aon.at/ro.neunteufel/decelera.htm>. 30/04/2009

US DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES. About: NIH-Funded Scientific Research on Transcendental Meditation. In: < <http://www.tmeducation.org/research-national-institutes-of-health>> 18/09/2009

- 
- <sup>i i</sup> Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil, <mininanina8@gmail.com>  
<sup>ii</sup> Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil, <beanygm@gmail.com>