

# Laudato Si : Prendre le temps, un style de vie !

[carrefours.alsace/11297/laudato-si-prendre-le-temps-un-style-de-vie](https://carrefours.alsace/11297/laudato-si-prendre-le-temps-un-style-de-vie)

21 octobre 2018



i

*Le monde court à toute vitesse. Nous sommes saturés d'informations, nous « smartphonons », nous « twittons », nous « facebookons », et, un jour, ça craque : le cœur, la famille, le travail. Le burn-out nous guette. Et, plus nous allons vite à travailler, à circuler, à consommer, plus nous augmentons la consommation des ressources en matières premières et en énergie et plus l'environnement souffre.*

Le mouvement « slow » (de l'anglais « ralentir ») prône la lenteur pour soi, pour l'environnement. Ainsi, rouler moins vite est la façon la plus efficace de réduire les émissions de gaz à effet de serre des voitures. Il ne s'agit pas de tout faire lentement, mais plutôt de se donner le temps pour faire chaque chose. Ralentir, c'est s'écouter et écouter les autres, rechercher du sens.

Prendre le temps est aussi une attitude spirituelle : « *Le Christ, fuyant les foules, se retira au désert.* » Le pape François nous le rappelle dans l'encyclique Laudato Si : « *Il est indispensable de ralentir la marche pour regarder la réalité d'une autre manière, recueillir les avancées positives et durables, et en même temps récupérer les valeurs et les grandes finalités qui ont été détruites par une frénésie mégalomane.* »

## Se nourrir autrement

Vivre en prenant son temps peut s'appliquer à bien des niveaux. Le mouvement international **Slow Food** propose de redonner toute sa place à l'alimentation. Le projet est né dans les années 80 en Italie. En réaction à l'implantation d'un McDonald's place d'Espagne à Rome, le journaliste et politicien Carlo Petrini crée un mouvement d'opposition. À l'implantation de ce « *fast-food* », vient donc s'afficher le « *slow-food* ». Avec une idée, celle que l'on peut se nourrir autrement.

Ici, l'idée de « *lenteur* » ne signifie pas forcément manger moins vite, mais invite plutôt à prendre le temps de s'intéresser à ce qu'il y a dans nos assiettes.

Aujourd'hui, c'est tout un réseau mondial qui développe cet idéal. L'Alsace y participe à travers deux équipes, une pour chaque département. Nicolas Semm est le fondateur de Slow-Food Haut-Rhin Schnackala (« *petit escargot* » en haut-rhinois). Un nom bien trouvé puisque le gastéropode est l'emblème international du Slow-Food.

Ici, l'idée de « *lenteur* » ne signifie pas forcément manger moins vite, mais invite plutôt à prendre le temps de s'intéresser à ce qu'il y a dans nos assiettes. « *Il s'agit de réfléchir au choix de ses aliments, à la façon de les cuisiner et de les consommer* », explique Nicolas. Installé du côté de Mulhouse, Slow-Food Haut-Rhin souhaite ainsi rééduquer le public par sa présence dans des lieux publics (marchés, évènements, etc.). D'autres activités sont proposées comme des ateliers-cuisine anti-gaspillage, au cours desquels la saisonnalité des aliments est enseignée. La remise au goût du jour d'aliments aujourd'hui oubliés est aussi de mise. « *Nous pouvons nous nourrir en suivant une autre voie, celle des circuits courts, et ainsi redonner toute leur place aux absents des grandes filières de production* », résume Nicolas. Ainsi, grâce à l'association, la compiche, ou potée welche, spécialité à base de feuilles de chou vert et quasiment disparue aujourd'hui, retrouve un peu de visibilité. Alors osons ralentir ! De belles surprises nous attendent !

**Philippe Girardin et Bénédicte Bossard**