



重压之下，慢生活以席卷之势风靡而来

“慢生活”是一种生活态度，是一种健康的心态，是一种积极的奋斗，是对人生的高度自信。

速度和效率是大工业时代的标志，富兰克林的名言“时间就是生命，时间就是金钱”，曾作为大工业时代的座右铭，影响了整个世界。在利益的驱使下，对速度的崇拜让快文化占据了人们的潜意识，越来越多的人开始沦为时间的奴隶。

然而，正如披头士乐队成员约翰·列侬所言：“当我们正在为生活疲于奔命的时候，生活已经离我们而去。”无休止的快节奏生活给现代人带来丰厚物质回报的同时，也给大家带来了心理的焦虑、精神的疲惫和健康的每况愈下。许多人不得不停下来反省自己生活的意义，从而追求一种令身心更加和谐的“慢生活”。

现代大多数人的生活状态犹如海德格尔形容的“沉沦于操劳和操持之中”，每日由清晨睁开眼睛就开始马不停蹄地劳作，直到午夜闭上眼睛甚至都在想着各种各样的问题，在这期间连偶尔的发呆、出神都是极为奢侈的梦想。

走在郑州的大街上，随处可见这样的景象：一边等车一边狼吞虎咽的人，一边坐车一边瞌睡的人，一边想着回家一边打电话说工作的人……大多数浸淫在职场快节奏中的都市白领就好像一只上足了发条的发动机不停歇地在运转着，关注着升职、财富、速度、能力……可是却忽视了身体的健康与精神世界的满足。

针对社会普遍存在的快节奏、机械化的生活方式，1986年在罗马，由意大利作家 Carlo Petrini 提出了舒缓心情，回归自我，放慢生活节奏的“慢生活”理念。如今，“慢生活”运动已经在全球蔚然成风，迄今共有100多个国家，8万多名会员加入到这一旨在鼓励人们放慢节奏，享受优雅生活的潮流中去。

“世界慢生活日”的创建者贡蒂贾尼也是经历了被迫“刹车”之后才悔悟以前的生活。当年身处高位的贡蒂贾尼收入不菲，但是工作节奏非常快。1999年夏天与家人度假时，贡蒂贾尼因身体不适突然栽入海中，差点撞到海中岩石丧命，这一事件让他开始改变自己的生活方式。于是，慢下来的贡蒂贾尼于2005年成立了“慢生活艺术”组织，2007年又创建了“世界慢生活日”，向更多的人推销“慢生活”的理念。

“慢生活”是一种生活态度，是一种健康的心态，是一种积极的奋斗，是对人生的高度自信。美国社会学家杰里米·里夫金指出，我们正在进入一个历史的新阶段——一个以工作不断地和不可避免地减少为特点的新阶段。看来，“慢生活”将是历史发展的趋势，越来越多的人将会体验“慢生活”。

人类开启生活方式的新革命

理想城里，慢生活

在以“数字”和“速度”为衡量指标的今天，“慢生活”理念的存在，正是都市精英们保持快乐人生动力的一大重要因素。从这个意义上讲，“慢生活”将是社会生活的大势所趋，同时慢生活楼盘社区也将成为居住的一种新趋势。

慢下来的生活，同样精彩纷呈

“积极工作，放慢生活”，生活可以慢下来，这并不妨碍人们在工作中取得瞩目的成就。

中国是一个感性的国家，也是一个智慧的国家，懂得利用自己的聪明才智来捍卫生活的价值。长久以来的快速发展节奏和社会功利导致人们不得不把自己的生活拧紧发条。北大社会学教授夏学銮认为“效率很容易导致功利，而速度往往会使人来不及体味情感的含蓄和细腻。”《中国青年报》社会调查中心所做的一项调查显示，84%的人认为自己生活在“加急时代”，其中71.1%的人称，“精神高度紧张，压力大”是导致人们生活心理不断提速的重要原因。

在机会愈少、竞争愈烈的今天，要避免“超载”、“超速”，就要学会“慢生活”，使自己身心得

到平衡。已是高龄的金庸先生就相信“乐观豁达养天年”。他说：“人要善于有张有弛。要像《如歌的行板》韵律一样，有快有慢。我的性子很缓慢，不着急，做什么都是徐徐缓缓，最后也都做好了，这样对健康很有好处。”

当年的林语堂就是一位不折不扣懂得“慢生活”真谛的享受专家，他曾说过这样的话：“希望千年后美国文化是这样的：大街上，人们不那么匆匆忙忙，而是放慢脚步，问候一个行人：你的祖母怎样？不坐汽车，而是坐着牛车，穿着拖鞋悠哉散步。”他自己也是这样做的，从《人生的盛宴》到《吾国与吾民》林语堂的字里行间渗透着他享受生活的精神世界，饱满与激情在他不急不忙的生活状态中流露出来。林语堂的文化实践与人生过程，

为急功近利的现代文化提供了某种价值参照和超越的途径。这就是顺乎本性，师法自然，以内在心性平衡物质欲望，以敬畏与包容之心替代争斗与征服。

生活可以慢下来，这并不妨碍人们在工作中取得瞩目的成就，现代很多提倡慢生活的人贯彻的是“积极工作，放慢生活”的方式，是高速运转之后，在自己家里的生活能够随心的实现放松与解脱，顺理成章地享受工作之后的果实，因此他们要求家的建造和精神的追求是一致的。因为，家才是他们最为关注的慢生活主场，有一个舒适而静谧的居家环境是实现慢生活理想的必要条件。“慢生活”这一趋势的发展并流行，必然导致“家”这个日常生活载体随之发生相应的变化。

颠覆观念，郑州慢生活领军者应势而起

远大·理想城开创与世界同步的“慢生活”居住新理念，力求打造郑州第一个为优雅阶层准备的地中海风情“慢生活社区”。

黑格尔说过，“建筑不只是具有美学价值或者技术价值的载体，而且还是对时代可取的生活方式的诠释。”当人们厌倦城市遍布的钢筋水泥的冰冷金属节奏，本着对生活回归的态度，重新向往“小桥流水”的惬意，怀念“闲看棋子落灯花”的雅致，为了适应人们“慢”生活状态，很多楼盘都更加注重对生活情调的营造。

综观北京、上海、深圳等城市都先后出现以“慢生活”为主的楼盘，这些项目倡导的是一种新的生活方式而非仅仅一个概念。这些代表慢生活楼盘的都有一些集中特点：拥有成熟而休闲的社区氛围，提倡与世界接轨的规划理念与生活方式，配套设施相对齐全。多数由品牌开发商打造，项目品质高，物业服务水平也非常到位，在无形中培养了项目的慢生活特质，适应现代都市人对细致入微人

文关怀的要求。

这些楼盘在区位上锁定自然环境和空气质量都很好的区域，以亲地性、建筑美、舒适性、文化品位以及强烈的符号特征，去契合他们对慢生活的向往和精神追求。幸运的是，在郑州也有“慢生活”的缔造者，也有这样的精神领地，那就是郑州未来远大置业。

郑州未来远大置业把自己定位为一个城市运营商，公司依托永恒集团雄厚实力，致力于建筑品质住宅的实力型地产企业。其开发的远大·理想城项目，曾荣膺多个专业奖项，从一期西班牙小洋楼开始，就秉承对城市负责任的态度，去研究城市生活表情，并唤起人们不断反思自己的生活状态，现已成为郑州东南板块的居住典范。

理想城三期科莫湖畔的院子作为理想城产品升级又一力作，将以国际人本理念缔造郑州“慢生活”优雅人居环境，并开创与世界同步的“慢生活”居住新理念，力求将该项目打造成郑州第一个优雅阶层准备的地中海风情“慢生

活社区”。

据了解，科莫湖畔的院子除提供优质的产品之外，还将利用自身的环境优势为购房者打造一个多元化的慢城生活，全面渗透到慢生活的浪潮中，镌刻进城市的记忆里。

从建筑伊始，远大·理想城就将地中海生活状态所倡导的情趣当做建筑的灵魂之一，社区兴建20000平方米地中海广场、3500平方米中心水景、2000平方米名流风尚会所、600平方米室外阳光游泳池、4000米风情商业街、2000米中央景观带等，这些数字所蕴含的意义较为深远，在土地极为稀缺的当下，舍得用大片的土地来营建生活，不能不说是开发企业对本生活价值的执著。

“让家真正成为一个人心灵停泊的港湾，上班时认真工作、高效地完成本职工作，下班后可以和家人享受生活，保持内心的平静、淡定和从容。希望这里的人们能够在家完全地放松，在这里实现人们生活心理的本质要求。”该项目负责人表示。

王亚平