

1
Shares

1

leCOOL BARCELONA

A guide to the really good life

[\(https://barcelona.lecool.com/\)](https://barcelona.lecool.com/)

SÍGUENOS



[AGENDA](#) ∨

[LUGARES](#) ∨

[LIFE HACKS \(HTTPS://BARCELONA.LECOOL.COM/ARTICLES-TYPE/LIFE-HACK/\)](https://barcelona.lecool.com/articles-type/life-hack/)

[ENTREVISTAS \(HTTPS://BARCELONA.LECOOL.COM/INTERVIEWS-TYPE/ENTREVISTA/\)](https://barcelona.lecool.com/interviews-type/entrevista/)

[INSPIRACIÓN](#) ∨

MIÉRCOLES MAYO 20

LIBRO
[\(HTTPS://BARCELONA.LECOOL.COM/CATEGORY/LIBRO/\)](https://barcelona.lecool.com/category/libro/)
Pequeña teología de la lentitud

1
Shares

1



¿Dónde?

Cuándo

Cuánto



(/Por juancarlosportero (<https://barcelona.lecool.com/author/juancarlosportero>

¿Dónde?

¿Cuándo?

How Much?

José Tolentino es vicerrector de la Universidad Católica Portuguesa y miembro del Consejo Pontificio para la Cultura en el Vaticano. Pero en el ensayo *Pequeña teología de la lentitud* (<http://www.fragmenta.cat/es/fragmentos/cataleg/fragmentos/724314>) abandera una posición neutral, alejada del punto de vista religioso, donde nos propone una mirada crítica a la forma de vida apresurada y remota que nos invade en cada instante.

A través de diecisiete capítulos dedicados al arte de la vida, nos introduce en diversas actitudes que nos pueden ayudar a trazar líneas en nuestras vidas, más cercanas a un modo de vida con más sentido y profundidad. Hay muchos momentos en este viaje que necesitan ser vividos con lentitud

“Todo transcurre a un galope ruidoso, vehemente y efímero. Realmente, la velocidad a la que vivimos nos impide vivir. Pasamos por las cosas sin habitarlas, hablamos con los demás sin escucharlos, reunimos información que no llegaremos a profundizar”

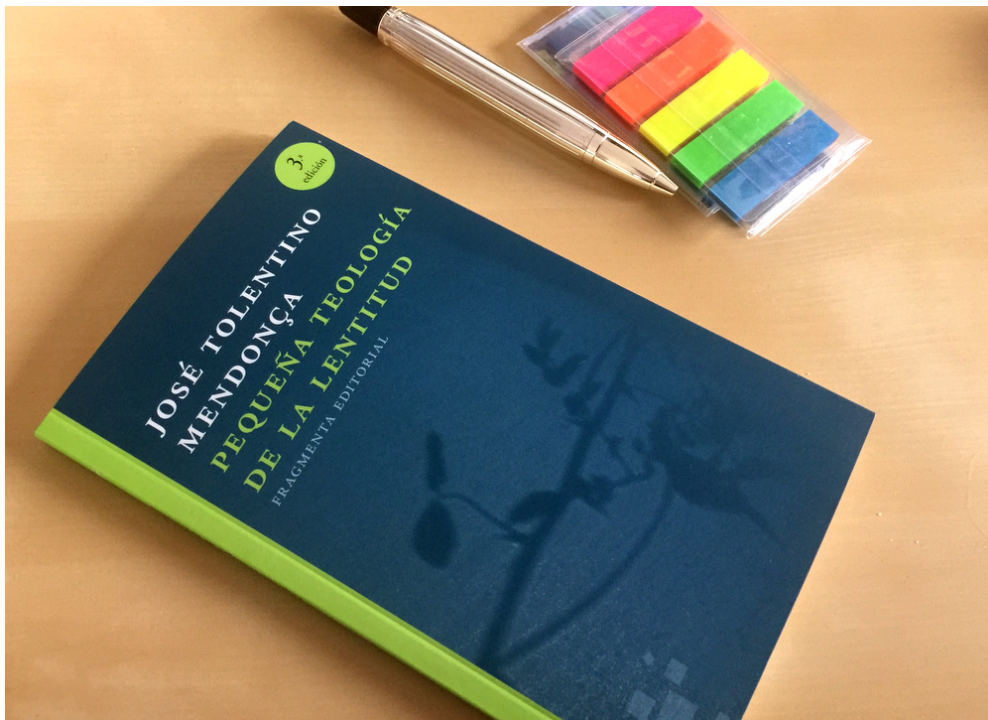
El libro se divide en artes: el arte del perdón, el arte de esperar, el arte de la felicidad, el arte de contemplar la vida, el arte de la muerte; por citar algunos, que conforman un mensaje reflexivo profundo sobre nuestro estilo de vida actual. El ritmo de las actividades convertido en algo fiero e inhumano, donde solo importan los resultados. No hay tiempo que perder, el ritmo de lo cotidiano es frenético: preparados, listos, ¡ya!

1
Shares

1 Deberíamos reflexionar sobre lo que vamos desaprovechando, sobre lo que se va quedando a la zaga, implícito o en silencio, sobre lo que dejamos de saber cuando permitimos que la velocidad nos condicione. Que el tiempo no se estira y es breve, debemos aprender a sacarle el mayor provecho posible. Hoy en día es indispensable aprender a gestionarlo. Invertirlo en lo que realmente nos une, nos regenera, nos nutre, y no únicamente en lo que nos entretiene y distrae. Precisamos de una lentitud que nos proteja de los arrebatos, de los gestos empeñados en generar actos compulsivos, de las palabras vacías y anodinas. La pausa como camino a seguir. (<http://www.fragmenta.cat/es/fragmentos/catalog/fragmentos/724314>)

Traducción: Teresa Matarranz

Editorial: Fragmenta



(http://barcelona.lecool.com/files/2020/05/1-IMG_3056.jpg)

¿Te ha gustado?

Recibe nuestras recomendaciones de cómo vivir una vida realmente buena. Cada semana en tu email. Sin coste.