



## Carl Honoré

Periodista y escritor.  
(Trabajar más despacio para trabajar mejor)

Carl es un periodista económico que un día se dio cuenta de que no tenía tiempo para leer un cuento a su hijo antes de dormir. Intentaba saltarse páginas para terminar antes y se enfadaba cuando, según su criterio temporal, tardaba demasiado en coger el sueño. Carl notó que algo no iba del todo bien, que leer a su hijo y pasar ese tiempo con él debería ser un placer y no una obligación. Se dio cuenta de que el hombre contemporáneo vive a un ritmo frenético y se olvida de lo más importante: pisar el freno y disfrutar de la vida, de esos pequeños placeres que hacen que merezca la pena vivirla.

Su obra, *“Elogio de la lentitud”* es el best-seller que ha sido traducido a más de 30 idiomas y que le ha hecho famoso en todo el mundo. Carl Honoré es el nuevo gurú antiprisa. Sus conferencias, cargadas de buen humor y dinamismo, enganchan con un sencillo argumento: *“La alternativa para dejar de vivir como un corredor de fondo es -el movimiento por la lentitud”*.

Según Carl, sentimos la presión de tener que hacerlo todo más y más deprisa. Cada momento se convierte en una carrera contrarreloj y nuestra vida se resiente por ello, desde nuestra dieta hasta nuestras relaciones personales, pasando por nuestra salud y nuestro trabajo. *“No soy un fundamentalista de la lentitud, creo simplemente que necesitamos recuperar el arte del cambio de marchas. A veces la velocidad es necesaria, pero otras veces, la lentitud es la mejor política. Mi lucha no es contra la velocidad en sí misma, sino contra la adicción a la velocidad”*. Según Carl Honoré, *“muchos necesitamos volver a conectar con nuestra tortuga interior, se puede ser más eficiente haciendo las cosas más despacio”*.

Su filosofía podría resumirse en tres pilares fundamentales:

- Realizar el trabajo a la velocidad que éste lo requiera, ni más rápido, ni más despacio. A veces, ir más lento, mejora la productividad.
- Trabajar para vivir y no vivir para trabajar.
- Disfrutar del presente y sacar tiempo para aprovechar lo que tenemos.

Este escocés, criado en Canadá y residente en Londres, estudió Historia e italiano, aunque en la actualidad se dedica al mundo del periodismo, desde 1991 ha escrito para toda Europa y Latinoamérica. Sus artículos e investigaciones han sido publicados en medios de la importancia de *“The Economist”*, *“Observer”*, *“National Post”*, *“Globe and Mail”*, *“Houston Chronicle”* y *“Miami Herald”*. Además es ganador del premio de periodismo canadiense.

Hoy, vive con su mujer y sus dos hijos. En su segundo libro, Carl examina la infancia y la paternidad. Y para su hijo, es el papá que mejor cuenta los cuentos del mundo.

### TEMÁTICAS

#### Productividad

Relentizar es una excelente política para aumentar la productividad. “Despacio que llevo prisa”; tomar tiempo para planificar, meditar una decisión, o tomar una siesta mejoran la productividad y ayudan a que la creatividad emerja, recordáis quien gana la carrera entre la tortuga y la liebre y recordáis quien han sido de los más grandes innovadores de nuestros tiempos; Desde Einstein a Darwin, se describen a sí mismos como “Pensadores lentos”

#### Infancia y Paternidad

Los niños necesitan tiempo y espacio para crecer, para explorar su espacio a su manera, a su tiempo, soñando de día; Esta es la manera que aprenden a manejar sus emociones, compartir con otros y pensar creativamente. Los niños se abren solo cuando nos rendimos a su ritmo. Ellos nos necesitan para mirar, escuchar y sentir, sin tener un ojo en el reloj y el otro en el blackberry.

#### Placer

El trabajo, el sexo, la comida, el ejercicio, las relaciones interpersonales, todos aspectos de nuestra vidas cobran un nuevo sentido cuando les dedicamos tiempo. Nuestra paz interior con más profundidad se refleja en nuestro entorno.