

«De cor a cor»

Entrevista a María Teresa Quintana, autora del libro "De cor a cor" donde recoge reflexiones sobre temas cotidianos de experiencias que ha vivido

07 junio, 2017 - ESGLÉSIA DE BARCELONA

María Teresa Quintana considera importante dar una visión positiva de cualquier instante de la vida. En el libro *De cor a cor* (Claret) ha recogido reflexiones sobre temas cotidianos de experiencias que ha vivido. Cuando escribe, los verbos más importantes para ella son: comunicar y compartir. Siempre procura encontrar el punto positivo, a pesar de las dificultades; y, a la hora de transmitirlo, hacerlo «desde el fondo del corazón».

La fe es muy importante en su vida. ¿Por qué?

He pasado por diferentes épocas: desde la religiosidad que te enseñan de pequeño, las crisis que se van arrastrando hasta que entras en una edad donde te planteas las cosas de manera diferente y llegas a una madurez que t'asserena y te das que somos unos seres espirituales, preparados para la trascendencia. El mundo que nos rodea es muy bonito si no lo envenenamos, pero es finito y no da esta paz y alegría que todos anhelamos. Necesito la fe para vivir.

¿Por qué hay una visión positiva de cualquier instante de vida?

Ser positivo a la vida ayuda a caminar, gozar de buena salud física, mental y espiritual. Si vas con un espíritu negativo, todo lo ves negro, difícil, sufres y haces sufrir el entorno y el cuerpo va enfermando. La fe profunda da la esperanza para vivir mejor. Si procuras estar bien conectado con la divinidad y al mismo tiempo disfrutando plenamente del mundo tan bonito que Dios ha puesto en nuestras manos, y que yo considero sagrado, el espíritu se eleva y la alegría serena y profunda nos invade.

¿La clave de todo es la sencillez?

Sí, la sencillez es básica, porque todo el mundo te entienda y se sienta cercano a ti, descubriendo esta igualdad entre todos que nos hace caminar juntos y ser solidarios. Y esto conlleva la transparencia para evitar malentendidos y conflictos que deterioran la convivencia, a veces muy dañada.

Entrevista realizada por Òscar Bardají Martín para el Full Dominical del próximo 11 de junio.