



LA MAÑANA LA TARDE LA LINTERNA EL TIRACHINAS Más programas

Emisoras Móviles Servicios Newsletters

En

DIRECTO: PROGRAMACIÓN LOCAL Local

Lunes, 16 febrero 2009 Actualizado a las 12:49h

Portada > Sociedad

EN LA LUNA EN COPE: EL ESPACIO PARA LA PSICOLOGÍA

MÁS NOTICIAS DE SOCIEDAD

Sosegarse en un mundo sin sosiego: el nuevo libro de Francesc Torralba

La vida acelerada que marca la sociedad actual es una desventaja a la hora de alcanzar el sosiego. Tenemos muchas actividades que debemos hacer bien y rápido, pero tareas como educar, perdonar o amar, requieren tiempo.

Paloma Estrada - 04-02-09

comentar | reenviar | imprimir

En el momento en el que tratamos de hacer actividades que requieren cierta reflexión de una manera rápida, es cuando se produce el conflicto. En la [Luna en COPE](#), Francesc Torralba explica que en este libro expone una serie de cartas dirigidas a una mujer, que nunca llegaron a su destino: *Me pareció que merecía la pena dadas a conocer ya que se plantean cuestiones que llegan a tanto a hombres como a mujeres aceleradas.*

La percepción que tenemos, según el autor, es que *algo ha pasado tan deprisa, que no te has dado cuenta.* Cuando somos adultos, el tiempo pasa muy rápido; la clave es no quedar atrapado en el pasado. *Hay que ir anticipando y posponiendo, se trata de tener dinamismo:* para Torralba, la vida no espera.

Existe cierto sentimiento de culpabilidad cuando una persona pierde el tiempo y llega un momento, en el que los momentos del día que se tienen libres, se viven como un pecado capital. El autor hace referencia a esos niños, *con agencias de ministro* según él, llenas de actividades extraescolares; *el niño lo que necesita es jugar, le estamos un robando la infancia y esa dimensión lúdico festiva.* La solución: Pensar que cada día es el último y vivir con entusiasmo.

Compartir: Votar ★★★★★

NOTICIAS RELACIONADAS

[La verdadera riqueza consiste en ser feliz](#)

[Luz y felicidad en nuestras vidas, con Monseñor Amigo](#)

[Es posible conseguir que cualquier trabajo te haga sentir bien](#)

[Isabel Menéndez: "La felicidad total es de tontos"](#)

[Eduardo Punset: "disfrutas más esperando algo, que cuando llega"](#)



La vida apresurada impide alcanzar el sosiego

AUDIOS

+ audios

Francesc Torralba nos enseña como alcanzar el sosiego en su nuevo libro



Para el escritor Francesc Torralba, el truco es vivir cada día como si fuera el último



PUBLICIDAD



OTROS ARTÍCULOS

Reflexiones ecologistas del Papa Benedicto XVI

James Nava

Escritor, asesor militar y de Inteligencia, analista político y cultural.



Se prohíbe nacer, se obliga a morir

Roberto de la Cruz

Paginasdigital.es



Solos y vulnerables, pero con una riqueza invencible

José Luis Restán

Periodista y Director General de Contenidos de COPE
paginasdigital.es



OTROS BLOGS

Foto demoledora

VENTANA AL MUNDO

Cosme Ojeda



Paseo por la India

MIS PENSAMIENTOS.

Lourdes Ojeda



UNA CUESTIÓN DE EDUCACIÓN

POR LA FAMILIA, POR LA VIDA.

Ana .



TU COMENTARIO:

* campos obligatorios

Nombre*

Email*

Página web/Blog

Escribe los caracteres que veas en la imagen *

Lo último ...más visto ...más comentado

12:41 Mueren tres empleados de la...
Popular TV ha comenzado a emitir, a...
12:22 Telefónica lanza un dispositivo que...
12:04 Alan García critica declaraciones de...
12:00

T4G8Z1

Deseo mostrar mis datos Recordar datos

Acepto la [Cláusula de privacidad](#) [Normas de uso](#)

Anuncios

Medycsa:PremiumCare

Reconocimiento médico completo. En solo 4h. Directamente en tu trabajo
www.premiumcare.es

Consigue un cazatalento

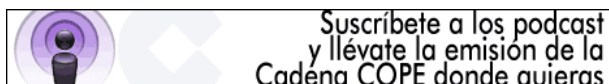
Encuentra en nuestra base de datos el Headhunter que buscabas.

www.CVexplorer.com

Reloj Viceroy Real Madrid

Consigue ya el reloj oficial LFP El mayor club de la historia

www.relojesrealmadrid.com



11:59 La economía japonesa, la más afectada...
 11:51 Hillary Clinton llega a Japón en su...
 11:50 Los obispos colombianos ven su país...
 11:50 Las ventas de camiones se hunden un...
 11:46 El discurso de Ratisbona sirvió para...
 11:42 La sostenibilidad del medio rural marca...

EN PORTADA



Barreda sobre la cacería Bermejo-Garzón: "No ha sido conveniente"



El supuesto autor del crimen de Marta y su cómplice, recibidos al grito de "asesinos"



Los mejores momentos de la tertulia Política de "La Mañana"



Chávez consigue perpetuarse en el poder

[Institucional COPE](#) | [Ideario](#) | [Programación](#) | [Publicidad](#) |
[Máster COPE](#) | [Comunicación](#) | [Documentación](#) | [Premios](#) |
[Contacta](#)

CADENA 100 | ROCK&GOL | POPULAR TV | AGROCOPE | ELITEGAMER

© Cadena COPE 2009

Radio Popular S.A., Cadena de Ondas Populares Españolas. CIF A28281368, C/ Alfonso XI, 4. 28014, Madrid. Todos los derechos reservados. [Aviso Legal](#)