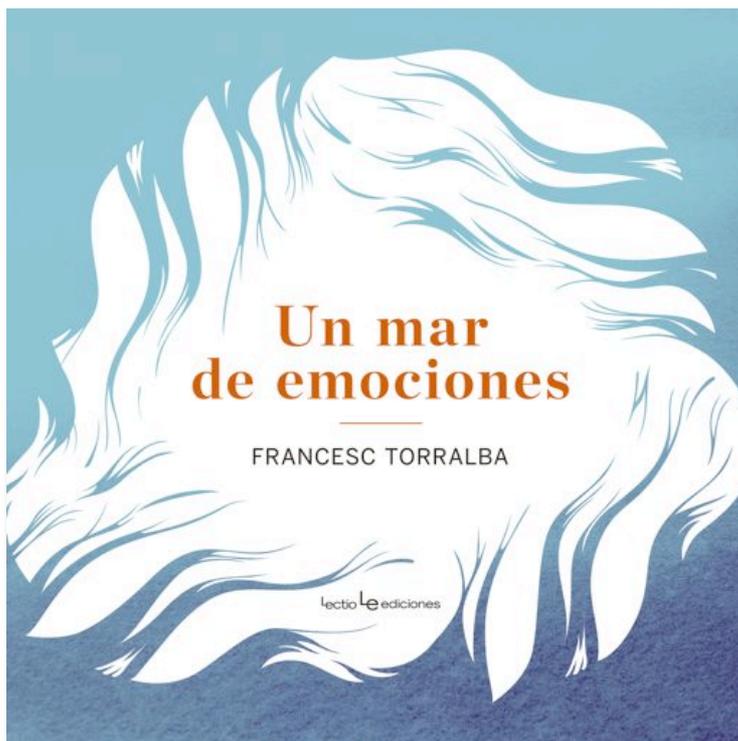


## *Un mar de emociones*

**Francesc Torralba**

«Las emociones son la sal de la vida.  
Sin emociones no valdría la pena vivir»



Admiración **Agradecimiento** Alegría Ambición Amistad  
**Amor** Compasión Confianza **Consuelo** Coraje Cobardía  
Culpa **Decepción** Desesperación Deseo **Euforia**  
**Enamoramiento** **Entusiasmo** Envidia Fatiga  
Fortaleza Generosidad **Gratitud** Hipocresía **Humildad**  
Ilusión **Indignación** Inquietud Ira Odio Orgullo **Paz** Pena  
Arrepentimiento **Piedad** Plenitud **Miedo**  
**Remordimiento** **Serenidad** Soledad **Ternura**

## Emociones a flor de piel

Un regalo que nos ayudará a conocer nuestras emociones i a sentirnos vivos con ellas. Las emociones son parte de la condición humana, es lo que somos, lo que a veces nos define y lo que a veces sufrimos. Hay emociones que hacen la vida más bella, más noble, digna de ser vivida, emociones que nos eleven a la casa de los dioses, pero hay otras que envenenan el alma, que ahogan el anhelo de vivir, el deseo de ser y de disfrutar y nos llevan a la boca del infierno. En este libro de regalo, con ilustraciones, Francesc Torralba registra cerca de 60 emociones. Más allá de un diccionario o una pequeña enciclopedia de las pasiones humanas el libro quiere ser un cuaderno de bitácora para orientar al lector en le mar cambiante de las emociones.

### EL CORAJE

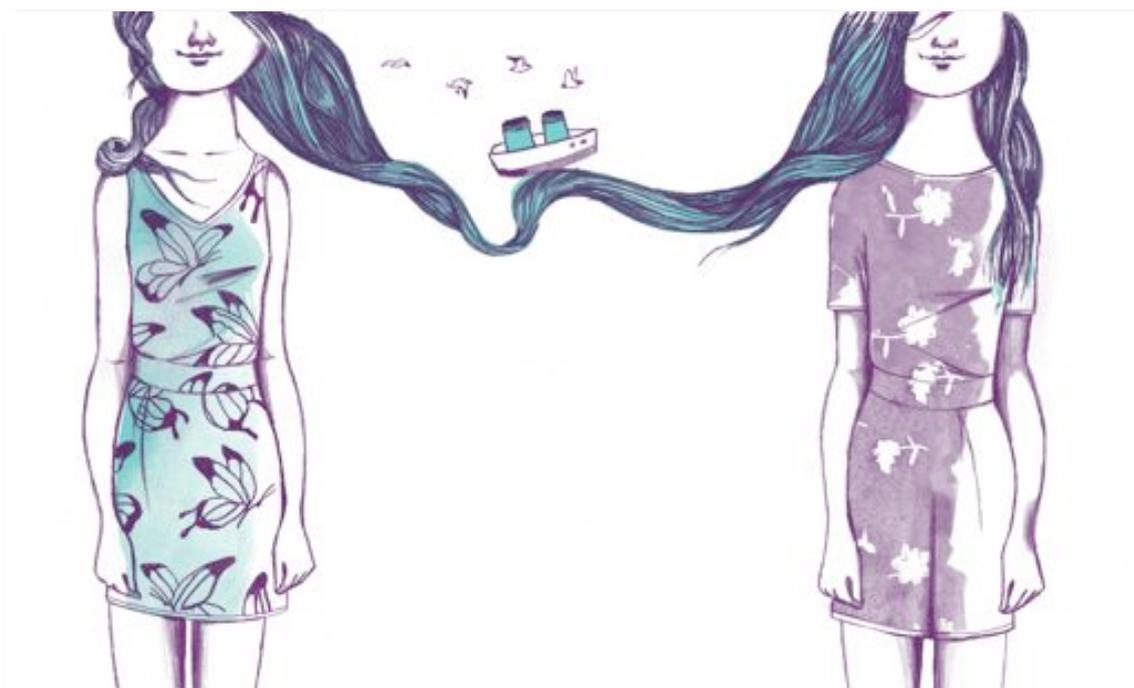
16

**El coraje es la virtud de los héroes.**

*Es necesario para afrontar las adversidades, pero también para hacer realidad los sueños.*

**Las adversidades no se pueden anticipar.**

*Vienen y se van. A veces no se van, quedan en medio del camino, se hacen más grandes y más profundas de tal manera que, **sólo si aumenta la dosis de coraje, se pueden afrontar.***





## EL ENAMORAMIENTO

22

**José Ortega y Gasset define el enamoramiento como un estado de imbecilidad transitoria. *El enamorado, ciertamente, vive en una nube. Tiene la percepción de que todo es posible. Cree participar de la vida de los dioses. Se siente poderoso, capaz de todo, movido por una fuerza que no le pertenece, pero que cruza todo su ser. Es una energía vital impetuosa.***

## EL DESEO

19

**El deseo es hijo de la ausencia, también de la carencia. *Contiene el nervio de la esperanza. Es la sal de la vida, porque vivir es desear y desear es moverse, esperar y luchar.***

**El deseo es la esencia de la condición humana.** Todos deseamos, aunque no deseemos lo mismo. Tampoco deseamos con la misma intensidad. Hay deseos que no dejan vivir, porque se viven con tanto ardor que queman por dentro y aceleran el anhelo de hacerlo realidad, de manera que la lentitud se hace intolerable. Hay deseos que son latentes, que no se sienten con gravedad. Fluyen subterráneamente dentro del alma y se viven indolentemente.

Nada consigue saciar el deseo humano. Ningún objeto, ninguna posesión, por bella que sea, puede, verdaderamente, satisfacer el deseo. **El corazón humano es inquieto y nada lo aquieta.** Somos deseo y nuestro destino es desear. El deseo, como dice Ernst Bloch, permanece deseo. La satisfacción de un deseo puntual no anula el deseo esencial. Simplemente lo alimenta y lo conduce a nuevos horizontes siempre más grandes, siempre más lejanos.

Hay deseos que empeoran con el paso del tiempo, pero hay deseos que se fortalecen y se hacen más fuertes y punzantes. Mientras hay vida, hay deseo. A veces, el deseo es consciente; a veces, inconsciente. Se puede manifestar explícitamente o puede quedarse escondido en el pozo de la subjetividad, pero eso no anula su ser.

El deseo no es algo físico, no es una propiedad ni un atributo. Es una tendencia, un orientarse hacia aquello que se desea. Tampoco es una característica del cuerpo ni un rasgo del alma. En sentido estricto, no tenemos deseos sino que somos deseos, porque los sufrimos, los sentimos, forman parte de nuestra naturaleza y difícilmente podemos quitárnoslos de encima.

El deseo es la constatación de un **vacío**, la conciencia del hecho de que falta alguna cosa y, a veces, esta conciencia es causa de sufrimiento, pero también motor de innovación, de cambio y de progreso. Saber que hay carencia engendra la lucidez y también activa la inteligencia y la imaginación para poder ponerle remedio. Sólo puede mejorar quien tiene conciencia de lo que le falta y busca, con todas sus fuerzas, hacerse con el objeto del deseo.

**Deseamos lo que no poseemos. Deseamos lo que está ausente, pero lo deseamos porque de alguna manera hemos disfrutado su presencia y el vestigio de esta presencia en el ámbito interno es el motor del deseo. El deseo humano nunca se llena. Permanece deseo. Ahora y siempre. El corazón siempre quiere más, porque está hecho para aquello más grande, tan grande que no cabe dentro de él.**

## EL ENTUSIASMO

23

**El entusiasmo es vida, amor, audacia, talento;** *el entusiasmo es, en dos palabras, potencia creadora. Es toda alma que se manifiesta abrasada de ideal de manera que ti los límites de la racionalidad. Da alas, cree de que todo es posible, de que no lo de que cualquier sueño es asequible*  
**mueve a la acción, al compromiso a la transformación**

**La euforia es puntual.** *Es una sacudida del alma, un instante de máxima efusión. Llega y se va, pero cuando llega, se experimenta, con goce, el hecho de estar vivo. Altera profundamente la visión del mundo y de los otros y necesita comunicarse, ya que no puede quedar presa en la celda de la individualidad. Irradia un campo magnético que afecta a los otros. Como la alegría y la risa, se contagia. No es el entusiasmo, pero tiene profundas afinidades con él. **El entusiasmo viene de dentro, es una fuerza interior, mientras que la euforia viene de fuera, es causada por un estímulo externo.***

### El autor

**Francesc Torralba** nació en Barcelona el 1967. Estudió filosofía en la Universidad de Barcelona y teología en la facultad de Teología de Cataluña. En la actualidad es profesor de la Universidad Ramon Llull e imparte cursos y seminarios en otras universidades de España y de América del Sur. Enseña Historia de la Filosofía contemporánea y Antropología filosófica y alterna su actividad docente con el oficio de escribir. Su pensamiento se orienta hacia la antropología filosófica y la ética. Preocupado por articular una filosofía abierta al gran público que pueda alternar profundidad y claridad al mismo tiempo, ha publicado más de setenta libros sobre temas muy variados.

### Ficha del libro

**Precio:** 21,90€

**Colección:** Otros

**ISBN:** 978-84-15088-91-2

**Núm. de páginas:** 192

**Formato:** 21 x 21 cm

**Encuadernación:** tapa dura

**Primera edición:** octubre del 2013