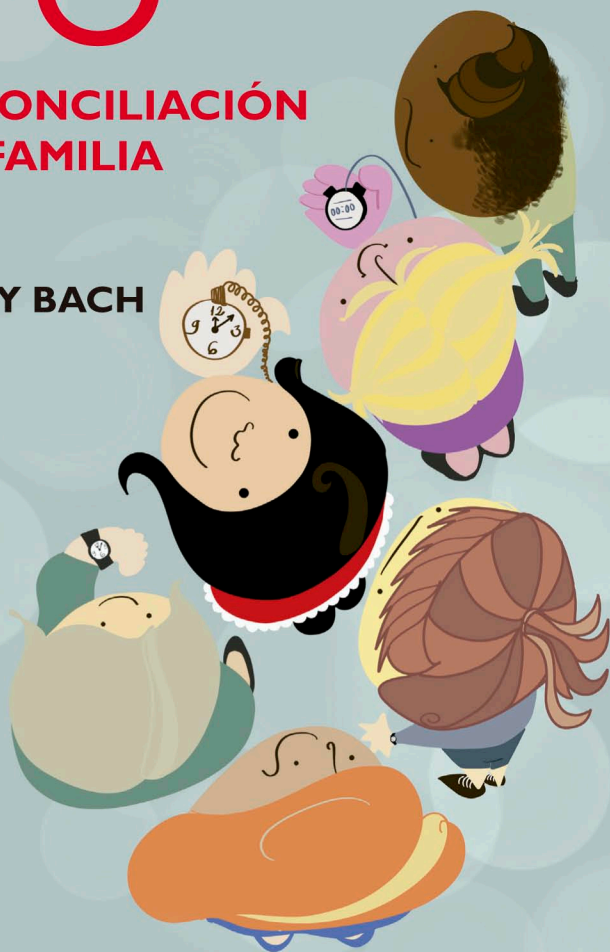


DAME TIEMPO

CUENTOS PARA LA **CONCILIACIÓN**
ENTRE **TRABAJO Y FAMILIA**

CARMEN GUAITA,
IGNACIO BUQUERASY BACH
(COORDS.)

ILUSTRACIONES DE
MARTA MARBÁN



COMPRA *ONLINE*
EN **PPC-EDITORIAL.ES**



fundación sm



DAME TIEMPO

CUENTOS PARA LA **CONCILIACIÓN**
ENTRE **TRABAJO Y FAMILIA**

CARMEN GUAITA,
IGNACIO BUQUERASY BACH
(COORDS.)

ILUSTRACIONES de **MARTA MARBÁN**

PRÓLOGO de **JAVIER URRÁ**
EPÍLOGO de **JOSÉ LUIS CASERO**, presidente de ARHOE



fundación sm



Con relatos de Carmen de Alvear, el Padre Ángel, Daniel Arasa, Alberto Arroyo de Oñate, David Betoret y Sara Catalá, Ángel Durández, María Ángeles Fernández, Federico Fernández de Buján, Elsa González y Elsa Tadea, Sara González Veiga, Carmen Guaita, Antonio Hernández, Nieves Herrero, Federico Mayor Zaragoza, Enrique Montiel, Pedro Núñez Morgades, Sagrario Pinto, Irene Pomar, Jorge Pozo Soriano, Manuel Francisco Reina, Pedro Ruiz, Pilar Tabares, Pastora Vega y las niñas Ángeles Bazán y Verónica Marcos.

Edición a beneficio de Aldeas Infantiles, Mensajeros de la Paz y UNICEF

Diseño de cubierta: Estudio SM

© 2019, Carmen Guaita e Ignacio Buqueras y Bach

© 2019, PPC, Editorial y Distribuidora, S.A.

Impresores, 2

Parque Empresarial Prado del Espino

28660 Boadilla del Monte (Madrid)

ppcedit@ppc-editorial.com

www.ppc-editorial.com

ISBN 978-84-288-3416-2

Depósito legal: M 18094-2019

Impreso en la UE / Printed in EU

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la Ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de su propiedad intelectual. La infracción de los derechos de difusión de la obra puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y ss. del Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos vela por el respeto de los citados derechos.

¿POR QUÉ ESTE LIBRO?

Dame tiempo es un libro para los niños y adolescentes que debe ser leído también por los padres y educadores y por los responsables del mundo de la política, la empresa y la sociedad.

Sus protagonistas son niños y niñas, familias, relojes, el cariño y el tiempo necesario para demostrarlo. Están escritos con el corazón y la generosidad de muchas personalidades de la vida española: algunos de ellos, escritores con larga trayectoria; otros, reconocidos profesionales de distintos campos; otros, jóvenes que comienzan a caminar. A todos les preocupa la difícil conciliación de la vida personal, familiar y laboral.

Los horarios laborales –es incuestionable– nos separan del contexto europeo y constituyen la gran asignatura pendiente que tiene la sociedad española. En Europa somos una singularidad: desde 1940 no estamos en el huso horario que nos corresponde, el del meridiano de Greenwich; iniciamos nuestras jornadas laborales en horas similares a las de los demás europeos y las finalizamos dos o tres horas más tarde; dedicamos al almuerzo dos o tres horas, cuando en los demás países le dedican entre 45 y 60 minutos; nuestro *prime time* televisivo termina pasada la medianoche, en el resto de Europa finaliza entre las 22,30 h y las 23 h; somos los que menos dormimos, y ello afecta a la productividad, la conciliación y la salud.

La sociedad hoy es sensible a la necesidad de un cambio profundo en los horarios. Empezamos a dar valor al tiempo, que a todos nos iguala. Diariamente, todos disponemos de 86.400 segundos. La conciliación de la vida personal, familiar y laboral, la corresponsabilidad, la igualdad, la productividad y nuestra felicidad dependen de cómo los empleemos.

Además, somos conscientes de que una distribución más racional del tiempo es exigencia educativa. Los niños tienen derecho a convivir con su familia; el tiempo que pasan con ella es la base de su equilibrio vital, de sus hábitos y de su aprendizaje; todo lo demás –actividades extraescolares, cuidadores...– apenas cumple una labor de aparcamiento. Con esta certeza, la sociedad entera exige ya que el trabajo sea compatible con la convivencia familiar.

El objetivo de este libro es, precisamente, subrayar esta exigencia. Agradecemos profundamente a Javier Urrea, Carmen de Alvear, el padre Ángel, Daniel Arasa, Alberto Arroyo de Oñate, David Betoret y Sara Catalá, Ángel Durández, María Ángeles Fernández, Federico Fernández de Buján, Elsa González, Elsa Tadea, Sara González Veiga, Antonio Hernández, Nieves Herrero, Federico Mayor Zaragoza, Enrique Montiel, Pedro Núñez Morgades, Sagrario Pinto, Irene Pomar, Jorge Pozo Soriano, Manuel Francisco Reina, Pedro Ruiz, Pilar Tabares, Pastora Vega y las niñas Ángeles Bazán y Verónica Marcos que hayan querido embarcarse con nosotros en esta importante y trascendente aventura.

IGNACIO BUQUERAS Y BACH,
CARMEN GUAITA

PRÓLOGO

LOS NIÑOS Y EL TIEMPO

JAVIER URRÁ

Académico de Número de la
Academia de Psicología de España,
primer Defensor del Menor

Si hay algo que avanza y no vuelve atrás es el tiempo. Y, sin embargo, pocos conceptos tan inaprensibles, tan relativos.

Publicaba recientemente en la editorial Morata un libro que une tiempo y espacio, y que lleva por título *Nostalgia del más allá*.

Déjenme cuchichear con ustedes desde la imaginación unas palabras sobre ese niño que todos llevamos con nosotros y que vive de manera intemporal un presente continuo. El concepto de tiempo es abstracto. Antes de los dos años, la percepción temporal del niño es puramente fisiológica. De tres a cuatro años empieza a clasificar la sucesión de acontecimientos. Es a los cinco o seis años cuando distingue el antes del después o el mañana del ayer. Y en la edad clave de los siete años es cuando podemos hacerle entender que será la próxima semana cuando visitemos al abuelo.

Ya de adultos sabemos que una conferencia de una hora que empieza tediosa es agotadora, y es que no pasa el tiempo.

Sin embargo, cuando estamos a gusto, el tiempo fluye de manera vertiginosa.

Nos cuesta pasar los días, las semanas, los años y, sin embargo, al mirar atrás es fácil decir: «Parece que fue ayer», o «la vida ciertamente es muy corta».

Y qué decir de la espera, por ejemplo, de la noche de Reyes, aquella en que el segundero lo marcan los latidos del corazón.

Es bonito ceñirse a emitir un mensaje de un minuto, exige ser selectivo. Y ya anticipamos las denominadas últimas horas de nuestra vida.

El tiempo: por una décima de segundo se gana o se pierde una medalla de oro. El tiempo cronológico, el emocional, el climático, el estacional. Todos sabemos que no es lo mismo un minuto dentro del WC que con necesidad fuera del mismo.

Miren el tiempo y los niños; quizá sea el tiempo y la existencia, porque no me negarán que con los años volvemos a ser cada vez más niños: fíjense en cómo terminó pintando Picasso, o percátense de lo que un anciano estima esencial: el contacto, la palabra cálida, una tierna sonrisa, el juego.

Sí, es verdad que los niños poco anticipan, que generalmente no hacen uso de la memoria, repito, viven el aquí y el ahora. Por eso, cuando un niño es llamado y dice: «Ahora voy», y tarda, y tarda, no está engañando.

Tiempo ha que, el día de la primera comunión, el padrino o el abuelo, alguien muy significativo, regalaba al niño que celebraba tan solemne y religioso acto un reloj.

El reloj que tantas veces se mira a lo largo de una existencia y que sirve como ejemplo a los psicólogos jurídicos para

demostrar que los testimonios, que la atención, en muchas ocasiones, falla. No mire usted el reloj, no mire usted el reloj y dígame: ¿tiene números romanos o rayas? En el mejor de los casos, dudará.

El ser humano es muy de convenciones y se abraza al primero que tiene al lado cuando dan las campanadas de un nuevo año, y celebra o se disgusta cuando cumple otro año.

El tiempo y los niños. A veces los padres no quisieran que pasase el tiempo para que sus hijos siempre fueran unos bebés, para poder cuidarlos, pero el proceso no es así, y a veces, mirando la edad de nuestros hijos, empezamos a constatar que somos mayores, bastante más mayores de lo que generalmente estimamos.

Hay quien querría volver a tener dieciocho años, los hay que están muy a gusto en la fase que la vida les ha permitido vivir.

Estas palabras no son de psicología evolutiva, son palabras sin tiempo, sí, atemporales. Una ensoñación, como cuando uno sueña estar despierto y, al despertar, aprecia que está soñando.

Y, cuando decimos el niño y el tiempo, hemos de plantear cuándo y dónde se ha nacido.Cuál es la esperanza de vida en ese lugar. Si hay algo consustancial a los niños es su imaginación, su capacidad para desplazarse en tiempo y en espacio.

Por contra, vivir en sociedad exige limitar nuestras conductas y amoldarnos también en los horarios. Los niños precisan constancia, la limitación, la hora del baño, la de sueño. Y hete aquí que España se caracteriza por un des-

ajuste horario grave. Nos acostamos muy tarde, dormimos poco.

Mi admirado y querido Ignacio Buqueras y Bach lleva tiempo luchando por la racionalización de los horarios; no se puede ser más Quijote en este país. Pues lucha contra los hábitos mal adquiridos.

Recuerdo mirar con detenimiento el reloj de arena. Ahora me llama la atención la austeridad del reloj de sol.

A mí, personalmente, me gusta llevar siempre un buen reloj, y, sin embargo, no son pocas las personas que, cuando inician sus vacaciones, se desprenden de ese instrumento horario.

El tictac parsimonioso, previsible, es lo opuesto a la ansiedad del niño. El tictac de un reloj por la noche puede adormecerte o desvelarte.

Y, cuando se tiene mucho sueño y se prevé que en breve suene el despertador, ¡qué sensación de impotencia!, y aun de desamparo.

El tiempo, qué gran tema. La espera, de un autobús, de un ser querido. La espera en una consulta médica, de una sentencia judicial.

Cadena perpetua o un tiempo que no avanza mientras el cuerpo envejece.

Hay quien quiere que lleguen rápido los viernes, las Navidades, las vacaciones estivales, y se le va la vida.

Si hay alguien que sabe emplear el tiempo, vivir el tiempo, son los niños, y, sin embargo, muchos adultos se confunden y creen que pierden el tiempo.

Lo triste, lo realmente triste, es matar el tiempo. Permítale al niño que va con usted un guiño, un jugar con el tiempo.

TIEMPO DE VIVIR. UNA REFLEXIÓN PARA LOS PADRES DE LOS LECTORES DE ESTOS CUENTOS

CARMEN GUAITA

Mi padre me enseñó solamente dos cosas:
a escuchar a los demás y a medir el tiempo.

MARÍA ZAMBRANO

Hola mamá, hola papá, ¿cómo estáis?

A simple vista se adivina que muy implicados en vuestros roles de padres jóvenes y trabajadores. Tal vez convivís en pareja, como tantos; tal vez, como tantos, estáis solos. El caso es que vais a velocidad supersónica durante el día entero y hay mañanas, al llegar al trabajo, en que no sabéis si habéis desayunado una tostada o un par de calcetines.

Sacar adelante la tarea profesional y a los hijos sustenta una paradoja que descorazona un poco: cuando ajustamos las prioridades a ese orden exacto –profesión y familia–, nos encontramos con frecuencia a punto de estallar, agobiados, estresados, insomnes, culpables de casi todo y muertos de agotamiento. Pero cuando el orden se invierte –hijos y trabajo–, podemos sentir los mismos síntomas de desequilibrio. ¿Por qué sucede esto?

Crear una familia supone un compromiso de vida, tal vez el más importante; del trabajo dependen buena parte de la realización personal y, desde luego, el sustento. Si estos dos ámbitos se situaran en los platillos de una balanza, nosotros actuaríamos de peso hacia uno u otro, pero siempre como yo, una persona plena que no se puede desdoblar, de ahí la dificultad. El fiel de esa balanza es el tiempo. Él tiene la clave, así que nos conviene reflexionar sobre su significado y, desde luego, aprender de quienes mejor lo entienden, que son los niños.



Las tres dimensiones del tiempo

Todos sabemos que el tiempo es mucho más que el paso de las horas; sin embargo, precisamente porque vivimos en él,

disueltos como la sal en el agua del mar, no nos resulta fácil entenderlo. La verdadera comprensión del tiempo sigue siendo patrimonio de los sabios. No de los intelectuales, ojo; quiero decir de los abuelos que cuentan historias, de quienes modelan el barro, componen sinfonías, escriben poemas, meditan al modo místico o esperan los resultados de experimentos científicos. Y, por supuesto, de los niños.

Habitualmente, vivimos atrapados por el tiempo que se puede contar y medir, marcado por el movimiento de los astros. A lo largo de la historia, los seres humanos hemos organizado nuestros días con la arena de la clepsidra, las campanadas del carillón o la alarma del *smartphone*. El tiempo cronológico es la sustancia inasible que se malgasta en un atasco de tráfico; el déspota que marca nuestros horarios de trabajo; el alimento ajeno que devora con glotonería un jefe pesado. Esta variedad del tiempo pasa y no vuelve, se mide y se pierde. Hace crecer a nuestros hijos cuando no estamos delante y saca a la luz defectos de nuestro cuerpo que no habíamos visto antes. Luis de Góngora lo describe de esta manera en un soneto que se titula «De la brevedad engañosa de la vida»:

Mal te perdonarán a ti las horas.
Las horas que limando están los días,
los días que royendo están los años.

En la mitología griega, Cronos, el dios del tiempo, devoraba a sus hijos. Mucho me temo que hoy lo sigue haciendo. A qué negarlo, los horarios mandan. La mayoría de nues-

tras dificultades está relacionada con el tiempo que podemos dedicar a las cosas y al orden de prioridades en que las hemos situado. Una vez escuché a Ferran Adrià exponer la receta de la creatividad: «Pasión por lo que se hace, riesgo, afán por compartir, tiempo y libertad». Aunque estemos dispuestos a poner en juego la pasión, las ganas de compartir y el riesgo, nadie duda de que, para ser plenamente creativos –es decir, capaces de encontrar soluciones nuevas a los problemas viejos–, necesitaríamos un poco más de tiempo y libertad.

Pero hay otras dos dimensiones del tiempo, simultáneas, que pasan inadvertidas ante la fuerza de los cronómetros y, sin embargo, son esenciales. Una de ellas es la duración completa de nuestra vida: una incógnita que acaricia los bordes del misterio. Conviene pensar de vez en cuando en ella para agradecer el inmenso regalo que es un amanecer de lunes, con sus prisas y sus nervios. Si comprendiésemos que «cada segundo es un instante más y un instante menos», como suele decir Federico Mayor Zaragoza, tal vez nos tomaríamos con menos drama algunos problemas, ordenaríamos de otra forma la escala de valores y tendríamos más cosas en cuenta.

Existe además otra dimensión del tiempo, tal vez la más próxima a su esencia. En la Grecia clásica se denominaba *kairós* –que significa «la oportunidad»– y nos habla del momento presente.

Si fuésemos capaces de observar al microscopio nuestra propia historia, veríamos una cadena de instantes que interactúan entre sí y en relación con los demás. Esta sucesión

de emociones, sentimientos, proyectos, sueños, alegrías, tristezas, actos, palabras y silencios convierte a cada uno de nosotros en persona única, distinta a quienes hayan existido y existirán, siempre la misma en el fondo pero nunca igual.

Esas tres dimensiones temporales –el reloj, la duración de la vida y el presente– constituyen nuestro marco de referencia. Y es que el tiempo está personalizado. Si lo observamos bien, comienza con nuestro nacimiento y llega a su final en nuestro último día. El tiempo somos cada uno de nosotros, por eso nadie puede escribir un libro sobre él, pero, a la vez, sobre él –literalmente mientras dura– relatamos nuestra historia.

La prisa del hoy, la memoria del ayer y las expectativas para el futuro están relacionadas con ese don que nos ha sido otorgado para vivir. Esa paradoja de la que hablábamos al principio proviene de haber olvidado que el tiempo es una categoría vital y de haber otorgado todo el poder a una sola de sus dimensiones. Porque, debemos reconocerlo, los minutereros mandan mucho y hoy es la alarma del *smartphone* la que rige las decisiones de nuestra vida.

El reloj, príncipe de nuestro tiempo

Todos aquellos que en 2001 tuvieran más de ocho años recuerdan con seguridad qué estaban haciendo el 11 de septiembre de aquel año, cuando cayeron las Torres Gemelas del World Trade Center. A miles de kilómetros de distancia, con varios husos horarios de diferencia, dondequiera que

estuviésemos, aquel suceso nos conmocionó tanto como a los neoyorkinos, y lo hizo en el mismo instante. Aquella mañana, tarde o noche del mundo se abolieron las dos referencias básicas para el ser humano: el espacio y el tiempo. La ubicación física, aquí, y la ubicación psíquica, ahora, dejaron de ser intuiciones para sumarse a un magma común que comenzaba a denominarse «globalización». Desde entonces hasta hoy hemos profundizado en ese proceso y ya *aquí* es todo el universo –incluso lo llevamos en la mano– y *ahora* es siempre.

Ninguna época de la historia ha acumulado mayores conocimientos ni los ha convertido en algo tan fácilmente accesible. A cambio, seguimos comportándonos como si las instrucciones de la vida fuesen completamente desconocidas. Por ejemplo, promovemos –o aceptamos sin rechistar– el sacrificio del bienestar personal ante la fuerza de lo económico, de tal manera que hoy más que nunca el tiempo es dinero, y en ocasiones ni siquiera mucho. De ahí a las jornadas laborales interminables o la invasión de la esfera privada por el trabajo no hay más que un paso, y ya lo hemos dado.

Como sistema de valores, nuestra sociedad contiene demasiada indiferencia, demasiada inmediatez. No pensamos en consecuencias a largo plazo, en lo que estamos haciendo con la Tierra y con la infancia. Nuestra vida no parece una historia singular, sino un *carpe diem* mal interpretado. En vez de entenderlo como «conviértete en el dueño de tu día», se nos dice que debemos vivir como si cada día fuera el último, es decir, en la agonía. Las preguntas clásicas –¿qué puedo saber?, ¿qué debo hacer?, ¿qué me cabe esperar?– se con-

vierten en absurdas para quien puede saberlo todo, hacerlo todo, esperarlo todo. Y, en cuanto a la pregunta clave –qué es el ser humano–, la respuesta contemporánea es: un adolescente eterno.

Si el espacio deja de ser un límite y ya no percibimos el tiempo como un proceso, no hay sitio para las virtudes. Aunque la palabra suene antigua, sigue significando «comportamiento valioso que conduce a una vida buena y feliz», como la definió Aristóteles. La ética es el resultado de una toma de decisiones y, por tanto, precisa de tiempo por delante: hacer una promesa y cumplirla, por ejemplo. La crisis moral que todos percibimos proviene de nuestra obediencia a lo inmediato y, en consecuencia, al olvido de lo que es o no es bueno, un «músculo» que percibe las consecuencias de los actos.

Sin embargo, aunque tal vez no pensemos en ello, seguimos necesitando mirar lo que nos rodea, pensar en lo que nos sucede, preguntarnos quiénes somos. Todos intuimos que el vértigo de la actualidad no es la plenitud y que necesitamos una dimensión interior. Intuimos, por ejemplo, que desempeñar bien la tarea de la paternidad obliga a realizar un viaje hacia el corazón con decisión personal y consciencia.

Y, si saboreamos estas palabras –viaje, consciente, ser–, nos daremos cuenta de que estamos hablando de la dimensión psíquica del hombre: el tiempo. De nuevo lo tenemos aquí. Aun hoy, bajo la tiranía del reloj, el tiempo permanece como categoría esencial de la existencia humana, y continúa asociado de manera indisoluble a la educación de los hijos.

Todo tiempo es tiempo de vivir.

Tiempo y oportunidad

El secreto para entender el tiempo es profundizar en su dimensión de oportunidad. Así es como lo toma la infancia. Los niños se desenvuelven en un presente absoluto –solo aquí y ahora puedo afirmar que estoy vivo–, por eso nunca se compadecen de sí mismos ni se agobian con las incógnitas del mañana. Juegan un partidillo de fútbol y lanzan el balón con la intensidad de una final de campeonato; dibujan un árbol –un león, un dinosaurio, una mariposa– pleno de mil detalles que han observado; los niños más golpeados por la adversidad son capaces de aprender cosas nuevas cada día, como saben bien quienes los acompañan en hospitales o casas de acogida. La infancia, con su curiosidad insaciable, nos dice que hay una manera más consciente de vivir. Nos hace saber que es posible comprender mejor el privilegio de la existencia, disfrutarlo con la mente más abierta, controlar mejor el tiempo y sus tiempos. Más allá del reloj existe una dimensión que espera nuestra capacidad de estima.

¿Somos aquello en lo que trabajamos?

Esta reflexión comenzaba aludiendo a los platillos de una balanza: trabajo y familia. Puede ser importante reconocer y expresar nuestras certezas sobre ellos. Por ejemplo, nuestra relación con el trabajo.

La vida profesional es importantísima por la cantidad de horas que le dedicamos y la calidad del espacio –priorita-

rio— que ocupa en nuestra vida, así que merece la pena preguntarnos qué nos aporta.

Puede deslumbrarnos la certeza de ejercer una profesión llena de sentido que por sí misma produce felicidad aun a costa de enorme exigencia. Esto sucede si se pueden poner en juego todas las cualidades personales. Cuando hablamos de vocación, nos referimos a ese punto en el cual lo que uno hace se conjuga bien con lo que desea y piensa, y con aquello para lo que vale. Dichosos quienes tienen la fortuna de realizarse profesionalmente de esa forma.

Por otra parte, podemos reconocer que no desempeñamos una tarea épicamente satisfactoria, pero la cumplimos sin mayor problema. Seguramente esto sucede porque encontramos cada día al menos un aliciente: un servicio prestado, un problema que pudimos solucionar. Entonces el tiempo dedicado al trabajo también nos ofrece oportunidades. No nos maltrata.

Pero puede surgir, por el contrario, la certeza de que vivimos para trabajar en algo que no tiene sentido. Entonces somos infelices. No encontramos el «para qué» de nuestro esfuerzo o es exclusivamente el dinero. La vida laboral puede ser entonces una fuente de frustración e incluso de amargura. Quien llegue a esta certeza tiene profundas preguntas que responder y serias decisiones que plantearse.

Pero, además, mamá y papá tienen hijos. Por tanto, se hallan también ante otra dimensión, la familiar, que es aún más esencial y duradera.

La memoria puede recorrer de nuevo el camino de aquellos jóvenes que entraron en la vida profesional y luego tomaron la decisión de crear una familia. Seguramente, de aquel pe-

ríodo intenso solo podrán evocar fragmentos sueltos, como si la memoria no deseara revelar sus secretos. Sin embargo, desde un lugar más profundo les llega la seguridad de que ese hijo modificó su escala de valores. Hubo un momento sin fecha en que el miedo a lo desconocido se convirtió en valentía; otro en que renunciaron a lograr todos los propósitos de su adolescencia; otro en que la mirada del hijo sobrepasó los estándares anteriores de la felicidad; un momento en que terminó eso de dormir a pierna suelta; en que comenzaron a mostrar el mundo a un pequeñuelo y compartieron su asombro. En esos instantes, su hija o su hijo les abrió su corazón, los convirtió –de alguna manera– en omnipotentes, los amó profundamente. Casi siempre pensamos en cuánto queremos a los hijos y en los sacrificios que les ofrecemos; muy pocas veces somos conscientes de lo mucho que nos quieren y nos necesitan ellos, de todo lo que nos perdonan, de cuántas oportunidades nos ofrecen. Por eso es importantísimo comprender que cada segundo de convivencia familiar es una oportunidad real de felicidad.

Así que, ¿somos aquello en lo que trabajamos? Somos lo que somos, y eso incluye el trabajo, por supuesto, pero, sobre todo, la vida privada, que es nuestra faceta interior.

El decálogo de los niños

Para comprender mejor lo que significa el tiempo en la vida de familia conviene distinguir lo superfluo de lo importante; o al menos lo importante de lo esencial.

ÍNDICE

¿POR QUÉ ESTE LIBRO?, <i>Ignacio Buqueras y Bach,</i> <i>Carmen Guaita</i>	5
PRÓLOGO. LOS NIÑOS Y EL TIEMPO, <i>Javier Urra</i>	7
TIEMPO DE VIVIR, UNA REFLEXIÓN PARA LOS PADRES DE LOS LECTORES DE ESTOS CUENTOS, <i>Carmen</i> <i>Guaita</i>	11
Las tres dimensiones del tiempo.....	12
El reloj, príncipe de nuestro tiempo.....	15
Tiempo y oportunidad.....	18
¿Somos aquello en lo que trabajamos?.....	18
El decálogo de los niños.....	20
La profesión de padre y madre	23
Bienvenido, momento presente	29
El sexto sentido	31
Eres un presente	33
¿Y por qué nos lo ponen tan difícil?	34

CUENTOS PARA LA CONCILIACIÓN ENTRE TRABAJO Y FAMILIA

1. TIC, TAC, TIC, TAC... ..	39
EL TIEMPO Y YO. BREVE CUENTO RETROSPECTIVO, <i>Federico Mayor Zaragoza</i>	41

LA CARRERA DEL RELOJ, <i>Elsa González, Elsa Tadea</i>	45
CARLOS Y LAS MANECILLAS DEL RELOJ, <i>Pedro Núñez Morgades</i>	49
LA IMPORTANCIA DE TRES SEGUNDOS PARA TODA UNA VIDA, <i>Ángel Durández</i>	57
LA INCREÍBLE HISTORIA DE DANTE, EL JOVEN QUE GASTÓ TODO SU TIEMPO EN UN DÍA, <i>David Betoret, Sara Catalá</i>	61
¿QUÉ SABES DEL TIEMPO?, <i>Verónica Marcos</i>	69
GUILLE APRENDE A DAR SU TIEMPO, <i>Federico Fernández de Buján</i>	77
EN BUSCA DEL TIEMPO PERDIDO, <i>Pedro Ruiz</i>	81
EL RELOJ DE CUCA, <i>María Ángeles Fernández</i>	85
 2. PADRES E HIJOS	 93
EL RELOJ DE PLOMO, <i>Alberto Arroyo de Oñate</i>	95
PABLO, <i>Enrique Montiel</i>	105
LOS ZAPATOS, <i>Sagrario Pinto</i>	115
SABORES AMARGOS, <i>Jorge Pozo Soriano</i>	123
LA ROSA REGIA, <i>Manuel Francisco Reina</i>	131
EL LADRÓN DE MINUTOS, <i>Pilar Tabares</i>	137
MAQUINETAS, <i>Irene Pomar</i>	143
EL DÍA DE LA MADRE, <i>Pastora Vega</i>	153
A TRAVÉS DEL ESPEJO, <i>Nieves Herrero</i>	159
 3. ABUELOS Y NIETOS	 169
ENTRE LOS MARES Y EL CIELO, <i>Antonio Hernández</i>	171

LA NIÑA QUE BUSCABA SU ESTRELLA, <i>Carmen de Alvear</i>	177
NIETOS, ABUELOS Y PADRES, <i>Daniel Arasa</i>	183
LA CUIDADORA DE SUEÑOS, <i>Sara González Veiga</i> .	193
 4. OTRAS MIRADAS	201
TIEMPO, FAMILIA, <i>Ángeles Bazán</i>	203
ANA Y EL RELOJ DE ARENA, <i>Carmen Guaita</i>	207
¿QUIÉN TIENE MENOS?, <i>Padre Ángel</i>	215
 ALGUNAS IDEAS PARA SEGUIR PENSANDO SOBRE EL TIEMPO	219
LA RACIONALIZACIÓN DE LOS HORARIOS ESPAÑOLES Y LA OPTIMIZACIÓN DEL TIEMPO, <i>Ignacio Buqueras y Bach</i>	225
Introducción	225
Balance	226
Audiencias con los reyes	230
Gratitudes	231
«¿CUÁNTO TIEMPO TIENES PARA MÍ?». CONCURSO ESCOLAR DE ARHOE	235
EPÍLOGO, <i>José Luis Casero</i>	237
BIBLIOGRAFÍA BREVE PARA LAS FAMILIAS	241