

## PREMIO Feel Good®



**La vida es desordenada, variable e imprevisible  
y nunca nos muestra ese guion que siempre  
nos llega sobre la marcha.**

# Va de vida

Lo mejor del camino es compartirlo

**Eduard Sala**

**PREMIO Feel Good®**

Aprendemos de la vida cuando miramos con la mirada adecuada y reconocemos el valor de cada historia en minúscula, es decir, historias de personas singulares con nombres concretos, incluido el nuestro, de las que somos testigos y aprendemos.

Cada uno lleva a cuestas su propia mochila invisible, en la que llevamos todo lo que somos y sabemos hacer, todas nuestras experiencias y relaciones...

***Va de vida***, obra ganadora de la quinta edición del **PREMIO FEEL GOOD™**, es un libro de aprendizajes y de preguntas que surgen de acompañar a personas en situación de extrema vulnerabilidad, a las que les ha tocado vivir en la cara menos amable del mundo, con el viento en contra, la mochila pesada y las puertas cerradas.

Aquí encontrarás un espejo para mirarte y plantearte interrogantes que enriquezcan tu vida, que te inspiren en la elección de tus objetivos y que mejoren las relaciones que estableces contigo mismo y con los demás. Incluso cuando las cosas van mal, la vida es un regalo.

La vida no es sencilla, pero la decisión de celebrarla y de  
vivir cada uno de sus días sí que lo es.



**Eduard Sala Paixau** tiene un apasionante lugar en el mundo, dos hijos estupendos y gente que quiere y que le quiere. *Coach*, formador, licenciado en filosofía y letras y educador social, actualmente es el responsable del Área Social de Cáritas Diocesana de Barcelona. Durante más de doce años ha dirigido diversos proyectos de la Compañía de las Hijas de la Caridad destinados a personas en situación de exclusión social, sin hogar, con drogodependencias, in-

ternas en centros penitenciarios o excarceladas. Buena parte de su trayectoria profesional ha sido responsable de diferentes servicios dirigidos a niños y jóvenes en situación de riesgo y profesor de la Facultad de Educación Social y Trabajo Social de la Fundación Pere Tarrés - URL.

Preguntarse por lo esencial requiere serenidad, como cuando paseas, sin prisa, disfrutando del paisaje.

### **Fragmento del prólogo: *Antes de empezar a andar***

Creo que demasiado a menudo pasamos por la vida sin vivirla y que aún no se ha inventado el banco que nos conceda un crédito de tiempo extra para poder vivir todo aquello que nos hubiera gustado vivir, y no hemos vivido, cuando nos llega la muerte.

Porque no hay ningún banco que pueda prestarnos más años, más meses, más semanas, ni siquiera más días o más segundos de vida.

A menudo, las circunstancias, el entorno, las situaciones por las que atravesamos pueden parecernos condicionantes insalvables para conseguirlo. Sin embargo, ¿en qué más podrías usar el tiempo que tienes?

¿En qué otras actividades podrías usar tu vida sino en vivir?

¿Y por qué vivir de manera superficial y en versión reducida, si puedes gozar de la VIDA con sentido y ayudar a otras personas a disfrutarla así, en mayúsculas?

Dejar de hacerse preguntas es como morir un poco.

## Fragmento del libro

Como la esperanza que sostuvo a Susan B. Anthony, a Helen Keller, a Gandhi, a Malala, a Martin Luther King, pero también a la señora María, a Samira, a Iván o a Ahmed.

Cuando todo parece completamente perdido, esa luz, por más pequeña que sea, puede ser una esperanza. Es la luz de aquellas personas que soportaron los campos de concentración o de refugiados, las pateras o los peligrosos bajos de los camiones.

De esa luz interior habló el dramaturgo y político checo Václav Havel. Ya presidente del país, le preguntaron cómo había podido mantener la esperanza durante los años en que fue represaliado por defender la Primavera de Praga y oponerse a la ocupación soviética. Durante décadas, nadie podía vislumbrar la caída del régimen soviético que llegaría con la Revolución de Terciopelo.

Havel contestó *«la esperanza es un estado del alma que no tiene relación con el entorno que nos rodea [...]. La esperanza no es la convicción de que las cosas saldrán bien, sino la certidumbre de que algo tiene sentido sin importar el resultado final»*.

Es esa luz interior que también alumbró a Mandela y a tantos otros durante años de oscuridad y cautiverio. Fue esa luz interior la que llevó a Havel a la presidencia de Checoslovaquia, primero, y de la República Checa después. Por eso podemos ser luz para otros incluso cuando nuestras pilas parecen agotadas.

## **PREMIO Feel Good®**

Vivimos en un mundo donde existe demasiado pesimismo, y ha llegado el momento de cambiar la situación. Por eso, **Plataforma Editorial** y **“la Caixa”** ponen en marcha el **PREMIO FEEL GOOD™**, un certamen literario cuyo fin es impulsar el optimismo entre escritores y lectores, a

partir de historias con autenticidad y sentido que transmitan alegría y bienestar, que contagien ideas positivas y que sobre todo ayuden a ser más fuertes, más sanos y más felices.

El **PREMIO FEEL GOOD™** tiene una dotación económica de 5.000 € que asume íntegramente “**la Caixa**” e incluye la publicación de la obra.

Los ganadores de las anteriores ediciones fueron **Paco Moreno**, con ***Mi lugar en el mundo*** (1º ed.), **Boris Matijas**, con ***Cuenta siempre contigo*** (2º ed.), **Mari Ros Rosado**, **Juan Manuel Aznárez** y **Sergio Aznarez**, con ***La sonrisa verdadera*** (3º ed.) y **Susana Rizo**, con ***Las vidas que te prometí*** (5º ed.).



## **Va de vida** Lo mejor del camino es compartirlo **Eduard Sala**

Páginas: 208

PVP 18 €

ISBN: 978-84-17886-35-6

Editorial: [Plataforma Editorial](https://www.plataformaeditorial.com)