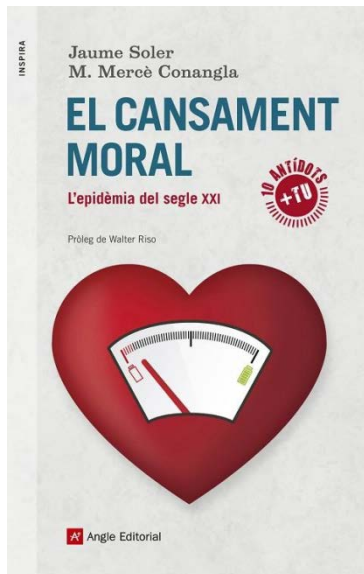


DOSSIER DE PREMSA



"Recomano aquest llibre perquè cadascú reflexioni sobre la seva pròpia existència, sobre el món, les persones i el futur."

Walter Riso

És fàcil detectar entre els nostres coneguts i en la nostra societat una sensació de cansament psicològic i emocional que sembla estendre's i fer-se cada vegada més profunda. Malgrat que al món passen fets extraordinaris i positius, el cert és que els esdeveniments negatius ens aclaparen i saturen, perquè s'afegeixen a les exigències terribles del ritme de vida actual, dominada per la tecnologia, les urgències, les frustracions i l'absència d'un sentit vital.

El resultat és un enorme desgast emocional: el que els autors anomenen el **Cansament Moral**, un malestar contemporani tan universal que només pot qualificar-se com «la gran epidèmia del segle XXI».

Per afrontar-la Soler i Conangla han triat deu persones referents com a models inspiradors que evidencien que la proposta del llibre és possible. Els lectors trobaran deu antídots en forma de valors-acció per protegir-se d'aquesta epidèmia i millorar la seva qualitat ètica i emocional. *Perquè un món diferent no pot ser construït per gent indiferent*

"Cansament Moral: esgotament ètic, incapacitat de fe de les nostres vides una obra d'art, d'esculpir la nostra pròpia estàtua... Defallir en una il·lusió cada vegada més fràgil i feble. Carència de potència en acte, és a dir, de virtut d'acció. Parafrasejant Kant: ser només espectadors i no actors; en el **Cansament Moral, ens transformem en un espectador passiu i inert de l'existència personal i holística. Ja no podem percebre'ns conformant part d'un tot que ens inclou i ens dóna sentit.**

L'ètica és l'art de saber viure, la moral respon a com hem de comportar-nos.

*[...] Aquest magnífic llibre conté un ensenyament bàsic: fer-se càrrec d'un mateix (el TU) sense mestres ni gurus, responsabilitzar-se de tu mateix, ser la teva pròpia llum sota el guiatge de la virtut (entesa com l'esforç d'actuar bé)". **Walter Riso**, del pròleg del llibre.*



Jaume Soler i M. Mercè Conangla, reconeguts professionals en l'àrea de la psicologia, el creixement personal i la gestió emocional, són els creadors del model «Ecologia Emocional» (2002).

Jaume Soler és fundador i president de Fundació Àmbit Ecologia Emocional (1996) i **Maria Mercè Conangla** és directora de l'Institut d'Ecologia Emocional (amb seus a Mèxic, Madrid, Saragossa

i Barcelona) i de la Universitat@rtdelviure, que despleguen els innovadors projectes creats conjuntament: Màster d'Ecologia, Universitat@rtdelViure, Comunitats Educatives CAPA, Organitzacions Emocionalment Ecològiques i el Segell de Qualitat Emocional. Entre altres títols han escrit: *Ecologia Emocional per al nou mil·lenni; Aplícate el cuento; Corazón que siente, ojos que ven; Sense ànim d'ofendre; Emocions: les raons que la raó ignora* (amb coautoria de la seva filla Laia Soler) i, en aquesta mateixa col·lecció, *Les vint perles de la saviesa. Fer-nos savis abans de fer-nos grans i No són contes, és la vida! Relats d'ecologia emocional*. La seva curiositat i ganes d'aprendre els mou a viatjar pel món impartint conferències i formant professionals, a més de col·laborar amb nombrosos mitjans de comunicació i diverses universitats.

*"El bé i el mal poden tenir rostres semblants però, en cap cas, el mateix fons. Ja no es tracta d'interpretar el món, sinó de transformar-lo a millor. L'epidèmia de **Cansament Moral** només podrà eradicar-se quan deixem de buscar culpables i assumim la nostra responsabilitat en aquesta plaga. Responsabilitat 100% dins del marge de control de què disposem en cada cas. [...] Moltes persones petites, en llocs petits, fent coses petites podem canviar el món... a millor!"* **Jaume Soler i M. Mercè Conangla**

 **Angle Editorial**

Preu: 17,90 €

Col·lecció: Inspira, núm. 54

ISBN: 978-84-16139-69-9

Nombre de Pàgines: 320