Lectures que milloren el món de l'educació (11)

written by Josep Maria Canal | 24 de July de 2024



Lectura d'estiu; Una bona vida. El títol que proposem com a lectura d'estiu és inspirador des de la seua portada.

L'estiu sol ser una època en la qual les persones dedicades a l'educació, de l'una o l'altra manera, aconseguim tindre espais, diàlegs i experiències que ens carreguen les bateries amb l'energia necessària per a continuar treballant per a aconseguir millors resultats, relacions excepcionals i per a fer xicotetes o grans aportacions per a millorar els nostres entorns.

Algunes persones preferixen desconnectar, del tot, d'allò que suposa un curs acadèmic. Unes altres preferixen continuar reflexionant d'una forma més distesa sobre aspectes relacionats amb l'educació, i altres persones preferixen continuar treballant incansablement durant les vacacions. Primer de tot, llibertat.

Per a totes elles, tal vegada **una bona lectura** pot contribuir a este benestar a l'estiu. Especialment, este llibre que presentem hui pot servir per a cadascuna d'eixes

preferències. **Reflexionar sobre què diu la investigació que és clau per a tindre una bona vida és d'interés per a totes les persones**.

La investigació del major estudi mundial, l'**Estudi de Harvard sobre Desenvolupament en Adults, dirigit en l'actualitat per Waldinger i Schulz**, ha analitzat, durant més de huit dècades, des de 1938, un gran cúmul de dades arreplegades de les persones participants a nivell mèdic, social, personal, en entrevistes periòdiques, en proves mèdiques, etc., per a poder trobar **evidències dels elements que permeten a les persones millorar les seues vides. L'estudi ha pretés entendre la salut humana buscant aquells detalls que la fan prosperar**, sense buscar aquells que la danyen.

Encara que l'objectiu de la investigació no tinga una fàcil resposta, **en el llibre es mostra que una de les claus més importants i interessants és que el tipus de relacions que es trien amb les persones més properes té un impacte immens en la vida i en la salut**.

I és que, amb relats de les pròpies persones participants, s'il·lustren detalls i conceptes que, si els llegim amb deteniment i els dialoguem amb sentiment, ens poden permetre, si ho desitgem profundament, trobar brillants opcions per a **poder decidir millorar les nostres relacions de tota mena, per a les persones que estimem, així com per a millorar la nostra salut, augmentar el nostre sentit de vida i per a acostar-nos més, per què no, a la felicitat**.

Siga com siga la teua manera de gaudir de l'estiu, este llibre pot ser un perfecte impuls per a una bona vida.

[Més lectures que milloren el món de l'educació]

[Imatge: fotografia de l’autor]