

DOSSIER DE PRENSA



EL SINSENTIDO COMÚN

BORJA VILASECA

Del autor de *El principito se pone la corbata* nos llega una guía para cuestionar el estilo de vida mayoritario y seguir nuestro propio camino.

«Hemos construido un sistema que nos persuade a gastar dinero que no tenemos en cosas que no necesitamos para crear impresiones que no durarán en personas que no nos importan» **EMILE HENRI GAUVREAY**

«Lo que más me sorprende de la humanidad son los hombres que pierden la salud para juntar dinero y luego pierden el dinero para recuperar la salud» **BUDA**

«Aunque la mayoría de personas no van hacia ninguna parte, es un milagro encontrarse con una que reconozca estar perdida» **JOSÉ ORTEGA Y GASSET**

«Cada vez que te encuentres del lado de la mayoría es tiempo de hacer una pausa y reflexionar» **MARK TWAIN**

«Nadie es más esclavo que quien falsamente cree ser libre» **JOHANN GOETHE**

«Nada cambia hasta que deviene insoportable» **JOSÉ ANTONIO MARINA**

«La verdadera profesión del ser humano es encontrar el camino hacia sí mismo» **HERMANN HESSE**

«Buscando el bien de nuestros semejantes encontraremos el nuestro» **PLATÓN**

«No dejéis que el ruido de las opiniones de los demás ahogue vuestra propia voz interior. Tened el coraje de seguir a vuestro corazón. De algún modo él ya sabe lo que vosotros realmente queréis ser» **STEVE JOBS**

Contexto socioeconómico actual

La crisis no es sólo económica. También es una **crisis de valores**. Desde septiembre de 2008 hasta marzo de 2011, más de 2,3 millones de asalariados se quedaron sin empleo en España, según el Ministerio de Trabajo. Es decir, que en menos de dos años y medio la tasa de paro se duplicó, pasando del 10,4% al 21,3%, sumando un total de **4,9 millones de desempleados**, la cifra más alta registrada en la historia de este país. Precisamente por aquellas fechas las grandes corporaciones que forman parte del Ibex35 —como Abertis, BBVA, El Santander, Endesa, Inditex, Repsol o Telefónica—, publicaron el estado de sus cuentas financieras. Y lo cierto es que entre todas establecieron un nuevo **récord histórico**: en el año 2010 obtuvieron un beneficio conjunto de 49.881 millones de euros, un 24,5% más con respecto a los 40.056 millones ganados en el año anterior, según datos de la CNMV.

De hecho, los **sueldos de los accionistas**, los consejos de administración y los altos directivos de estas compañías no dejan de incrementarse. En 2009 —el peor año de la crisis—, estos ejecutivos cobraron **un 15% más que el año anterior**. Es decir, una media de 82.400 euros brutos al mes, el nivel más alto alcanzado nunca por este colectivo. Y en 2010 su salario aumentó de nuevo, hasta alcanzar los **84.000 euros mensuales**, lo que supuso otro récord histórico. Si bien este enriquecimiento de las capas más privilegiadas de nuestra sociedad es totalmente legal y legítimo, se ha producido mientras el resto de ciudadanos se apretaban forzosamente el cinturón.

A pesar de que no suele de hablarse de ello en las noticias, en 2010 al menos seis millones de personas sufrían depresión en España, según un estudio del hospital madrileño Puerta de Hierro. Y es que formamos parte de una sociedad que nos condiciona para pensar y comportarnos de una determinada manera. Esta es la razón por la que la mayoría de nosotros lleva un estilo de vida individualista y materialista, orientado a saciar nuestro propio interés. Sin embargo, el trabajo, el consumo, la imagen y el entretenimiento no consiguen llenar nuestro **vacío interior**. Prueba de ello es que las ventas de **antidepresivos** se han disparado en este país a lo largo de los últimos años. Si bien en 1994 se despacharon 7,2 millones de unidades, en 2009 esta cifra alcanzó los 52 millones, según el Ministerio de Sanidad. Además, desde 2008 mueren más ciudadanos españoles a causa del **suicidio** (con 3.421 casos) que de accidentes de tráfico (3.021), según el Instituto Nacional de Estadística.

Estos datos son sólo la punta de un gigante y oscuro iceberg. A pesar de haberse convertido en un fenómeno normalizado, nuestra sociedad es víctima de una grave enfermedad llamada «**infelicidad**». Lo cierto es que cada vez más personas están padeciendo en una crisis existencial, a partir de la cual dejan de engañarse a sí mismas, reconociendo que su vida carece de propósito y sentido. A raíz de esta crisis, muchos sentimos la necesidad de cambio y la motivación de conocernos mejor. Lo que está en juego es nuestra **libertad** para descubrir quiénes somos verdaderamente, dirigiendo nuestra vida hacia el bien común. Esta es la esencia de la **responsabilidad personal**.

Frente al actual contexto socioeconómico, ¿cómo sería nuestra vida si dejáramos de preguntarnos qué puede hacer la sociedad por nosotros y empezáramos a preguntarnos **qué podemos hacer nosotros por la sociedad**?

El libro

En la línea de divulgadores como Eduard Punset, José Antonio Marina o Joan Antoni Melé, el periodista de *El País* Borja Vilaseca presenta su tercer libro: *El sinsentido común*, cuyo objetivo es democratizar los últimos descubrimientos en el campo de la psicología, la filosofía, la economía y la ecología desde una **perspectiva escéptica y científica**. Es decir, explicar de forma amena y sencilla por qué en general los seres humanos solemos pensar y comportarnos de una misma manera; qué podemos hacer cada uno de nosotros —de forma individual— para iniciar un proceso de transformación; y cuáles son los resultados que están obteniendo las personas que verdaderamente han cambiado su forma de comprender la vida.

La estructura narrativa de *El sinsentido común* representa las tres grandes etapas evolutivas que componen, potencialmente, nuestra experiencia como seres humanos. Así, la primera parte del libro se centra en la «**orientación al propio interés**». Básicamente es una descripción de los pilares que constituyen el denominado «**viejo paradigma**». Es decir, la forma de pensar y de comportarnos con la que hemos sido condicionados por la sociedad, y que actualmente se encuentra en decadencia. Sobre todo porque genera resultados de insatisfacción, tanto en la dimensión personal (vacío y falta de sentido), en la relacional (lucha y conflicto con los demás) como en la profesional (monotonía, estrés e incluso sensación de esclavitud).

Lo cierto es que hemos sido adoctrinados para vivir de acuerdo a unas determinadas creencias, valores, aspiraciones, prioridades, necesidades y motivaciones puramente materialistas. De ahí que la segunda parte del libro —la «**orientación a la transformación**»— sea una invitación para que nos comprometamos con nuestro propio autoconocimiento. En esencia, se explican las claves que posibilitan un «**cambio de paradigma**». Esto es, un cambio profundo en nuestra forma de comprendernos y de relacionarnos con nosotros mismos y con los demás.

Por último, la tercera parte se centra en la «**orientación al bien común**». Y ésta vendría a ser una exposición, a grandes rasgos, de los cimientos que constituyen el llamado «**nuevo paradigma**». Es decir, una nueva manera de pensar y de comportarnos más eficiente y sostenible. Principalmente porque genera resultados de satisfacción, tanto en la dimensión personal (plenitud y sentido), en la relacional (fluidez y armonía con los demás) como en la profesional (creatividad, entusiasmo y autorrealización).

Visita el *trailer* del libro:

<http://www.youtube.com/watch?v=tA3KcujeBzU&feature>

Gráfico resumen del libro



El autor

Borja Vilaseca nació en Barcelona el 4 de febrero de 1981. Como periodista se ha especializado en temas de responsabilidad personal, liderazgo en valores y aprendizaje organizacional. Colabora en «El País Semanal» (EPS) y en el suplemento económico «Negocios», ambos de **El País**. Es el creador del Máster en Desarrollo Personal y Liderazgo de la Facultad de Economía de la **Universidad de Barcelona**, que dirige desde 2009.



También es socio fundador de la consultora **Koerentia**, especializada en potenciar la dimensión humana de las organizaciones, y director de **La Akademia**, un proyecto educativo sin ánimo de lucro orientado a promover el autoconocimiento y la responsabilidad entre los jóvenes. Tratando de averiguar el porqué del vacío existencial que suelen experimentar los seres humanos, a los diecinueve años empezó a interesarse por la psicología y la filosofía occidental.

En 2005 asistió a un curso de Eneagrama que significó un punto de inflexión en su búsqueda. Desde entonces, estudió por su cuenta a los grandes maestros de la sabiduría oriental y profundizó sobre cómo experimentar bienestar y plenitud duraderos formando parte de la sociedad actual. Como consecuencia de este proceso de autoconocimiento descubrió su verdadera vocación. En 2006 comenzó a impartir cursos y conferencias y es autor de los libros **Encantado de conocerme** y **El Principito se pone la corbata**. Actualmente es profesor en Porta22 (Barcelona Activa), en la Fundació Àmbit y en diferentes másteres de *coaching* e inteligencia emocional.

Si quieres saber más sobre el autor y su obra, visita

www.borjavilaseca.com

www.desarrollopersonalyliderazgo.com

www.koerentia.com

www.laakademia.org

Ficha técnica

Título: El sinsentido común

Subtítulo: Una visión alternativa para seguir nuestro propio camino en la vida.

Colección: Vivir Mejor

Fecha de publicación: 5 de octubre de 2011

Precio: 17.00€ // Páginas: 288

Para más información, contacta con el **Departamento de Comunicación:**

Isabel Santos y Ruth González

Editorial **Temas de Hoy**

Departamento de Comunicación

Tel.: 91 423 03 33 / Móvil: 606 564 737

isantos@temasdehoy.es / rgonzalez@temasdehoy.es