

BONDAT I SOLIDARITAT

NEWSLETTER N. 40 - 27 DE MARÇ 2026



Quant pesa un floc de neu?
Res, però pot trencar una branca.
Som bells i fràgils flocs de neu.
I, potser, només falti la teva veu,
la meua veu, la nostra veu,
perquè la bondat, aquest ADN del cor,
s'obri camí.

Soler & Conangla - Bondat en Acció



EDITORIAL

INICIS I FINALS BONDADOSOS

Agraïment profund per les 40 edicions del butlletí "Bondat i Solidaritat"

Per Jaume Soler - Institut Bondat en Acció

Març 2026

Els inicis i els finals poden -i haurien de- ser bondadosos.

Començar un projecte partint d'una cosa que encara no existeix no és fàcil. Cal conjugar molts verbs: *imaginar, pensar, somiar, compartir, crear, treballar, investigar, esforçar-se, solucionar, seleccionar, treballar en equip, plasmar...*

Per aconseguir aquestes 40 edicions del butlletí "**Bondat i Solidaritat**", coeditat per l'Enric Segarra i l'equip de l'**Institut Bondat en Acció** de **Fundació Ecologia Emocional**, ha calgut una potent brúixola, molt de cor i un sentit essencial. Així ha estat que la bondat, en forma de *constància, voluntat, servei, generositat, amor i desig de millorar el món...* hagi acompanyat totes aquestes persones en el seu recorregut durant quatre anys.

El resultat de tot aquest treball està a la vostra disposició a la pàgina web de la Fundació i, estem segurs, que trobareu en la seva lectura i aplicació molta inspiració a fi que la bondat deixi de ser una cosa bonica però abstracte i es converteixi en un valor-acció a aplicar en la vostra vida quotidiana.

Finalitzar un projecte tampoc és gens fàcil. Un final bondadós, ben realitzat, ens permet nous inicis. Agraïr és un requisit per tancar bé un primer recorregut. Obrir-nos a nous escenaris, un altre.

Quin és el millor moment per fer-ho? Com continuar-lo sense la persona que ha estat el motor i l'ha liderat durant tant de temps? ¿Cal fer canvis? ¿Què és possible de fer i què no?

És moment d'agrair: Gràcies, Enric Segarra, per un treball tan valuós que no es pot mesurar en hores, sinó en amor. Un amor que, amb els teus companys i companyes de l'**Institut Bondat en Acció**, has sabut plasmar en cada detall, en cada referència, en cada pel·lícula recomanada, en cada exemple. Sabem que buscar accions bondadoses ha requerit la lupa de la teua sensibilitat, interès per les persones i una perseverança a prova d'obstacles.

Ja estem pensant com continuar el servei. Serà una altra etapa, diferent, en la qual l'Enric estarà present, però d'una altra manera. Hi ha tanta riquesa en els materials realitzats que trobarem formes d'aprofundir-hi!

Us animem a fer-ne una relectura tranquil·la. Hi ha veritables joies en ells!

REFLEXIONS



Del llibre BONDAT EN ACCIÓ

M. Mercè Conangla i Jaume Soler - Amat Editorial

ELS 10 INGREDIENTS DE LA BONDAT

01. Estimar i ser sensible a tota forma de vida (**ecobondat**).
02. Apreciar i tenir cura de la **diversitat**: Reconciliar-se amb el món.
03. Conrear la **tendresa**, el llenguatge secret que ens salva.
04. Practicar la **compassió**. Respira: és la vida.
05. Sembrar **gratitud**, la memòria del cor.
06. Treballar per la **cultura de pau**, reforestant cors.
07. Connectar-se a la **humilitat**, la senzillesa recuperada.
08. Ser amable, l'elegància de l'ànima (**amabilitat**).
09. **Generositat**, obrir el cor i les mans.
10. Conrear la **bellesa**, aquest misteri bell.

EL MILLOR ANTÍDOT DAVANT LA BARBÀRIE

La **bondat en acció** és el millor antídot davant les forces que ens volen deshumanitzar. Ens connecta amb l'esperança en la humanitat perquè:

davant la barbàrie podem crear civilització;
davant la ira, serenitat;
davant l'odi, amor;
davant la intolerància, integració;
davant el patiment, compassió i tendresa;
davant la destructivitat, construir el més bell, bo i millor.

I per aconseguir-ho hem de "mudar emocionalment la pell" i eliminar les cèl·lules mortes de la desesperança i la desconfiança que acaben construint cuirasses que no ens deixen respirar l'aire net de la bondat.

AVÍS PER A USUARIS

Cal que posem la nostra intel·ligència al servei de la bondat. Aquesta fórmula magistral de la bondat està en mans de qualsevol persona independentment d'edat, gènere, raça, cultura, procedència, estatuts, nivell econòmic o educatiu.

És una fórmula gratuïta i senzilla, tot i que no és fàcil.

Té efectes immediats i el seu èxit està garantit.

Pertany a la humanitat sencera.

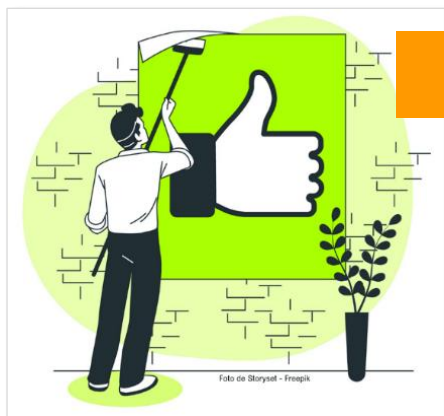
No hi ha drets d'autor, però sí el dret i la responsabilitat d'aplicar-la.

És la base per a la salut emocional, el benestar i la felicitat.

Funciona com una vacuna davant de la destructivitat, davant de tot tipus de violència i, per descomptat, davant de l'assetjament.

Genera immunitat de grup.

Eleva el nostre nivell d'energia i millora el clima emocional del món.



BONES PRÀCTIQUES

LA INVESTIGACIÓN SOBRE LA BONDAD EN ACCIÓN EN EL ESPACIO UNIVERSITARIO

AÚN MUCHO POR HACER

Algunas conclusiones y reflexiones sobre la investigación realizada por Víctor Manuel Santos L.

Observatorio Bondad en Acción

La bondad en las palabras genera confianza.

La bondad en el pensamiento genera profundidad.

La bondad al dar genera amor.

Lao Tsé

Explorar el tema de la Bondad en Acción a través de la investigación realizada ha dejado grandes aprendizajes al respecto y grandes posibilidades para seguir avanzando en esta tarea dentro del contexto universitario, sobre todo cuando hay mucho que hacer al respecto para sembrar las semillas hacia mejores seres humanos.

Sí, el espacio universitario es el territorio donde **se difunde y cultiva el conocimiento**, preparando a las personas en diversos campos del saber, ¿por qué no habría de estudiarse y promover la bondad como un gran objeto de estudio digno de caracterización y profundización que derive en una mejor comprensión y aplicación de su potencial en nuestra sociedad?

Así mismo cabe subrayar que las universidades tienen como otra de sus grandes tareas, la de fomentar y difundir la investigación, justamente con el propósito de expandir el conocimiento, y que este pueda llegar a tener una aplicación en la atención a los problemas que la vida nos presenta.

Este informe partió de esa premisa, investigar si la bondad en acción está presente en el comportamiento de los jóvenes universitarios,

particularmente en la licenciatura en pedagogía considerando que este campo disciplinar presenta posibilidades de continuar explorando y difundiendo las acciones cuando en el futuro, pongan en práctica sus habilidades pedagógicas en escuelas e instituciones educativas. Sin duda la pedagogía puede trazar el camino para trabajar las emociones, los valores, las fortalezas de carácter y las acciones bondadosas y prosociales.

Vale la pena recordar que la investigación de corte exploratorio a manera de diagnóstico sobre el tema utilizó como instrumento de prueba, los reactivos propuestos por Mercè Conangla y Jaume Soler, en su texto *Bondad en Acción. El ADN del corazón*, a partir de los llamados valores – antídoto que los autores consideran más representativos en cuanto a las expresiones de la bondad en los seres humanos. Estos valores fueron identificados por los autores con base en la propia exploración que realizaron sobre la bondad, dando como resultado la integración de 10 valores, expresados de diversas maneras, como una especie de matices o componentes de la bondad, y a la vez como respuesta frente a la indiferencia, desazón y violencia presente en la sociedad actual, de ahí denominarlos **valores - antídoto**.

Con los 10 valores-antídoto reconocibles se fue estructurando un cuestionario que integró 100 reactivos ya presentes en el propio texto, pero para los fines de esta investigación se incluyó una escala Likert para las respuestas y de este modo registrar una gradación en la manifestación de cada uno de los comportamientos y/o actitudes que reflejaban los reactivos.

La distribución del instrumento se dio mediante la plataforma de Google-forms con la idea de lograr el mayor alcance posible entre los estudiantes de la Universidad Pedagógica Nacional, Unidad 095 de la Ciudad de México, particularmente de la licenciatura en Pedagogía, cuya presencia en la escuela es representativa y por las condiciones que la propia carrera representa para trabajar la bondad, como se mencionó anteriormente. (*Sigue en el enlace*)

<https://www.fundacioecologiaemocional.org/la-investigacion-sobre-la-bondad-en-accion-en-el-espacio-universitario/>



ACTES DE BONDAT

Una familia vizcaína construye casa de acogida para madres migradas en Orduña.

<https://www.rtve.es/play/videos/telenorte-pais-vasco/orduna-amets-goien/16907765/>

El consejo de un "cura fantasma" que dio vida a la ONG que nunca deja solos a los niños en el hospital.

https://www.larazon.es/sociedad/consejo-cura-fantasma-que-dio-vida-ong-que-nunca-deja-solos-ninos-hospital_20260131697dc81a2f00a04688efa239.html



Un proyecto de Bizkaia facilita la movilidad de personas dependientes a través de donaciones de ayudas técnicas.

<https://www.rtve.es/noticias/20260126/bultzatu-banco-ayudas-tecnicas/16906907.shtml>

Ola de solidaridad para los afectados por los derrumbes e inundaciones en Andalucía: "Muy orgulloso de los andaluces".

https://www.antena3.com/noticias/sociedad/ola-solidaridad-afectados-derrumbes-inundaciones-andalucia-muy-orgulloso-andaluces_202602096989f5f42f00a0468801b57c.html



Las incubadoras "low cost" cántabras que salvan vidas en Perú.

<https://www.rtve.es/noticias/20260205/incubadoras-low-cost-cantabras-salvan-vidas-peru/16924705.shtml>



PERSONES SOLIDÀRIES

LA INFERMERA EXECUTADA, EDITH CAVELL (1865-1915)

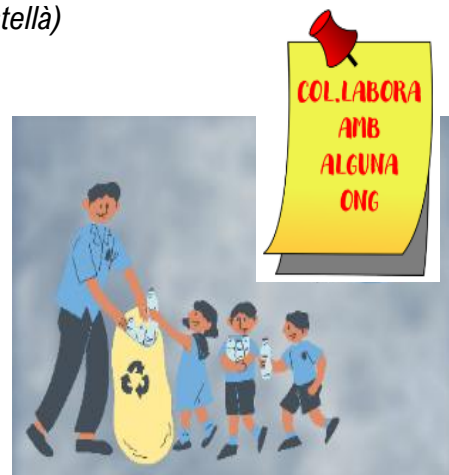
Edith Cavell va ser una infermera que va formar part de la Creu Roja durant la Primera Guerra Mundial. La seva història no hauria transcendit, s'hauria quedat en la llarga llista de dones que van col·laborar durant la contesa a curar malalts, si no fos perquè Edith Cavell va ser executada. L'exèrcit alemany va descobrir la seva doble vida. La raó és que Edith no era només infermera. A més de cuidar els soldats ferits, els ajudava a escapar de les zones ocupades pels alemanys. Malgrat la pressió internacional, sobretot de països neutrals, Alemanya no va dubtar a posar fi a la seva vida. Va ser un gran error. Edith es va convertir llavors en un mite i una icona per a la propaganda aliada.

Una noia solidària

Edith Cavell va néixer el 4 de desembre de 1865 en una localitat pròxima a Norwich, coneguda com a Swardestone. Edith era la més gran de quatre germans. El seu pare, un reverend anomenat Frederick Cavell, va inculcar als seus fills l'amor al proïsme i la necessitat d'ajudar els més necessitats.

La seva família ajudava els altres sempre que podia malgrat no tenir massa ingressos. Edith va començar a treballar com a institutriu fins que es va formar com a infermera a l'Hospital de Londres de la mà d'Eva Lucke, qui va ser una prestigiosa llevadora... *(Segueix a l'enllaç, en castellà)*

<https://www.muji.es/en/la-historia.com/2014/04/la-enfermera-ejecutada-edith-cavell.html>



DILEMES ÈTICS

DILEMES ÈTICS - Soraya Hernández – Revista Valors

<https://valors.org>

En els darrers anys, les multinacionals han ofert donacions econòmiques per a estudis mèdics i han organitzat actes de caritat aplaudits pels mitjans de comunicació. Però, són del tot altruistes? Caldria limitar aquest tipus de donacions?

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2026/01/31/son-les-donacions-un-acte-altruista-o-de-postureig/>

SÓN LES DONACIONS UN ACTE ALTRUISTA O DE POSTUREIG?

ELS VALORS HUMANS



VALORS PER A POSAR EN PRÀCTICA

Vivim en una societat on els valors escassegen, van de baixa. Se sent dir molt sovint: “Tant se val!...Tot és igual!”. Aquest encongir-se d’espatlles, reflex d’una crisi de vida, d’una època de desànim, de confusió i de promeses no complertes, així com de falta d’horitzons, té una causa important, entre moltes altres: la manca de valors.

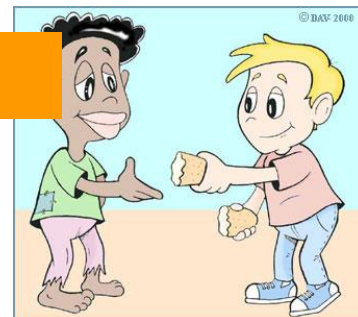
No tot és igual! No és el mateix ser solidari que no ser-ho, la fidelitat que la infidelitat, la bondat que la falta de bondat, la gratitud que la ingratitude, la responsabilitat que la irresponsabilitat... Les coses no valen totes igual, cadascuna té el seu propi pes. Cada acció humana pot ser portadora de valors o no, amb les seves conseqüències ben diferents.

Els valors són principis morals dels éssers humans com, per exemple, la bondat, la responsabilitat, la solidaritat, etc. Aquests principis ens permeten orientar el nostre comportament per a realitzar-nos com a persones de bé.

És important i necessari que eduquem els nostres fills a través dels valors perquè aprenguin a donar sentit als seus comportaments. Per exemple, un nen que sap respectar els altres, serà més fàcilment respectat, i així amb tot. També és necessari que els grans, tot i conèixer els diversos valors, els revisem sovint i no els “perdem de vista”... *(Segueix a l'enllaç, molt complet)*

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2025/11/02/valors-per-a-posar-en-practica-2/>

ALTRES SOLIDARITATS



EDUCAR PER LA SOLIDARITAT

Segons Sara Sánchez: “Els pares tenim a les nostres esquenes una gran responsabilitat per a educar els nostres fills, inculcant-los valors i emocions que els converteixen en les persones que seran en el futur. Un dels principals valors que hem d’ensenyar als nostres fills és el de la solidaritat, que els permetrà establir relacions empàtiques (*) de col·laboració amb altres persones. La solidaritat és el valor humà que ens inclina a ajudar els altres sense rebre res a canvi. Sempre que vulguem ensenyar als nostres fills a ser solidaris hem de predicar amb l’exemple, és a dir, que vegin que les persones més solidàries són els seus pares i imitin aquesta manera de ser quan siguin grans. Aquesta actitud és una de les millors riqueses que els hi podem deixar en herència”. (* “Empatia” és la capacitat d’entendre la postura dels altres i viure com a propis els seus sentiments).

L’exemple és sempre la millor escola, ja que la verdadera educació en valors consisteix en la transmissió de conductes. Els nens aprenen mitjançant models i resulta difícil demanar-los que siguin solidaris si no veuen, habitualment a casa, que els seus pares ho són. En general, els nens aprenen més d’allò que fem els pares que del que els hi diem, perquè són imitadors i estan pendents de totes les nostres actuacions. Per aquest motiu, molts experts asseguren que els valors són una espècie d’hàbits que es van adquirint de manera inconscient en el nucli familiar... *(Segueix a l'enllaç)*

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2023/11/11/02-06-educar-per-la-solidaritat/>

CANÇONS

TORNAREM Miguel Bosé, V. Martínez i Orfeó Català

Quan has tocat el cel
i sents a prop l'infern
camines sense fe, sense destí,
sense saviesa...

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2025/10/04/50-03-076-tornarem/>

QUE CANTEN LOS NIÑOS José L. Perales

Que canten los niños, que alcen la voz,
que hagan al mundo escuchar...

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2019/10/10/50-02-054-que-canten-los-ninos/>

BON HUMOR

YA NO TE AMO, RAÚL Les Luthiers

<https://www.youtube.com/watch?v=XfN1FSC1mBY>

RECURSOS AMB VALORS

LLIBRES

LES VINT PERLES DE LA SAVIESA

Jaume Soler – M. Mercè Conangla

<https://www.fundacioecologiaemocional.org/publicacions/les-vint-perles-de-la-saviesa-cat/>

VÍDEOS

PEPITA Enric Segarra

Vint-i-set anys m'he passat esculpint
al subconscient la imatge del teu cos;
t'he anat forjant amb somnis i dissenys
i, finalment, el somni és de carn i os...

<https://www.youtube.com/watch?v=5ULdgMLpYlc>

PEL·LÍCULES

GANDHI: RESISTÈNCIA PACÍFICA

Després de defensar els drets dels ciutadans negres a Sud-àfrica, Mahatma Gandhi, considerant que també els hindús són ciutadans de segona classe en la seva pròpia terra, els incita a revoltar-se contra l'Imperi Britànic mitjançant la doctrina de la no-violència i la desobediència civil, liderant el moviment que va portar l'Índia, fins llavors una colònia, a independitzar-se dels britànics en els anys 40.

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2025/12/20/gandhi-resistencia-pacifica-letern-romantic/>



CONFERÈNCIES

DANIEL GOLEMAN: LOS BENEFICIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA NUESTROS HIJOS

<https://www.youtube.com/watch?v=k6Op1gHtdoo&t=470s>

DOCUMENTALS

MAUTHAUSEN, EL CONVOY DE LOS 927

<https://www.youtube.com/watch?v=0dqMix6nEos>



BONDAT I SOLIDARITAT AMANIDES AMB MÚSICA

Es tracta de 6 videoclips amb cançons compostes per mi, interpretades per la nostra família i algun col·laborador amic, i amb imatges alienes.

Cada cançó tracta d'un valor humà concret, al qual se li dedica un breu comentari abans de cada videoclip.

(1) El miracle del naixement.

El "miracle del naixement", o de la vida, és una expressió que descriu la concepció, gestació i naixement d'un ésser humà com un fenomen extraordinari, meravellós i gairebé inexplicable des de la perspectiva biològica i emocional. Sovint associat a la maternitat, representa la creació d'una nova vida capaç de transformar i donar sentit a l'existència. En el següent vídeo, veurem aquest miracle a partir de la concepció i, al final, imatges dels descendents de la Pepita i de mi.

Enllaç al videoclip La llavor https://www.youtube.com/watch?v=mcWpQ_oxxyY&list=PLCiK7zXZkfUVErbx-W-p8wYKlhUUo2jBZ&index=13

(2) L'educació infantil en valors.

L'educació infantil en valors és fonamental per al desenvolupament integral dels infants, fomentant l'autonomia, l'autoestima, el respecte i la cooperació. Aquesta etapa es basa en experiències significatives, atenció individualitzada i la col·laboració família-escola per inculcar hàbits positius des de ben petits.

Aquesta cançó és una de les meves contribucions a l'educació infantil en valors i la vaig fer ja fa molts anys. Posteriorment, la vaig adaptar, subtitulada en francès, per a enviar-la a un centre educatiu de la R. D. del Congo.

Enllaç al videoclip Quiero lograr <https://www.youtube.com/watch?v=DtNNOiLbkec&list=PLCiK7zXZkfUVErbx-W-p8wYKlhUUo2jBZ&index=7>

(3) El potencial de l'adolescència.

L'adolescència és un període ric en creativitat, pensament abstracte, automotivació i energia, crucial per a construir la identitat, l'autonomia i les fortaleces necessàries per a la vida adulta.

El vídeo que segueix reflecteix alguns dels molts canvis que transformen el cos i la ment de l'adolescent, sense que ell entengui prou bé què li passa.

Enllaç al videoclip Cançó de l'adolescent <https://www.youtube.com/watch?v=iuhBNcc1Abl&list=PLCiK7zXZkfUVErbx-W-p8wYKlhUUo2jBZ&index=5>

(4) L'amor profund de parella.

L'amor profund d'una parella és fruit, entre d'altres, d'una forta connexió emocional, basada en el coneixement de l'altre i en els valors compartits que permeten superar millor els desafiaments que es van presentant al llarg de la vida, enfortint els vincles i construint una relació sana i duradora.

A la següent cançó, són les imatges, més que la lletra, el que reflecteix els alts i baixos d'una vida plenament compartida.

Enllaç al videoclip Nuestro amor <https://www.youtube.com/watch?v=PEAnfZrSGrU&list=PLCiK7zXZkfUVErbx-W-p8wYKlhUUo2jBZ&index=13>

(5) La cultura de pau.

La cultura de pau és un conjunt de valors, actituds i comportaments basats en el respecte a la vida, els drets humans i la no-violència. Fomenta la solució de conflictes mitjançant el diàleg, la tolerància, la solidaritat i la cooperació, rebutjant la violència en totes les seves formes per transformar la societat.

El pròxim vídeo és una ferma crítica a l'Hitler i a tots els dictadors.

Enllaç al videoclip El gran dictador <https://www.youtube.com/watch?v=fc55v32emSA&list=PLCiK7zXZkfUVErbx-W-p8wYKlhUUo2jBZ&index=3>

(6) La tendresa.

La tendresa construeix ponts suaus i a la vegada poderosos i ens permet mostrar la nostra humanitat, fins i tot a persones que no coneixem, respectant a l'altre en la seva diferència, sense imposar la nostra visió. Ens fa plenament humans perquè ens permet crear llaços de solidaritat amb els altres: compartim finitud i destí.

És un antídoto contra la violència i l'agressivitat. Ens impulsa a cuidar de manera amable i càlida els éssers vius. Les persones sensibles i tendres són un cel a la terra. La seva existència salva la humanitat sencera.

Definició del matrimoni, amic meu, Jaume Soler i M. Mercè Conangla, de la Fundació Ecologia Emocional.

Quanta bondat i, sobretot, quanta tendresa s'hi pot trobar en el següent vídeo!

Enllaços al videoclip Luces de la ciudad <https://www.facebook.com/watch/?v=511105620779157> <https://www.instagram.com/p/DJvyPuSCuxh/>



VIDES BONDADOSES

21 DE MARÇ DE 2026: DIA MUNDIAL DE LA SÍNDROME DE DOWN

ENTREVISTA AL TONET RAMÍREZ I L'ESTER NADAL

(PROTAGONISTES DEL PRIMER MATRIMONI CELEBRAT A ESPANYA D'UNA PARELLA AMB SÍNDROME DE DOWN)

El Tonet Ramírez Saureu, de Lleida, amb síndrome de Down, el 2010 va anar a la seu de l'ONU de Nova York a presentar la "Guia de la Convenció de l'ONU de Drets de les persones amb discapacitat vista pels seus protagonistes", en representació de Down Espanya. El 2011 va ser campió mundial de natació, modalitat de crol, als Specials Olympics celebrats a la ciutat d'Atenes. Ha fet d'actor a les pel·lícules "La síndrome Cacareco", "Ombligo" i a la sèrie "Merlí Sapere Aude", així com a diversos documentals i anuncis.

L'Esther Nadal Tarragó, filla de Bellpuig i resident a Lleida, amb síndrome de Down, el 2012 va fer campanya a favor de la "Guia de la Convenció de l'ONU..." en un acte institucional a la seu de les Nacions Unides de Nova York, on va explicar la seva pròpia experiència vital. Junt amb el Tonet, va col·laborar en el curtmetratge "La realitat inversa". Actualment, és la delegada del jovent a la Junta Directiva de l'Associació Down de Lleida.

El 23 de març de 2023, l'Esther Nadal i el Tonet Ramírez, després d'11 anys de festeig, van celebrar la primera boda a Espanya d'una parella amb síndrome de Down.

El novembre del 2025, al programa televisiu "Y ahora Sonsoles" d'Antena 3, se'ls va fer una entrevista per aquest motiu, de la qual se'n van fer ressò molts altres mitjans de comunicació.

Avui, per la seva exemplar trajectòria i, perquè no, per ser l'Esther també del nostre poble, els hi fem una entrevista pel blog lasolidaritatunbonremei.com i per la revista digital *Bondat i Solidaritat...* (Segueix amb vídeo a l'enllaç)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2026/03/20/entrevista-al-matrimoni-amb-sindrome-de-down-tonet-ramirez-i-ester-nadal/>



AIXÒ NO ES FA

EL FANATISME

<https://ca.wikipedia.org>

El fanatisme és l'apassionament del fanàtic. És una forma d'intolerància extrema que empeny a la repressió de l'alteritat sota totes les seves formes. És una actitud o activitat que es manifesta amb passió exagerada, desmesurada, irracional i tenaç en defensa d'una idea, teoria, cultura, estil de vida, etc.

El terme fanàtic designa també la persona que en nom d'una fe, és capaç de fer qualsevol cosa per fer-la triomfar, i s'entusiasma o es preocupa cegament per alguna cosa.

Psicològicament, la persona fanàtica manifesta una apassionada i incondicional adhesió a una causa, un entusiasme desmesurat i/o monomania persistent cap a determinats temes, de manera obstinada i algunes vegades fins i tot indiscriminada i violenta. El psicòleg de la religió Tonu Lehtsaar ha definit el terme "fanatisme" com la recerca o la defensa d'alguna cosa d'una manera extrema i apassionada que va més enllà de la normalitat... (Segueix a l'enllaç)

<https://lasolidaritatunbonremei.com/2022/01/08/el-fanatisme/>

COMIAT

I, amb aquest número 40, s'acaba la publicació del butlletí digital o newsletter, Bondat i Solidaritat amb una versió també en castellà, Bondad y Solidaridad.

Va començar el 23 d'abril de 2022, Sant Jordi, i s'acaba quatre anys després: el 27 de març de 2026.

40 publicacions sostenibles en el temps, 10 per any, deixant tan sols els mesos de juliol i agost de descans, de silenci fèrtil, per alimentar i cuidar els nostres espais d'observació i de referència, les nostres ulleres de Bondat en Acció.

Entre els 40 números s'han publicat 1.008 temes diversos, molts d'ells ampliats amb els seus corresponents enllaços a Internet, repartits en 12 seccions i 8 subseccions.

En aquestes 40 edicions, totes elles disponibles a la web de la Fundació Ecologia Emocional www.fundacioecologiaemocional.org i al blog <https://lasolidaritatunbonremei.com/>, hi trobareu cadascun dels valors-antídots de la Bondat en Acció, però sobretot hi trobareu les mans i els cors de cadascuna de les persones que hi ha participat, de manera visible en el contingut i de manera discreta en la difusió, sense elles no hauria estat possible. Gràcies infinites pel vostre temps, la vostra mirada i la vostra generositat.

Esperem que us hagin agradat i us puguin continuar sent útils.

Sincerament, us agraïm la vostra atenció.

Enric Segarra, Iolanda Gasques, Jaume Soler i M. Mercè Conangla



EDITORS

El blog <https://lasolidaritatunbonremei.com/> d'Enric Segarra Bosch, és una recopilació de vides i esdeveniments exemplars, reflexions, contes, frases cèlebres, humor, iniciatives, conferències, fotos, vídeos, documentals, escenes de cinema, PowerPoints, cançons, etc., relacionats tots ells amb la solidaritat i altres valors humans, del qual es nodreix, en part, aquesta Newsletter. També hi ha una versió en castellà:

<https://lasolidaridadunbuenremedio.com/>

Enric Segarra coordina **Bondat i Solidaritat**.



INSTITUT BONDAT EN ACCIÓ

Jaume Soler, Xavier Guix i Mercè Conangla són els creadors de l'**Institut Bondat en Acció** de la **Fundació Ecologia Emocional** del qual neixen dos Observatoris: Barcelona i Mèxic, liderats per Iolanda Gasques, Liana Cerati i José Luis Vieyra. La seva missió és posar el focus en la bondat com a valor imprescindible per a la supervivència, benestar i qualitat de vida de tot ésser viu, humà, animal o planta. Educar en l'amor i en la cura a la vida és un dels nostres objectius clau. Aquesta Newsletter és una de les accions proposades. Esperem que ens ajudeu a sembrar aquestes llavors en moltes persones.

<https://www.fundacioecologiaemocional.org/institut-bondat-en-accio/>

<https://www.fundacioecologiaemocional.org/>

[@institutodelabondadenaccion](https://www.instagram.com/institutodelabondadenaccion)

