

INFORMACIÓ

Horari del Sopar: 19.45h - 22.30h
Lloc: Restaurant La Lluna
Carrer Santa Anna, 20
(cantonada carreró Sant Bonaventura)
Barcelona

Aportació: 34 euros
Cal fer prèvia transferència
al compte Caixa Bank
ES47 2100 3317 1122 0006 6494

Àmbit Maria Corral

Carrer de l'Avenir, 40, entl. 1a
08021 Barcelona
Telèfon: 619 575 027

www.ambitmariacorral.org
info@ambitmariacorral.org



256 Sopar Hora Europea

Dijous 23 d'octubre del 2025
a les 19.45 hores

L'esperança davant la desesperança

PONENTS:

Sergi García Díaz

Director tècnic de la Fundació
Ajuda i Esperança. Coordinador
del Telèfon de Prevenció del Suïcidi

Carme Pujol Serrano

Educadora emocional

Jordi Riera Romaní

Director general
de la Fundació Blanquerna-URL

MODERADORA:

Assumpta Sendra Mestre



L'esperança davant la desesperança

Davant situacions desesperants i difícils cal trobar respostes d'esperança humana per continuar endavant. Sabem que l'esperança és dinàmica com el propi ésser i es viu de forma intrínseca perquè forma part de l'essència humana. Cada persona té la pròpia experiència del sentit d'esperança i desesperança, perquè són actituds i reaccions que vivim quotidianament.

Som conscients dels canvis constants i del ritme accelerat, tot és més efímer i manca la reflexió personal i col·lectiva. Tot això porta a una angoixa vital que no permet asserenar-nos. Hauríem d'aturar-nos per prendre consciència del que vivim i de les pròpies decisions, malgrat a vegades es viu amb un cert desgat que produeix un desgast humà i transforma la realitat en més desesperant.

Hi ha diferents escenaris, ja que no és el mateix estar en un país en guerra que no, no és el mateix viure en un sostre segur que no tenir una llar, no és el mateix disposar d'un salari que buscar un treball, no és el mateix gaudir de salut que no... Per tant, això demana fer una mirada àmplia per copsar i entendre tantes realitats contrastades que sovint fan trontollar i, fins i tot, desgavellen les relacions humanes. Quan hi ha dificultats i moments complexos com conflictes humans, violència, injustícies, exclusió... Tot això genera un malestar que contagia l'entorn.

Hi ha molts tipus de crisis i d'alteracions que desesperen i es cau en un 'forat negre' en què no es percep cap esclat de llum ni d'esperança. A vegades aquestes situacions extremes porten,

malaauradament, al suïcidi. Precisament, l'Organització Mundial de la Salut informa que actualment la depressió és la principal malaltia, ja que es detecten diferents trastorns mentals que s'han de reconèixer, saber diagnosticar i buscar el suport professional.

Observar la realitat des d'una mirada esperançadora permet veure i valorar les diferents situacions d'una nova manera perquè la certesa és que davant les dificultats hi ha possibilitats de millora. Tots els canvis ofereixen un aprenentatge que fa avançar i superar obstacles.

L'esperança és com un 'motor' que dona força per superar les contrarietats i les circumstàncies de cada moment. A més, permet valorar altres actituds humanes com la paciència, la confiança, el coratge, la resiliència... que són valors claus i significatius per a la convivència humana.

Sabem que l'esperança és un dels valors més preuats, ja que és necessària per a la subsistència humana i ajuda a tenir la confiança d'aconseguir allò que desitgem. A més, sabem que l'esperança no és a llarg termini, sinó que és per l'avui i pel demà per superar la desesperança.

Entre altres, preguntem als ponents: S'educa per tenir esperança? Com fer prevenció davant la desesperació per no arribar a situacions extremes? Com podem gestionar una actitud esperançadora en contextos difícils? I, com es treballa la resiliència, l'entusiasme, l'optimisme... per contagiar esperança?

Assumpta Sendra Mestre