

***Prima di giudicare, pensa!***  
**di Salvo Noè**

***I 7 passi per liberarsi dal giudizio tossico e generare positività***

**Salvo Noè, autore del best-seller *Vietato lamentarsi*,  
il libro che ha avuto il privilegio di essere impreziosito dalla prefazione  
di papa Francesco e con 40.000 copie vendute**

Dopo il grande successo internazionale ottenuto con *Vietato lamentarsi* - best-seller tradotto in Brasile, Portogallo, Spagna, Croazia e Francia, e in uscita in altri tredici Paesi, tra cui Corea, Polonia e Messico -, Salvo Noè torna in libreria con *Prima di giudicare, pensa!*. Un libro frutto della sua pluriennale esperienza di psicoterapeuta e formatore, e perfezionato anche a seguito di alcuni incontri personali dell'autore con papa Francesco, che ha posto il tema di "non giudicare il prossimo" al centro del suo pontificato.

Quanto tempo della nostra vita dedichiamo a parlare degli altri? Quanti i litigi che ne derivano? Quante decisioni prendiamo condizionati dalla paura del giudizio altrui? Quello stesso tempo non potremmo impiegarlo per migliorare la nostra vita e rispettare di più quella degli altri?

Salvo Noè torna a riflettere sulla nostra quotidianità, sui grandi e piccoli passi che ognuno di noi compie ogni giorno e che intrinsecamente sono costellati da dubbi, momenti di felicità, decisioni e sbagli. L'autore ci conduce per mano a conoscere noi stessi, il nostro ego, per arrivare a capire quanto un giudizio, o un pregiudizio, possa condizionare una vita. Il giudizio verso gli altri e quello verso se stessi possono risolversi secondo l'autore con l'atto del perdono, che è atto d'amore.

**Salvo Noè, *Prima di giudicare, pensa! I 7 passi per liberarsi dal giudizio tossico e generare positività*, Edizioni San Paolo 2019, pp. 224, euro 16,00**

**SALVO NOÈ**, è psicologo, psicoterapeuta e mediatore familiare. Esperto in processi formativi, insegna psicologia sociale e della comunicazione presso enti pubblici e privati. È specializzato in disturbi d'ansia e depressivi. È attualmente uno dei formatori più apprezzati a livello nazionale. Il suo motto è: confrontarsi per crescere! È autore per le Edizioni San Paolo del volume *Vietato lamentarsi* che ha avuto il privilegio di ricevere la prefazione di papa Francesco.

