Poznań, sierpień 2024 r.

INFORMACJA PRASOWA

***Jak być szczęśliwym. Recepta na spełnione życie według św. Tomasza z Akwinu*, Matt Fradd**

Aby się dowiedzieć, co czyni nas szczęśliwymi, musimy ustalić, po co w ogóle żyjemy. Temat ten podejmuje Matt Fradd, klarownie wykładając myśl Akwinaty. Pokazuje jej związek z problemami trapiącymi współczesnego człowieka, który pyta o Boga, o szczęście i o to, jak zrzucić ciężar przygnębienia w czasach, gdy coraz mniej popularna jest ścieżka wiary i cnót.

*– Podążanie ścieżką siedmiu grzechów głównych odbiera człowiekowi rozsądek i jest drogą w przeciwnym kierunku niż szczęście, które można osiągnąć dzięki życiu cnotami. To właśnie one „służą za tamę dla rzeki emocji, kontrolując jej bieg i poziom”. To one są dobrym przewodnikiem po zmiennym (a jednak u rdzenia tym samym) świecie i ludzkich potrzebach –* napisał Matt Fraddw książce*Jak być szczęśliwym. Recepta na spełnione życie według św. Tomasza z Akwinu*(tytuł oryginalny: *How to be Happy: Saint Thomas’ Secret to a Good Life*).

Św. Tomasz z Akwinu posłużył się m.in. 7 grzechami głównymi, aby wyjaśnić, co unieszczęśliwia człowieka. Pozostawił przy tym gotowe podpowiedzi, jak żyć. **Pysze** przeciwstawił – modlitwę mającą na celu wzrastanie w pokorze, **chciwości** – mądre zarządzanie tym, co otrzymaliśmy w darze i hojność, **nieczystości** – post i czynienie dobra, **zazdrości** – próbę pomyślenia o innych jak o przyjaciołach, którym Bóg również błogosławi, **obżarstwu** – umiarkowanie, **gniewowi** – wdzięczność, i wreszcie **lenistwu** – radość.

**Patronat nad książką objęli:**  
kwartalnik „Niedziela Magazyn", „Gość Niedzielny”, „Przewodnik Katolicki”, „Idziemy”, miesięcznik „W drodze”, „Teologia Polityczna”, Aleteia.pl, misyjne.pl, dominikanie.pl, Radio Nadzieja, Radio Poznań, Radio Doxa, Radio Emaus

**Rekomendacje:  
  
Jason Evert**, autor Teologii ciała w godzinę*:* „Matt Fradd ukazuje Tomaszową receptę na życie spełnione, która obejmuje między innymi odprężające kąpiele, wzrastanie w cnotach, dyscyplinę uczuć i wiele innych atrakcji!”.

**Peter Kreeft**, autor Krytyki relatywizmu  moralnego*:* „Matt Fradd w swoim dziele czyni św. Tomasza myślicielem faktycznie zrozumiałym i naprawdę użytecznym”.

**O autorze:**

**Matt Fradd** – twórca i gospodarz podkastu *Pints ​​with Aquinas*(*„*Piwko z Akwinatą”); popularny mówca, autor bestsellerów, współautor *Does God Exist? A Socratic Dialogue on the Five Ways of Thomas Aquinas*. Ukończył filozofię w Holy Apostles College & Seminary. Jest katolickim apologetą i mówcą motywacyjnym. Mieszka w Steubenville w stanie Ohio z żoną Cameron i czwórką dzieci.

**Dane kontaktowe dla mediów:**         
Magdalena Kaniewska         
PR manager         
tel. kom. [698 669 048](tel:+48698669048)       
e-mail: [m.kaniewska@office.wdrodze.pl](mailto:m.kaniewska@office.wdrodze.pl)