

CERCA LIBRO

# Il miglior libro sull'ecologia del pensiero e la sua connessione con le nostre abitudini mentali quotidiane

*Ecologia del pensiero* è un libro di Anna Lisa Tota che esplora il modo in cui i nostri pensieri si intrecciano con le questioni ambientali. Offre una prospettiva innovativa sul pensiero ecologico.

## Di cosa si tratta

Questo libro approfondisce il concetto di "inquinamento del pensiero", tracciando parallelismi tra il modo in cui danneggiamo il nostro ambiente e il modo in cui anche le nostre abitudini mentali quotidiane possono essere "inquinata".

Tota propone che abbracciando l'eco-pensiero, possiamo migliorare non solo ciò che ci circonda, ma anche il nostro sé interiore. Attraverso un tono colloquiale, l'autrice porta il lettore in un viaggio per mettere in discussione il modo in cui sia gli esseri umani che il mondo naturale potrebbero contribuire collettivamente a questa trasformazione.

Descrive inoltre che questo processo è un viaggio umile e avventuroso, che implica l'esplorazione delle profondità del nostro paesaggio mentale con un cuore leggero e una mente aperta.

Il libro evita di offrire soluzioni o istruzioni dirette, incoraggiando invece i lettori a scoprire i propri eco-pensieri e a creare un ambiente mentale sostenibile.

Nelle sue oltre 270 pagine, questo testo stimolante invita alla riflessione, suggerendo che l'ecologia interiore è importante quanto quella fisica nel plasmare il nostro destino.

## Scheda del libro

[Vedi su Amazon](#)



**Titolo:** *Ecologia del pensiero*

**Sottotitolo:** *Conversazioni con una mente inquinata*

**ISBN-13:** 978-8806254155

**ASIN/ISBN-10:** 8806254154

**Autore:** Anna Lisa Tota

**Editore:** Einaudi

**Edizione:** 4 aprile 2023

**Pagine:** 280

**Recensioni:** [vedi](#)

**Formato:** copertina flessibile

**Prezzo:** **21.85 EUR** [su Amazon.it](#) (dal 22/09/2024 22:44 CEST - [Avviso](#))

**Condividi questo articolo**

#### DATI ARTICOLO

---

Categoria: Consigli

Autore: GP

Data articolo: 22 Settembre 2024

Ultima modifica: 23 Settembre 2024