

RESEÑA DEL LIBRO

Bryan alain morales gonzalez

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Es un libro donde te da la perspectiva más traumática de los prisiones que vivieron en la era nazi. Viktor nos muestra desde su perspectiva de psicoterapeuta y maestro en el rubro los diferentes temas que cada ser humano experimenta en condiciones infrahumanas y que incluso ahí, en el confinamiento sufriendo tormentos de tipo bíblicos que solo a lucifer o cualquier otro ser tormentoso pudiera realizar y que nos muestra que el ser humano es capaz de hacerlo para poder salvar su pellejo y otros porque así son de la nada.

Lo maravilloso de este libro es que te muestra que incluso padeciendo prácticamente de todo el hombre es capaz de soportarlo teniendo una razón por la cuál vivir, sea cuál tipo que sea ese "algo" el hombre saldrá adelante y seguirá luchando por sobrevivir.

En el libro El Hombre en Busca De Sentido, Viktor Frankl nos habla un poco sobre su experiencia en los campos de concentración pero desde un punto de vista psicológico, de la mente de las personas que estaban encerradas junto con él y qué diferenció a aquellos que sobrevivieron a los que no.

Además, en el libro nos habla sobre su Logoterapia y cómo ésta nos puede ayudar a encontrar el sentido de nuestra vida.

Ya que lo que Viktor hizo con esta tendencia o esta escuela de psicología es ayudar a la persona a encontrar ese sentido a su vida de acuerdo a 3 diferentes aspectos.

Número 1: encontrar el sentido de la vida a través de una causa; una causa mayor que uno mismo o una acción.

Número 2: dedicarse a otra persona, encontrar una experiencia a través de algo o una persona, una persona que uno ama.

Número 3: encontrar el sentido de la vida a través de una experiencia dolorosa o de sufrimiento. Esta es una de las partes en las que más hace énfasis.

Él relata cómo esa falta de sentido a la vida fue un factor determinante en la vida de muchísimas de las personas que estuvieron con él en los campos de concentración, y cómo el tener algo, una meta, un norte, o el tener un cierto significado propio o un sentido a su vida fue lo que le salvó a él y a muchas personas.

Es un libro genial, tiene muchísimas lecciones que nos pueden ayudar, no sólo como a encontrar el sentido de la vida sino cómo nos presentamos ante las situaciones difíciles de la vida.