

image not found or type unknown



Paz vital, plenitud y placer de vivir

Elisabeth Lukas

Fecha de publicación:
02/11/2001

Sello Editorial:
Ediciones Paidós

Contacto de prensa

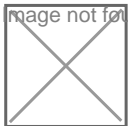
Nombre: Paloma
Cordón

Teléfono: 93 492 86
33

Email:
pcordon@planeta.es

El concepto de logoterapia de Viktor E. Frankl (1905-1907) parte del supuesto de que el hombre es un ser espiritual y, como tal, aspira profundamente a ver un sentido a su vida que trascienda, más allá de él, hacia un estadio elevado que hay que perseguir; igual que la «voluntad de sentido» que libera sus fuerzas escondidas cuando conoce bien su objetivo. Sobre la base de este concepto antropológico-filosófico, la logoterapia es mucho más que un método psicoterapéutico. Es una oferta para que personas de cualquier condición se replanteen su propio estilo de vida y se dirijan de la mejor manera posible hacia lo que tiene sentido, lo razonable, lo ético. El presente libro sigue el rastro de las «células individuales» del estilo de vida llamadas «hábitos». Los hábitos contraproducentes suelen desencadenar enfermedades, sobre todo en los procesos psicósomáticos. Pero si se pueden sustituir por hábitos con sentido, nuestra calidad de vida aumentará y alcanzaremos el bienestar.

image not found or type unknown



Elisabeth Lukas

Elisabeth Lukas es psicoterapeuta y reputada representante de la logoterapia, disciplina fundada por Viktor E. Frankl. Autora de éxito, dirige el Süddeutsches Institut für Logotherapie und Existenzanalyse GmbH (Instituto de Logoterapia y Análisis existencial de Alemania del Sur).