

Paz vital, plenitud y placer de vivir

Fecha de publicación: 02/11/2001

Sello Editorial: Ediciones Paidós

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Telefóno: 93 492 86

33

Email:

pcordon@planeta.es

Elisabeth Lukas

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 psicosomáticos. Pero si se pueden sustituir por hábitos con sentido, nuestra calidad de vida aumentará y alcanzaremos el bienestar.



nage 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).