



En Auschwitz no había Prozac

Edith Eger

Los consejos de Edith Eger, superviviente de Auschwitz, para ser feliz.

Los consejos de Edith Eger, superviviente de Auschwitz, para ser feliz.

El victimismo, la culpa, el miedo o la vergüenza son algunas de las cárceles mentales en las que nos recluimos tras un episodio traumático. Superviviente del Holocausto y psicóloga, Edith Eger nos ofrece herramientas para superar los pensamientos que nos encarcelan y los comportamientos destructivos que nos reprimen. Eger nos brinda doce extraordinarias lecciones de empoderamiento para vivir en libertad.

«En lugar de dejar que su doloroso pasado la destruyera, Eger escogió transformarlo en un don poderoso que utiliza para ayudar a otras personas a sanar.» JEANNETTE WALLS

«Eger nos cuenta que todos y cada uno de nosotros tenemos la capacidad de escoger si nos centramos en lo que hemos perdido o en lo que aún conservamos. Leer su historia me ha cambiado para siempre.» OPRAH WINFREY

Fecha de publicación:

18/03/2026

Sello Editorial:

Booket

Contacto de prensa



Edith Eger

Nacida en Hungría, Edith Eger era una adolescente cuando en 1944 padeció uno de los peores horrores que ha visto la historia de la humanidad. Sobrevivió a Auschwitz y huyó a Checoslovaquia para acabar finalmente en Estados Unidos. Allí se doctoró en Psicología y conoció a su mentor, Viktor Frankl, quien le mostró la necesidad de superar su trauma para alcanzar la felicidad. Es profesora en la Universidad de California y tiene su propia clínica en La Jolla, California. Fue la encargada de dar el discurso de homenaje a Viktor Frankl en su noventa aniversario, durante la celebración de la Conferencia Internacional de Logopedia. Su primer libro, *La bailarina de Auschwitz*, fue un bestseller internacional.