



## ¿No sabes qué hacer con tu vida? Lee alguno de estos libros

“¿Qué debería hacer con mi vida?” ... es una pregunta que todos nos hemos hecho en algún momento: quizá te lo planteaste en su día, al terminar de estudiar. Tal vez empezaste a pensar en ello cuando decidiste formar una familia. O cuando dejaste un empleo que no te llenaba. ¿Recuerdas cuando eras pequeño y te preguntaban qué querías ser de mayor? Seguro que respondías al momento. Sin embargo, conforme pasan los años, parece que todo se complica, que lo que era fácil deja de serlo y que tratamos de buscar ese camino del que todo el mundo habla con los ojos cerrados y a oscuras.

El no encontrar un motivo a nuestra existencia nos lleva a desmotivarnos, a no saber muy bien qué sentido tiene construir cosas en la vida si después nos vamos a morir. Esa sensación de estancamiento requiere que le prestes atención. Aquí dejamos una lista de libros para que hagas caso a ese “algo” dentro de ti que lleva años pidiéndote un cambio.

1.

### **El hombre en busca de sentido**

“El hombre no necesita realmente vivir sin tensiones, **sino esforzarse y luchar por una meta o una misión** que le merezca la pena.”. *El hombre en busca de sentido* es un libro escrito por el psiquiatra austriaco Viktor Emil Frankl donde relata sus experiencias como recluso en varios de los campos de concentración nazi durante la Segunda Guerra Mundial. Prisionero durante mucho tiempo, perd ...