

a la incidencia de las nuevas tecnologías de la información y comunicación y, por ende, el reconocimiento del derecho de acceso de las confesiones religiosas a los medios de comunicación cuya base jurídica se encuentra entre el art. 16.1 y el 20.3 del texto constitucional, que, a su vez, permite que se conciban como sujetos titulares de los medios de comunicación.

En definitiva, estamos ante una obra que actualiza el fenómeno religioso dentro del ordenamiento jurídico civil. Los autores, especialistas en la materia, han sabido esquematizar los extremos esenciales para que su alcance se proyecte tanto en el ámbito docente como en el público general.

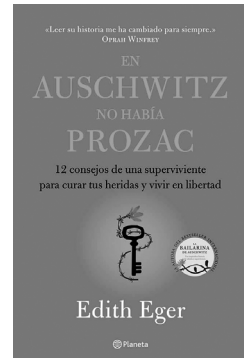
Yolanda ALONSO HERRANZ

Prof. Derecho Eclesiástico del Estado en ESERP Business & Law School, centro asociado Univ. Rey Juan Carlos de Madrid

EGER, Edith: *En Auschwitz no había Prozac. 12 consejos de una superviviente para curar tus heridas y vivir en libertad*, Planeta, Barcelona 2020, 221 pp. ISBN: 978-84-08-23322-0.

Cuando nos dan un consejo, de qué persona provenga marca toda la diferencia. Lo mismo sucede con los libros de este estilo. Lo que hace a *En Auschwitz no había Prozac* diferente de otros libros (y lo que, en mi opinión, impide que sea clasificado como un libro de autoayuda) es que la autora no se dedica a dar consejos superficiales o a proponernos metas que ella no haya vivido. Eger transmite un conocimiento que nace de su experiencia como superviviente del Holocausto y que por tanto goza de una credibilidad mayor. Al mismo tiempo, la obra no se queda en una mera transmisión de experiencias, sino que utiliza las herramientas de la Psicología -que la autora conoce bien y que emplea con sus pacientes- para darnos esa experiencia interpretada y explicada.

Edith Eger es mundialmente conocida como “la bailarina de Auschwitz” porque así se tituló el libro que la hizo más famosa, donde cuenta su biografía explicando qué pasos tuvo que dar para sanarse de las heridas que Auschwitz —y todo lo que vino después— le había dejado. En aquel libro la autora utiliza un estilo parecido al que vemos en este: una mezcla de conocimientos psicológicos, experiencias personales y experiencias de otras personas (la mayoría pacientes suyos),



en la que la narración y la reflexión van de la mano. De hecho, si se han leído ambas obras, es fácil percatarse de que, en el fondo, van sobre lo mismo y apelan a los mismos argumentos y las mismas experiencias. No obstante, mientras que *La bailarina de Auschwitz* tiene la historia de la protagonista como hilo conductor (y proporciona muchos más detalles sobre su biografía), en *En Auschwitz no había Prozac* lo que estructura el texto son las ideas que Eger quiere transmitir para ayudar a los lectores a vivir de manera más libre. En palabras de la propia autora: “Muchas personas me han pedido un manual práctico de la curación que he practicado, tanto con mi propia vida como con mis pacientes, a lo largo de mi trayectoria clínica. *En Auschwitz no había Prozac* es ese libro” (p. 19). En todo caso, ambos libros tienen un estilo elegante, sincero, ágil y cautivador que hace que la lectura sea muy amena y que no les resta ni un ápice de profundidad.

El libro comienza con una introducción cuyo título es elocuente: “La evasión de nuestras cárceles mentales”. Son unas páginas muy útiles para quien no haya leído previamente *La bailarina de Auschwitz*, ya que en ellas Eger resume de manera apretada su historia y explica los principios básicos de su teoría y práctica psicológica.

Siguen doce capítulos que abordan doce cárceles mentales que la autora explica e ilustra con experiencias propias y ajenas y de las que espera ayudar al lector a liberarse, proporcionándole no solo explicaciones sobre cómo es posible que esas cárceles nos acaben apresando, sino también dando herramientas para salir de ellas. Cada capítulo termina con una serie de claves concretas, que funcionan casi siempre como un resumen del capítulo, orientadas a la práctica para que cada uno pueda detectar y liberarse de las cárceles que le están haciendo vivir peor.

Merece la pena mencionarlas todas para dar una idea de los temas que Eger aborda en su estudio: el victimismo, la evasión, el autoabandono, los secretos, la culpa y la vergüenza, el dolor no resuelto, la rigidez, el resentimiento, el miedo paralizante, el prejuicio, la impotencia y la incapacidad para perdonar. Después de tratar sobre todas estas cuestiones, la autora concluye con un pequeño capítulo llamado “El regalo”, que condensa su filosofía de vida: la vida es un regalo y merece la pena valorarla y vivirla libremente. En palabras de Eger: “No podemos borrar el sufrimiento, no podemos cambiar lo que pasó, pero sí podemos elegir encontrar el regalo que entrañan nuestras vidas” (p. 215). De hecho, el título del libro en inglés (la lengua original en que fue escrito) es *The Gift*. En mi opinión, la traducción española puede tener más tirón y atractivo para las ventas, pero es menos fiel al pensamiento de la autora. *The Gift* hace referencia a ese centro que nos impulsa a superar todas las dificultades para aprovechar la vida, que es el verdadero regalo. El subtítulo de la edición original también es, a mi juicio, más elocuente: *12 Lessons to Save Your Life*. No se trata solo de curar nuestras heridas y vivir en libertad, sino que este es el medio necesario para vivir una vida plena, salvada.

Si tuviera que resumir las enseñanzas de Edith Eger en este libro diría que su idea clave es que la libertad no depende de las circunstancias externas, que muchas

veces nos son impuestas y no podemos elegir, sino que es fundamentalmente una realidad interior: cómo elegimos situarnos ante la vida, si decidimos dejarnos encerrar en alguna de las cárceles mentales o si preferimos luchar por tener esperanza, confiar en nosotros mismos y apostar por la vida. La autora vivió una de las peores situaciones que podríamos vivir los seres humanos (si no la peor) y aun así declara haberse sentido libre: nadie pudo controlar qué ponía en su mente, y ella no dejó que el mal que la rodeaba la corroyera, sino que apostó por sobrevivir y por ser libre.

En esta forma de entender la vida y la sanación se encuentra muy cercana a Viktor Frankl, psiquiatra que también sobrevivió a los campos de exterminio y que fue su mentor. Eger reconoce haber bebido de las ideas de Frankl, pero también de la de otros psicólogos que han enriquecido su práctica como psicóloga clínica. Confiesa tener un estilo ecléctico que le da margen para acercarse a la situación concreta de cada persona, en vez de intentar que todo el mundo entre por esquemas de pensamiento y tratamiento demasiado estrechos.

Por último, me gustaría subrayar que la apuesta de la autora por la esperanza y la libertad no es, de ninguna manera, un optimismo ingenuo. Edith Eger se ha enfrentado con muchas dificultades a lo largo de su vida y las narra con total sinceridad. Lo que su testimonio nos deja es la convicción de que las desgracias no tienen por qué tener la última palabra en nuestra vida: “La esperanza no oscurece ni blanquea la realidad. La esperanza nos dice que la vida está llena de oscuridad y sufrimiento; pero, si sobrevivimos hoy, mañana seremos libres” (p. 199).

Marta MEDINA BALGUERÍAS

Facultad de Teología, Universidad Pontificia Comillas (Madrid)

FISCHER, Irmtraud y CLAASSENS, Juliana (eds.): *Profecía*, Colección La Biblia y las mujeres 2, Verbo Divino, Estella 2020, 375 pp. ISBN: 978-84-9073-553-4.

Hace ya unos años que un nutrido e internacional grupo de teólogas y biblistas se lanzaron a la aventura de publicar una colección de estudios en torno a la Biblia desde perspectiva de género. El volumen que tenemos delante, editado por la austriaca Fischer y la sudafricana Claassens, se ocupa de los libros proféticos de la Biblia Hebrea. Como es sabido, La Biblia Hebrea se divide en tres grandes bloques: Ley, Profetas y Escritos. De este modo, la profecía en mentalidad judía incluye, además de aquellos que en el

