

Recomendación de Lectura



Reseña redactada por Lic. Melina Pighini
profesional de Centro PsicoSol



CENTRO
PSICOSOL
LICENCIADA SOL BUSCIO

Academia by Centro PsicoSol

“La biblioteca de la medianoche”

— Matt Haig

“Entre la vida y la muerte hay una biblioteca.” Así comienza esta novela que, con un tono sencillo y poético, nos invita a explorar una de las preguntas más humanas que existen: **¿qué hubiera pasado si mi vida hubiera sido otra, si hubiese elegido otro camino?**

Nora Seed, la protagonista, atraviesa un estado de desesperanza profunda. Abrumada por la culpa, la soledad y el sinsentido, una noche decide acabar con su vida. Es entonces cuando entra en una biblioteca mágica, suspendida entre la vida y la muerte, donde cada libro representa una vida alternativa que podría haber vivido si hubiera tomado decisiones diferentes.

Desde nuestro rol de psicologxs, esta historia nos **permite ponernos en la piel de quienes llegan a sentir que su vida ha perdido todo valor.** Nos invita a pensar el sufrimiento silencioso del vacío existencial, las exigencias que nos alejan de nuestro deseo, el dolor de arrepentimientos profundos y de cargar con vidas que responden inconscientemente a mandatos y presiones, más que a un sentido personal.

Leer esta novela es también una invitación a pausar y mirarnos. **A revisar nuestras propias decisiones, frustraciones y fantasías.** Porque, antes que ser terapeutas, somos personas tratando —también— de darle sentido a la vida que habitamos.

Si esta reseña te resultó valiosa o te gustaría que sigamos compartiendo recomendaciones, puedes dejar tu reacción para que lo sepamos.

Seguimos construyendo esta comunidad entre lecturas, recursos gratuitos y espacios para crecer en herramientas para nuestra profesión. ✨