

CLiC

Curso de Lectura Inferencial y Crítica

COLECCIÓN N°1

1. Adela Cortina - *Aporofobia*

2. Martha C. Nussbaum - *Crear Capacidades*

3. Jonathan Haidt - *La generación ansiosa*

4. Ana Frank - *Diario de Ana Frank*

5. Primo Levi - *Si esto es un hombre*

6. Edith Eger - *La bailarina de Auschwitz*

7. David Fideler - *El arte de vivir como un estoico*

8. James Clear - *Hábitos atómicos*

9. Russ Harris - *La trampa de la felicidad*

10. Amália Andrade - *Cosas que piensas cuando te muerdes las uñas*

11. Camila Sosa - *Las malas*

12. Katya Adai - *Nunca sabré lo que entiendo*

Filosofía, Biografías, Bienestar y Literatura

Esta colección **CLiC** constituye un corpus coherente de obras que integran literatura, filosofía, autobiografía y reflexión sobre el bienestar humano. Cada texto ha sido elegido por su densidad conceptual, su potencia narrativa y su capacidad para interpelar críticamente al lector. Entre los títulos se encuentran obras de alto impacto formativo como **La bailarina de Auschwitz**, testimonio sobre la libertad interior en condiciones extremas; **Si esto es un hombre**, reflexión ética fundamental sobre la dignidad humana; y **La generación ansiosa**, un análisis crítico de los efectos de la cultura digital en la salud mental juvenil. En su conjunto, estos libros dialogan entre sí y ofrecen múltiples entradas para el desarrollo de la lectura inferencial y crítica.

Cada estudiante selecciona cuatro libros de la colección, de un total de 12, los lee durante un año (2 libros por semestre) y es evaluado, por cada uno de ellos, mediante pruebas alineadas con los estándares de Saber Pro, lo que transforma la lectura en un proceso académico evaluable y formativo. **CLiC** incorpora, de este modo, una dimensión institucional de lectura compartida: la comunidad universitaria conoce los doce títulos que conforman la colección, favoreciendo conversaciones comunes, referencias compartidas y la construcción de un lenguaje crítico colectivo. De este modo, la lectura se consolida como un eje central de la vida universitaria y como un acto formativo integral que contribuye no solo al desempeño académico, sino también a la formación ética, crítica y humana de los estudiantes, en coherencia con el proyecto educativo de la Universidad.

Esta colección tiene acceso concurrente para 1.000 o 2.000 estudiantes. En el primer caso, se han dispuesto 7.200 copias digitales de dichos títulos; en el segundo, se cuenta con 10.800 unidades, todas en versión digital. (Un número definido de profesores y personal administrativo puede hacer uso completo de la colección).

Filosofía, Biografías, Bienestar y Literatura

Guía de lectura por niveles: comprensión lectora y subcompetencias

La competencia lectora definida por las pruebas PISA concibe la lectura como un proceso progresivo que articula la lectura local, orientada a la recuperación y comprensión de información explícita; la lectura global, centrada en la integración e interpretación del sentido general del texto; y la lectura inferencial o crítica, entendida como la capacidad para evaluar la validez de argumentos, identificar supuestos, derivar implicaciones, reconocer estrategias argumentativas y retóricas, y relacionar los contenidos con variables contextuales.

Cada libro de la presente colección tendrá 35 preguntas, las cuales se distribuyen de la siguiente manera: 9 preguntas de orden local, 14 preguntas de orden global y 12 preguntas de lectura crítica o inferencial. Conceptualmente, la formulación de las preguntas cabe en el marco de las pruebas PISA, particularmente en su enfoque de la comprensión lectora como una competencia que integra procesos de localización de información, comprensión y reflexión sobre los textos.

Cada libro tiene un color que lo identifica de acuerdo con el tipo de lectura señalado, así:

● Lectura local

Este nivel se enfoca en la capacidad del lector para identificar información explícita, reconocer datos puntuales, seguir secuencias y comprender significados literales presentes en textos con estructura lineal y lenguaje claro. Corresponde a los procesos básicos de acceso a la información descritos en PISA y constituye el fundamento del desarrollo lector.

● Lectura global

En este nivel, el lector debe comprender el texto como un todo coherente, estableciendo relaciones entre ideas, reconociendo la organización interna, los conectores discursivos y el propósito comunicativo del autor. Se vincula con los procesos de integración e interpretación definidos por PISA y exige una comprensión estructural más compleja.

● Lectura crítica

Este nivel implica la capacidad de evaluar, inferir y reflexionar críticamente sobre los textos. El lector analiza argumentos, identifica supuestos implícitos, reconoce estrategias retóricas y relaciona el contenido con contextos sociales, históricos o teóricos. Se corresponde con los niveles más altos de desempeño en PISA y con el componente crítico.

Filosofía, Biografías, Bienestar y Literatura

Aporofobia, el rechazo al pobre: Un desafío para la democracia – Adela Cortina

Adela Cortina introduce y desarrolla el concepto de "aporofobia", entendido como el rechazo, desprecio o miedo hacia las personas pobres. A partir de un análisis filosófico, ético y social, la autora muestra cómo esta forma específica de discriminación atraviesa las instituciones, los discursos públicos y las prácticas cotidianas. El texto examina la relación entre pobreza, exclusión social y desigualdad estructural, señalando que no se trata solo de un problema económico, sino también moral y cultural.

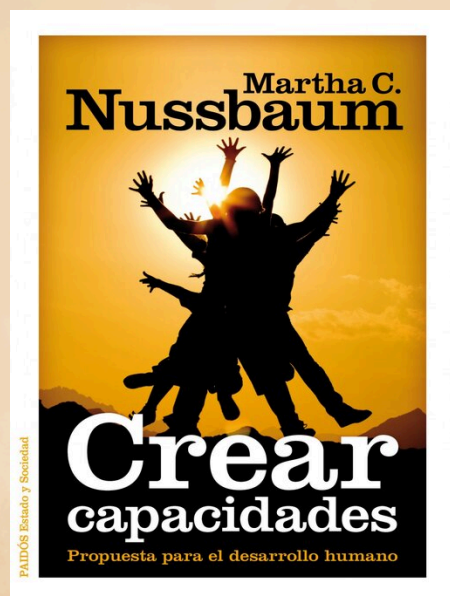
Cortina conecta esta problemática con el funcionamiento real de las democracias contemporáneas. La importancia de esta obra radica en que ofrece una herramienta conceptual poderosa para comprender nuevas formas de exclusión social. El libro permite desarrollar sensibilidad ética y pensamiento crítico frente a fenómenos como la marginalización urbana, la migración y la desigualdad. Leerlo fomenta una comprensión profunda del vínculo entre justicia social, derechos humanos y democracia. Además, invita a reflexionar sobre la responsabilidad ciudadana frente a la pobreza.



**600 o 900
accesos**

Crear capacidades: Propuesta para el desarrollo humano – Martha C. Nussbaum

Este libro expone el enfoque de las capacidades, una propuesta teórica que redefine el desarrollo humano más allá del crecimiento económico. Nussbaum sostiene que el verdadero progreso debe medirse en términos de las oportunidades reales que tienen las personas para vivir vidas dignas. A lo largo del texto, se analizan dimensiones como educación, salud, participación política, igualdad de género y libertad personal. La obra articula filosofía política, ética y políticas públicas desde una perspectiva humanista. La relevancia de este libro radica en que ofrece un marco conceptual sólido para repensar el desarrollo social. Permite comprender cómo las decisiones políticas afectan directamente la calidad de vida de las personas. Leerlo fortalece el pensamiento crítico sobre modelos económicos tradicionales y fomenta una visión integral del bienestar humano. Además, aporta criterios éticos para evaluar políticas públicas.



**600 o 900
accesos**

Filosofía, Biografías, Bienestar y Literatura



**600 o 900
accesos**



La generación ansiosa: Por qué las redes sociales están causando una epidemia de enfermedades mentales entre nuestros jóvenes – Jonathan Haidt

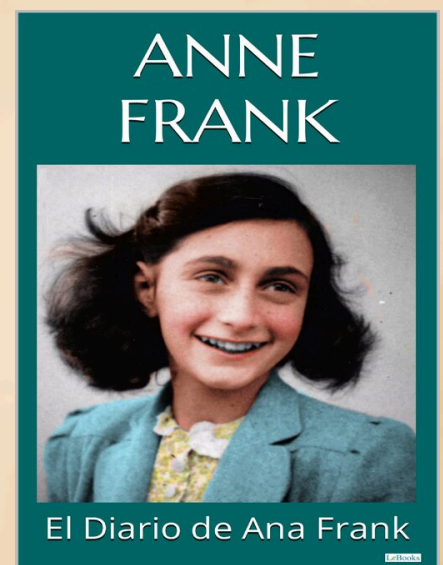
Este libro analiza el impacto psicológico y social del uso intensivo de redes sociales en niños y jóvenes. Haidt examina datos científicos, estudios psicológicos y tendencias culturales para mostrar cómo la hiperconectividad digital afecta la autoestima, la atención, el sueño y la salud mental. El autor conecta estos cambios con el aumento de ansiedad, depresión y fragilidad emocional en las nuevas generaciones. El enfoque combina divulgación científica y análisis social.

La importancia de esta obra radica en que permite comprender un problema contemporáneo que afecta directamente a estudiantes. Leer este libro ayuda a desarrollar una mirada crítica sobre el uso de la tecnología y sus efectos en el bienestar emocional. Para los estudiantes, ofrece herramientas para reflexionar sobre hábitos digitales, autocuidado y salud mental. Además, fomenta una relación más consciente con el entorno digital.

Diario de Ana Frank – Ana Frank

Recoge los escritos personales de una adolescente judía que vivió escondida con su familia durante la ocupación nazi en los Países Bajos. A lo largo de sus páginas, Ana narra la vida cotidiana en el encierro, el miedo a ser descubiertos, las tensiones familiares y, al mismo tiempo, sus reflexiones íntimas sobre la vida, el amor, la injusticia y el futuro.

Este libro es fundamental porque humaniza el Holocausto desde una voz cercana y auténtica, permitiendo que el lector comprenda la historia desde la experiencia individual. Para los estudiantes, su lectura fomenta la empatía y ayuda a entender que los grandes acontecimientos históricos afectan profundamente la vida emocional y moral de las personas comunes. Además, muestra el valor de la escritura como forma de resistencia, memoria y afirmación de la dignidad humana.



**600 o 900
accesos**

Filosofía, Biografías, Bienestar y Literatura



600 o 900
accesos



Si esto es un hombre – Primo Levi

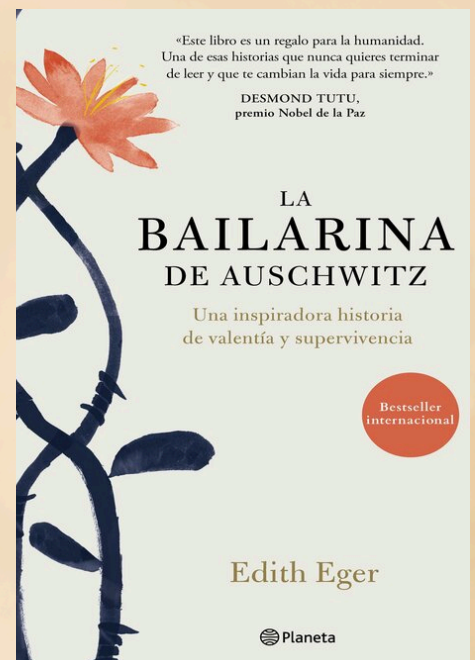
Primo Levi relata su experiencia como prisionero en Auschwitz con una prosa sobria, analítica y profundamente reflexiva. El libro examina la degradación humana producida por el sistema concentracionario nazi, describiendo la pérdida progresiva de la dignidad, la identidad y la solidaridad. El testimonio evita el sensacionalismo y apuesta por una reflexión ética rigurosa. Es una obra fundamental del siglo XX.

Leer esta obra es esencial porque plantea preguntas profundas sobre la condición humana, la moral y la responsabilidad. Para los estudiantes, es una lectura clave para comprender el Holocausto desde una perspectiva ética y filosófica. Además, enseña que recordar no es solo narrar el pasado, sino asumir un compromiso moral con el presente y el futuro.

La bailarina de Auschwitz – Edith Eger

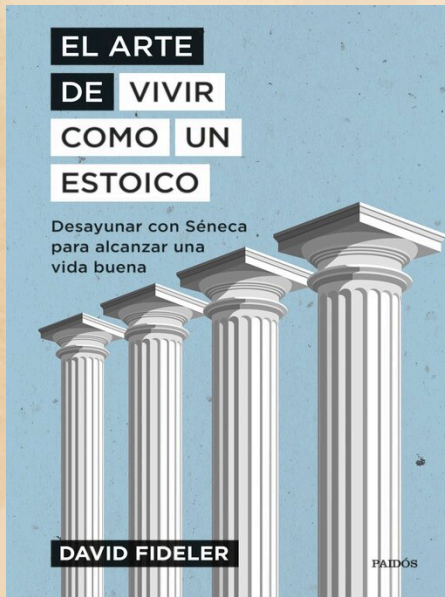
En esta obra autobiográfica, Edith Eger relata su experiencia como prisionera en Auschwitz y su posterior proceso de reconstrucción personal tras la guerra. El libro combina el testimonio directo del horror vivido con reflexiones profundas sobre el trauma, la memoria y la resiliencia. La autora no solo narra lo ocurrido, sino que reflexiona sobre el impacto psicológico del sufrimiento extremo y la posibilidad de sanar. Historia personal y reflexión humana se integran de manera coherente.

Este libro debe leerse porque muestra que incluso después de experiencias extremas es posible reconstruir el sentido de la vida. Para los estudiantes, la obra ofrece una lección profunda sobre la fortaleza humana, la salud mental y la capacidad de resignificar el dolor. Además, conecta la memoria histórica con la reflexión ética y emocional, mostrando que recordar no es solo mirar atrás, sino aprender a vivir con conciencia en el presente.



600 o 900
accesos

Filosofía, Biografías, Bienestar y Literatura



600 o 900
accesos



El arte de vivir como un estoico – David Fideler

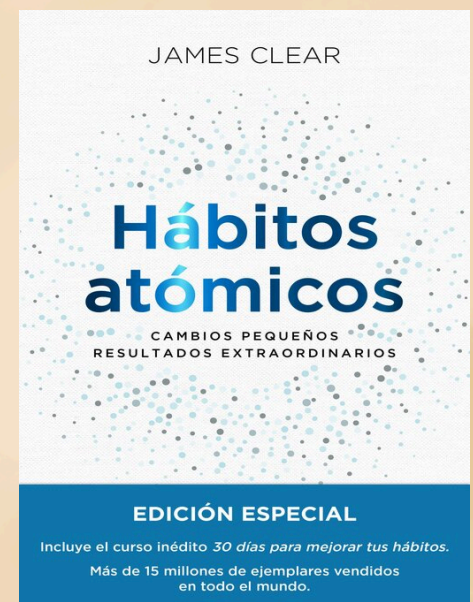
Este libro presenta una introducción profunda y accesible al pensamiento estoico clásico, centrada especialmente en las enseñanzas de Epicteto, Marco Aurelio y Séneca. David Fideler reconstruye los principios fundamentales del estoicismo como una filosofía práctica orientada a la vida cotidiana, no como un sistema abstracto de ideas.

La importancia de este libro radica en que ofrece herramientas filosóficas concretas para enfrentar los desafíos emocionales y existenciales del mundo contemporáneo. Para los estudiantes, la obra resulta especialmente valiosa porque permite desarrollar habilidades como la autorregulación emocional, la resiliencia frente a la frustración y la toma de decisiones racionales.

Hábitos atómicos – James Clear

Este libro presenta una explicación clara y estructurada sobre cómo se forman los hábitos y cómo pequeños cambios sostenidos pueden producir transformaciones significativas a largo plazo. El autor explica el funcionamiento de los hábitos a partir de procesos psicológicos y conductuales, mostrando cómo se construyen rutinas positivas y se eliminan comportamientos perjudiciales. El enfoque es práctico, gradual y basado en evidencia.

La obra es importante porque enseña que el cambio personal no requiere acciones radicales, sino constancia y método. Para los estudiantes, el libro resulta especialmente útil para mejorar hábitos de estudio, disciplina personal y manejo del tiempo. Leerlo permite comprender que el éxito académico y personal se construye a partir de decisiones pequeñas, repetidas y conscientes.



600 o 900
accesos

Filosofía, Biografías, Bienestar y Literatura

La trampa de la felicidad – Russ Harris

Este libro presenta una propuesta basada en la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), un enfoque psicológico contemporáneo que cuestiona la idea tradicional de que la felicidad consiste en eliminar el malestar y alcanzar estados permanentes de bienestar emocional. Russ Harris explica cómo el intento constante de evitar el dolor, controlar los pensamientos negativos o forzar emociones positivas suele generar más sufrimiento.

La importancia de esta obra radica en que redefine el concepto de bienestar desde una perspectiva más realista y saludable. Para los estudiantes, el libro resulta especialmente valioso porque ayuda a comprender que el malestar emocional forma parte natural de la experiencia humana y no debe interpretarse como un fracaso personal. Leerlo fomenta el desarrollo de habilidades de regulación emocional, tolerancia a la frustración y toma de decisiones coherentes con los propios valores.

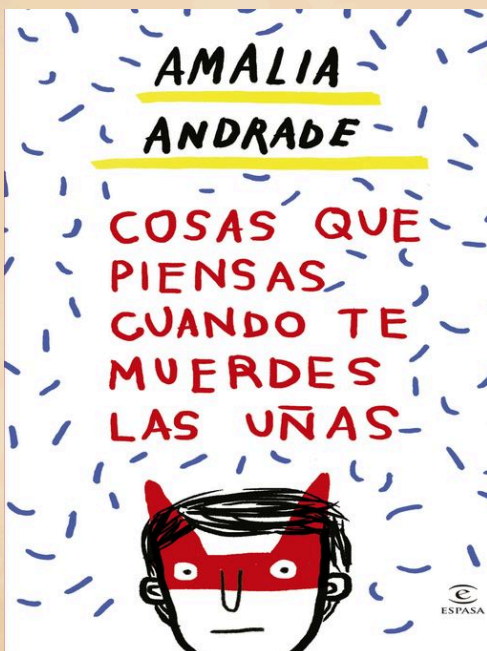


**600 o 900
accesos**

Cosas que piensas cuando te muerdes las uñas – Amalia Andrade

Este libro combina ensayo personal, escritura íntima y reflexión cotidiana para explorar la ansiedad, el miedo, la inseguridad y la relación con uno mismo. A través de pensamientos aparentemente simples, la autora construye un mapa emocional de la vida contemporánea, abordando temas como la autoexigencia, el amor propio y el diálogo interno.

La obra es importante porque legitima la vulnerabilidad como punto de partida para la reflexión personal. Para los estudiantes, este libro resulta valioso al mostrar que las emociones incómodas no son fallas individuales, sino experiencias compartidas. Leerlo favorece la identificación, la autorreflexión y una relación más honesta con la propia fragilidad emocional, especialmente en contextos de presión académica y social.



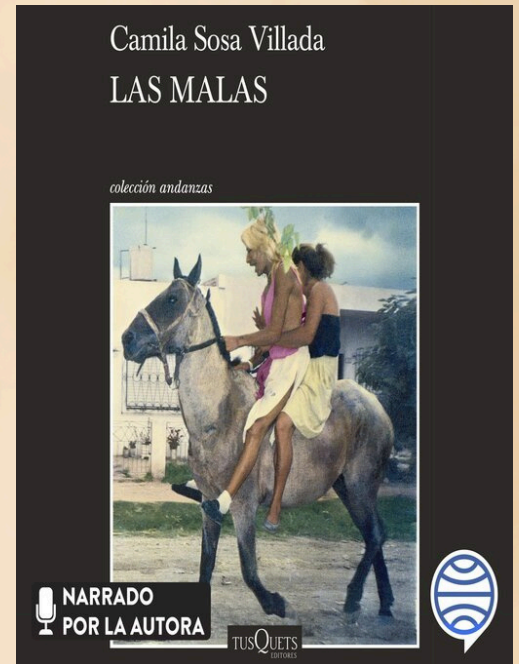
**600 o 900
accesos**

Filosofía, Biografías, Bienestar y Literatura

Las malas — Camila Sosa Villada

Esta novela retrata la vida de un grupo de mujeres trans que sobreviven en contextos de exclusión social, pobreza y violencia estructural. A través de una escritura poética y cruda, la autora muestra sus luchas cotidianas, sus redes de apoyo y sus formas de resistencia. El texto construye personajes profundamente humanos que enfrentan el abandono institucional y el rechazo social sin perder su capacidad de afecto y solidaridad. La narración combina realismo social con elementos simbólicos que intensifican su fuerza emocional.

Leer este libro es fundamental porque permite comprender realidades sociales invisibilizadas y desarrollar empatía crítica. Para estudiantes, es una obra clave en la formación ética, ciudadana y humanista, ya que cuestiona prejuicios y estereotipos culturales. Además, fortalece la capacidad de análisis social desde la literatura y promueve una lectura comprometida con la justicia y la dignidad humana. Es un texto que amplía la conciencia social del lector.



**600 o 900
accesos**



**600 o 900
accesos**



Nunca sabré lo que entiendo — Katya Adaui

Este libro de cuentos explora la fragilidad de la comprensión humana y las fisuras del lenguaje. Los relatos presentan personajes que enfrentan malentendidos, pérdidas afectivas y silencios emocionales difíciles de nombrar. La autora construye una prosa delicada, introspectiva y cargada de ambigüedad. El texto invita al lector a participar activamente en la construcción del sentido narrativo.

La obra es importante porque exige una lectura lenta, atenta y reflexiva. Para los estudiantes, fortalece la capacidad de inferencia, interpretación y análisis simbólico. Leer este libro implica aceptar la ambigüedad como parte del sentido literario. Además, desarrolla sensibilidad frente a los matices del lenguaje narrativo.

Cartas de los autores

**Las siguientes cartas
(ficcionaladas) están
dirigidas por los
autores de cada libro
a los estudiantes de
CLiC**

Cartas de los autores

Queridos estudiantes:

Mi nombre es Adela Cortina. Soy filósofa, profesora y ciudadana, pero, sobre todo, alguien que se ha preguntado durante años por qué en sociedades que se proclaman democráticas y solidarias seguimos aceptando con tanta naturalidad la exclusión de quienes menos tienen. Esta inquietud no nació únicamente en la teoría, sino en la observación de nuestra vida cotidiana: en nuestras calles, en nuestros discursos y también en nuestros silencios.

Vivimos en un mundo que afirma defender la igualdad, pero que tolera el desprecio hacia las personas pobres. Rechazamos públicamente el racismo y la xenofobia, pero pocas veces cuestionamos la aversión hacia quien no posee recursos, hacia quien no puede “devolver” nada. A ese fenómeno le he dado un nombre: aporofobia, el miedo, el rechazo o el desprecio al pobre.

Les escribo porque ustedes se encuentran en un momento decisivo de su formación. No solo se preparan para ejercer una profesión, sino para habitar el mundo como ciudadanos responsables. Las injusticias más profundas no siempre se sostienen por un odio explícito; a menudo se apoyan en hábitos de pensamiento que no examinamos. La aporofobia no siempre grita: muchas veces se normaliza, se disfraza de mérito, de eficiencia o de “realismo”.

Tal vez no se consideren personas excluyentes, y probablemente no lo sean de manera consciente. Pero la filosofía comienza precisamente al interrogar nuestras propias cegueras. ¿Por qué nos resulta más fácil hablar de cifras que de rostros? ¿Por qué responsabilizamos con tanta rapidez al pobre de su situación y tan pocas veces analizamos las estructuras que la producen?

Escribí *Aporofobia, el rechazo al pobre: Un desafío para la democracia* porque estoy convencida de que una democracia que excluye a los más vulnerables se vacía de contenido, aunque conserve sus formas legales. La dignidad humana no puede depender de la utilidad económica ni del éxito social. Educar no es solo transmitir conocimientos, sino formar sensibilidad moral y compromiso cívico.

Les invito a leer este libro no como una acusación, sino como una herramienta para pensar. Nombrar la aporofobia es el primer paso para combatirla. La pobreza no es únicamente un problema económico; es un desafío ético y político que interpela nuestra forma de convivir.

Si esta lectura despierta preguntas, continúen el diálogo en otros textos míos, como *Ética mínima, Ciudadanos del mundo* o *¿Para qué sirve realmente la ética?*. La reflexión ética no termina en un libro; es una tarea permanente. Lean con espíritu crítico y honestidad. La filosofía no busca tranquilizar, sino despertar conciencias y fortalecer la justicia en la vida común.

Con confianza en ustedes,

Adela Cortina

Cartas de los autores

Queridos estudiantes:

Mi nombre es Martha Nussbaum. Soy filósofa y he dedicado gran parte de mi trabajo a una pregunta que parece sencilla, pero que transforma nuestra manera de pensar la justicia: ¿qué significa vivir una vida verdaderamente digna? No hablo de éxito ni de prestigio, sino de contar con oportunidades reales para desarrollar aquello que nos hace plenamente humanos. De esa preocupación nace el enfoque de las capacidades y el libro que hoy los invito a leer: *Crear capacidades: Propuesta para el desarrollo humano*.

Durante décadas, el progreso de los países se ha medido casi exclusivamente por el crecimiento económico. Sin embargo, el ingreso per cápita no nos dice si las personas pueden participar en la vida política, pensar críticamente, recibir educación de calidad, vivir sin violencia, cuidar y ser cuidadas, imaginar, crear o amar. Una sociedad puede ser económicamente próspera y, al mismo tiempo, negar a muchos de sus miembros las condiciones mínimas para desplegar sus capacidades fundamentales.

Escribí este libro porque considero que la justicia no consiste solo en distribuir recursos, sino en garantizar posibilidades efectivas de vida. No basta con proclamar derechos si las personas no pueden ejercerlos. Una educación que no forma pensamiento crítico, una democracia que no escucha a los vulnerables o una economía que ignora la dependencia y el cuidado son formas silenciosas de exclusión.

Ustedes están en una etapa decisiva. La universidad no debería ser solo un espacio de formación técnica, sino un lugar donde se cultive la imaginación moral. En cualquier profesión que elijan —ingeniería, derecho, salud, economía, educación— tomarán decisiones que ampliarán o restringirán las capacidades de otros. Cada decisión contribuye a construir una sociedad más humana o más limitada.

Quiero invitarlos a leer este libro como una herramienta para repensar el sentido del desarrollo y del progreso. Pregúntense qué tipo de mundo desean ayudar a crear. Reconozcan que la vulnerabilidad es parte de la condición humana y que las instituciones justas deben responder a ella con responsabilidad y compasión.

Si esta reflexión despierta nuevas inquietudes, los invito también a acercarse a otras obras mías, como *Las fronteras de la justicia*, *Sin fines de lucro* o *Justicia poética*, donde continúo explorando la relación entre dignidad, democracia y educación.

Lean con rigor y sensibilidad. La filosofía no nos aparta del mundo; nos compromete más profundamente con él. Una educación auténtica une conocimiento, justicia y humanidad.

Con confianza en ustedes,

Martha Nussbaum

Cartas de los autores

Queridos estudiantes:

Mi nombre es Jonathan Haidt. Soy psicólogo social y profesor universitario. Durante muchos años estudié cómo se forman nuestros valores morales y cómo las sociedades logran convivir de manera sana. Sin embargo, en la última década comencé a notar algo inquietante en aulas y campus: una generación con más información que nunca, pero también con niveles crecientes de ansiedad, depresión y fragilidad emocional.

No se trata de nostalgia ni de rechazo a la tecnología. Reconozco los enormes beneficios de internet y de los teléfonos inteligentes. Pero los datos empezaron a mostrar un patrón claro: desde que los jóvenes comenzaron a crecer con un teléfono en el bolsillo, aumentaron abruptamente los indicadores de malestar psicológico. Más aislamiento, más comparación constante, más miedo a equivocarse en público.

Escribí *La generación ansiosa* porque entendí que no estamos ante un problema individual, sino cultural. Hemos creado entornos que sobreprotegen físicamente, pero que dejan psicológicamente vulnerables. Se ha reducido el juego libre, el riesgo razonable y la interacción cara a cara, mientras se intensifican la vigilancia social, la exposición permanente y la presión por el rendimiento.

Tal vez esta descripción les resulte familiar. Vivir bajo la lógica del “me gusta”, de la evaluación constante y de la comparación digital puede convertir cualquier error en una amenaza. No es que ustedes sean más débiles que generaciones anteriores; es que han crecido en un ecosistema que dificulta el desarrollo de la resiliencia. La mente humana necesita desafíos reales, ensayo y error, conversaciones incómodas y desacuerdos auténticos. Cuando intentamos eliminar todo malestar, eliminamos también las herramientas para enfrentarlo. Este libro no busca culpables individuales. Propone responsabilidad compartida. Padres, educadores, universidades y empresas tecnológicas debemos preguntarnos qué tipo de seres humanos estamos formando. Cuidar no es eliminar toda dificultad; es preparar para enfrentarla con fortaleza.

Les invito a leer *La generación ansiosa* como una oportunidad para reflexionar sobre su relación con la tecnología y con ustedes mismos. No se trata de abandonar las pantallas, sino de recuperar el equilibrio: más contacto humano, más movimiento, más pensamiento crítico, más vida fuera del algoritmo.

Si esta reflexión les interesa, pueden explorar también otros libros míos como *La mente de los justos* y *La transformación de la mente moderna*, donde analizo cómo se construyen nuestras creencias morales y cómo los cambios culturales afectan nuestra convivencia. Lean con mente abierta y espíritu crítico. Comprender su generación es el primer paso para fortalecerla.

Con respeto y esperanza en ustedes,

Jonathan Haidt

Cartas de los autores

Queridos estudiantes:

Mi nombre es Ana Frank. Cuando comencé a escribir mi diario no pensaba en lectores ni en libros. Escribía porque necesitaba un espacio donde pudiera ser yo misma, donde pudiera decir lo que no podía expresar en voz alta y ordenar mis miedos, mis sueños y mis contradicciones. Tenía trece años cuando mi familia y yo nos escondimos para huir de una persecución que no comprendía del todo, pero que sentía en cada silencio y en cada día vivido con temor.

Durante más de dos años permanecemos ocultos en un anexo secreto. No podíamos salir, correr ni hacer ruido. Mientras el mundo continuaba afuera, nosotros aprendíamos a convivir con el miedo. Y, sin embargo, en ese encierro descubrí algo que quiero compartirles: la vida interior puede ser más grande que cualquier pared, y escribir puede convertirse en una forma de resistencia.

Al leer mi diario tal vez les sorprenda mi sinceridad. No fui una heroína ni una figura perfecta. Fui una adolescente que discutía con sus padres, que se sentía incomprendida, que se enamoraba y que soñaba con ser escritora. La guerra no solo destruye ciudades; también interrumpe el crecimiento de las personas. Yo decidí seguir creciendo por dentro, aun cuando el mundo parecía detenerse.

Quiero que lean *El diario de Ana Frank* no solo como un testimonio histórico, sino como la voz de alguien que eligió creer en la dignidad humana incluso cuando la realidad parecía negarla. Esa confianza no fue ingenuidad; fue una decisión consciente de no dejar que el odio definiera mi mirada.

Ustedes viven en tiempos distintos, pero también conocen la incertidumbre, la presión y el miedo. Escribir, pensar y reflexionar sobre uno mismo no es un acto egoísta, sino una manera de preservar la libertad interior. Conocerse es una forma de resistencia silenciosa.

Si algo deseo que aprendan de estas páginas es que la juventud tiene profundidad y verdad, que las palabras de una joven pueden atravesar el tiempo y tocar otras vidas. Incluso en las circunstancias más oscuras, vale la pena defender la imaginación y la esperanza.

Si esta lectura los conmueve, los invito a acercarse también a otras ediciones de mis escritos completos y a los testimonios históricos que contextualizan nuestra historia, para comprender mejor lo que ocurrió y por qué es tan importante recordarlo. Lean con atención y respeto. Mientras alguien escriba, piense y sueñe, la humanidad no estará del todo perdida.

Con esperanza,

Ana

Cartas de los autores

Queridos estudiantes:

Soy Primo Levi, testigo de una experiencia que desafía cualquier intento de comprensión completa: mi detención, deportación y cautiverio en el campo de exterminio de Auschwitz durante la Segunda Guerra Mundial. Escribí *Si esto es un hombre* para que lo que allí ocurrió —la deshumanización sistemática y la lucha por aferrarse a lo humano— no quede como mera estadística, sino como una invitación permanente a pensar qué significa ser humano ante lo impensable.

En esas páginas relato cómo, al llegar al campo, nos despojaron de nuestros nombres, de nuestra ropa, de nuestra dignidad, hasta reducirnos a números tatuados. Describo la hambre constante, el frío brutal, la humillación y la brutalidad que buscaban destruir cualquier resto de identidad individual. Pero también hablo de aquello que ni el terror ni el agotamiento pudieron arrebatarnos: la conciencia moral, la voluntad de ver al otro como ser humano y la capacidad de recordar que incluso allí, en medio de la barbarie, había gestos de empatía y solidaridad que preservaban una chispa de humanidad.

Les pido que lean este libro no sólo para saber qué pasó, sino para entender cómo la indiferencia, la negación del otro y la incapacidad de mirarnos con honestidad ética son semillas que pueden germinar en horrores colectivos. Lean por responsabilidad intelectual y humana, poniendo atención no sólo al relato de los hechos, sino a las reflexiones que surgen al enfrentar la memoria de la atrocidad con la conciencia crítica del presente.

Encontrarán que la obra no contiene grandes escenas cinematográficas, sino detalles cotidianos —pequeños actos, diálogos, miradas— donde se revela tanto la degradación como la resistencia que mantuvo vivo al espíritu humano. Es en estos detalles donde se asienta la verdadera lección de la experiencia: reconocer al otro como humano, incluso en las circunstancias más extremas, es un acto de afirmación de nuestra propia humanidad.

Además de *Si esto es un hombre*, les invito a explorar otros textos míos —como *La tregua* y *Los hundidos y los salvados*— donde continúo reflexionando sobre memoria, supervivencia, dignidad y las complejidades éticas de recordar y narrar lo vivido.

Lean con mente abierta, con empatía y con el ánimo de cuestionar sus certezas. Porque la memoria de lo que ha sucedido no es sólo un deber de recuerdo, sino una exigencia ética para que tales hechos no se repitan bajo otras formas y en otros contextos.

Con respeto y confianza en su juicio crítico,

Primo Levi

Cartas de los autores

Queridos estudiantes:

Mi nombre es Edith Eger. Fui deportada a Auschwitz cuando tenía dieciséis años. El mismo día de mi llegada perdí a mis padres y aprendí que la vida puede quebrarse en un instante. Durante mucho tiempo creí que sobrevivir era suficiente. Con los años comprendí que vivir no es lo mismo que ser libre.

Escribí *La bailarina de Auschwitz* cuando entendí que los campos de concentración no terminan necesariamente cuando se abren sus puertas. Pueden continuar dentro de nosotros si el miedo, la culpa o el dolor gobiernan nuestra manera de vivir. Durante décadas cargué con la culpa del sobreviviente y con la exigencia de ser fuerte todo el tiempo. Descubrí que la verdadera fortaleza no consiste en negar el sufrimiento, sino en permitirnos sentirlo y atravesarlo.

Mi historia no es solo un relato de horror; es una historia de elección. En el campo me arrebataron casi todo, pero nadie pudo quitarme la capacidad de decidir cómo responder. Cuando bailé frente al oficial que decidía la vida y la muerte, no lo hice por obediencia, sino para recordarme que mi espíritu seguía intacto. Incluso en las circunstancias más extremas, conservamos la libertad interior de elegir nuestra actitud. Tal vez ustedes no hayan vivido una guerra, pero conocen otras formas de prisión: el miedo a fallar, la vergüenza, la autoexigencia, heridas que no se ven. No somos libres cuando el pasado define nuestra identidad ni cuando creemos que no merecemos una vida plena. La libertad interior comienza cuando dejamos de castigarnos por lo que ocurrió y elegimos vivir con conciencia y responsabilidad.

Este libro no fue escrito para despertar compasión, sino para compartir una verdad difícil: el sufrimiento no nos hace mejores por sí mismo, pero puede transformarnos si lo enfrentamos con honestidad. Sanar no es olvidar; es dejar de vivir atrapados en lo que fue. Es aprender a no convertirnos en prisioneros del miedo.

Les invito a leer *La bailarina de Auschwitz* como una conversación sobre resiliencia, perdón y esperanza. Y si desean profundizar, pueden acercarse también a *El don*, donde continúo reflexionando sobre cómo transformar el trauma en crecimiento.

Lean despacio. Mientras podamos elegir nuestra respuesta ante la vida, siempre habrá una puerta abierta hacia la libertad.

Con esperanza —que no es olvido, sino decisión—

Edith Eger

Cartas de los autores

Queridos estudiantes:

Mi nombre es David Fideler. He dedicado muchos años al estudio de la filosofía antigua, no como un conjunto de teorías abstractas, sino como un verdadero arte de vivir. Entre las tradiciones que he explorado, el estoicismo ocupa un lugar especial, porque ofrece algo que sigue siendo profundamente necesario: claridad moral, fortaleza interior y serenidad en tiempos inciertos

Vivimos en una época que nos impulsa a reaccionar constantemente: a las noticias, a las redes sociales, a la comparación y a la presión por rendir. En medio de ese torbellino, es fácil perder de vista una distinción fundamental que los estoicos comprendieron con gran lucidez: la diferencia entre lo que depende de nosotros y lo que no. Epicteto, Séneca y Marco Aurelio enseñaron que gran parte del sufrimiento humano no proviene de los hechos en sí, sino de nuestros juicios sobre ellos.

Escribí *El arte de vivir como un estoico* porque el estoicismo suele ser malinterpretado. No es una filosofía fría ni indiferente, ni propone suprimir las emociones. Es una disciplina del carácter. Nos invita a cuidar aquello que sí está en nuestras manos —nuestras decisiones, nuestros valores, nuestra actitud— y a aceptar con dignidad aquello que no podemos controlar. No se trata de endurecer el corazón, sino de educarlo.

Tal vez se pregunten qué puede aportar una filosofía de hace dos mil años a un mundo hiperconectado y cambiante. Precisamente por eso resulta actual. El estoicismo funciona como un ancla: nos recuerda que la dignidad no depende del éxito externo y que la tranquilidad no se obtiene acumulando logros, sino cultivando un carácter firme y reflexivo.

Este libro no es una receta rápida, sino una invitación a practicar. A examinar sus pensamientos cuando algo sale mal, a moderar los deseos que generan dependencia y a responder con templanza ante la crítica o la frustración. Pregúntense, como sugería Epicteto: “¿Esto depende de mí?”. Si la respuesta es no, aprendan el arte difícil pero liberador de soltar. Si esta reflexión les interesa, pueden seguir explorando mis trabajos sobre filosofía antigua en libros como *Restoring the Soul of the World* y *Jesus Christ, Sun of God*, donde profundizo en la sabiduría clásica y su relevancia para la vida contemporánea.

Lean con paciencia y constancia. El estoicismo no elimina las dificultades, pero puede enseñarles a enfrentarlas con serenidad y sentido.

Con confianza en su capacidad de crecer,

David Fideler

Cartas de los autores

Queridos estudiantes:

Mi nombre es James Clear. Durante años me hice una pregunta persistente: ¿por qué es tan difícil cambiar, incluso cuando sabemos exactamente qué deberíamos hacer? No llegué a esta inquietud desde el éxito, sino desde la dificultad. Después de un accidente grave que me obligó a reconstruirme paso a paso, entendí que el progreso real rara vez ocurre de manera espectacular. Ocurre en silencio, en lo pequeño, en aquello que repetimos cuando nadie está mirando.

Escribí *Hábitos atómicos* porque descubrí algo que transformó mi forma de pensar: no nos elevamos al nivel de nuestras metas, sino que caemos al nivel de nuestros sistemas. Las metas son importantes, pero son temporales. Los sistemas —lo que hacemos cada día— determinan quiénes llegamos a ser. Cada hábito, por mínimo que parezca, es un voto a favor o en contra de la identidad que estamos construyendo.

La universidad es una etapa decisiva. No solo están adquiriendo conocimientos; están moldeando su carácter. Cómo organizan su tiempo, cómo responden al error, cómo cuidan su energía y sus relaciones son decisiones que, repetidas, se convierten en identidad. No se trata de transformaciones drásticas, sino de hacer lo correcto un poco más fácil y lo incorrecto un poco más difícil.

Los hábitos funcionan como el interés compuesto: sus efectos se acumulan. Leer unas páginas al día, estudiar con regularidad, dormir mejor, moverse un poco más... ninguna de estas acciones parece extraordinaria. Sin embargo, la grandeza no surge de esfuerzos intensos y aislados, sino de la consistencia. Este libro no promueve la autoexigencia extrema ni la productividad vacía. Propone algo más inteligente: diseñar entornos que trabajen a su favor. La fuerza de voluntad es limitada; el diseño es poderoso. Cuando cambian el contexto, cambia el comportamiento. Fallar no significa que ustedes estén defectuosos; significa que el sistema necesita ajustes.

Lean *Hábitos atómicos* como una herramienta práctica para construir una vida más intencional. No intenten cambiarlo todo mañana. Empiecen pequeño. Repitan. Confíen en el tiempo. Si desean profundizar, pueden explorar otros textos míos como *The Power of Habits* (mis ensayos y recursos sobre cambio conductual) y mis trabajos sobre toma de decisiones y mejora continua, donde amplíé estas ideas desde distintas perspectivas. Lean con paciencia y curiosidad. El éxito no es un evento; es una dirección. Y los hábitos son la brújula que guía el camino.

Con confianza en su capacidad de mejorar un uno por ciento cada día,

James Clear

Cartas de los autores

Queridos estudiantes:

Mi nombre es Russ Harris. Soy médico y terapeuta, y durante años trabajé con personas que compartían una misma lucha: querían sentirse bien todo el tiempo. Intentaban eliminar la ansiedad, borrar la tristeza y controlar pensamientos incómodos. Pero cuanto más luchaban por alcanzar una felicidad constante, más atrapadas se sentían. De esa experiencia nació *La trampa de la felicidad*.

Nuestra cultura nos ha enseñado que ser felices significa experimentar emociones positivas de forma permanente. Sin embargo, la mente humana no está diseñada para producir bienestar continuo, sino para detectar amenazas. Pensamientos difíciles y emociones incómodas forman parte natural de estar vivos. El problema no es sentir malestar; es creer que no deberíamos sentirlo.

Quizás lo hayan notado antes de un examen o frente a la comparación constante. La reacción habitual es pelear contra la ansiedad o intentar suprimirla. Pero esa lucha suele aumentar el sufrimiento. Cuanto más tratamos de escapar del malestar, más poder le damos.

En este libro propongo una alternativa basada en la Terapia de Aceptación y Compromiso: aprender a relacionarnos de otro modo con nuestra mente. No se trata de resignación, sino de aceptar lo que sentimos mientras elegimos actuar según nuestros valores. La libertad no está en eliminar el dolor, sino en no permitir que gobierne nuestras decisiones.

Una vida plena no es una vida sin dificultades, sino una vida con sentido. La felicidad no es un estado constante, sino el resultado de comprometernos con acciones valiosas, incluso cuando aparecen el miedo o la duda.

Si desean profundizar, pueden leer también *El mito de la autoestima*, *La realidad de la felicidad* y *ACT Made Simple*, donde continúo desarrollando herramientas para fortalecer la resiliencia y la flexibilidad psicológica.

Lean con curiosidad y amabilidad hacia ustedes mismos. No están rotos. La vida no espera a que desaparezca la incomodidad para comenzar: está ocurriendo ahora.

Con respeto por su proceso y confianza en su capacidad de vivir con sentido,

Russ Harris

Cartas de los autores

Queridos estudiantes:

Mi nombre es Amalia Andrade. No soy psicóloga ni gurú del bienestar. No tengo fórmulas mágicas ni frases motivacionales listas para colgar en la pared. Escribí desde un lugar más cotidiano —y más honesto—: el de alguien que piensa demasiado, que se muerde las uñas, que se angustia, que duda y que aun así sigue viviendo.

Durante mucho tiempo creí que algo estaba mal conmigo. Pensaba que sentir ansiedad, miedo o tristeza era una señal de debilidad. Miraba alrededor y parecía que los demás sabían cómo vivir sin hacerse tantas preguntas. Yo no. Mi cabeza era un lugar ruidoso. Y escribir se convirtió en la manera de no ahogarme en ese ruido.

Cosas que piensas cuando te muerdes las uñas nació de aceptar que la mente puede ser incómoda, pero también profundamente humana. No lo escribí para enseñarles a dejar de sentir, sino para decir algo que a mí me habría aliviado escuchar antes: no están solos en lo que piensan, aunque nadie lo diga en voz alta.

Quizás ustedes también sienten la presión de “estar bien”, de rendir, de no fallar, de no parecer frágiles. Tal vez se comparan, se exigen, se culpan por no tener todo claro. Quiero decirles algo simple: no todo lo que duele necesita arreglarse de inmediato. A veces solo necesita ser nombrado.

Este libro no es una guía para volverse seguro y exitoso. Es un espacio para hablar de ansiedad sin dramatismo, de amor sin idealizarlo, de miedo sin vergüenza. Cuando dejamos de fingir que todo está bajo control, algo se afloja por dentro. Lean estas páginas como quien conversa con alguien que tampoco tiene todas las respuestas. Subrayen lo que incomoda. Rían cuando puedan. Permítanse ser imperfectos sin castigarse tanto. Pensar mucho no los hace débiles; los hace conscientes. El reto no es dejar de pensar, sino aprender a no maltratarse por hacerlo.

Si esta lectura les acompaña, pueden acercarse también a otros libros míos como *Uno siempre cambia al amor de su vida (por otro amor o por otra vida)* y *Tarot para cambiar patrones*, donde sigo explorando emociones, relaciones y procesos personales desde la honestidad y la vulnerabilidad.

Lean sin expectativas grandiosas. Lean para reconocerse. A veces eso es más que suficiente.

Con cariño, torpeza y honestidad,

Amalia

Cartas de los autores

Queridos estudiantes:

Mi nombre es Camila Sosa Villada. Antes de ser escritora fui muchas cosas que el mundo no supo nombrar sin violencia. Fui miedo ajeno, fui cuerpo señalado, fui una presencia incómoda. Aprendí pronto que hay vidas que no caben en los relatos oficiales, que quedan fuera de los discursos correctos y de las estadísticas limpias. *Las malas* nació de esa intemperie: de la necesidad de escribir desde el margen, desde la vida que ocurre cuando nadie mira con benevolencia.

Este libro no es una provocación gratuita ni una fantasía distante. Es una memoria hecha literatura. Habla de travestis que viven en los bordes, que trabajan en la noche y que conocen la violencia antes que la ternura. Pero también habla de algo que casi nunca se les reconoce: su capacidad de amar, de cuidar, de inventarse una familia cuando la familia tradicional les fue negada. "Las malas" no son malas por elección; son nombradas así por una sociedad que decidió no entenderlas.

Puede que esta lectura les provoque incomodidad. Es natural. Nos han enseñado a mirar ciertos cuerpos como problema y no como historia. Yo escribí este libro para romper esa mirada. Para mostrar que la exclusión no es una idea abstracta, sino una experiencia que se inscribe en el cuerpo: en el hambre, en el frío, en el miedo constante. Pero también quise mostrar la dignidad que persiste, la risa que resiste, el deseo que no se apaga.

La violencia no empieza con los golpes; empieza con las palabras. Con la forma en que se nombra o se silencia a alguien. Empieza cuando se decide que ciertas vidas no merecen duelo, futuro ni literatura. Escribir *Las malas* fue mi manera de afirmar que esas vidas importan, que merecen ser contadas con belleza, complejidad y rabia cuando hace falta.

Lean sin prisa. Lean con el cuerpo, no solo con la cabeza. Permitan que la lengua y la ternura feroz de estas páginas los descoloquen. A veces la incomodidad es el primer paso hacia la justicia.

Si esta lectura los interpela, pueden acercarse también a mis otros libros, como *Tesis sobre una domesticación* y *El viaje inútil*, donde continúo explorando el deseo, la identidad y la memoria desde distintos registros. Yo no les prometo una lectura fácil. Les prometo una lectura necesaria.

Con furia, amor y memoria,

Camila Sosa Villada

Cartas de los autores

Queridos estudiantes:

Mi nombre es Katya Adai. Escribo cuentos porque no siempre entiendo lo que me pasa mientras me pasa. Escribo porque hay cosas que solo se revelan después, cuando miramos hacia atrás y descubrimos que lo que parecía firme era, en realidad, frágil. De esa sospecha nace *Nunca sabré lo que entiendo*: la idea de que comprender no es un estado definitivo, sino un movimiento, un vaivén, una forma de volver sobre lo vivido con otra luz.

Este libro no pretende explicar el mundo ni ofrecer respuestas claras. Está hecho, más bien, de escenas pequeñas, tensiones íntimas, silencios y vínculos que se sostienen o se quiebran de maneras inesperadas. Hay familias, amistades, parejas; cuerpos que conviven y no siempre se alcanzan. Habla de lo que decimos y, sobre todo, de lo que no decimos. Porque muchas veces la vida ocurre en ese borde: en lo insinuado, en lo que se aplaza, en lo que no se nombra por miedo, pudor o cansancio.

Tal vez, al leer estos cuentos, sientan que “no pasa nada”. Los invito a desconfiar de esa impresión. En lo aparentemente mínimo —una conversación incómoda, una espera, una frase dicha a medias, un gesto mal leído— se asoman las grandes tensiones de la experiencia humana. Yo escribo desde ahí: desde lo cotidiano como lugar de conflicto, desde la intimidad como un territorio donde se acumulan preguntas que no siempre sabemos formular.

No escribí este libro para enseñarles cómo vivir ni cómo sentir. Lo escribí para acompañarlos en algo que todos atravesamos: la incertidumbre de no saber del todo quiénes somos para los otros, ni quiénes son los otros para nosotros. Creemos creyendo que entender es dominar, cerrar, resolver. Con el tiempo descubrimos que entender también puede ser aceptar la ambigüedad, convivir con lo incompleto sin volverlo cinismo. Lean *Nunca sabré lo que entiendo* con paciencia. Lean despacio. Vuelvan sobre un cuento si algo les queda vibrando. La literatura no siempre ilumina; a veces afina la mirada: nos vuelve más atentos, más cuidadosos con lo que sentimos y con lo que les pasa a quienes nos rodean.

Si esta lectura les acompaña, pueden buscar también mis otros libros, como *Aquí hay icebergs*, *Geografía de la oscuridad* o *Quiénes somos ahora*, donde sigo explorando los afectos, la familia y las grietas de lo cotidiano desde distintos registros.

Lean sin buscar certezas. Lean para escuchar mejor: a los personajes, a los otros, a ustedes mismos.

Con atención y cuidado,

Katya Adai

CLiC

Curso de Lectura Inferencial y Crítica

CLiC

Curso de Lectura Inferencial y Crítica

TEMA N°1

Literatura, Bienestar, Biografías y Filosofía

