

## La mirada del osteópata

### EL DOLOR DE ESPALDA Y LAS EMOCIONES

David Ponce • Ed. Plataforma  
Barcelona 2010 • 186 págs. • 17 €

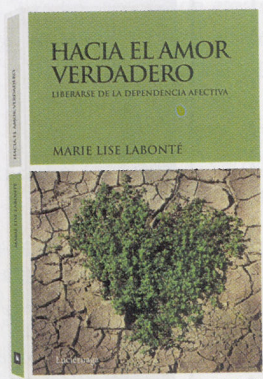
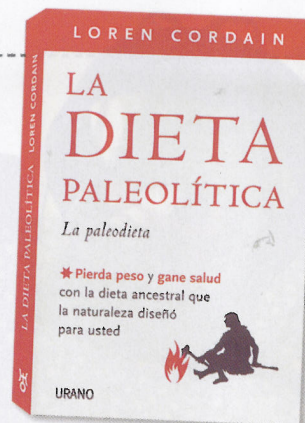
No hace falta esperar a sufrir de lumbago para leer este libro del osteópata David Ponce. De hecho, es mejor hacerlo antes porque ofrece una visión completa del autocuidado natural de la salud, desde la postura corporal a la alimentación. Pero, sobre todo, insiste en el vínculo entre el pensamiento, las emociones y el cuerpo. Por eso no es extraño, sino lógico, que una tensión psíquica provoque un dolor de espalda. Y por eso los tratamientos que solo inciden sobre el aspecto físico no siempre obtienen resultado. El alivio puede empezar leyendo a Ponce.

## El vigor primigenio

### LA DIETA PALEOLÍTICA

Loren Cordain • Ed. Urano  
Barcelona 2010 • 320 págs. • 16 €

El Dr. Cordain es un divulgador de la llamada «dieta paleolítica», basada en carnes magras, bayas, frutas y raíces, y exenta de cereales, azúcar y productos lácteos. Al ser la más próxima a la de los primeros homínidos, evita los riesgos de los alimentos refinados o ricos en grasas desnaturalizadas y previene la obesidad. La obra expone claramente la teoría y la práctica, si bien descuida los peligros de un exceso de proteínas, así como el coste ecológico de una dieta centrada en los productos de origen animal en un mundo superpoblado.



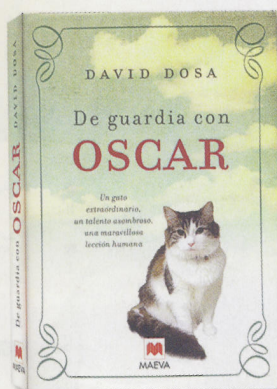
### HACIA EL AMOR VERDADERO

M. L. Labonté • Ed. Luciérnaga  
Bcn 2010 • 286 págs. • 21 €

## Experiencia del amor creador

De la misma manera que un alimento delicioso puede estar contaminado con un veneno mortal, al amor se adhieren emociones que lo desvirtúan por completo. Es algo sabido, pero Marie Lise Labonté sabe explicar las características del amor verdadero e incondicional desde su experiencia como terapeuta psicocorporal que ha ahondado en la relación íntima entre espíritu, cuerpo y salud. En la primera parte del libro describe cómo los padres transmiten a los hijos los condicionamientos que limitarán su experiencia del amor. Como consecuencia, muchas parejas viven el «amor fusional», de absoluta dependencia mutua, o el conflictivo «amor caracterial». La sanación o liberación se halla en el amor creador, caracterizado por el desapego, la libertad y el misterio. La prueba del amor verdadero es que la suma  $1+1=3$  aparece llena de lógica.

## Un gato que presiente la muerte



### DE GUARDIA CON ÓSCAR

David Dosa • Ed. Maeva  
Madrid 2010 • 284 págs. • 19 €

En la Residencia Steere House, en Providence (Estados Unidos) han coincidido un gato que se acerca instintivamente a las personas que van a morir y un médico observador con el don de la escritura. Óscar, el gato, acompaña a los pacientes en sus últimas horas, como un familiar más, o a

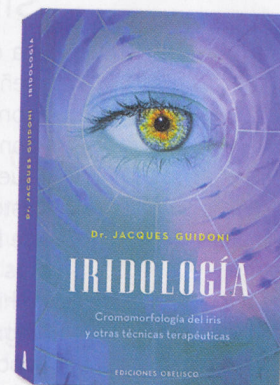
veces a solas con el moribundo. El secreto de este comportamiento no es lo importante. David Dosa, el doctor, reflexiona sobre la naturalidad de la muerte y sobre lo que le han enseñado los pacientes y sus familiares. El resultado es un libro tan indicado para los amantes de los misteriosos gatos como para las personas que cuidan a los ancianos en su fase final.

## El mensaje de los ojos

### IRIDOLOGÍA

Jacques Guidoni • Ed. Obelisco  
Bcn 2010 • 238 págs. • 23 €

El iris es uno de los enclaves más fascinantes del cuerpo y no es extraño que mentes sensibles y curiosas hayan intentado descifrar el mensaje de sus formas. Jacques Guidoni, discípulo directo de Gilbert Jausas, uno de los grandes renovadores de la iridología moderna, ofrece en este libro sus cuatro décadas de experiencia en el diagnóstico a partir del aspecto del iris, zona en la que se refleja el organismo entero y el temperamento de la per-



sona. La obra contiene más de 300 fotos en color y aunque está destinada a especialistas, también resulta accesible a los no profesionales gracias a explicaciones claras y precisas.