

leer o no leer...

TEXTO: ALBERTO D. FRAILE OLIVER



LA MATRIZ DE LA VIDA

Greg Becker
y Briton Harry
Sabai Media

Este documental me pareció suficientemente interesante como para colarlo en esta sección. "La matriz de la vida" sigue la estela de "Y tú que sabes?!" pero con el foco puesto en la medicina. Desde el rigor expone los planteamientos de la curación del futuro. Los primeros 15 minutos de la peli son un poco flojos, pero remonta. Los testimonios de los científicos que aparecen nos descubren un nuevo paradigma del cuerpo humano en el que la mente tiene mucho más poder del que hasta ahora se le concedía sobre la materia.

Los expertos entrevistados (Lynne McTaggart, Rupert Sheldrake, Bruce Lipton...) exponen sus teorías y nos abren nuevos caminos para entender la salud, la curación y la causa de las enfermedades. Los campos de energía del cuerpo humano, los mecanismos del efecto placebo, las curaciones espontáneas, la relación entre conciencia y materia o el papel dominante de la genética en la biología, son algunos de los temas que se exponen en este documental y nos revelan nuevos descubrimientos en el campo de la medicina energética y la física cuántica.



**USTED PUEDE
SANAR SU VIDA**
Louise L. Hay
Ed. Urano

Este libro es un clásico. Ha sido reeditado en un colección muy elegante de Urano llamada Vintage. La editorial ha rescatado varios títulos imprescindibles y les ha puesto un traje nuevo. Merece la pena subirse a esta propuesta de Louise L. Hay, está considerada uno de los hitos de la literatura de crecimiento personal. Es una guía para aprender a sanarse y tomar conciencia de la experiencia vital.

Es una fórmula infalible para descubrir lo que significa la palabra autoestima y para descubrir una variada lista de herramientas creativas de sanación. Si eres de los que crees que el pensamiento crea nuestra realidad, este libro te puede interesar.



**EL ARTE DE LA
COMPASIÓN**
Jeffrey Hopkins
Ed. Luciérnaga

Si hay alguien que conoce bien al Dalai Lama ese es el autor de este libro, Jeffrey Hopkins, ya que fue su intérprete durante una década. Es maestro budista y profesor de la Universidad de Virginia (EE.UU.). Según las enseñanzas budistas, la compasión es el eje de la convivencia. El mensaje de este libro es claro: si cambiamos el trato con quienes nos rodean podemos mejorar la calidad de nuestra vidas. Si queremos impregnar nuestra vida de tolerancia y amor aquí encontraremos muchas sugerencias. El aprendizaje se basa en técnicas como la meditación y la visualización.



CUENTOS TAOÍSTAS
Solala Towler
Ed. Blume

"¿Dónde puedo encontrar a un hombre que haya olvidado las palabras? Me gustaría hablar con él" Este libro está salpicado de pequeñas gotas refrescantes como esta de Chuang Tse.

Se trata de una recopilación ideal para picotear. Este mes ha estado sobre mi escritorio y lo he ido hojeando desordenadamente. Tres colores devoran este libro, rojo, negro y blanco. Y las fotos que lo ilustran nos transportan a la China milenaria. Sin embargo, este libro nos habla de un viaje, el que se realiza sin salir de casa. Es el viaje de la sabiduría. Algo muy difícil de vislumbrar ya que solemos estar entre ella y nosotros.



GRATIS
Chris Anderson
Ed. Tendencia

Como editor de un revista gratuita, cuando llegó a mis manos este libro lo devoré de cabo a rabo en un par de días. Aunque no lo parezca es un libro de economía. De hecho habla de la economía de lo gratis. Está escrito de una forma muy amena y presenta como están las cosas en el mundo de Internet y como está afectando a nuestra vidas. Nos habla de dos economías. La economía de los átomos, que es la que conocemos hasta ahora y la economía de los bits, cuyo universo es Internet. Ambas están regidas por diferentes leyes. Y si queremos entender el futuro tenemos que conocer ambas realidades y ver como se relacionan.