

leer o no leer...

TEXTO: ALBERTO D. FRAILE OLIVER



NADIE EN CASA.
Jan Kersschot
Ed. Gulaab.

Si quieres seguir tranquilo en tu infinita búsqueda espiritual no leas este libro. Se trata de una botetada al ego espiritual. Tan grande que es muy probable que tumbes a más de un buscador de un plumazo y arruine a algún líder espiritual. Se acaba la búsqueda porque el buscador queda desenmascarado. Literalmente en pelotas.

Es una buena actualización de la sabiduría de la no-dualidad. Esa fuente de la que han bebido el Taoísmo, el Advaita, el Zen... En resumen viene a decir "deja de esforzarte por ser más santo, más espiritual, más buena persona... ese intento es exactamente lo que te impide experimentar lo único verdadero, el aquí y el ahora". También nos trae una buena noticia y una mala. La buena es que la iluminación está al alcance de todos aquí mismo. La mala es que no habrá nadie para saborearlo, porque precisamente la iluminación es la desaparición del buscador, de ese personaje que tanto se afana en mejorarse a sí mismo y al mundo. Ese que quiere comprender y ser más bueno.

Tras leer este libro asumes que todos los esfuerzos por alcanzar la liberación no son más que una parodia. Una treta más del ego. Cuando interiorizas este mensaje nada cambia pero todo cambia.



SOPA DE CLAVO
Eric Maddern y Paul Hess
Ed. Blume

Esta recomendación me llega a través de Yuka, una niña de 6 años. Este es su libro preferido y me ha insistido en que lo recomiende en esta sección. Así que aquí está.

Se trata del libro ideal para que cualquier padre se aplique un poco y se lo lea a su hija/o a la hora de acostarse. Es un momento divertido y a uno se le queda la conciencia de padre algo más tranquila.

Se trata de una historia de la tradición escandinava. El libro está muy bien, las ilustraciones son estupendas y el texto a diferencia de otros dedicados a los niños no les toma por tontos.



QUIÉN DECIDE LO QUE COMEMOS.
Felicity Lawrence
Ed. Urano. (Tendencias)

Este es un viaje a uno de los mayores dramas de nuestro tiempo: las multinacionales de la alimentación. Si quieres saber como están controlando nuestros estómagos y a través de ellos nuestras vidas, este libro lo explica con pelos y señales.

Los desmanes de la industria alimentaria tienen la respuesta a muchas de los problemas de nuestro tiempo: la salud, la economía y el medio ambiente. Hasta que no cambie la tendencia de estas grandes corporaciones nuestro futuro está comprometido.

Grandes campañas de marketing ocultan maltrato animal, contaminación de la tierra, explotación de trabajadores, toxicidad de alimentos, sobreexplotación de la pesca...



PEQUEÑOS GESTOS PARA UNA VIDA ORGÁNICA
Sheherazade Goldsmith
Ed. Blume.

Las páginas de este libro son un compendio de pequeñas y buenas ideas que todos y cada uno de nosotros podemos hacer para llevar una vida más armónica con el medioambiente. No hace falta vivir en el campo o hacer grandes sacrificios. Algunos ejemplos son: hacer pan, cultivar hortalizas en el balcón, juguetes ecológicos, hacer compost, viajar con sensatez... todos ellos y muchos más vienen explicados y pueden ser un primer paso para iniciar una vida más sostenible. Mejor que muchas personas hagan estos pequeños cambios a que solo unas pocas hagan grandes cosas...



INTELIGENCIA ECOLÓGICA.
Daniel Goleman
Ed. Kairós

El autor de Inteligencia emocional se ha reciclado y nos ofrece un título muy acertado: Inteligencia ecológica. Los impactos que nuestra falta de inteligencia están produciendo en el medio ambiente requieren una nueva forma de pensar y de estar en el mundo.

Pone el acento en nuestra importancia como consumidores y en nuestro poder de influir en las decisiones de las empresas si cambiamos nuestros hábitos de consumo. Este libro nos puede ayudar a comprender que la importancia de lo que vendemos y compramos puede influir en nuestro futuro como especie. Un buen libro para quién todavía no se ha enterado que el siglo XXI es el siglo de la ecología... o no será. 🍌