



Apreciados Amigos/as:

El sábado pasado fue para mi un placer compartir con vosotros el mensaje de El Movimiento Espiral.

Además, aprovecho para agradecer especialmente a Carlos Córdoba su invitación y la oportunidad de darme acceso, en su espacio, a personas de su grupo de práctica de Yoga. Todo ello resultó muy oportuno, dado el enfoque que se le dió a la conferencia: "la recuperación de la conexión con nuestro interior", como vía crucial para corregir y dar sentido a las posibles desviaciones vitales en las que nos vamos metiendo.

Hubo ocasión de mencionar muchos otros asuntos y voy a aprovechar este correo para facilitar a todos los asistentes (directamente o a través de Carlos), la referencia a algunos de los contenidos que hice, para que vosotros exploréis por vuestra cuenta:

- ✚ Mencioné la técnica de mirada al sol, más conocida como Sungazing y la persona que me la enseñó Hira Ratan Manek. A partir de ahí hablamos de muchas anécdotas de patentes y cosas similares, citando la "fotosíntesis humana" descubierta por el Dr. en Oftalmología Arturo Solís Herrera (quien descubre baterías basadas en melanina y agua que resultan ser "inagotables")...
- ✚ Hablamos de los verdaderos orígenes de la TV (pues casi podemos afirmar que Edison fue precursor de la llamada TCI) y en ese sentido os recomiendo explorar el tema de la Transcomunicación Instrumental (TCI): Buscar el caso de Karine Dray y sus padres. En esta línea y sobre la muerte, todo lo editado por Elisabeth Kubler-Ross y Raymond Moody, pueden ser buenos hilos desde los que tirar. En esta misma dirección Carlos también sacó "El libro tibetano de los muertos" de Sogyal Rimpoché (pero esta es una lectura más complicada y que debe ser valorada como una segunda opción para leer

después de haberse iniciado en estos contenidos, pero no para empezar)...

- ✚ Desde el anterior hilo salté al trabajo de Nikola Tesla, quien dió el salto cuántico a la electricidad y corrigió muchas patentes de Edison... Todo su trabajo es en sí mismo es muy sugerente y cuestiona muchas cosas...
- ✚ También cité a Anthony de Mello: desde "El Canto de la Rana" en adelante, cualquiera de sus libros es una delicia.
- ✚ Sobre temas vinculados a la solución de problemas y mis incios en estos temas también cité a: Edward de Bono (y su conocidísimo "Pensamiento Lateral"); y también en esa misma línea el trabajo de Tony Buzan ("Los mapas mentales", no menos conocido que el anterior)...
- ✚ También cité a yoguis muy relevantes como Paramahansa Yogananda (recomiendo en especial su libro "Autobiografía de un Yogui" - mi iniciación al mundo del yoga vino de manos de SRF), Lahiri Mahasaya (me formé con Shibendu Lahiri) y la línea de Babaji Nagaraj (me formé también con Marshall Govindan - Govindan Satchi Ananda)... Hilos infinitos de los que tirar.
- ✚ También cité la lectura de la Srimad Bhagavad Gita, pero cualquier edición que esté comentada (la que tiene Carlos de la E.L.A. es muy buena y la misma que yo empleo - de la escuela de Sivananda).
- ✚ En especial recomendé también dos libros: "La nube del no saber" (anónimo del S. XIV de un místico que sabemos que fue coetáneo y conocido de San Juan de la Cruz) y "El Peregrino Ruso" (o stareta), también anónimo pero éste del S. XIX.
- ✚ Sobre el Zen especialmente mencioné: El Zendo Betania, en Brihuega (Guadalajara), allí donde me inicié en octubre de 1993. Y la escuela del maestro japonés Dōgen (recomendé ver el documental "La vida de Dōgen")... y ahora aquí os recomiendo la película alemana "Sabiduría Garantizada"... Película de la que merecería que un día hiciésemos un video forum con Carlos (lanzo el guante)...
- ✚ Fuera de la conferencia alguien me preguntaba sobre contenidos acerca de la reencarnación. Aquí recomiendo en especial los trabajos del Psiquiatra Brian Weiss... Y cité la experiencia del Neurocirujano Eben Alexander, publicada a finales de año en el magazin Newsweek, con el título "Heaven is real", que fue portada.

Naturalmente a través de Carlos Córdoba como directamente a mi correo (oscar.mateo@elmovimientoespiral.com) o a través del facebook (www.facebook.com/ElMovimientoEspiral), quedo a vuestra entera disposición para resolver cualquier duda o consultas que queráis hacerme directamente.

También (en respuesta a la consulta de algunas personas), confirmar que es muy probable que junto con Carlos organicemos varios posibles talleres, todos ellos vinculados con estos contenidos como es: el control de la respiración; la meditación; o la recuperación de la conexión interior (sobre la base de la filosofía que planteo en el libro El Movimiento Espiral -[www.elmovimientoespiral .com](http://www.elmovimientoespiral.com)). Si estáis interesados, habladlo directamente con Carlos como conmigo.

Desde aquí un fuerte abrazo para todos,

Óscar Mateo

