

LE RECENSIONI DI STEFANANDA

I libri consigliati in queste pagine sono, generalmente, reperibili presso di noi, presso le rispettive case editrici o presso le librerie, particolarmente quelle grandi o specializzate.

Tutti i testi recensiti vengono selezionati, tra i tanti possibili, perché ritenuti a nostro giudizio validi o quanto meno interessanti.

Ci scusino gli autori e gli editori per la vena talvolta un po' dissacrante ed irriverente: la penna è bizzarra, ma l'intento è positivo. Sennò non vi ritrovereste qui.

Abbiamo un po' di ritardi per quanto riguarda l'ordine delle recensioni, e per ragioni di spazio abbiamo dovuto rinviare diversi titoli al prossimo numero: vi preghiamo di scusarci, Siete tanti, vi siete messi improvvisamente a scrivere tutti, e lo spazio è quel che è!

“I Cinque Tibetani – Vol. 2”

Applicazioni pratiche del manuale di Peter Kelder

AA. VV. • Edizioni Mediterraneepp. 260 L. 20.000

Vi ricordate quel libretto, autentico fenomeno editoriale e best seller che, uscito soltanto un paio d'anni fa, ha avuto immediatamente un seguito di svariate imitazioni? Massi che ve lo ricordate, e magari, nel frattempo vi siete ringiovaniti pure voi! Ma potete fare ancora di più! Eccovi “I CINQUE TIBETANI 2”. La Vendetta?!? No, un solido libro, secondo noi perfino più chiaro e migliore del primo, che riprende gli stessi argomenti del precedente, quelli centrali e quelli, apparentemente, marginali, che erano stati appena accennati (la dieta, i centri e canali energetici, la meditazione, l'uso dei suoni e dei mantra, e gli stessi esercizi tibetani, ulteriormente approfonditi). Inoltre, svariate testimonianze da parte di coloro che i 5 Tibetani li hanno usati per curarsi, ringiovanire, ecc. Tutto questo, nell'arco di ben 260 pagine, e per sole 20.000 lire - un prezzo, anch'esso, ringiovanito - a dimostrazione che l'effetto ringiovanente è totale, ed investe anche le finanze di chi lo compra.

Il libro ci piace e ci convince, la domanda atroce che ci sovrviene è questa: *quante altre Imitazioni vol. 2 dovremo sorbirci nei prossimi mesi, da parte di altri editori?*



“Alimentazione Pranica”

Il processo dei 21 giorni - Testimonianze

di Jasmuheen • Edizioni Mediterranee • pp. 168 L. 25.000



Altro libro, altro classico. Jasmuheen, *Sei come un corpo astrale: stai dappertutto!*

Al dunque: quanti di voi, in questi ultimi anni, m'hanno chiesto che ne pensavo di Jasmuheen, e se ritenessi vere le sue tecniche, dichiarazioni, ecc.? Bene, da oggi non avrete più bisogno di chiedermi un parere, che tra l'altro non posso darvi perché, a me, magna' me piace; adesso, avete la possibilità di leggersi un testo che raccoglie, coordinate da Jasmuheen in carne (???) ed ossa, ben 11 esperienze e testimonianze di altrettanti adepti che hanno coraggiosamente sperimentato su di sé, e sono sopravvissuti. Io sono certo che i più titubanti a “provare”, dopo avere letto questo libro avranno le idee più chiare, e le risorse alimentari nel mondo, disponibili per tutti gli altri, cresceranno rapidamente. Un libro, questo, socialmente utile.

Altri buoni titoli delle Edizioni Mediterranee, usciti in questi giorni (a recensirli prossimamente!), e che intanto vi proponiamo:

- *LA PREMONIZIONE E IL NOSTRO DESTINO*, di JEAN PRIEUR (*AVVERTIMENTI E PRESAGI CHE POSSONO CAMBIARE LA NOSTRA VITA*) - LIRE 25.000

- *SESTO SENSO: INTUIZIONE E POTERI PSICHICI*, di BELLERUTH NAPARSTEK (*COME LIBERARE I PROPRI POTERI PARANORMALI: MANUALE PRATICO*) - LIRE 25.000

- *TERAPIE ENERGETICHE E POLARITÀ UMANA*, di MICHELLE GUAY (*UNO STUDIO SULL'ANATOMIA ESOTERICA ED ENERGETICA DELL'UOMO*), LIRE 28.000

- *MANUALE PRATICO DI MEDICINA CINESE*, di ACHIM ECKERT (*UNO STUDIO COMPARATO DELLE PRINCIPALI BRANCHE DELLA MEDICINA TRADIZIONALE CINESE, CON NUMEROSI CONSIGLI ED ILLUSTRAZIONI*) - LIRE 25.000

“Nove mesi naturalmente”

Yoga, alimentazione e cure naturali per una gravidanza in forma

di Francesca Palmegiano • Edizioni Bonomi • pp. 144 L. 20.000

L'autrice, insegnante di yoga da oltre 20 anni, ci propone un accurato lavoro che accompagnerà, passo dopo passo, la futura mamma. Ogni gestante interessata potrà vivere la gravidanza ed il parto come espressione di un percorso di crescita, benessere ed armonia, nonché riuscire a comunicare col proprio corpo e con il proprio bambino. Vengono mostrati, a tale scopo, numerosi esercizi, adeguatamente spiegati ed illustrati, i quali trattano delle posizioni yoga più adatte, delle respirazioni più indicate, del rilassamento, delle tecniche mentali, delle cure naturali di supporto, ecc. Un importante spazio è riservato al problema dell'alimentazione: un punto sul quale il testo si sofferma per parecchie pagine (non mancano neppure ricette e menù consigliati: che volere di più?) Mamme, future, presenti e passate, questo libro è per voi: acquistatelo!

