

como ‘atención plena’ o ‘conciencia plena’. Se trata del objetivo que pretenden alcanzar las técnicas de meditación orientales al centrar la atención, ajena a todo juicio y valoración, en el momento presente, es decir, en lo que es. Esta práctica, que encuentra un anclaje fundamental en la propia respiración, provoca un estado de conciencia clara y despierta acerca del momento que estamos viviendo. Los autores usan estas técnicas para trabajar el mundo emocional y hacer a los individuos gestores eficaces de un universo interno que, a pesar del grado de sofisticación del planeta en el que vivimos, se encuentra hasta ahora prácticamente inexplorado. Así, el objetivo del presente libro es ofrecer programas de entrenamiento en los que el *mindfulness* se convierta en el eslabón que una los aspectos más racionales de los individuos con los más emocionales. En palabras de los autores: “Nuestra propuesta para lograr armonizar la mente emocional y la mente racional es incluir la práctica milenaria de la atención plena como herramienta potenciadora de la inteligencia emocional” (p. 60).- S. BÉJAR.

SUBIRANA, Miriam, *El poder de nuestra presencia. Una guía de coaching espiritual*. Kairós, Barcelona 2012, 226 pp., 12 €

El título sorprenderá a algún posible lector, pero la lectura de estas páginas convencerá a cualquiera de que nuestra presencia entre otros puede tener efectos muy diferentes y puede ser de alguna manera controlada por nosotros. Pero hay que trabajarla: porque puede ser buena o nociva, y la autora pretende convencernos de que puede y debe ser transformadora. Miriam Subirana, que dirige el ‘Espacio Internacional de Creatividad, Espiritualidad y Coaching’, nos invita a hacer una meditación sobre nosotros mismos transmitiéndonos mucho de su propia experiencia que surge de escuchar la llamada de la Tierra (que nos descubre la enorme generosidad de la naturaleza), la llamada de los seres humanos (que nos lleva a escuchar a los que sufren y a conocer las causas) y la llamada de Dios (que nos conduce al silencio de la escucha). Todo ello nos ayuda a tomar conciencia del valor de nuestra presencia y a estudiar las condiciones para que esa presencia sea transformadora hasta recuperar nuestro poder interior.- F. L.

RELIGIONES

BÁRCENA, Halil, *Sufismo*. Fragmenta, Barcelona 2012, 176 pp., 17 €

Islamólogo y especialista en mística sufi, el autor es el fundador y director del Instituto de Estudios Sufíes de Barcelona. Lo que quiere ofrecer en esta obra es una introducción al sufismo: por eso, después de aclarar la terminología, se adentra en sus relaciones con el islam y en las dimensiones doctrinal e histórica del sufismo, para concluir con las cuestiones relativas a la práctica. El autor está convencido —desde su propia experiencia directa y después de 20 años de estudio del sufismo— que la acogida que este encuentra hoy tiene que ver con el talante que le transmitió su gran maestro inspirador, el persa Rûmi: un talante universalista, cordial e integrador, que contrasta con el espíritu de confrontación que suele dominar en las religiones. El autor está convencido también que el sufismo está estrechamente ligado con el islam y con la experiencia espiritual del profeta Muhámad, pero al mismo tiempo no hay por qué ligarlo inexorablemente a la cultura árabe: en efecto, la historia reciente muestra su extraordinaria difusión en horizontes culturales muy variados.- F. L.

MARTÍNEZ CANO, Silvia, *Caminar por lo sagrado. Los espacios sagrados en las religiones*. Khaf, Madrid 2012, 160 pp., 18 €

La editorial Khaf, en su colección ‘Expresarte’, presenta en *Caminar por lo sagrado* de Silvia Martínez Cano, una oportunidad espléndida para conocer cómo “cada comunidad creyente da a sus espacios una personalidad determinada, sujeta a sus necesidades y expresada en distintos formatos” (p. 7). La autora, Doctora en Didáctica de la expresión plástica y profesora colaboradora de la Universidad Pontificia Comillas, ha conseguido en esta obra un ejercicio imprescindible de acercamiento y análisis al espacio sagrado, que resulta, además, de fácil lectura y hermosa presentación. La obra tiene tres grandes partes: los espacios sagrados; espacios sagrados y religiones; la arquitectura moderna y el espacio sagrado. La formación y la sensibilidad docente de la autora se perciben no solo en la claridad con la que se exponen las ideas, sino también en la selección e identificación de las imágenes, bellísimas y pertinentes; en la inserción de las notas al final de la obra (de otro modo, no hubieran