

**Entre tanto, toda esa vida interior que iba brotando se reflejaba en una vida exterior que crecía a mi alrededor: me casé, tuve un perro y un huerto, las plantas empezaron a inundar mi casa y tuve una hija. No podía haber más vida en mi vida... o sí.**

"Una palabra que, por su autenticidad, hará diana en el corazón de los lectores. Un emocionante testimonio sobre el poder transformador de la práctica meditativa".

-Pablo d'Ors, autor de "Biografía del silencio", sacerdote y maestro de meditación.-

"Pablo nos permite a través de su relato reposado ser testigos privilegiados de la aventura más apasionante de su vida. Al terminar «Surfeando la vida» sentí que se había despertado en mí un deseo de recorrer yo también en primera persona ese camino hacia la sencilla y desapercibida plenitud; un deseo de reconectar con lo profundo, bello y esencial de la vida. Y después de leerlo sabía mejor cómo empezar a hacerlo".

-Virginia Núñez, médico.-

"En esta época de estrés que nos ha tocado vivir, surge este libro tan oportuno: "Surfeando la vida" que nos habla de la importancia de ir más despacio, de mirar en nuestro interior y curar nuestra alma por medio de la meditación, que sanará nuestro cuerpo".

-Isabel de la Campa, filóloga hispánica y doctora en filología italiana.-

Pablo Cabrera Gómez

Surfeando la Vida

# Surfeando la Vida

*Pequeño tratado de meditación*



PABLO CABRERA GÓMEZ

ILUSTRADO POR:

JAVIER CABRERA GÓMEZ

