



Plenitud

Publicación hecha por y para los socios de la Asociación de Jubilados y Pensionados del Sector Financiero en México, A.C.

No. 21
Vol. 2
Noviembre 2016

EDITORIAL

Por: Luis Antonio Arzubide A. (larzubid@hotmail.com)

Nuevamente un cordial saludo a todos los compañeros de la Asociación de Jubilados y Pensionados del Sector Financiero en México, A.C. (<http://jubiladosbnmx.com/index.html>)

Por estas fechas del año pasado publicamos algo acerca de las tradiciones del Día de Muertos en nuestro país.

Pero más allá de las celebraciones y tradiciones mortuorias, una de las preguntas más fundamentales e inquietantes que se ha hecho el hombre desde la prehistoria (quizá desde que es *homo sapiens*) ha sido lo que representa la muerte: ¿es acaso el final definitivo, o hay algo después de ella?

Para tratar de responder tan espinosa cuestión —entre otras de naturaleza similar, como de dónde venimos o qué sentido tiene la vida, por ejemplo— tenemos que remontarnos, primero, a las creencias primitivas que poco a poco fueron evolucionando hasta la llegada de las primeras religiones organizadas de la humanidad; de esta forma, con la aparición de la escritura (jeroglífica al principio) se empiezan a constituir los principios, ideas, mitos, leyendas, tradiciones, reglas y rituales de

religiones tan antiguas como la egipcia, la hinduista o la mesopotámica.

Por supuesto, es obvio que por la naturaleza de este boletín es materialmente imposible pretender abarcar un panorama completo de lo que dicen todas las religiones y corrientes respecto a este tema a lo largo de la historia de la humanidad; hemos tenido que hacer una selección y dejar fuera muchas corrientes importantes, como el taoísmo, el budismo zen, el zoroastrismo, el hinduismo, la religión maya y otras más.

No obstante, los artículos aquí incluidos nos permiten ver las diferencias —y por qué no, también las coincidencias— de varias formas de pensamiento religioso, incluyendo también los hallazgos “científicos” que se han venido acumulando desde la segunda mitad del siglo XX hasta nuestros días.

Sin embargo, el debate continúa. Gran parte de la comunidad de científicos “ortodoxos” sigue siendo escéptica respecto a la continuidad de la vida *post-mortem*... ¿Ustedes qué opinan?

EN ESTE NÚMERO



Tema del Mes: La muerte en diferentes épocas, religiones y corrientes de investigación

Demos un recorrido panorámico de lo que representa la muerte, y lo que sigue después de ella, a través del tiempo, las diferentes religiones del mundo y las investigaciones modernas a este respecto...

En el antiguo Egipto.....	2
En el Budismo.....	2
En el Judaísmo.....	2
En el Cristianismo (Biblia).....	3
Entrevista con Raymond Moody.....	4
La regresión a vidas pasadas.....	5
Hallazgos recientes.....	5
Para chuparse los dedos	6
Para reír... o para llorar	6



La vida después de la muerte en el Antiguo Egipto

Para los egipcios, el ser humano estaba constituido no solo por el cuerpo, sino también por numerosas "manifestaciones" (kheperu) o componentes de la personalidad, como akh o aj, el ba, el ka, el nombre (ren) y la sombra (sheut). En el momento de la muerte, considerada como una fase natural del ciclo vital, una transición entre la vida terrenal y la del más allá, se producía la separación entre el cuerpo y dichos elementos espirituales que, aunque se dispersaban por el cosmos, conservaban íntegra su individualidad.

Estos podían regenerarse eternamente, a condición de que la parte corruptible (el cuerpo) se preservara intacta. El incumplimiento de ese requisito condenaba a los principios espirituales incorruptibles a la vana y eterna búsqueda de su soporte físico. La literatura funeraria no ofrece explicaciones de los vocablos que definen estas entidades, por lo cual su naturaleza resulta incierta.

Mediante la *sicostasia* o "pesada del alma", el difunto se sometía al juicio póstumo en la "Sala de los dos Maat". En la balanza, el corazón, receptáculo de la conciencia, era contrapuesto a Maat, diosa de la verdad y la justicia, hija de Ra y garante del orden universal. Para acceder al más allá, debía existir un equilibrio en la balanza.

Los dioses Anubis, "Señor de la Tierra Sagrada" (la Necrópolis) y Tot vigilaban. El indicador de un resultado negativo era el monstruo al pie de la balanza para devorar el corazón, impidiendo con ello la

bienaventuranza al difunto; en cambio, una sentencia favorable otorgaba al difunto el título de maa-kheru, "justo de voz", "justificado", y la admisión en el "paraíso".

Fuente: <http://www.blogodisea.com/la-vida-despues-de-la-muerte-antiguo-egipto.html>

El Libro de los Muertos:
<http://www.alejandriadigital.com/wp-content/uploads/2016/01/AN%C3%93NIMO%20-%20El%20Libro%20Egipcio%20de%20los%20Muertos.pdf>

Video en YouTube:
<https://www.youtube.com/watch?v=ZunYVYLyyJc>

La Muerte según el Budismo

Hay que saber que no hay una sola versión, ya que el budismo lleva más de 2,500 años existiendo en prácticamente todos los países de Asia, lo que ha generado múltiples versiones influenciadas por las creencias de las culturas locales.

La tradición de los países budistas del Himalaya, basada en el Bardo Thödol (el *Libro Tibetano de los Muertos*) dice que cuando la persona muere, la conciencia entra en un periodo de transición entre dos reencarnaciones, conocido como Bardo. Este periodo duraría 49 días y se compone de tres etapas, cada una dividida en dos fases. La enseñanza y los ejercicios espirituales tienen por objetivo encarar correctamente esas etapas.

Fuente: <http://esoterismo-guia.blogspot.mx/2012/04/bardo-muerte-budismo-liberacion.html>

El Libro Tibetano de los Muertos:
<https://clea.edu.mx/biblioteca/El-libro-tibetano-de-los-muertos.pdf>

Video en YouTube:
<https://www.youtube.com/watch?v=kCeCiohgxEU>

La muerte y el después de la vida en el Judaísmo

No hay una posición única que posea autoridad judía absoluta y doctrinal sobre el *más allá* en el judaísmo. Esto no debería sorprendernos: estamos lidiando con un tema que realmente nadie ha experimentado en vida. Por eso, si bien el *Shulján Aruj* nos ofrece un espectacular compendio, síntesis y codificación definitiva de la *halajá* (la práctica judía) hasta su propio momento histórico, no hay trabajo similar que codifique las creencias escatológicas judías (del griego antiguo *éskhatos*: 'último' y *logos*: 'estudio', la escatología es el conjunto de creencias religiosas sobre las realidades últimas).

Por este motivo el libro *Jewish Views of the Afterlife* analiza las fuentes de una gran cantidad de costumbres y creencias que tenemos hoy, pero no llega a una simple declaración de lo que se consideraría la creencia normativa del judaísmo ni sobre qué ocurre luego de la muerte; tampoco establece qué es lo que los judíos deberían creer al respecto. Lo que es aceptado como creencia general (llamémosla "posición por defecto") es probablemente una simplificación de los conceptos elaborados en los textos cabalísticos y *jasídicos*. Sin embargo, y sin poder articular de dónde proviene, la mayoría de los judíos cree aquello que se desprende de la herencia de Maimónides (Rambam) y su filosofía racionalista, la cual establece que hay un gran abismo entre las cosas que sabemos acerca del mundo físico y las cosas que no podemos, ni podremos nunca conocer directamente, sobre el reino de la divinidad. Por lo tanto, la especulación acerca del reino de la divinidad es en algún punto inútil para Maimónides y quienes se adhieren a su pensamiento.

El objetivo del judío es vivir una vida plena en este mundo practicando *mitzvot* (preceptos o mandamientos), estudiando la Torá y haciendo buenas acciones sin esperar una recompensa a cambio. Esta posición de ignorancia frente a la muerte es muy similar a la visión que Maimónides concluye sobre

Dios: debemos tener fe absoluta que Dios existe, junto una ferviente creencia de que no podremos nunca comprender Su naturaleza o esencia con algún tipo de certeza mientras nosotros mismos habitemos el tiempo del reino físico (esto no quita que podemos estudiar las metáforas que hemos depositado en Dios como humanidad y como tradición).

Fuente:

<http://www.judiosyjudaismo.com/2015/07/to-do-lo-que-necesitas-saber-sobre-la-muerte-y-el-despues-de-la-vida-en-el-judaismo/>

Más información:

<http://diariojudio.com/opinion/la-muerte-en-el-judaismo/4279/>

La vida después de la muerte en el Islam:

<http://www.islamreligion.com/es/articles/38/la-creencia-en-la-vida-despues-de-la-muerte/>

Videos en YouTube:

La muerte en el judaísmo:

https://www.youtube.com/watch?v=qNn_wZ5rQSA

La muerte en el islamismo:

<https://www.youtube.com/watch?v=giR5ISE1qnk>

¿Qué dice la Biblia sobre la Muerte?

La Biblia habla de la muerte como un sueño, se refiere a resurrecciones, el alma y el espíritu en la muerte, y la inmortalidad.

UN SUEÑO: En Juan 11:11-14 Jesús compara la muerte con un sueño. "Dicho esto, les dijo después: Nuestro amigo Lázaro duerme; mas voy para despertarle. Dijeron entonces sus discípulos: Señor, si duerme, sanará. Pero Jesús decía esto de la muerte de Lázaro; y ellos pensaron que hablaba del reposar del sueño. Entonces Jesús les dijo claramente: Lázaro ha muerto." La Biblia compara la muerte con un sueño más de 50 veces.

Se nos dice en 1º Tesalonicenses 4:15-16 que aquellos que duermen en Jesús resucitarán en su Segunda Venida. "Por lo cual os decimos esto en palabra del Señor: que nosotros que vivimos, que ha-

brems quedado hasta la venida del Señor, no precederemos a los que durmieron. Porque el Señor mismo con voz de mando, con voz de arcángel, y con trompeta de Dios, descenderá del cielo; y los muertos en Cristo resucitarán primero."

RESURRECCIONES: Hay dos resurrecciones, una para vida y otra para condenación (muerte) eterna. Juan 5:28-29 dice, "No os maravilléis de esto; porque vendrá la hora cuando todos los que están en los sepulcros oirán su voz; y los que hicieron lo bueno, saldrán a resurrección de vida; mas los que hicieron lo malo, a resurrección de condenación."

Génesis 2:7 registra la creación del hombre en el principio. "Entonces Dios formó al hombre del polvo de la tierra, y sopló en su nariz aliento de vida, y fue el hombre un ser viviente." Dios no puso un alma dentro de un hombre. Es como una ecuación: Polvo + Aliento de vida = Ser Viviente. Si tu estuvieras por hacer una caja de madera podrías decir: tablas + clavos = caja de madera. Tomas un par de tablas de madera y clavos, los ensamblas y obtienes la caja. Si tomas los elementos por separado, quitando los clavos de las tablas, y colocas los clavos en un montón y las tablas en una pila, ¿qué sucede con la caja? Simplemente deja de ser una caja hasta que la vuelvas a armar y clavar. Así es como funciona la muerte. Quitas el aliento, esa chispa de vida que proviene de Dios y el cuerpo vuelve al polvo (o a veces a las cenizas, en caso de cremación). ¿Qué sucede con el alma? Simplemente deja de ser hasta que Dios venga en la resurrección y coloque los elementos todos juntos nuevamente. En ese momento el polvo y el aliento de vida son reunidos y entonces tienes una vida, una persona viviente o un alma viviente nuevamente.

El intervalo entre la muerte y la resurrección está descrito en la Biblia como un "sueño." No hay conciencia de lo que está pasando, o del tiempo que pasa, etc. Morir es como ir a dormir y tu próximo pensamiento consciente – que parecerá como el próximo momento – es cuando Dios te resucita y te da tu vida de vuelta.

ALMA Y ESPÍRITU EN LA MUERTE: Eclesiastés 12:7 dice que el cuerpo vuel-

ve al polvo y el espíritu (o aliento de vida) vuelve a Dios. Job 27:3 nos dice que el espíritu es lo mismo que el hálito de vida de Dios o su poder.

Salmos 146:4 dice, "Pues sale su aliento, y vuelve a la tierra; en ese mismo día perecen sus pensamientos." Los muertos no alaban a Dios, Salmos 115:17. Los muertos nada saben, Eclesiastés 9:5, "Porque los que viven saben que han de morir; pero los muertos nada saben, ni tiene más paga; porque su memoria es puesta en olvido."

INMORTALIDAD: Los seres humanos no tienen inmortalidad, sólo Dios (ver 1º Timoteo 6:16). Recibiremos inmortalidad cuando Jesús vuelva (ver 1º Corintios 15:51-54). Cuando Jesús vuelva su recompensa de vida eterna vendrá con él (ver Apocalipsis 22:12).

La Biblia dice que el cielo es un lugar real en Juan 14:1-3, "No se turbe vuestro corazón; creéis en Dios, creed también en mí. En la casa de mi Padre muchas moradas hay; si así no fuera, yo os lo hubiera dicho; voy, pues, a preparar lugar para vosotros. Y si me fuere y os preparare lugar, vendré otra vez, y os tomaré a mí mismo, para que donde yo estoy, vosotros también estéis."

Dios nos dará gloriosos cuerpos inmortales. Leer Filipenses 3:21 y 1º Corintios 15:51-54. Todas las deformidades físicas serán curadas (los ojos de los ciegos serán abiertos, los oídos de los sordos serán abiertos y el lisiado, sanado). Lee también Isaías 35:3-6. Construirán casas y habitarán en ellas. Plantarán viñas y comerán de su fruto (Isaías 65:21-23). El lobo y el cordero morarán juntos. El Nuevo Reino de Dios será de tranquila paz (Isaías 65:25). Compartiremos con Abraham, Isaac, Jacob (Mateo 8:11).

Dios mismo estará con nosotros y será nuestro Dios (Apocalipsis 21:3). Nosotros serviremos con todo amor a nuestro Dios por siempre y gozaremos de la más estrecha relación con Él (Apocalipsis 22:3-4).

Fuente:

<http://www.bibleinfo.com/es/questions/%C2%BFqu%C3%A9-dice-la-biblia-sobre-la-muerte>

Video en YouTube:

<https://www.youtube.com/watch?v=pyoID5T9RrY>

Entrevista con Raymond Moody

-Su estudio empírico sobre cientos de experiencias cercanas a la muerte (ECM) demuestra que estas siguen un patrón.

-La gente dice que abandona su cuerpo, que lo ven desde arriba, que va por una especie de pasillo, llega a una luz brillante, en la que siente compasión y amor absolutos, que amigos y familiares que han muerto la esperan, y tiene un recuerdo panorámico en el que ve toda su vida; y todo eso sucede al mismo tiempo y de forma instantánea. Y ahora sabemos que esa pauta también la han seguido personas al cuidado de moribundos.

-La mayoría le dijo que no quería volver a la vida.

-Lo que dicen es que no quieren dejar ese estado de consciencia. Unos vuelven porque tienen cosas pendientes, pero no saben cuáles y es frustrante, aunque años después de la ECM pudieran ver el qué; otros pudieron elegir, y la razón más poderosa para volver de cuantos entrevisté fue que tenían hijos pequeños.

-¿No habló con nadie que en vez de ascender a la luz hubiera descendido a las tinieblas?

-Sí, sí. A veces hay experiencias negativas, el problema es que son muy difíciles de estudiar porque son pocas. Según la encuesta Gallup de 1982 sobre las ECM, de ocho millones de norteamericanos que declaraban haber tenido esta experiencia, solo para el 3% fue negativa, y todas variadas, así que no es posible establecer un patrón como en las positivas. Además, el que la sufre no está tan dispuesto a contarla.

-Ante el más allá, ha defendido que importa más la duda reflexiva que una afirmación peregrina.

-Así es. Antes de entrar en Medicina yo era catedrático de Filosofía y de Lógica, y estoy de acuerdo con Platón en que la cuestión de la vida tras la muerte es la pregunta más importante de nuestra existencia y estamos obligados a utilizar tan buen razonamiento como sea posible, conscientes de que es una pregunta muy difícil y no se debe responder con ideologías.

-¿Y usted, qué cree? ¿Hay vida tras la muerte?

-Nunca me vi expuesto a las ideas de la religión hasta que estudié a Platón, así que para mí ha sido un proceso difícilísimo. Pero hace unos años, revisando todo lo estudiado, vi que no me enfrentaba a lo que la realidad me ponía delante. Sí, para mi sorpresa, sí parece que es verdad que hay vida, y con las experiencias idénticas de cuidadores de moribundos se elimina casi por completo que sea un proceso neurofisiológico del cerebro, porque los que están al lado del enfermo también lo viven y no están enfermos.

-¿Persigue dar sentido a la vida o perder el miedo a la muerte?

-Perdí el miedo a la muerte hace muchísimo tiempo y 14 años atrás hubiera estado dispuesto a morir, pero adopté con mi mujer a un niño y luego a una niña, así que quiero quedarme para verlos crecer.

-¿Ha contemplado la trascendencia del hombre?

-Sí, aunque me costó darme cuenta porque no es mi manera normal de pensar. Las ideas de Platón, tan interesado como nosotros en las ECM, han sido muy persuasivas. Y ahora empezamos a desarrollar herramientas racionales para estudiar todo esto. En mi trabajo ha sido básico el rigor, dar solo información verificada por mí y por cualquiera. Para mí es importante poder mirarme al espejo cada mañana y decir «ese es un tipo que no confunde a la gente».

-¿Y qué pinta usted en un foro de ciencias ocultas?

-Educar es muy importante. Me lo inculcó mi padre, cirujano, militar y primer

miembro de su familia que iba a la Universidad. Me decía: «Si logras licenciarte y llegas a ser catedrático, tienes una responsabilidad pública de compartir tu conocimiento». Por eso nunca quise confinar mi trabajo a círculos académicos.

-Parece hecho a todo. ¿Qué le sobrecogió?

-La respuesta del profesor Ritchie, graduado con solo 20 años en Física, la primera persona a la que entrevisté por una ECM. «En la visión panorámica de mi vida —dijo— señalaba todos mis logros académicos y materiales, pero a la luz brillante no le interesaba eso, solo si había aprendido a amar». ¡Un tío tan brillante y sentía que el final de la vida de lo único que trata es de eso, del amor! Me afectó mucho.

Moody (Porterdale, EE.UU., 1944), doctor en Filosofía y Psiquiatría, fue psiquiatra forense en el hospital estatal de máxima seguridad de Georgia, «el trabajo que más me ha marcado». Con su libro «Vida después de la vida», en el que establece con entrevistas el patrón que siguen las experiencias cercanas a la muerte (ECM) y del que ha vendido más de 15 millones de ejemplares, reabrió en Occidente el debate de la supervivencia de la conciencia.

Fuente:

<http://www.abc.es/2011006/contraportada/abcp-raymond-moody-vida-despues-2011006.html>

Libro "Vida después de la Vida" de Moody:
<http://www.eraenabril.org/wp-content/descargas/libros/Vida-Despues-Moody.pdf?13eedb>

Videos en YouTube:

<https://www.youtube.com/watch?v=Ji5SC57CGAI>

<https://www.youtube.com/watch?v=bM52OKEynkY>

<https://www.youtube.com/watch?v=ZJXdE61ojwM>



La Visión de Michael Newton respecto a la Regresión a Vidas Pasadas

Michael Newton empezó trabajando como hipnólogo, para luego pasarse a interesar en las técnicas de regresión a otras vidas. Un buen día, en una sesión con una paciente, apareció el tema del 'estado entre vidas' y lo que allí acontecía... Desde ese momento Michael Newton empezó a explorar este 'reino de la imaginación' (o del espíritu o del alma) y desarrolló una técnica especial para inducir a sus pacientes a una 'regresión' al estado entre vidas. Tras largos años de investigación en solitario, Michael Newton se decidió a exponer los hallazgos de su investigación en varios libros y conferencias (para finalmente retirarse y abrir un centro de formación para otros terapeutas). En definitiva, la técnica que utiliza este terapeuta es la hipnosis, pero tratando de alcanzar un estado de 'trance' más profundo que en las sesiones de regresión, por ejemplo.

Él aborda diferentes aspectos relacionados con este 'estado entre vidas'. Se trata, por ejemplo, el tema de la 'despedida' de seres queridos cuando ocurre el deceso (contactos a través de sueños, por ejemplo, para reconfortar a las personas queridas que se quedan aquí). También se aborda el concepto del 'grupo de almas', un conjunto de 'almas afines' que la persona que abandona este mundo reencuentra en el mundo espiritual -y que por otro lado también han formado parte de su entorno personal en la vida en la tierra (hermanos, parientes cercanos, amigos íntimos, personas relevantes...). Estos temas no dejarán de resultar 'familiares' a diversas personas... No es extraño, por ejemplo, que una persona 'crea' haber tenido contacto con un familiar recientemente fallecido (a través de sueños, intuiciones, sensaciones), a pesar de que estos hechos no sean compartidos abiertamente con otras personas por miedo a ser 'tratados' de ingenuos o chiflados... O el hecho de 'reconocer' que determinadas personas que encontramos en este mundo nos resultan especialmente afines, 'familiares' o relevantes -casi como si las cono-

ciéramos desde hace mucho tiempo... Y en esto, quizás, Michael Newton resulta especialmente significativo, pues ayuda a dar 'forma y entendimiento' a determinadas impresiones insólitas que podemos tener en esta vida.

También nos encontramos con el 'Consejo de Mayores', una especie de sociedad o tribunal de seres sabios que nos ayudan a comprender o 'juzgar' las acciones y decisiones en nuestra vida pasada. Aquí también encontramos resonancias con lo expuesto en diversas religiones (minoica, egipcia o cristiana): el tribunal de los muertos, el juicio del alma... Sólo que, aquí, el autor del libro nos presenta a estos seres como entidades iluminadas y compasivas, que si bien juzgan con rectitud y serenidad, también lo hacen desde el amor y la comprensión.

Otros aspectos abordados por Michael son: los guías, los niveles de 'evolución' del alma, o el proceso de elección de una nueva encarnación -además de otros temas de suma importancia e interés.

Libro "El Destino de las Almas":

<https://grupospiritaisladelapalma.files.wordpress.com/2010/12/newton-michael-destino-de-las-almas.pdf>

Video de Michael Newton en YouTube:

<https://www.youtube.com/watch?v=DC3cEhLwR6I> (primera de cuatro partes)

Video de una entrevista a Brian Weiss:

<https://www.youtube.com/watch?v=29jdGCLohB4>

Científicos hallan signos de que existe la vida después de la muerte

Científicos creen que han encontrado lo que hay más allá de la luz al final del túnel: vida después de la muerte.

Según el estudio médico más grande jamás realizado sobre experiencias cercanas a la muerte, se ha descubierto que un cierto tipo de conciencia continúa luego de que el cerebro se apaga completamente.

El tema de la vida después de la muerte, marcado desde siempre por el escepticismo científico, podría haber llegado a su fin, [según el diario The Telegraph](#).

Científicos de la Universidad de Southampton pasaron más de cuatro años examinando a más de dos mil personas que sufrieron ataques cardíacos en 15 hospitales en el Reino Unido, Estados Unidos y Austria.

Encontraron que casi el 40% de las personas que sobrevivieron describieron algún tipo de conciencia durante el tiempo en que estuvieron clínicamente muertos, antes de que sus corazones fueran revividos.

Los científicos citaron el caso de un hombre que se vio así mismo dejando su cuerpo y observando en una esquina de la habitación cómo los doctores lo regresaban a la vida.

A pesar de estar "muerto" por tres minutos, el hombre de 57 años recordó las acciones que siguieron los doctores y enfermeras y describió el sonido de las máquinas.

"Sabemos que el cerebro no puede funcionar cuando el corazón se ha detenido", afirma el doctor Sam Parnia, un ex-investigador de la Universidad de Southampton y quien ahora trabaja en la Universidad Estatal de Nueva York, la persona que dirigió el estudio.

"Pero en este caso, la conciencia al parecer continuó por tres minutos luego del inicio del periodo en el que el corazón no estaba latiendo, inclusive después de que el cerebro típicamente se apaga entre 20 y 30 segundos luego de que el corazón ha dejado de latir", afirmó.

De los dos mil 60 casos de ataques, 330 sobrevivieron y 140 afirman haber experimentado algo antes de ser resucitados, según el estudio.

Uno de cada cinco sintió una inusual sensación de paz mientras que casi un tercio afirmó que el tiempo comenzó a pasar más lentamente.

Algunos afirman haber visto una luz brillante, un resplandor dorado o el sol bri-

PARA CHUPARSE LOS DEDOS



Copyright <http://www.lasrecetasdelaabuela.com/>

Carne Molida al Vino Tinto

Ingredientes

(5 porciones)

- 1 kilo de Carne de Res Molida
- 6 Salchichas Picadas
- 10 Aceitunas verdes picadas
- 2 cucharada(s) sobera(s) de Pan Molido
- 1 Huevo
- Perejil Picado al gusto
- Cebollín Picado al gusto
- Chiles picados los de su preferencia
- Sal al gusto

Preparación

1. Se mezclan todos los ingredientes y se coloca en un molde refractario previamente engrasado.
2. Se bañar la carne con 200 ml de vino tinto seco.
3. Se cubre el molde con papel aluminio y se hornea a 180° durante 40 minutos.
4. Enseguida quitamos el papel aluminio y dejamos dorar por 15 minutos a 200°.

Fuente:

<http://www.lasrecetasdelaabuela.com/receta-de-carne-molida-al-vino-tinto>

llar. Otros sintieron miedo o sintieron que se ahogaban o que eran arrastrados hacia aguas profundas. El 13% sintió que se separó de su cuerpo.

El estudio [fue publicado en la revista médica Resuscitation](http://www.quo.es/ser-humano/hay-vida-despues-de-la-muerte).

Fuente:

<http://www.excelsior.com.mx/global/2014/10/07/985660>

Más información: <http://www.quo.es/ser-humano/hay-vida-despues-de-la-muerte>



PARA REIR... O PARA LLORAR

Papel Bond

Un día, los diferentes tipos de papel que existen en el mundo organizan una convivencia. Todos los papeles van llegando a la fiesta en sus mejores galas.

El anfitrión los empieza a anunciar cuando llega cada tipo de papel.

"Demos un aplauso para nuestro amigo el papel cartoncillo, quien participó mucho en los nacimientos esta Navidad"...y todos los papeles aplauden.

"Ahora saludemos a nuestro gran amigo que viene desde el lejano Oriente, ¡el papel de China!", igualmente todos lo festejan. Y así siguen llegando los demás: el papel celofán, el papel cartulina, el papel encerado, etc.

Al cabo de un rato empiezan los guardias de la entrada principal a gritar aterrorizados:

"¡Cuidado, llegaron los hermanos tijera! ¡Corran!". Todo mundo comienza a tratar de huir, pero los hermanos tijera comienzan a hacer confeti de los invitados.

El papel cartoncillo, siendo el más fuerte, trata de golpear a los hermanos tijera, pero lo hacen pedazos. Del mismo modo, el papel de china, sabiendo artes marciales, trata de hacer uso de sus patadas y golpes, pero también sale derrotado.

De pronto, de la nada, sale un papel desconocido por todos, el cual comienza a brincar sobre las mesas, saca su pistola y dispara; al ver que no ha hecho mucho daño, se quita su reloj y se los avienta a los hermanos tijera, explotando éstos al instante, hechos pedazos.

Los papeles sobrevivientes al caos festejan el triunfo de este papel desconocido y le preguntan:

"¿Quién eres?"

El papel con un tono serio y media sonrisa responde: "¡Me llamo BOND..... Papel BOND!"

