

PRESSEMITTEILUNG

Paro Christine Bolam

**Love to create
Befreie den Künstler
in dir!**

- Eine fundierte Einführung in Kreativität
- Grundlagenbuch zum Trendthema Kreativität
- Aufforderung und Anleitung zum Kreativwerden

weltinnenraum.de

J.Kamphausen | Mediengruppe

Die Kunst der Kreativität

Vor fast zehn Jahren erschien Paro Bolams erstes Buch über schöpferische Prozesse, nun ist endlich die überarbeitete Neuauflage des Grundlagenwerks erschienen. In „Love to create - Befreie den Künstler in dir!“ lässt die Autorin, die selbst jahrzehntelang als Künstlerin, Lehrerin und Erforscherin kreativer Prozesse tätig ist, die Leser an ihren eigenen hinzugewonnenen Erkenntnissen und Erfahrungen teilhaben und ergänzt diese durch Berichte ihrer KursteilnehmerInnen. So vermittelt sie nicht nur ein tieferes Verständnis von kreativen Prozessen, sondern erklärt auch die Entstehung und Überwindung von künstlerischen Blockaden. Die Prinzipien kreativer Prozesse sind immer gleich, aber wie sie erlebt und genutzt werden können, ist zutiefst individuell.

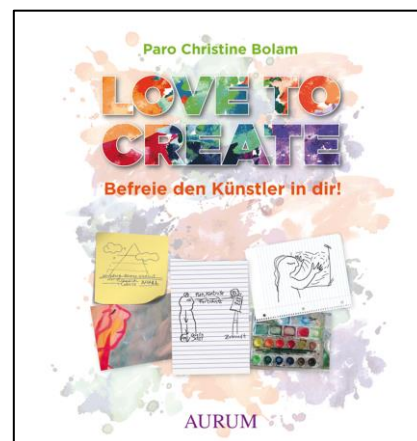
„Kreativität“, sagt Paro Bolam, „ist ein Geschenk, das jedem von uns in die Wiege gelegt wird. Leider scheint es den meisten Menschen jedoch irgendwann abhanden zu kommen. Ja, wir vergessen oft sogar, dass wir es je besaßen.“ Kreativ sind anscheinend die anderen, die Künstler, die Begabten, die Genies. Doch dieses Buch verdeutlicht: Der kreative Raum ist

unser Zuhause - schon immer. Paro Bolam ermutigt die Leser ihren eigenen kreativen Raum immer wieder bewusst zu betreten und sich selbst als Schöpfer zu erleben. Ein besonderes Augenmerk legt sie auf die eigene Präsenz, Achtsamkeit, Abenteuerlust und den Mut ins Nichts zu gehen und bei null anzufangen. Denn diese Aspekte sind für die Autorin „beim Malen mindestens genauso wichtig wie Farbe, Pinsel, Papier - wahrscheinlich wichtiger“. Klar und eindeutig vermittelt sie, welche Missverständnisse und falschen Vorstellungen uns davon abhalten, zu entdecken, dass wir schon immer kreativ waren und immer noch sind. Mit vielen Beispielen und Übungen unterstützt die Autorin die Leser dabei alte Missverständnisse zu verstehen, aufzulösen und die schöpferische Freiheit zu genießen. Natürlich gibt es auch auf diesem Weg immer wieder Hindernisse, Stolperfallen und Ängste, die uns aufhalten. Paro Bolam zeigt, dass auch sie ein wichtiger Teil des kreativen Prozesses sind. Wahre Kreativität bezieht alles mit ein. Sie umarmt das gesamte Leben mit all seinen Facetten und führt uns auf den Weg der Ganzheit. Achtsamkeitsbasierte Übungen zu jedem Kapitel, Skiz-

zen und Berichte von KursteilnehmerInnen runden das Buch ab.

Die Größe dieses Buches liegt nicht zuletzt darin, die Eigenart eines jeden Menschen zu würdigen und gleichzeitig allgemein gültige Erkenntnisse, Übungen und praktische Lösungen anzubieten. Eine Kreativitäts-, Selbstentdeckungs- und Lebensschule.

*Unsere Kinderspiele sind schöpferisch, unsere Träume sind Ausdruck der Schöpfungskraft, unsere Kreativität ist ein Geschenk, das jedem von uns in die Wiege gelegt wurde.
(Paro Ch. Bolam)*



Paro Christine Bolam
Love to create
Befreie den Künstler in dir!

172 Seiten, 18,95 €
ISBN 978-3-89901-802-8
Auch als E-Book erhältlich

ÜBER DIE AUTORIN



PARO CHRISTINE BOLAM

erforscht, lehrt und lebt Kreativität - die Kunst, im Fluss zu sein. In ihrem Atelier für Worte & Farben gibt sie Kurse in Intuitivem Malen, kreativem Schreiben, kreativen Prozessen und Meditation. Was ihr am Herzen liegt, ist die Verbindung von schöpferischer Freiheit und Achtsamkeit beim kreativen Tun und im täglichen Leben. Sie lebt in der Nähe von München.

<http://www.cbolam.com/>

ÜBER DEN VERLAG

Wie das Gold der Alchemisten, das dem Verlag seinen Namen gegeben hat, steht das AURUM-Programm der J.Kamphausen Mediengruppe für bleibende Werte und Veränderung gleichermaßen. Die Schätze der verschiedenen Weisheitstraditionen neu zu interpretieren und dem heutigen Leser in frischer und undogmatischer Art zugänglich zu machen, liegt dem Verlag besonders am Herzen.

Die Bücher in AURUM werden aus vielen tradierten Quellen - der christlichen Mystik, dem Buddhismus, alten fernöstlichen wie westlichen Lehren - gespeist und stehen hier gleichberechtigt nebeneinander. Sie möchten Inspiration für die ganz persönliche Suche, den ganz persönlichen Weg sein. Ausgehend von einer Einheit von Körper und Geist findet der interessierte Leser in AURUM neben den spirituellen Büchern auch eine Reihe von Titeln zur ganzheitlichen Gesundheit, die ihn sowohl mit chinesischer Medizin als auch mit dem indischen Ayurveda, dem Yoga und alternativen europäischen Entwicklungen wie der „Methode Dorn“ bekannt machen.

PRESSEKONTAKT

Maren Brand
Marketing & Öffentlichkeitsarbeit
J.Kamphausen | Mediengruppe
Goldbach 2
33615 Bielefeld
Fon +49 (0)521 56052 232
Fax +49 (0)521 5605229
maren.brand@j-kamphausen.de

Weitere Pressemitteilungen und Infos finden Sie im Pressebereich unter:
www.weltinnenraum.de