



PRESSEMITTEILUNG

Don Miguel Ruiz Jr.

Fünf Stufen in die Freiheit

Schamanische Weisheiten
für eine moderne Welt

- Alte Weisheiten auf modernes Leben bezogen - verständlich und umsetzbar
- Kraftvolles spirituelles Wachstum und Entfaltung des eigenen Potentials
- Persönliche Erfahrungen und Erkenntnisse des Autors

weltinnenraum.de

J.Kamphausen | Mediengruppe

Benutzt du das Wissen oder benutzt das Wissen dich?

Anhaftungen an gefestigte Glaubenssätze und Meinungen bestimmen unser Leben. Unser Wissen, das wir im Laufe der Jahre angesammelt haben, wird zu unseren Überzeugungen. Oft verschließen wir uns vor dem Unbekannten. Doch ist dieses Wissen überhaupt richtig? Don Miguel Ruiz Jr. zeigt, dass das gesamte Potential der Persönlichkeit nur entfaltet werden kann, wenn man aus alten Glaubensmustern ausbricht und sich selbst als vollkommen ansieht.

Die Anhaftungen teilt Ruiz nach Intensität in fünf Stufen ein. Die Stufe, die er das „Authentische Selbst“ nennt, ist das Ziel. Dies ist ein harmonischer Zustand, in dem man frei von Erwartungen und Zwängen ist, die man sich selbst auferlegt hat. Jeder kennt solche Momente, z.B. wenn er während der Ausübung seines Hobbys alles um sich herum vergisst. Die meisten Menschen erleben die erste Stufe jedoch nur selten und verharren in der Regel auf der dritten oder vierten Stufe, die von Anpassung an unsere Erwartungen und die unseres Umfelds geprägt sind.

Mit dem Buch **Fünf Stufen in die Freiheit** soll der Leser lernen, mit den Stufen umzugehen. Erste Voraussetzung dafür ist die Erkenntnis, dass die Realität aus Anhaftungen aufgebaut ist und die eigene Identität auf Meinungen anderer beruht, die man für sich übernommen hat. Entscheidungen, die wir

treffen, sind durch unsere Überzeugungen und Erwartungen an uns selbst beeinflusst. In der Folge heißt das, unsere komplette Wahrnehmung ist verzerrt. Der Leser soll lernen, sich von diesen Anhaftungen zu lösen. Er soll seine Emotionen respektieren und erkennen, dass Fehler und Makel nur in seiner Vorstellung existieren. Er soll ausbrechen aus alten Denkmustern und so neue Perspektiven auf sein Leben eröffnen.

Schafft man es, die höheren Stufen zu überwinden, befindet man sich in **Freiheit**. Freiheit heißt für Ruiz, das Leben zu genießen und ohne Einschränkung derjenige zu sein, der man ist.

Die Prinzipien der **Fünf Stufen in die Freiheit** sind nicht komplett neu. Sie basieren auf dem Bestseller „Die Vier Versprechen“ von Don Miguel Ruiz, dem Vater und Lehrer des Autors. Ruiz Jr. wurden schon früh von seinem Vater und seiner Großmutter die alten Weisheiten der Tolteken vermittelt. Tolteken, die ursprünglich aus Mexiko stammen, sehen sich als Künstler. Sie versuchen, die Lebensweise der Menschheit zu transformieren - das Leben soll ihr Meisterwerk werden.

Ruiz bringt uns die alten Lehren näher, indem er sie in einer modernen Form präsentiert. In einer leichten, verständlichen Sprache erläutert er, welche Fehler in unseren Überzeugungen liegen und wie wir einen neuen Weg

der Persönlichkeitsentfaltung finden können. Anschaulich werden seine Erkenntnisse durch Anekdoten aus seinem Leben sowie lebensnahe Beispiele und Vergleiche. Zudem helfen einige leichte Übungen, die Ideen umzusetzen.



Don Miguel Ruiz Jr.
Fünf Stufen in die Freiheit
176 Seiten
14,95 € [D] | 15,40 [A]
Erscheinungstermin:
September 2014
ISBN 978-3-89901-815-8
Auch als E-Book erhältlich

ÜBER DEN AUTOR



Don Miguel Ruiz Jr.

Der Sohn des Bestseller Autors Don Miguel Ruiz („Die Vier Versprechen“) gehört einer Generation von Künstlern an, den Tolteken, die die Lebensweise der Menschheit transformieren wollen. Er verleiht dieser alten Weisheitstradition eine frische und unverbrauchte Stimme, die er in eingängige und leicht verständliche Worte kleidet.

www.miguelruizjr.com

ÜBER DEN VERLAG

Lüchow begann 1983 mit Louise L. Hay's „Heile Deinen Körper“ und spricht heute seine Leser mit einem breit aufgestellten Programmspektrum rund um die Themenkomplexe Ganzheitliche Gesundheit und Spiritualität an. Zu den bekanntesten Autoren gehören neben Louise L. Hay, Serge K. King, Wulfing von Rohr, Amit Goswami, Perre Franckh, Stephen Wolinski, Michaela Merten und John Veltheim.

Im Verlagsgefüge der J.Kamphausen Mediengruppe* ist Lüchow die Marke, die mit hohem Alltagsbezug den Horizont westlicher Leser um populäre Weisheitslehren und schamanische Traditionen erweitert. Lüchow-Bücher vermitteln verständlich und seriös eine positive Lebensanschauung und schlagen Brücken zu neuen spirituellen Ansätzen, die den Alltag erleichtern.

* Die J. Kamphausen Mediengruppe mit den Verlagen J.Kamphausen, Aurum, Theseus, Lüchow und LebensBaum sowie der Tao Cinemathek wurde 1983 in Bielefeld gegründet. Das Lieferprogramm umfasst mehr als 700 Titel aus den Themenbereichen Spiritualität, ganzheitliche Gesundheit und Wirtschaft. Einzelne Titel erreichen Auflagen von bis zu 500.000 Exemplaren.

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