

[Neue Anmeldung](#) | [Mein Zugang](#)

WissensOnline

Insider-Wissen für Jedermann

[Startseite](#) | [WerbeZeile](#) | [WissensOnline](#) | [PressePassage](#) | [FirmenFocus](#)

Glücklich sein durch »klare Worte«: Neues Buch schenkt dem Leben neuen Sinn



Glücklich sein: Wer will das nicht? Und den Sinn der Lebens erkennen? Auch das ist ein legitimer Menschheitswunsch. Diese Wünsche will ein neues, kleines, aufrüttelndes und gehaltvolles Buch wahr machen: »Zehn Goldene Regeln für dein Glück« bietet dabei überraschende, manchmal provozierende, jedoch immer Mut machende Ansätze — verfasst von einem erfahrenen Coach, der schon vielen Menschen geholfen hat, glücklich sein zu können und ihrem Dasein neuen Sinn zu geben.

Troisdorf. – Aller guten Dinge sind – zehn. Jedenfalls, wenn es um so elementare Dinge geht wie das Glücklichsein. Oder dem Leben neuen Sinn zu verleihen. Oder diesen Sinn erst nur mal zu entdecken. Zehn? Nun, »Zehn Goldene Regeln für dein Glück« enthüllt Thomas Damran Landsberg in seinem neuen, gleichnamigen Lebensratgeber – als »Essenz aus einem langjährigen, intensiven Studium«, wie der Heilpraktiker, spirituelle Lehrer und holistische Berater selbst das beschreibt, was er auf gut 120 Taschenbuchseiten seinen Mitmenschen ans Herz legt.

Ein Studium? Wirklich? Glücklich sein – kann man das studieren? Thomas Damran Landsberg lächelt: »Ja«, erklärt er. »Aber nicht unbedingt im landläufigen Sinne.« Das Leben selbst biete schließlich den lehrreichsten Studiengang überhaupt. Allein, aber ebenso im Zusammenspiel mit anderen habe er sich der Frage nach dem Sinn des Lebens und dem Glücklichsein genähert. Das Studium ganzheitlicher Therapien habe ihn ebenso weitergebracht wie das Erlernen von Qi Gong und fortgeschrittener Formen der Energiearbeit als auch die Reflexion seines eigenen Lebenswegs. »Glücklichsein«, so das Zwischenfazit des Troisdorfers, »kann jeder Mensch lernen. Das will ich mit meinem kleinen Büchlein vermitteln.«

Und zwar in zehn Goldenen Regeln: »Sei bereit, dir selbst zu begegnen«, heißt es da. Oder: »Öffne dich für Veränderung.« »Erwarte stets das Beste« und »Sei klar und entschieden« lauten zwei weitere Empfehlungen, um glücklich sein zu können und dem eigenen Dasein Sinn zu verleihen.

Glücklich sein, den Sinn des Leben finden: Hier wird Klartext geredet

Das klingt – zumindest als Regeln und Kapitelüberschriften – deutlich, unmissverständlich; zugleich fordernd und kompakt. Dazu erläutert der gelernte Betriebswirt und Therapeut: »Ich will Lesern aller Weltanschauungen eine Richtschnur fürs Glücklichsein an die Hand geben und nicht unnötig um den heißen Brei herumreden. Das kann im Einzelfall schon mal bedeuten, dass mein Buch polarisiert und der Leser sich dadurch wichtige Sinnfragen stellt – dazu sind manchmal »klare Worte« notwendig.«

Der Sinn des Lebens, so Thomas Damran Landsberg, liege nach seiner Überzeugung in der steten Weiterentwicklung des Selbst, und die sei ohne eine Bewusstmachung eventueller innerer Widerstände wie beispielsweise hemmender Glaubenssätze und deren liebevolle Erlösung nur selten möglich: »Der Adler steigt am besten bei Gegenwind auf, nach oben; dort, wo er glücklich sein kann. Die menschliche Seele gleicht solch einem Adler. Deshalb wollte ich kein flügelstutzendes Friede-Freude-Eierkuchen-Werk schreiben. Ich will Menschen fördern und helfen aufzuwachen, Ihnen konstruktive Anstöße geben und dabei auch schon mal der Auftrieb gebende Gegenwind sein, jedoch immer stabilisierend und heilend mit dem Ziel, glücklich zu sein.«

Nur der Alltag stiftet Sinn und lässt uns glücklich sein

In »Zehn Goldene Regeln für dein Glück« ermutigt Thomas Damran Landsberg seine Leser zu einer lebenslangen Ausgewogenheit von spiritueller Evolution und alltagsverbundener Bodenhaftung: »Es geht bei diesem Erkenntnis- und Reifeprozess nicht darum, ein verkappter Heiliger zu werden. Sondern um Ehrlichkeit und Echtsein gegenüber dem eigenen Ich und den inneren Bedürfnissen. Das ist eine Bedingung für das Glücklichsein.«

Alltagstauglichkeit – ein gutes Stichwort. Thomas Damran Landsberg legt auf die Feststellung Wert, dass seine zehn Regeln fürs Glücklichsein nicht auf angelesener Theorie fußen. Vielmehr gründet sein Buch auf tiefgreifenden eigenen Erfahrungen. Davon wiederum kann er jede Menge vorweisen; hat er doch den Sinn seines Lebens nicht zuletzt darin gefunden, als Lebensberater und Coach Menschen auf ihrem Weg ins Glück zu begleiten. »Und das mit Haut und Haaren«, wie er sagt. »Immer wieder habe ich Klienten, die tiefgreifende Lebenskrisen durchleben und auf ihrem Weg zurück ins Glücklichsein phasenweise eine starke Schulter zum Anlehnen benötigen. Dazu braucht es jemanden, der diesen Weg bereits gegangen ist, der stabil und sicher über steinige Abschnitte geleitet und mit dem die Sinn-Suche sicher ins Ziel geführt werden kann.«

Einen Hauptansatzpunkt bei seiner Beratungsarbeit sieht Thomas Damran Landsberg in der Fokussierung auf den Alltag und die Gegenwart als Quellen fürs Glücklichsein. Es mache wenig Sinn, dem Glück außerhalb des »Alltäglichen« nachzujagen. Denn genau da, im Hier und Jetzt, läge es schon, das Glück: »Wir können lernen, uns zu erinnern, den Wert des Augenblicks wieder stärker wertzuschätzen«, erklärt der Autor. »Dadurch können wir im Jetzt glücklich sein und den Sinn erkennen, den unser Leben hat.«

Macht schon Sinn: ein Regel-Werk zum Glücklichsein

Diesem Ziel haben sich die »Zehn Goldene Regeln für dein Glück« verschrieben. Sie geben praxisnahe Handlungsanweisungen. Der Autor verliert sich nie in transzendental klingendem Wischiwaschi; vielmehr schenkt er seinen Lesern in kompakten, gehaltvollen Worten Klarheit über die Mittel und Wege, die zum Glücklichsein führen und den Sinn des Lebens offenbaren. »Letzten Endes«, resümiert Thomas Damran Landsberg, »geht es um Selbsterkenntnis. Sie lässt uns glücklich sein und enthüllt uns den Sinn dessen, was uns im Leben begegnet. Mein Buch soll Menschen als Schlüssel zur Selbsterkenntnis und damit zum Glücklichsein dienen.«

Thomas Damran Landsberg:

Zehn Goldene Regeln für dein Glück. Dein Glück ist jetzt!

120 Seiten, 21,4 x 13,4 cm

ISBN: 978-3-8482-3222-2

Erhältlich in jeder Buchhandlung oder im Online-Buchhandel

V.i.S.d.P. und Ihr Ansprechpartner:

Thomas Damran Landsberg

Markusstr. 14

53844 Troisdorf

Tel. 02241 – 201 96 70

E-Mail: thomaslandsberg@web.de

Web: <http://www.chun-qigong.de>

YouTube: <http://www.youtube.com/user/thomaslandsberg>

Pressekontakt:

PR-Biene

Reimund Bertrams, Kerstin Miehle-Reisser

02306-85 07 92 oder 0172-2799868

presse@pr-biene.de

<http://prbiene.blogspot.com/>

Boiler Plate / Unternehmensportrait

Thomas Damran Landsberg wurde 1967 in Bonn geboren, absolvierte eine kaufmännische Ausbildung und wirkte nach seinem Studium als Betriebswirt, Kredit- und Existenzgründungsspezialist über 25 Jahre im Finanzsektor.

Von Kind an war er an Kampfkünsten und fernöstlichen Traditionen interessiert; einige davon studierte er intensiv. Besonders verbunden fühlt sich der Autor dem chinesischen Qi Gong und den so genannten inneren Kampfkünsten. Seine Erfahrungen als Leistungssportler und Trainer in verschiedenen Disziplinen bringt Thomas Damran Landsberg in seine ganzheitliche Beratungsarbeit ein.

Heute lebt der Autor in Troisdorf bei Bonn und verbindet seinen Beruf in leitender Position eines Großkonzerns mit seiner Berufung als holistischer Berater, Heilpraktiker und spiritueller Lehrer.

Glücklich sein durch »klare Worte«: Neues Buch schenkt dem Leben neuen Sinn wurde am 06.02.13 um 00:04 in **Allgemein, Arbeit & Job** veröffentlicht.

PR-Biene hat insgesamt 32 Artikelmeldung(en) im Portal.

Die WissensOnline distanziert sich ausdrücklich vom Inhalt dieses Artikel. Die Meldung gibt nicht die Meinung von unserer WissensOnline wieder und somit ist die WissensOnline nicht für die Richtigkeit des Inhalts haftbar, sondern der Urheber des Artikels. Sollte die obige Meldung Rechte jeglicher Art verletzen, bitte kurze Email schicken, wir löschen diese Meldung dann unverzüglich.

Weitere Pressemeldungen

Bookmark

Mr. Wong
Webnews
Oneview
Favoriten
Seekxl
Linkarena
Icio
Linksilo
Yigg
Digg
Del.icio.us
Facebook
Reddit
StumbleUpon
Technorati