

LOS CINCO NIVELES DEL APEGO

Sabiduría tolteca para el mundo moderno

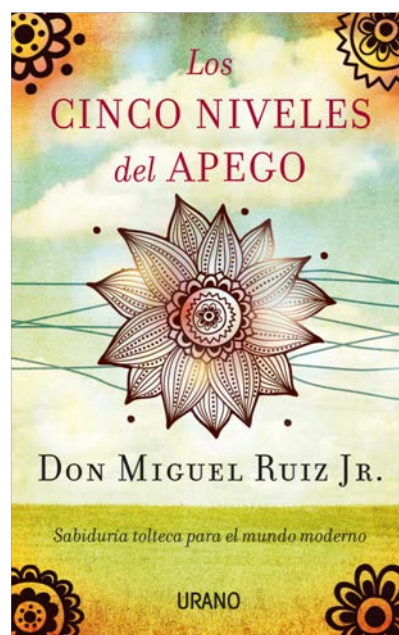
Don Miguel Ruiz Jr.



A lo mejor piensas que el mundo, tal como lo percibes, es real. Tal vez estés convencido de que tus emociones son auténticas, de que tus opciones son limitadas o de que el sufrimiento procede de los demás.

¿TE ATREVES A ABRIR LOS OJOS A UNA NUEVA REALIDAD?

Partiendo de los principios de la sabiduría tolteca, Don Miguel Ruiz Jr., hijo del mítico nagual mexicano, te invita a acompañarlo en un viaje iniciático por los cinco niveles de apego, un recorrido espiritual con destino a tu auténtico yo, el ser que alberga la vida en todo su potencial.



«Mira a tu alrededor y verás trescientos sesenta grados de posibilidades. Ese centro que todo lo abarca –ese “aquí y ahora”- es tu potencial. Cada vez que avanzas en una dirección determinada estás haciendo una elección: estás diciendo “sí” a algo y “no” a todo lo demás. Pero todo está ahí, a tu alcance, tanto si eres consciente como si no, de las infinitas posibilidades que se abren ante ti en cada momento.

Cuanto más fuerte es el apego que te une a algo, a un pensamiento, a un convencimiento, a un juicio o una emoción, más se oscurece y se estrecha tu perspectiva, a veces hasta tal punto que acabas convencido de que solo hay una manera posible de actuar. El grado de apego que te vincula a determinada creencia o juicio sobre ti mismo o sobre el mundo reduce tu capacidad de ver más allá de esa única posibilidad. Por eso, a medida que aprendes a cortar el vínculo con determinadas convicciones que ya no te benefician, tus posibilidades crecen y se expanden. Empiezas a comprender que tú eres el poder que da vida al mundo que te rodea. Eres responsable de ti mismo y de tu realidad. Eres responsable de tu propio sueño...»

Don Miguel Ruiz Jr.

QUÉ NOS OFRECE ESTE LIBRO...

Fruto de la experiencia personal de Don Miguel Ruiz Jr., *Los cinco niveles del apego* nos explica cómo influyen los apegos en las decisiones que tomamos cuando diseñamos la historia de nuestra vida y cómo nos alejan de la realidad. También nos ayuda a ver cómo hemos creado nuestra identidad basándonos en las opiniones y los juicios de los que nos rodean, y cómo nuestras creencias acaban formando parte de nuestra identidad o de quienes creemos ser. Estas creencias sobre lo que es verdad crean a su vez nuevos apegos y nuestras respuestas emocionales. Por otro lado, nuestros apegos a nuestras creencias distorsionan nuestras percepciones, haciendo que las adaptemos para que encajen con el resto de nuestro sistema de creencias.

DON MIGUEL RUIZ JR.



© Nicolo Sertorio

A los catorce años, don Miguel Ruiz Jr. empezó a traducir del español al inglés las oraciones, las conferencias y los talleres de su abuela, Madre Sarita, mientras veía de primera mano la manifestación del poder de la anciana. Cuando tenía veinte, su padre intensificó su aprendizaje de la sabiduría tolteca. Tras una larga iniciación, Miguel se ha convertido a su vez en un nagual que se dedica a transmitir las herramientas de su tradición familiar a los lectores occidentales.

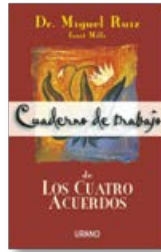
FICHA TÉCNICA

Título:	<i>Los cinco niveles del apego</i>
Autor:	Don Miguel Ruiz
Sello:	Urano
Páginas:	192
Precio:	14€

BIBLIOGRAFÍA RELACIONADA



Los cuatro acuerdos
(Don Miguel Ruiz)



Cuaderno de trabajo de
Los cuatro acuerdos
(Don Miguel Ruiz)



El quinto acuerdo
(Don Miguel Ruiz
y don Jose Ruiz)