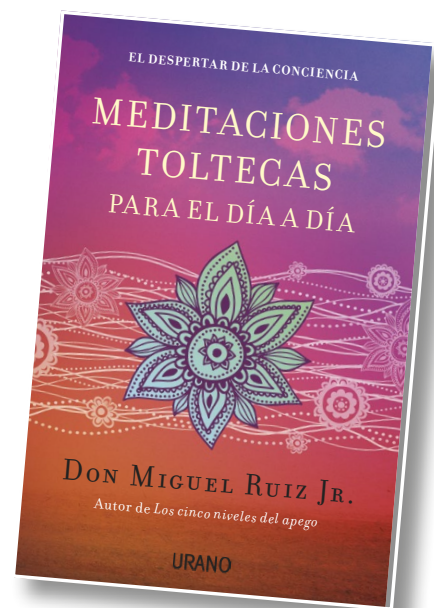


Don Miguel Ruiz Jr., hijo del mítico chamán mexicano, firma el primer libro de meditaciones creadas para guiar al lector occidental por el sendero del nagual

Vivir conscientemente es una aventura que dura toda la vida. Día tras día la vida nos coloca constantemente en la disyuntiva de escoger entre ilusión y verdad. Todos experimentamos momentos de claridad en los que realizamos una elección acertada. Cuando elegimos la ilusión y descartamos la verdad, perdemos de vista nuestro auténtico yo. En cambio, si actuamos desde la conciencia y optamos por la verdad, aceptándola al margen de nuestros prejuicios, entonces experimentamos el amor incondicional.

Meditaciones toltecas para el día a día nos descubre el arte de vivir conscientemente, que no es más que una cuestión de ver la perfección que hay en cada uno de nosotros y de amar de manera incondicional, sin jerarquía, sabiendo que todo el mundo vive expresando su singularidad.

Para ello su autor, **Don Miguel Ruiz Jr.**, ofrece a los lectores la oportunidad de emprender este proceso de autodescubrimiento. A lo largo de seis meses, mediante poderosas meditaciones inspiradas en la sabiduría tolteca tradicional, este reconocido chamán nos ayudará a acallar la mente, a superar el ego y en definitiva a superar los acuerdos que hemos hecho con nosotros mismos y con los demás. El camino no es fácil. Exige coraje, humildad, una gran capacidad de renuncia y desarrollar el espíritu de un auténtico guerrero con el fin de acceder a la perfección de nuestro auténtico yo. De esta manera aprenderemos a vivir disfrutando siendo quiénes somos y estando con las personas que amamos con armonía, respeto y compasión.



Don Miguel Ruiz Jr.



©Nicolò Sertorio

Inició a los catorce años el aprendizaje de la sabiduría tolteca de la mano de su padre, el mítico chamán mexicano Miguel Ángel Ruiz, y de su abuela, la curandera Madre Sarita. Ahora, décadas después, Miguel es un nagual con una larga iniciación a sus espaldas que se dedica a transmitir la sabiduría y las herramientas heredadas de su tradición familiar, y también a disfrutar de la libertad de creación que sólo conocen los guerreros. Don Miguel Ruiz Jr. es autor de otro título previo, *Los cinco niveles de apego*, también publicado por ediciones Urano.

MEDITACIONES
TOLTECAS PARA
EL DÍA A DÍA
Don Miguel Ruiz Jr

Sello: Urano
Colección: Crecimiento personal
P.V.P.: 13€ • 224 páginas
Lanzamiento: octubre de 2014



URANO