

**Lama Marut**

**Be Nobody**

**Warum wir uns nicht anstrengen müssen,  
jemand Besonderes zu sein**

336 Seiten, Klappenbroschur

18,99 €(D) / 19,60 €(A) / 27,50 CHF

ISBN 978-3-95803-001-5

**Erscheinungstermin: März 2015**



**Wer sein Selbstbild loslässt, hat die Freiheit, echte Erfüllung zu finden.**

**Lama Marut ruft zur ultimativen Revolution auf: zum Sturz unserer Obsession,  
jemand zu sein. Damit öffnet er uns die Tür zu unserer eigentlichen Bestimmung.**

**Mit radikalen und brillanten Anregungen, die direkt im Alltag umsetzbar sind.**

Wir alle versuchen angestrengt, etwas ‚Besonderes‘ zu sein, jagen dem richtigen Image nach und sammeln online ‚Freunde‘ und ‚Follower‘ als Symbole für unseren Wert. Selbstoptimierung ist Trumpf – sei es in psychologischer, wirtschaftlicher, körperlicher und selbst in spiritueller Hinsicht. Doch mit der Gier, jemand sein zu wollen, nehmen statt Glück und Zufriedenheit Depressionen und Narzissmus dramatisch zu.

**Was ist schief gelaufen? Wir haben die ganze Zeit aufs falsche Pferd gesetzt!**

Erfrischend radikal zeigt Lama Marut, dass unser Bestreben, uns von anderen zu unterscheiden, die wahre Ursache unserer Unzufriedenheit ist und das Gefühl weckt, isoliert und allein zu sein. Dass wir unser wahres Potenzial nur erschließen können, indem wir uns von unserer Ich-Zentriertheit lösen, ist eine altbekannte spirituelle Wahrheit. *Be Nobody* füllt sie mit konkreten Anregungen für unsere Zeit: einfache Meditationen und sofort umsetzbare Alltagsideen, die nachhaltige Veränderungen auslösen.

***Be Nobody* ist köstlich geschriebenes und weises Buch und eine wundervolle Anleitung zu einem bewussten Leben. Aufmüppig, alltagsnah, lebensverändernd und humorvoll ist Lama Marut die neue Stimme einer zeitgemäßen Spiritualität.**



**Lama Marut (Brian K. Smith)** ist intensiv ausgebildet in den spirituellen Traditionen Indiens und des Tibetischen Buddhismus und bezeichnet sich selbst als ‚spirituelle Promenadenmischung‘. Er hat einen Doktorgrad in vergleichender Religionswissenschaft und zog sich nach über zwei Jahrzehnten Lehrtätigkeit 2004 als emeritierter Professor zurück. Seit fünfzehn Jahren betreut er spirituelle Schüler auf der ganzen Welt. [www.lamamarut.org](http://www.lamamarut.org)

© Ramesh Ramakrishnan

**Corinna Schindler \* das freelance team \* Franziskanerstraße 18 \* 81669 München  
Tel.: (089) 4488040 \* Fax (089) 48002809 \* E-Mail [das-freelance-team@t-online.de](mailto:das-freelance-team@t-online.de)**