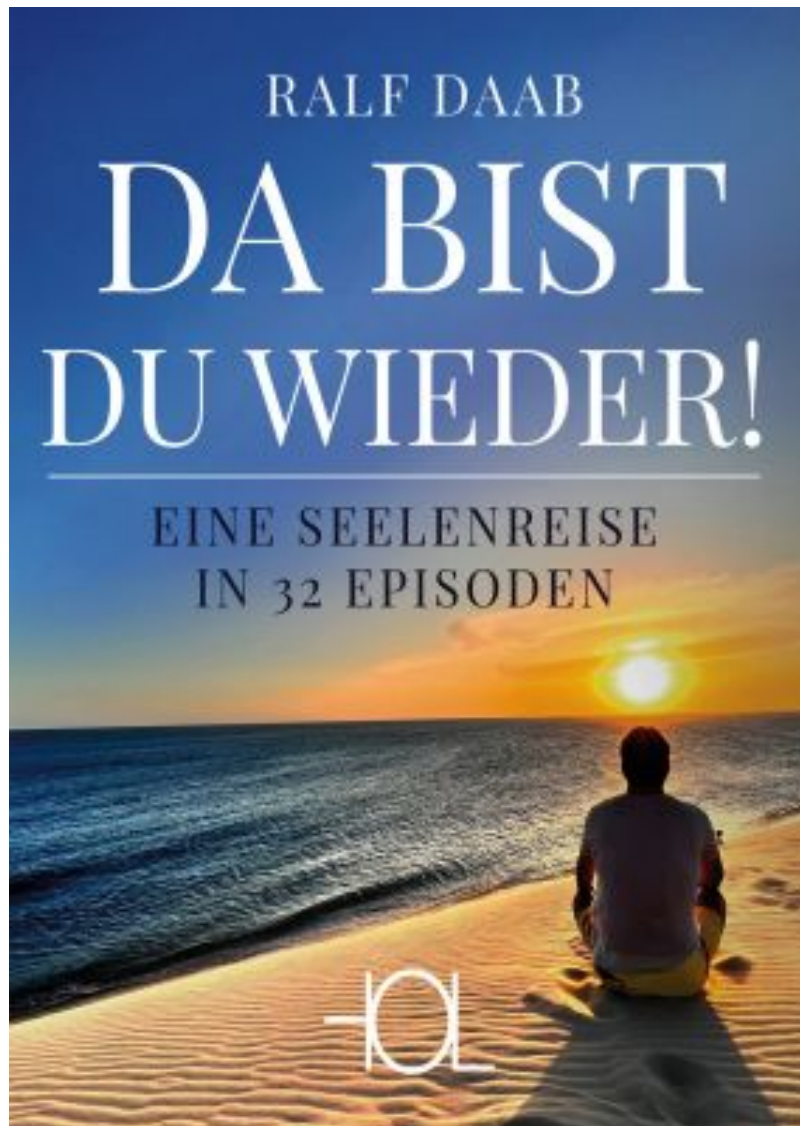

DA BIST DU WIEDER! EINE SEELENREISE IN 32 EPISODEN

21.11.2024, 21:51 | Persönlichkeitsentwicklung, Bewusstsein & Spiritualität

Pressemitteilung von:



Jericoacoara, Brasilien

Wenn Menschen älter werden, geraten viele in eine Leben-krise. Eine Phase, in der sich viele fragen, ob alles gut und richtig war in ihrem Leben und was in Zukunft denn noch so kommen mag. Wenn die Unzufriedenheit zu groß ist, wird nach Auswegen gesucht. Manche, besonders Männer, flüchten sich in Ersatzhandlungen, die kurzfristig wirken, aber das eigentliche Problem ignorieren. Das Problem der inneren Verbundenheit.

Auch Ralf Daab hatte einen Punkt im Leben erreicht, an dem jede Leichtigkeit verschwunden war. Er hatte sich selbst verloren. Die langjährige Ehe endete, die berufliche Karriere entwickelte sich in die falsche Richtung. Entscheidungen gingen nicht mehr wie selbstverständlich von der Hand. Ralf hat nach Auswegen gesucht. Die wichtigste Erkenntnis lautete: Bei sich selbst anfangen. Er beginnt mit Meditation und Achtsamkeitstraining, hört Podcasts zum Thema

Selbstfindung und liest Bücher über Persönlichkeitsentwicklung. Er joggt viel, wird körperlich fitter und im Kopf wieder freier. Dann empfiehlt ein Freund ein Seminar, indem man sich auf eine Reise begibt. Eine Reise zu sich selbst. Er erlebt Geschichten, die ihm sein Unterbewusstsein vorspielt, um seine Seele wiederzufinden. In DA BIST DU WIEDER! erzählt er in eindringlichen und zugleich einfachen Worten von diesen Reisen und die vielen Rollen, in die er schlüpft – ob als Wal in den Ozeanen, als Inka in den Anden oder als Wikinger auf hoher See. Jede Episode führt ihn zu neuen Erkenntnissen und zu einem intensiveren Verständnis seiner selbst.

Daab beschreibt auch die Momente, in denen er den Mut fand, sich von belastenden Menschen und alten Mustern zu lösen, und er erzählt von Begegnungen, die ihm halfen, schmerzhaftes Erinnerungen zu heilen. Er teilt seine Erfahrungen als Mann, der auf der Suche nach Liebe und innerem Frieden ist, und lässt die Leser*innen an der tiefen Dankbarkeit teilhaben, die ihn nach jeder Reise erfüllt. Mit einem offenen Blick und mit Selbsteingänglichen Worten beschreibt Ralf Daab, wie er auf seiner Seelenreise den Sinn für das Wesentliche wiederfand - sich selbst. Sein Buch ist ein Zeugnis innerer Stärke und Zuversicht – und eine Einladung, den eigenen Weg mit mehr Leichtigkeit und Vertrauen zu gehen.

Schlagwörter: Selbstliebe, Bewusstseinsweiterung, Achtsamkeit, Persönlichkeitsentwicklung, inneres Kind, höheres Selbst, Selbstfindung, Meditation, innere Stärke, Leichtigkeit, Verbundenheit, Transformation, LIEBE.

Über den Autor:

Ralf Daab, geboren 1964 in Köln, hat sowohl in New York als auch in seiner Heimatstadt Köln gelebt und ist nun in Wiesbaden ansässig. Seine Erfahrungen und Erlebnisse teilt er auch auf seinem YouTube-Kanal sowie in den sozialen Medien unter @ralfdaab.

HOL - HIGH ON LIVING

Schellingstr. 4
Wiesbaden 65191
Deutschland

RalfDaab (Founder HOL)

+4915127030266

ralf.daab@high-on-living.com

www.myhol.shop

Portrait

Tauche ein in die Welt von HIGH ON LIVING und erlebe den einzigartigen HOL Spirit.

Pressekontakt

HOL - HIGH ON LIVING
Schellingstr. 4
Wiesbaden 65191
Deutschland

RalfDaab

www.myhol.shop

News-ID: 1272481 • Views: 785 (Stand: 04.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1272481/DA-BIST-DU-WIEDER-EINE-SEELENREISE-IN-32-EPISODEN.html>