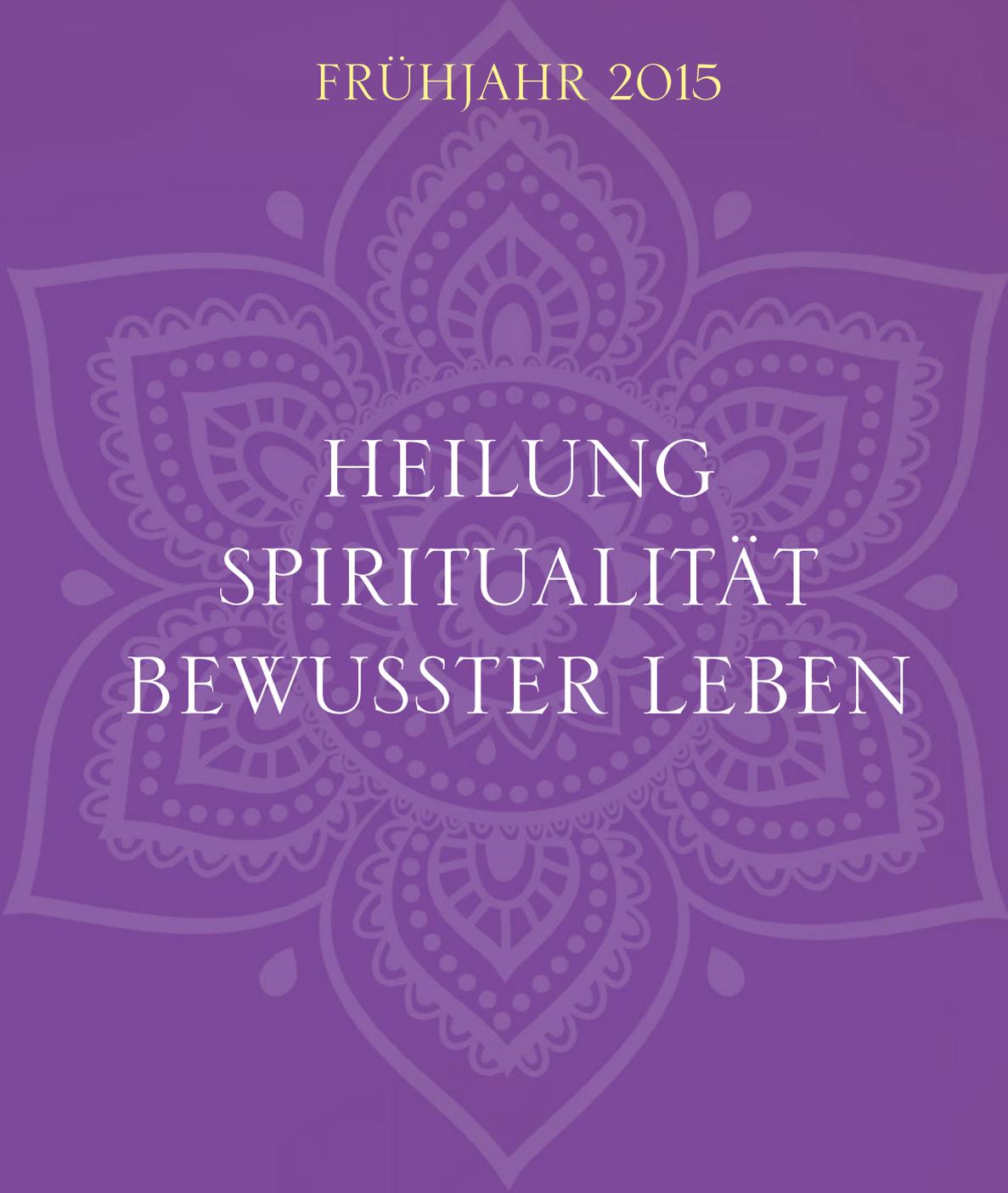


FRÜHJAHR 2015



HEILUNG
SPIRITUALITÄT
BEWUSSTER LEBEN

TRINITY

DURCH LIEBEVOLLEN GLAUBEN AUS GOTTES HEILKRAFT SCHÖPFEN



© Torge Niemann 2012

JANA HAAS

hat russische Wurzeln und lebt seit 1992 in Deutschland. Seit ihrer Kindheit verfügt sie über die Gabe der Hellsichtigkeit und kann geistige Dimensionen genauso deutlich sehen wie die materielle Welt. Durch ihre liebevolle, klare Ausstrahlung und ihre Bücher eroberte sie eine große Fangemeinde. In Vorträgen und Seminaren gibt sie ihr Wissen weiter. Die Autorin lebt am Bodensee.

Weitere Informationen unter www.jana-haas.com

Wie gelingt es, das eigene seelische und geistige Potenzial auszuschöpfen und somit ein gesundes, sinnerfülltes Leben zu führen?

Aus den Quellen ihrer Hellsichtigkeit schöpfend, zeigt Jana Haas Wege auf, wie wir uns der eigenen Kräfte bewusst werden und unser Schicksal selbst gestalten können. Das klare spirituelle Konzept von Cosmogetic® Healing bietet geistige Orientierung und hilft, sich mit Gottes Quelle zu verbinden und dadurch Heilung auf allen Ebenen zu erfahren.

In unserer von Stress, Unsicherheit und zahlreichen Umwelteinflüssen geprägten Welt brauchen wir für Gesundheit und Seelenheil mehr denn je geistige Anbindung: Eine positive Einstellung, liebevolle Gedanken sowie das unerschütterliche Vertrauen in Gott und die eigenen Selbstheilungskräfte lassen uns gesund bleiben, aber auch unsere Zellen lichtvoll beeinflussen und somit von bereits manifestierten Krankheiten genesen.

Jana Haas erläutert die Zusammenhänge von Krankheit und Gesundheit, von seelisch-geistigen und umweltbedingten Krankheitsursachen und zeigt, wie wir uns bewusst mit Gott verbinden und aus seiner Heilskraft schöpfen können. So weist sie uns Wege, wie Heilwerdung auf der körperlichen, geistigen und seelischen Ebene gelingt.



SPITZENTITEL

MAI 2015

JANA HAAS
HEILEN MIT GOTTES KRAFT
Aktiviere deine inneren Heilkräfte mit Cosmogetic® Healing

ca. 224 Seiten
gebunden mit Schutzumschlag
13,5 x 18,5 cm
17,99 € (D) · 18,50 € (A) · 25,90 CHF
ISBN 978-3-95550-119-8
WG 1470

ebook



BEREITS ERSCHIENEN:



ÜBER 20.000
VERKAUFTE
EXEMPLARE

JANA HAAS
DER SEELENPLAN
Was unser Schicksal bestimmt

224 Seiten
gebunden mit Schutzumschlag
13,5 x 18,5 cm
17,99 € (D)
ISBN 978-3-95550-060-3



JANA HAAS
DER SEELENPLAN
Was unser Schicksal bestimmt

Hörbuch, 3 CDs
221 Minuten
24,99 € (D)
ISBN 978-3-95550-080-1



- Das neue Buch der bekannten Autorin von *Der Seelenplan*
- Cosmogetic® Healing: ein spirituelles Konzept der energetischen Heilbehandlung, das geistige Orientierung und Heilung verspricht

HEILUNG ENTSTEHT DURCH GÖTTLICHE VERBUNDENHEIT

JANA HAAS IM INTERVIEW



Jana, Sie sind schon seit vielen Jahren als Heilerin tätig und haben zahlreichen Menschen geholfen. Wann haben Sie zum ersten Mal konkret gespürt, dass Sie Krankheiten geistig heilen können?

Ich erinnere mich, wie ich mit 18 Jahren einem Freund, der Fieber und Grippe hatte, intuitiv die Hand aufgelegt habe, so wie die Mutter das bei ihrem Kind tut. Dabei hatte ich den Gedanken, er solle gesund werden. Und schwups, erlebte ich so einen Energieschock, dass ich seine Grippe und das Fieber abbekam, während es ihm innerhalb einer Minute wieder gut ging. In diesem Moment wusste

ich, okay, der Geist steht tatsächlich über der Materie, aber lerne, mit dieser unglaublich großen Kraft richtig umzugehen!

Diesen Umgang habe ich in den folgenden Jahren gelernt. Mit Anfang 20 konnte ich bereits in der Aura der Menschen, die bei mir Rat suchten, nicht nur die Dunkelheit, die unerlösten Verstorbenen und Krankheiten sehen, sondern das Licht und die Engel erkennen.

Sind alle Menschen fähig, sich selbst und andere zu heilen?

Ich bin der Überzeugung, dass jeder Einzelne sein eigener Heiler ist, denn unsere Gedanken, Gefühle und Handlungen im Alltag bestimmen unser Energiefeld. Sie fördern oder reduzieren unsere Abwehrmechanismen beziehungsweise befreien oder blockieren den Heilfluss.

Jeder von uns hat seinen spirituellen Zugang zu Gott, und in meinen Kursen helfe ich den Menschen, durch ihre Intuition und ihren tiefen liebevollen Glauben da heranzukommen. Die Kurs Teilnehmer lernen, die kosmische Energie und die Hilfe der geistigen Welt richtig einzusetzen und dadurch ihre Gesundheit positiv zu beeinflussen. Sie lernen außerdem, diese Energie an andere Menschen weiterzuleiten. Bald können sie unterstützend in Familie und Gesellschaft tätig sein und zum Beispiel durch Handauflegen helfen.

Haben Sie ein einfaches, kurzes Beispiel für uns, wie Cosmogetic® Healing aussehen kann?

Der Satz »Der Alltag muss unsere Meditation sein« hat mich sehr geprägt. Ich verbringe so viel Zeit in diesem einheitlichen Bewusstsein zu Gott wie nur möglich. Und das geht wirklich in allen Lebenssituationen. Die folgende Übung können Sie gern fünf Minuten machen, und nach einiger Zeit werden Sie sehen, dass sie auch mitten im Meeting funktioniert oder an der Bushaltestelle, denn dafür muss man sich nicht verbiegen oder die Augen schließen. Es ist ein nach innen bezogenes Bewusstsein, und so bringt die Übung Ruhe in jede Situation.

Setzen oder stellen Sie sich einfach bequem hin, möglichst aufgerichtet, aber entspannt. Dann atmen Sie dreimal bewusst in die Bauchgegend ein und aus.

Und während Sie dem Atem folgen, lassen Sie Ihre Gedanken einfach davonziehen, Sie geben ihnen keine Energie.

Und als Nächstes spüren Sie die Wärme, die Liebe, den Freiraum in Ihrem Herzen. Und so werden Ihr Leib, Ihr Geist und Ihre Seele von Gottes Liebe durchdrungen, Sie geben diesem Raum. Das ist der erste Schritt, der Schritt der Selbstwahrnehmung.

Und dann, in diesem erwachten Bewusstsein, sprechen Sie bitte dreimal mit Gefühl folgenden Satz: »Ich bin Liebe, ich bin Liebe, ich bin Liebe.«

Nehmen Sie wahr, wie sich dabei Ihr Herzschlag verändert, die Liebe Frieden gibt und Sie immer mehr in sich ruhen, ganz gleich, was um Sie herum ist. Folgen Sie immer weiter Ihrem tiefen Atem, so ruhen Sie in sich.

Finden Sie immer wieder im Laufe des Tages in diesen inneren Ruheraum zurück, in diese Erinnerung, dass Sie Liebe sind.

WIRKSAME SOFORTHILFE BEI ANGST, ANSPANNUNG UND ALLTAGSSTRESS



© Katharina Ceming -
Fotografie von Hoesslin

PROF. DR. DR.
KATHARINA CEMING

ist Professorin an der Universität Augsburg sowie freiberufliche Seminarleiterin und Publizistin. Sie beschäftigt sich seit vielen Jahren neben den religiösen, philosophischen, kulturellen und sozialen Aspekten der Weltreligionen besonders mit Mystik und Spiritualität.

<http://www.quelle-des-guten-lebens.de/html/seminare.html>



© Thomas Fröhlich

CHRISTA SPANNBAUER

lebt als Autorin, Journalistin und Filmemacherin in Berlin. In ihren Veröffentlichungen und Vorträgen widmet sie sich vorwiegend den Weisheitswegen aus Ost und West und zeigt deren Alltagstauglichkeit für den modernen Menschen auf.

www.christa-spannbauer.de

Oft kämpfen wir uns durch den Alltag, setzen uns selbst unter Druck und fühlen uns ausgebrannt, einsam oder entscheidungsunfähig. Wenn es Zeit wird, Kraft zu tanken, ist *Der Spirituelle Notfallkoffer* genau das richtige Reisegepäck: Angefüllt mit jeder Menge wirksamer Achtsamkeitsübungen, Meditationen und Affirmationen, ist er der ideale Begleiter für die gezielte Auszeit im Alltag, mehr Zuversicht und Stabilität.

Fühlen Sie sich häufig matt und ausgebrems, nervös oder aufgerieben von den täglichen Herausforderungen? Ab heute ist Schluss damit: Der spirituelle Notfallkoffer enthält 30 effektive Sofortrezepte, die gezielt gegen Anspannung, Antriebslosigkeit und schlechte Laune im Alltag wirken. Mit kleinen Ritualen, Visualisierungen, Meditationen und Körperübungen verankern Sie positive Gefühle im Körpergedächtnis und sagen beunruhigenden Gedanken Lebewohl. Ob es darum geht, innere Klarheit zu entwickeln, Balance zu finden oder dem Leben neuen Schwung zu geben: Natürlich sind sämtliche Erste-Hilfe-Maßnahmen so konzipiert, dass sie leicht und ohne größeres Vorwissen gelingen.

Meistern Sie die Notfälle des Lebens mit diesem unverzichtbaren, verlässlichen »Schlechtwetter-Gepäck«.



SPITZENTITEL

APRIL 2015

KATHARINA CEMING
CHRISTA SPANNBAUER
DER SPIRITUELLE
NOTFALLKOFFER
Erste Hilfe für die Seele

ca. 192 Seiten
Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm
14,99 € (D) · 15,50 € (A) · 21,90 CHF
ISBN 978-3-95550-097-9
WG 1481

e book



- 30 effektive Sofortrezepte bei Krisen im Alltag
- Übersichtliche Gestaltung – schnelle Orientierung
- Für den unkomplizierten, raschen Einstieg

ÜBUNGEN AUS DEM SPIRITUELLEN NOTFALLKOFFER

DIE KUNST DER GRENZZIEHUNG

Haben Sie Schwierigkeiten damit, Nein zu sagen? Tun Sie immer wieder Dinge, die Sie eigentlich nicht tun möchten? In bestimmten Situationen haben Sie am Ende vielleicht ein gutes Gefühl, weil Sie einem anderen Menschen einen Gefallen getan haben. Doch oftmals fühlen Sie sich schlicht ausgenutzt oder über den Tisch gezogen.

KÖRPERÜBUNG: RUDRA MUDRA

Mudras können Sie jederzeit und an jedem Ort anwenden. Diese Fingerstellungen aus dem Yoga haben eine starke energetische Wirkung. Deshalb werden sie mitunter auch scherzhaft »Fingerkraftwerke« genannt. Das Rudra Mudra gilt als »der Herrscher über das Solarplexus-Chakra«. Es hilft Ihnen bei der Zentrierung in Ihrer Körpermitte, gibt Ihnen Kraft und unterstützt Sie darin, Ihre Grenzen zu wahren.

Legen Sie hierfür die Spitzen des Daumens, des Zeigefingers und des Ringfingers beider Hände aneinander. Die übrigen beiden Finger sind locker gestreckt. Führen Sie diese Fingerhaltung immer dann für einige Minuten aus, wenn Sie Stärkung brauchen. Stellen Sie sich dabei vor, wie Sie in sich ruhen und Kraft aus Ihrer Mitte ziehen.

SICH FÜR DAS LEBEN NEU BEGEISTERN

»Alles beginnt mit der Sehnsucht, immer ist im Herzen Raum für mehr, für Schöneres, für Größeres.« Die Dichterin Nelly Sachs wusste um die schöpferische Kraft der Sehnsucht, die uns vorantreibt, motiviert und inspiriert. Wir alle tragen sie in uns. Mitunter jedoch ist sie verschüttet und fristet ein Schattendasein. Dann fühlen wir uns stumpf, müde und antriebslos.

VISUALISIERUNGSÜBUNG: ZWIEGESPRÄCH MIT DER SEHNSUCHT

Ziehen Sie sich für diese Übung an einen ungestörten und ruhigen Ort zurück. Wichtig ist, dass es sich dabei um einen »Kraftort« handelt, also

einen Platz, an dem Sie sich mit der Lebensenergie verbunden fühlen. Das kann der Meditationsplatz in Ihrer Wohnung ebenso sein wie ein Ort in der Natur. Sammeln Sie sich innerlich. Rufen Sie dann Ihre Sehnsucht herbei und bitten Sie diese, sich zu zeigen. Schauen Sie genau hin, welche Bilder vor Ihrem inneren Auge entstehen. Welches hat die größte Anziehungskraft? Fragen Sie dieses Sehnsuchtsbild:

- Was möchtest du mir sagen?
- Wohin möchtest du mich führen?

Sie werden überrascht sein, wie deutlich die Stimme der Sehnsucht zu Ihnen sprechen wird. Wenn Sie auf diesem Wege erst einmal in Kontakt mit Ihrer Sehnsucht gekommen sind, können Sie diese jederzeit und überall darum bitten, Ihnen den Weg zu weisen.



»HEUTE ESSE ICH, WIE ICH ATME —
NATÜRLICH. MEIN ESSEN SCHWINGT
IM EINKLANG MIT DER NATUR.« LUMIRA

MAI 2015



© Nikolai Weidner

Wir alle wissen: Eine vollwertige Ernährung ist entscheidend für die Gesundheit von Körper und Geist. Ständig neue, sich widersprechende Studien sorgen jedoch für Verwirrung: Was soll man wirklich essen? Wie viel Eiweiß ist nötig? Brauchen wir Fleisch, Eier und Milchprodukte? Angesichts von Lebensmittelskandalen, Schadstoffbelastung und skandalöser Massentierhaltung entscheiden sich immer mehr Menschen für eine vegane Bio-Ernährung.

Vegan ist Trend – doch ist eine Ernährung auf Pflanzenbasis tatsächlich der Schlüssel zu unserer Gesundheit?

LUMIRA

wuchs in Kasachstan und der Ukraine auf und kam als junge Frau nach Deutschland. Hier entwickelte sie die russisch-schamanischen Heilweisen, die sie schon seit ihrer Kindheit von Grund auf kennengelernt hatte. Sie lebt und arbeitet in der Nähe von München. www.lumira.de

ELISABETH BÜTTNER,

Mutter von Lumira, ist Ärztin für Mikrobiologie. Sie arbeitete in einer Klinik und später als Dozentin in einer fachmedizinischen Schule in Odessa. Seit 1990 lebt sie in Deutschland.

Eine optimale Ernährung unterscheidet sich von Mensch zu Mensch. Daher liegt es in der Verantwortung jedes Einzelnen, achtsam auf den Körper zu hören und zurück zu der inneren Weisheit zu finden, die uns sagt, was wir essen sollen und was nicht. In ihrem neuen Buch erklärt Lumira gemeinsam mit der Ärztin und Mikrobiologin Elisabeth Büttner die Hintergründe einer gesunden Ernährung aus biologischer, ethischer und spiritueller Sicht.

Auf faszinierende Weise nimmt sie den Leser mit auf eine Reise durch den eigenen Körper und enthüllt, was uns krank macht und was uns heilt. Denn nur wer versteht, wie er auf die einzelnen Nahrungsbestandteile wirklich reagiert, kann frei für sich selbst bestimmen, was er essen soll und der Stimme des eigenen Körpers wieder Vertrauen schenken. Köstliche Rezepte mit naturbelassenen und intelligent kombinierten Zutaten machen dieses Buch zu einem unverzichtbaren Highlight in jeder Küche.



LUMIRA &
ELISABETH BÜTTNER
GESUND UND JUNG
DURCH RICHTIGE ERNÄHRUNG
Das Gesundheitsgeheimnis
unserer Familie

ca. 176 Seiten
Klappenbroschur,
mit zahlreichen Farbfotos
15,9 x 21,5 cm
17,99 € (D) · 18,50 € (A) · 25,90 CHF
ISBN 978-3-95550-118-1
WG 1481



BEREITS ERSCHIENEN:

ÜBER 13.000
VERKAUFTE
EXEMPLARE

LUMIRA
GEISTIGE HEILUNG
Revolutionäre Wege zu
Selbstheilung und Regeneration
Klappenbroschur
238 Seiten
mit Übungs-CD
Spielzeit: 52 Minuten
16,99 € (D)
ISBN 978-3-95550-086-3

ÜBER 50.000
VERKAUFTE
EXEMPLARE

LUMIRA
ERNEUERE DEINE ZELLEN
Eine russische Heilerin
offenbart ihr energetisches
Verjüngungsprogramm
Klappenbroschur
224 Seiten
mit Übungs-CD
Spielzeit: 52 Minuten
16,95 € (D)
ISBN 978-3-941837-66-9

ÜBER 12.000
VERKAUFTE
EXEMPLARE

LUMIRA
DU BIST DIE QUELLE DES LEBENS!
Fundamentale Werkzeuge der
Erneuerung und Verjüngung
Klappenbroschur
192 Seiten
mit Übungs-CD
Spielzeit: 67 Minuten
16,99 € (D)
ISBN 978-3-95550-019-1

- Trendthema Raw Food und vegane Ernährung: das erste Buch von Bestsellerautorin Lumira mit der Ärztin Elisabeth Büttner
- Zahlreiche Seminare und Vorträge der Autorin
- Werbung in allen wichtigen Fachmedien
- Intensive Pressearbeit

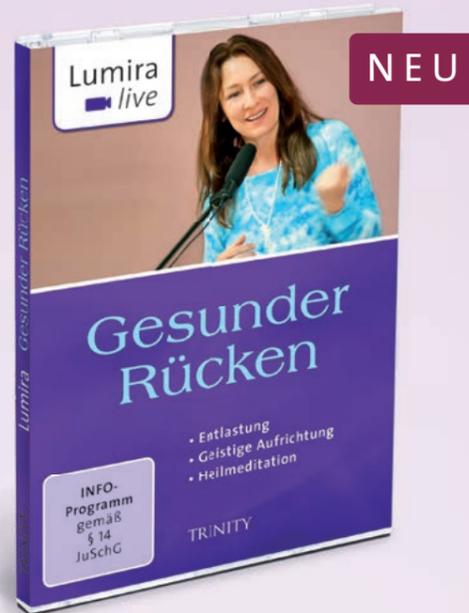
SECHS NEUE VORTRÄGE AUF DVD

DVDs | LUMIRA LIVE
24,99 € (A/D) | WG 4466

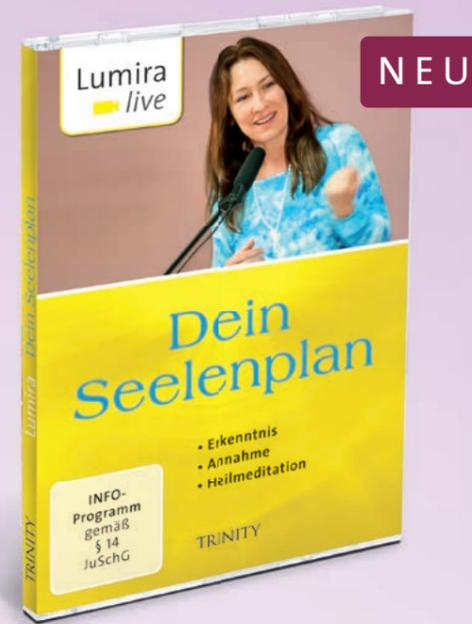
JANUAR 2015



AKTIVIERUNG DER SEHKRAFT
Klarheit gewinnen | Blick schärfen
Heilmeditation
143 Minuten
ISBN 978-3-95550-130-3



GESUNDER RÜCKEN
Entlastung | Geistige Aufrichtung
Heilmeditation
139 Minuten
ISBN 978-3-95550-131-0



DEIN SEELENPLAN
Erkenntnis | Annahme
Heilmeditation
124 Minuten
ISBN 978-3-95550-134-1



GEISTIGE HEILUNG
Harmonisierung | Schwingung erhöhen
Heilmeditation
136 Minuten
ISBN 978-3-95550-135-8



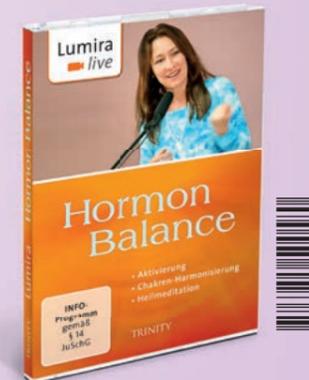
BEREITS ERSCHIENEN:



PRACHTVOLLES HAAR
Pflege | Ernährung | Heilmeditation
Spielzeit: 130 Minuten
ISBN 978-3-95550-057-3



GESUNDE ZÄHNE
Pflege | Wiederaufbau | Heilmeditation
Spielzeit: 128 Minuten
ISBN 978-3-95550-059-7



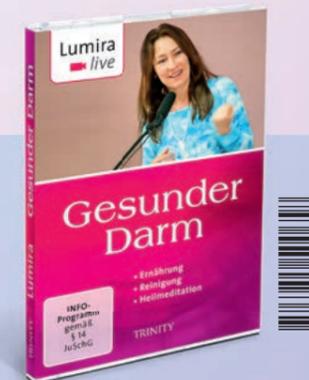
HORMON-BALANCE
Aktivierung | Chakren-Harmonisierung
Heilmeditation
Spielzeit: 123 Minuten
ISBN 978-3-95550-058-0



HERZ, BLUT & KREISLAUF
Blockaden lösen | Reinigung
Heilmeditation
125 Minuten
ISBN 978-3-95550-132-7



LEBEN OHNE ANGST
Befreiung | Transformation
Heilmeditation
128 Minuten
ISBN 978-3-95550-133-4



GESUNDER DARM
Ernährung | Reinigung | Heilmeditation
Spielzeit: 149 Minuten
ISBN 978-3-95550-065-8



ALLERGIEN
Entstehung | Auflösung | Heilmeditation
Spielzeit: 138 Minuten
ISBN 978-3-95550-064-1



**GEISTIGE ENTGIFTUNG VON LUNGE,
LEBER UND NIEREN**
Feinstoffliche Reinigung | Entsäuerung
Heilmeditation
Spielzeit: 120 Minuten
ISBN 978-3-95550-063-4



PLUTO TIME: ZEIT DER VERÄNDERUNG, KRISEN, TRANSFORMATION

APRIL 2015



© Christopher Allan Poe

HAZEL DIXON-COOPER

ist seit mehr als 25 Jahren Berufsastrologin. Sie ist Autorin der humoristischen astrologischen Bestsellerreihe *Rotten Day* und schreibt regelmäßig Artikel und Kolumnen für eine Vielzahl von Zeitschriften.



© Ineta McParland

BRIDGETT WALTHER

arbeitet seit über 35 Jahren als Berufsastrologin. Sie ist Verfasserin des beliebten Astrologieführers *Conquer the Cosmos* und hat für zahlreiche Magazine geschrieben, darunter *Elle*.

Pluto ist der Planet, der keine halben Sachen macht: Er zerstört und baut auf und geht dabei oftmals ins Extrem. Derzeit präsentiert er uns eine ganze Serie kosmischer Weckrufe: eine Möglichkeit, unsere schwierigsten und hartnäckigsten Angewohnheiten zu verändern. Pointiert und mit viel Humor legen die Autorinnen alles glasklar auf den Tisch: die guten und die schlechten Seiten sowie das wahrhaft Transformierende dieses polarisierenden Planeten, der in der Astrologie gerne als »Bad Boy« bezeichnet wird.

Wenn der Lieblingsbösewicht des Nachthimmels erst einmal das Lenkrad an sich reißt, folgt darauf entweder eine Vergnügungsfahrt, die das ganze Leben auf den Kopf stellt, oder der schiere Horrortrip. Pluto, Planet der Transformation und mythologisches Schwergewicht, der Aufruhr erzeugt, wo immer er auch auftaucht, befindet sich bis zum Jahr 2024 im Transit durch das Tierkreiszeichen Steinbock. Damit löst er sowohl individuell als auch global eine Flutwelle der Veränderungen aus.

Doch keine Sorge: Die renommierten Astrologinnen Hazel Dixon-Cooper und Bridgett Walther geben klare praktische Ratschläge, wie wir Plutos Kraft zügeln und zur Verbesserung unseres Lebens nutzen können. Wie Plutos höchstem Symbol, dem Phönix, kann es damit gelingen, sich aus den Schatten der Vergangenheit zu erheben und dieses zu Ihrem bislang besten Jahr zu machen.



HAZEL DIXON-COOPER
BRIDGETT WALTHER
HANDBUCH FÜR UNRUHIGE ZEITEN
Ein Ratgeber für den Umgang mit plutonischen Kräften

Aus dem amerikanischen Englisch von Ralph Tegtmeier
ca. 240 Seiten
Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm
17,99 € (D) · 18,50 € (A) · 25,90 CHF
ISBN 978-3-95550-122-8
WG 1481



- Praktische Tipps zur Umsetzung der plutonischen Kräfte
- So nutzt man den potenziellen planetarischen Unruhestifter für sich
- Informationen, wie sich der Plutotransit auf das eigene Leben auswirkt und die verschiedenen Lebensbereiche beeinflusst
- Ein witziges, treffendes Geschenkbuch

KEINE CHANCE DEN ENERGIERÄUBERN!

APRIL 2015



© privat

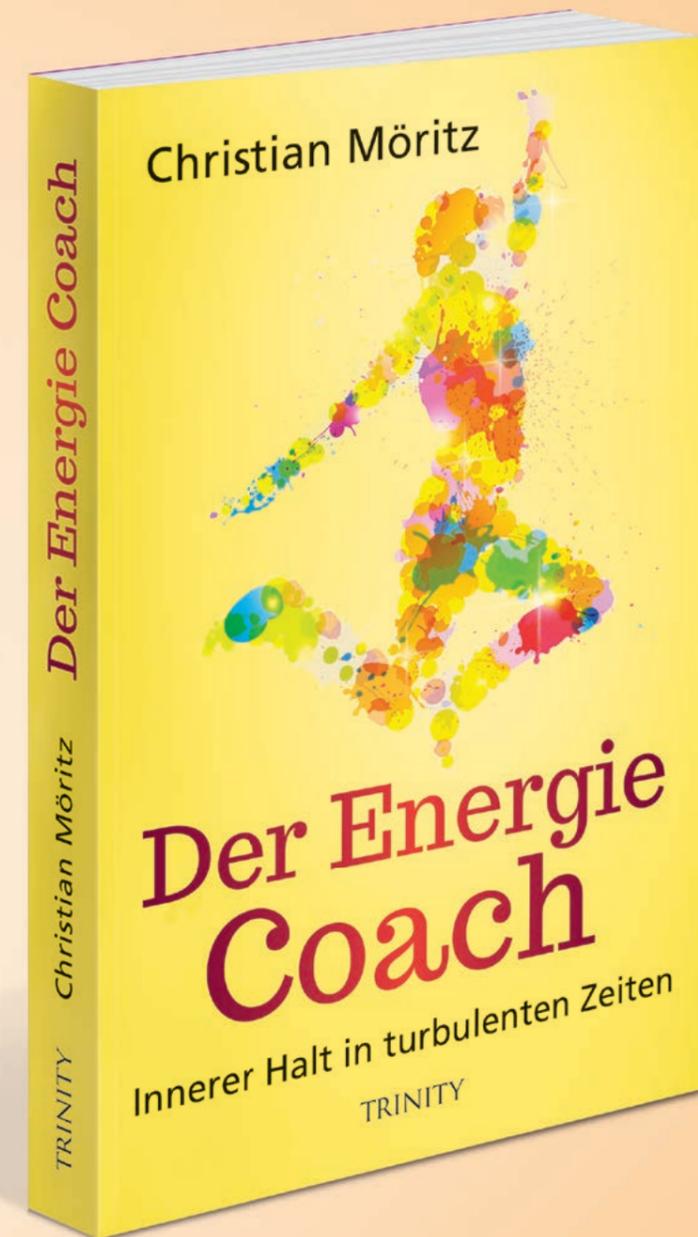
CHRISTIAN MÖRITZ.

Jahrgang 1976, ist Entwickler der interaktiven Selbsthilfe-Methode »Das E³-Prinzip«, die er seit Jahren erfolgreich als Energie-Coach einsetzt. Der Autor unterrichtet seine Methode deutschlandweit in zahlreichen Workshops und Einzelcoachings. Er lebt mit seiner Familie in der Nähe von München.
www.christianmoeritz.de

Das Erkennen der eigenen Grenzen auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene ist überlebenswichtig, wenn wir nicht Gefahr laufen wollen, ein Burnout zu riskieren. Warum lassen wir Grenzüberschreitungen zu? Wann sagen wir stopp? Wie wehren wir uns? Mit den Tools der E³-Methode – Energiepunkten und heilenden Silben, die auf jahrtausendealten Heilmethoden beruhen – gelingt es, die Energieräuber in unserem Alltag zu identifizieren, ihnen Einhalt zu gebieten und die frei werdende Kraft in unser Leben zu integrieren.

Immer mehr Menschen leiden heute unter den wachsenden Anforderungen, denen sie tagtäglich ausgesetzt sind. Um innerlich nicht auszubrennen, ist es überlebenswichtig, mit der eigenen Energie sinnvoll hauszuhalten, Prioritäten zu setzen und Ursachenforschung zu betreiben: Wer oder was raubt uns Energie? Und warum lassen wir das zu? Wie lernen wir, für uns selbst einzustehen?

Der Energie-Coach Christian Möritz zeigt, wie wir in uns einen geschützten Raum erschaffen, in dem wir auf unser gesamtes Potenzial zurückgreifen können. Energie-Workouts, Notfall-Tools und das Erarbeiten von Strategien, wie man den ganz normalen Alltagswahnsinn bestmöglich meistert, schaffen inneren Halt auch in turbulenten Zeiten.



CHRISTIAN MÖRITZ
DER ENERGIE-COACH
Innerer Halt in turbulenten Zeiten

ca. 160 Seiten
Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm
14,99 € (D) · 15,50 € (A) · 21,90 CHF
ISBN 978-3-95550-123-5
WG 1481



BEREITS ERSCIENEN:



CHRISTIAN MÖRITZ
DAS E³-PRINZIP
HEILE DEIN GESTERN –
AKTIVIERE DEINE ZUKUNFT
Ein interaktives Praxisbuch für die
persönliche Transformation

Klappenbroschur
272 Seiten
16,99 € (D)
ISBN 978-3-95550-025-2



- Energie-Workouts für körperliche, geistige und seelische Fitness:
Das 28-Tage-Energieprogramm
- Für alle, die ihre Grenzen und ihren inneren Raum schützen wollen
- Mit der E³-Methode (wahrnehmen – verändern – versiegeln)
haben Energieräuber keine Chance
- Der Autor steht für Veranstaltungen zur Verfügung

DIE CHARMANT ILLUSTRIRTEN BIBLIOTHEK DER

DAUERSELLER AUS DER GUTEN GEFÜHLE

MÄRZ 2015



PATRICE RAS
DAS KLEINE ÜBUNGSHEFT
Wahrhaftig sein sich selbst und anderen gegenüber

Illustriert von Jean Augagneur
mit 87 Illustrationen • ISBN 978-3-95550-127-3

Leistungsdruck und Perfektionsstreben ziehen uns oft den Energiestecker. Innere Freiheit lässt sich durch die totekischen Versprechen wiedergewinnen: »Seien Sie untadelig in Ihren Worten«; »Nehmen Sie nichts persönlich«; »Ziehen Sie keine voreiligen Schlüsse«; »Tun Sie stets Ihr Bestmögliches«. Mit ihrer Hilfe gelingt es, das eigene Leben selbst in die Hand zu nehmen und wieder Werte wie Liebe, Dankbarkeit und Aufrichtigkeit zu leben.



DR. CHARAF ABDESSEMED
DAS KLEINE ÜBUNGSHEFT
Schluss mit dem Rauchen

Illustriert von Jean Augagneur
mit 42 Illustrationen • ISBN 978-3-95550-124-2

Viele von uns wollen mit dem Rauchen aufhören – ein einschneidender und wichtiger Entschluss. Der Weg zum Nichtraucher birgt jedoch einige Hürden, die es zu meistern gilt. Dieses kleine Übungsheft unterstützt Sie mit Konzentrationsübungen, die Entzugserscheinungen erleichtern, und Meditationen, die Ihnen helfen, in Balance zu bleiben. So gelingt es, sich vom Zwang zum Rauchen zu befreien – für immer.



ANNE MARREZ & MAGGIE ODA
DAS KLEINE ÜBUNGSHEFT
Frieden schließen mit dem eigenen Körper

Illustriert von Sophie Lambda • zweifarbig
mit 35 Illustrationen • ISBN 978-3-95550-125-9

Mit dem eigenen Körper führen wir die längste Beziehung in unserem Leben. Umso wichtiger ist es, ihn zu akzeptieren und Freundschaft mit ihm zu schließen, statt selbstzweifelnd und mit Ablehnung in den Spiegel zu blicken. Mit vielen Tests, stärkenden Übungen und Meditationen verabschieden Sie sich vom Perfektionismus und der Tyrannei des gängigen Schönheitsideals. Freuen Sie sich auf ein neues entspanntes Körpergefühl.



PATRICE RAS
DAS KLEINE ÜBUNGSHEFT
Konflikte meistern und harmonischere Beziehungen führen

Illustriert von Jean Augagneur • zweifarbig
mit 58 Illustrationen • ISBN 978-3-95550-126-6

Oftmals gehen wir im Alltag Konflikten aus dem Weg, zu ausgeprägt ist unser Bedürfnis nach Harmonie. Doch Spannungen bergen wertvolle Chancen für Beziehungen. Wer sie ergreifen möchte, sollte die Ursachen des Konflikts verstehen. Das kleine Übungsheft nimmt diese Auslöser in den Blick und zeigt dauerhafte Lösungspotenziale auf. So gelingt es, stabile und liebevolle Beziehungen zu führen.

Aus dem Französischen von Claudia Seele-Nyima
64 Seiten broschiert • Format 17,0 x 22,0 cm
6,99 € (D) • 7,40 € (A) • 10,50 CHF • WG 1481

- Die Erfolgsreihe mit über 330.000 verkauften Exemplaren
- Psychologisch fundiert und praxisnah
- Zum Verschenken und Sich-selbst-Beschenken:
36 lieferbare Hefte, die das Leben erfüllter machen
- Interaktive Website www.die-kleinen-uebungshefte.de
und 13.000 Fans auf Facebook



DAS KLEINE ÜBUNGSHEFT BACKLIST



**DAS GEHEIMNIS
GLÜCKLICHER PAARE**
ISBN 978-3-95550-077-1



ACHTSAMKEIT
ISBN 978-3-941837-95-9



**ENDLICH FREI VON
SCHULDGEFÜHLEN**
ISBN 978-3-941837-72-0



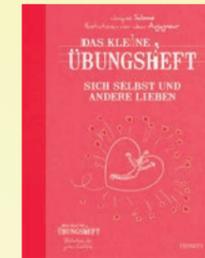
**GEWALTFREIE
KOMMUNIKATION®**
ISBN 978-3-95550-032-0



**KRISEN
BEWÄLTIGEN**
ISBN 978-3-941837-91-1



**MEDITATIONEN
FÜR JEDEN TAG**
ISBN 978-3-941837-69-0



**SICH SELBST UND
ANDERE LIEBEN**
ISBN 978-3-95550-035-1



**MIT SCHWIERIGEN
ZEITGENOSSEN
UMGEHEN**
ISBN 978-3-95550-093-1



**DAS GESETZ
DER ANZIEHUNG**
ISBN 978-3-95550-075-7



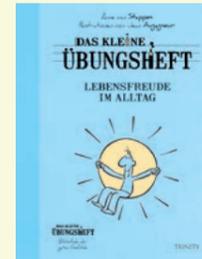
**AUSMISTEN UND
WIEDER DURCHATMEN**
ISBN 978-3-941837-71-3



ENTSCHLEUNIGEN
ISBN 978-3-941837-94-2



GLÜCKSTRAINING
ISBN 978-3-941837-49-2



**LEBENSFREUDE
IM ALLTAG**
ISBN 978-3-95550-034-4



OPTIMISMUS
ISBN 978-3-941837-51-5



**VERBORGENE TALENTE
ENTDECKEN**
ISBN 978-3-941837-52-2



**SEELISCHE WUNDEN
HEILEN**
ISBN 978-3-95550-088-7



HO'OPONOPONO
ISBN 978-3-95550-074-0



DANKBARKEIT
ISBN 978-3-941837-96-6



**FREUNDE GEWINNEN
UND BESSERE
BEZIEHUNGEN FÜHREN**
ISBN 978-3-941837-70-6



**GRENZEN SETZEN -
NEIN SAGEN**
ISBN 978-3-941837-73-7



**LEBENSTRÄUME
VERWIRKLICHEN**
ISBN 978-3-941837-93-5



SELBSTBEWUSSTSEIN
ISBN 978-3-941837-54-6



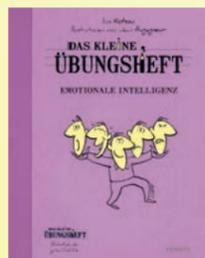
**WIEDER
BEGEISTERUNG
EMPFINDEN**
ISBN 978-3-95550-036-8



POSITIVES ANZIEHEN
ISBN 978-3-95550-094-8



**ZEN IN EINER
BEWEGTEN WELT**
ISBN 978-3-95550-076-4



**EMOTIONALE
INTELLIGENZ**
ISBN 978-3-941837-50-8



**FÜR EINE
BESSERE WELT**
ISBN 978-3-941837-92-8



KAMASUTRA
ISBN 978-3-95550-037-5



LOSLASSEN
ISBN 978-3-941837-53-9



SELBSTLIEBE
ISBN 978-3-941837-68-3



ZORN POSITIV NUTZEN
ISBN 978-3-95550-033-7

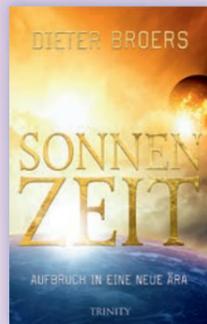


**POSITIVE
PSYCHOLOGIE**
ISBN 978-3-95550-095-5

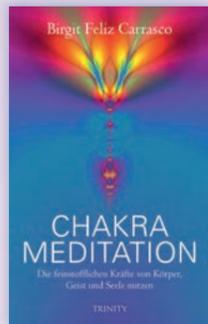
BEST OF BACKLIST



**LUC BODIN
NATHALIE BODIN
JEAN GRACIET**
HO'OPONOPONO
Hawaiianische Weisheit für Vergebung und Heilung
Klappenbroschur - 208 Seiten
14,99 € (D)
ISBN 978-3-95550-066-5



DIETER BROERS
SONNENZEIT
Aufbruch in eine neue Ära
geb. - 304 Seiten
19,99 € (D)
ISBN 978-3-95550-014-6
auch als E-Book erhältlich



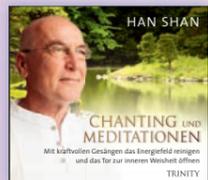
BIRGIT FELIZ CARRASCO
CHAKRA MEDITATION
Die feinstofflichen Kräfte von Körper, Geist und Seele nutzen
Broschur - 192 Seiten
14,99 € (D)
ISBN 978-3-941837-97-3
auch als E-Book erhältlich



JWALA UND KARL GÄMPEL
KARAWANE DER FREUDE
Wie aus Enge Weite wird
Klappenbroschur - 192 Seiten
18,90 € (D)
ISBN 978-3-95550-018-4



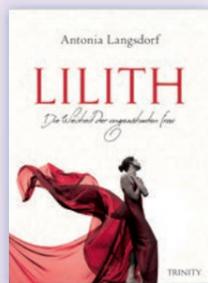
NAZAN GÜL
UND ICH BEWEG MICH DOCH
Die Geschichte einer geistigen Heilung
Klappenbroschur - 240 Seiten
16,99 € (D)
ISBN 978-3-941837-88-1
auch als E-Book erhältlich



HAN SHAN
CHANTING UND MEDITATIONEN
Mit kraftvollen Gesängen das Energiefeld reinigen und das Tor zur inneren Weisheit öffnen
Spielzeit: 78 Minuten
9,95 € (D)
ISBN 978-3-941837-77-5



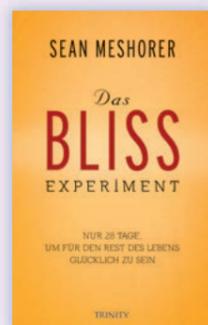
RENATE INGRUBER
AUF DEN SPUREN DER HEILUNG
Psychosomatische Energetik, Inner Wise, Geistige Aufrichtung, Paracelsus-Medizin, Paranormale Chirurgie
DVD Spielzeit 125 Minuten
24,99 € (D)
ISBN 978-3-95550-096-2



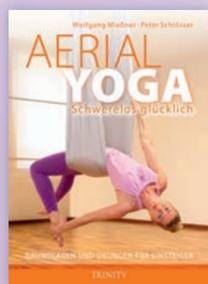
ANTONIA LANGSDORF
LILITH
Die Weisheit der ungezähmten Frau
geb. - 352 Seiten
19,99 € (D)
ISBN 978-3-941837-90-4
auch als E-Book erhältlich



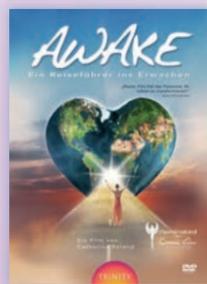
STEFANIE MENZEL
DIE KRAFT DES HERZENS
Ein heilenergetischer Weg zur Erweckung der Lebens- und Liebeskraft
Broschur - 312 Seiten
8,95 € (D)
ISBN 978-3-95550-100-6



SEAN MESHORER
DAS BLISS-EXPERIMENT
Nur 28 Tage, um für den Rest des Lebens glücklich zu sein
Klappenbroschur - 464 Seiten
19,95 € (D)
ISBN 978-3-941837-44-7



**WOLFGANG MIESSNER
PETER SCHLÖSSER**
AERIAL YOGA
Schwerelos glücklich
Grundlagen und Übungen für Einsteiger
Klappenbroschur - 208 Seiten
19,99 € (D)
ISBN 978-3-95550-087-0



CATHARINA ROLAND
AWAKE - DVD
Ein Reiseführer ins Erwachen
Spielzeit 100 Minuten
19,95 € (D)
ISBN 978-3-941837-59-1



DAVID L. SCHARPS
THE CURE - DER SCHLÜSSEL ZUR HEILUNG - DVD
Warum Gedanken, Gefühle und Überzeugungen über unsere Gesundheit entscheiden
DVD Spielzeit 78 Minuten
19,99 € (D)
ISBN 978-3-95550-078-8



GORDON SMITH
100 ANTWORTEN VON SPIRIT. SINN FINDEN - ERFÜLLT LEBEN
Wie die Geistige Welt unser Alltagsleben auf der Erde sieht
laminierter Pappband
176 Seiten - 16,99 € (D)
ISBN 978-3-941837-89-8
auch als E-Book erhältlich



PATRICK TAKAYA SOLOMON
FINDE DICH - DVD
Spielzeit 76:30 Minuten
18,99 € (D)
ISBN 978-3-95550-000-9

Ihr Ansprechpartner im Verlag · Auslieferung · Vertretung · Vertrieb

TRINITY VERLAG
in der Scorpio Verlag GmbH & CO. KG
Türkenstraße 55
D-80799 München
Tel.: +49 (0)89 - 20 06 19 38
Fax: +49 (0)89 - 20 06 19 37
www.trinity-verlag.de

VERLAGSLEITUNG
Dagmar Olzog
Tel.: +49 (0)89 - 28 80 76 48
E-Mail: do@scorpio-verlag.de

LEKTORAT
Angela Hermann-Heene
Tel.: +49 (0)89 - 27 27 26 15
E-Mail: ahh@scorpio-verlag.de

PRESSE / WERBUNG
Sabine Koska
Tel.: +49 (0)89 - 20 06 19 38
E-Mail: sk@scorpio-verlag.de

PRODUKTION
Carola Wetzels-Kraxenberger
Tel.: +49 (0)89 - 20 06 17 54
E-Mail: cwk@scorpio-verlag.de

RECHTE & LIZENZEN
Lars Schultze-Kossack
Literarische Agentur Kossack
Cäcilienstraße 14
D-22301 Hamburg
Tel.: +49 (0)40 - 27 16 38 28
Fax: +49 (0)40 - 27 16 38 29
E-Mail: lars.schultze@mp-litagency.com
www.mp-litagency.com

AUSLIEFERUNG
Deutschland
Brockhaus Commission
Kreidlerstraße 9
D-70806 Kornwestheim
Birgit Hiermann
Tel.: +49 (0)71 54 - 13 27 30
Fax: +49 (0)71 54 - 13 27 13
E-Mail: b.hiermann@brocom.de

Österreich
Dr. Franz Hain
Verlagsauslieferungen GmbH
Dr.-Otto-Neurath-Gasse 5
A-1220 Wien
Tel.: +43 (0)1 - 282 65 65
Bestellabteilung DW: -77
Fax: +43 (0)1 - 282 52 82
Bestellabteilung
E-Mail: bestell@hain.at

Schweiz
Buchzentrum AG
Industriestraße Ost 10
CH-4614 Hägendorf
Tel.: +41 (0)62 - 209 25 25
Fax: +41 (0)62 - 209 26 27
E-Mail: losiggio@buchzentrum.ch

VERLAGSVERTRETUNG
Baden-Württemberg
Yvonne de Laporte-Lüttringhaus
Am Hipperling 21
D-67271 Battenberg
Tel.: +49 (0)63 59 - 8 15 33
Fax: +49 (0)63 59 - 8 37 44
E-Mail: info@delalue.de

Corinne Pfitzer
Auf der Tann 9
D-89275 Elchingen
Tel.: +49 (0)71-92 28 16
Fax: +49 (0)71-92 28 17
E-Mail: pfitzer@delalue.de

Bayern
Vertriebsteam Bayern
An der Schloßmauer 21
D-93161 Sinzing
E-Mail: bestellung@vertriebsteam-bayern.de

Michael Dolles
Tel.: +49 (0)94 04 - 96 10 46
Fax: +49 (0)94 04 - 96 10 47
E-Mail: michael.dolles@vertriebsteam-bayern.de

Elke Hermann
Tel.: +49 (0)83 79 - 72 86 28
Fax: +49 (0)83 79 - 72 87 43
E-Mail: elke.herrmann@vertriebsteam-bayern.de

Alexandra Hildner
Tel.: +49 (0)80 36 - 970 97 83
Fax: +49 (0)80 36 - 970 97 84
E-Mail: alexandra.hildner@vertriebsteam-bayern.de

Katja Neugirg
Tel.: +49 (0)9 41 - 586 13 53
Fax: +49 (0)9 41 - 586 13 55
E-Mail: katja.neugirg@vertriebsteam-bayern.de

Berlin, Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern
Erik Gloßmann
Kaulsdorfer Straße 11
D-15366 Hoppegarten OT Hönow
Tel.: +49 (0)30 - 99 28 67 00
Fax: +49 (0)30 - 99 28 67 01
E-Mail: erik.glossmann@t-online.de

Hessen, Rheinland-Pfalz, Saarland, Luxemburg
Margo Bohnenkamp
Klinkerstraße 56
D-66663 Merzig
Tel.: +49 (0)68 61 - 79 16 30
Fax: +49 (0)68 61 - 79 16 32
E-Mail: info@margo-bohnenkamp.de

Nordrhein-Westfalen
Christian Voigt
Büro: B.O.N. Book Order Nord
Bahnenfelder Kirchenweg 51 a
D-22761 Hamburg
Mobil: +49 (0) 151 - 17 20 98 22
Fax: +49 (0)40 - 439 45 15
E-Mail: c-voigt@t-online.de

Schleswig-Holstein, Niedersachsen, Bremen, Hamburg, Bremerhaven, Sachsen-Anhalt, Sachsen, Thüringen
Rainer Röll, Klaus-Dieter Guhl, Harald Jösten
B.O.N. Book Order Nord
Bahnenfelder Kirchenweg 51 a
D-22761 Hamburg
Mobil R. Röll: +49 (0) 171 - 261 95 31
Mobil K.-D. Guhl: +49 (0) 170 - 381 41 09
Mobil H. Jösten: +49 (0) 151 - 70 32 50 43
Fax: +49 (0)40 - 439 45 15
E-Mail: roell-hamburg@t-online.de

Österreich
Ing. Christian Hirtzy
Steinbergstraße 1
A-8076 Vasoldsberg
Mobil: +43 (0)6 64 - 4 24 59 05
Fax: +43 (0)31 33 - 31 6 56
E-Mail: christian.hirtzy@aon.at
Steiermark, Salzburg, Kärnten, Tirol, Vorarlberg

Alfred Trux
Weyerstraße 15,
A-4810 Gmunden
Mobil: +43 (0)6 99 - 11 65 20 89
Fax: +43 (0)732 - 21 00 22 66 36
E-Mail: alfred.trux@gmx.at
Wien, Niederösterreich, Oberösterreich, Burgenland, Südtirol

Schweiz
Claudia Gyr c/o Dessauer
Räffelstraße 32
CH-8045 Zürich
Tel.: +41 (0)44 - 466 96 96
Fax: +41 (0)44 - 466 96 69
E-Mail: claudia.gyr@dessauer.ch
dessauer@dessauer.ch

Preis- und Programmänderungen vorbehalten • Stand: November 2014

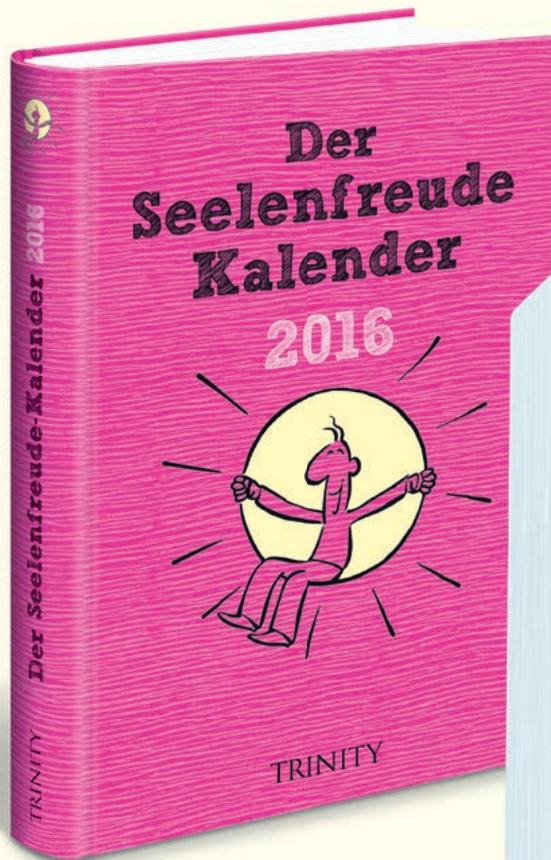
AURORA VERTRIEBSKOOPERATION

- Die Programmvierfalt von 15 Verlagen
- Eine Lieferung (Ausnahme Windpferd: VVA, Ausnahme Hans-Nietsch: Prolit)
- Eine Rechnung (Ausnahme Windpferd: VVA, Ausnahme Hans-Nietsch: Prolit)

Vertrieb:

Alexander Herrmann
Vertrieb & Beratung
Eversbuschstr. 40 a, 80999 München
Tel.: 089/38 38 06 90, Fax: 089/3 83 80 69 10
a.herrmann@vertriebundberatung.de
www.vertriebundberatung.de

TAG FÜR TAG ZU MEHR GELASSENHEIT UND LEBENSLUST



- Impulse und Übungen für 365 Tage im Jahr
- Interaktive Kalender mit abwechslungsreichen Tests, kleinen Trainingsprogrammen und Meditationen



Das Beste aus der
Erfolgsreihe
Das kleine Übungsheft
(über 330.000
verkaufte Exemplare)

Achtsam leben im Hier und Jetzt und sich Tag für Tag Streicheleinheiten für die Seele gönnen: Mit unseren Seelenfreude-Kalendern gelingt es, im Alltag innezuhalten, bewusster zu leben und das Augenmerk auf die wesentlichen Dinge des Daseins zu richten: Einfache Achtsamkeits- und Zenübungen, Meditationen, inspirierende Texte und Wohlfühllektionen geleiten Sie durch das Jahr. Mit der kleinen Seelenfreude-Glücksdosis machen Sie sich jeden Tag von neuem ein Geschenk und lernen, befreit und entspannt durchs Leben zu gehen.

DER SEELENFREUDE- KALENDER 2016

illustriert von Jean Augagneur

174 Seiten • Taschenkalender
zweifarbig • ca. 110 Illustrationen
Flexcover
10 x 15,5 cm
ISBN 978-3-95550-129-7
7,99 € (D) • 8,30 € (A) • 11,90 CHF
WG 7481



DER SEELENFREUDE- KALENDER 2016

illustriert von Jean Augagneur

384 Seiten • Tages-Abreißkalender
Tischauflager mit gestanztem
Loch zum Aufhängen
zweifarbig • ca. 370 Illustrationen
11,1 x 14,8 x 3,5 cm
14,99 € (D) • 15,50 € (A) • 21,90 CHF
ISBN 978-3-95550-128-0
WG 7481

