

Selbstfürsorge: Jetzt bist du dran!

Ruth Knaup
NOW! Jetzt sorg ich gut für mich
Entschleunigung • Selbstfürsorge • Lebensfreude
€ 17,99 (D) / € 18,50 (A)
ISBN 978-3-95803-092-3

SCORPIO

LIBERA

TRINITY

L·E·O



SCORPIO

LIBERA

TRINITY

L·E·O



Poesie ist Nahrung für unsere Seele

Nicolas Fougousse
Die Verseflüsterin
Roman
€ 18,90 (D) / € 19,50 (A)
ISBN 978-3-95803-106-7



UNSERE AKTUELLEN BESTSELLER

VERLAGSPROGRAMME



Die Fortsetzung der »Gespräche mit Gott«

Neale Donald Walsch
Ein unerwartetes Gespräch mit Gott
Das Erwachen der Menschheit
20,00 € (D) / € 20,60 (A)
ISBN 978-3-95550-234-8



WIR DANKEN FÜR IHREN EINSATZ!

HERBST 2017



Der Lifestyle-Guide für urbane Sinnsucher

Gabrielle Bernstein
Das Universum steht hinter dir
Wie wir Angst in Vertrauen verwandeln
20,00 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-95736-079-3



SCORPIO

Achtsam leben
Persönlich wachsen
Gesundheit neu denken

S. 3-33

LIBERA

Literatur für die Seele

S. 34-39

TRINITY

Heilung
Spiritualität
Bewusster leben

S. 40-59

L•E•O

Urbane Spiritualität &
Selbstverwirklichung

S. 60-77

SCORPIO

Leben, was zu mir passt

Herbst 2017



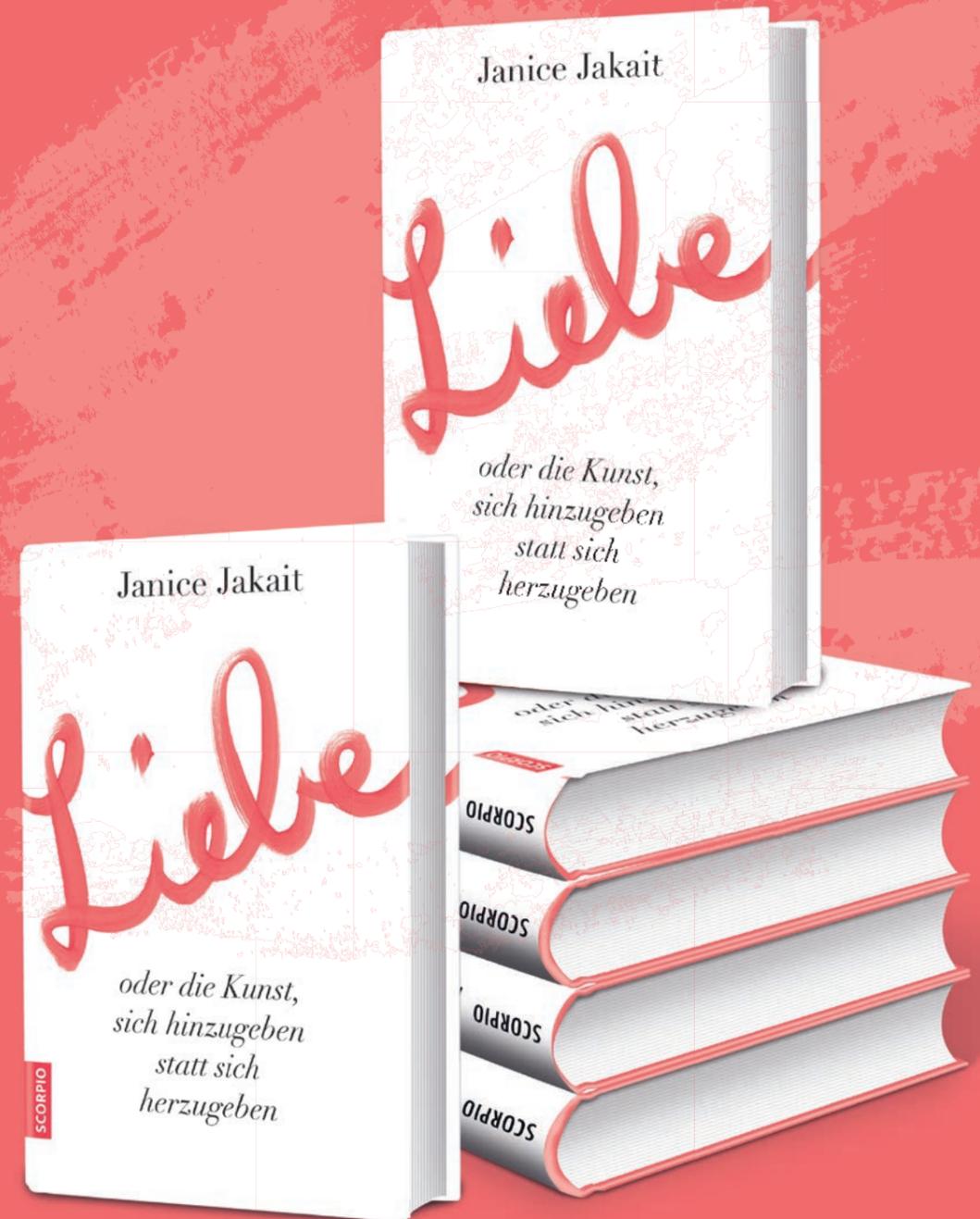
Das neue Buch von Spiegel-Bestseller-Autorin Janice Jakait



*Gibt es sie wirklich,
die alles verändernde Liebe?*

»Die meisten von uns hoffen, dass es die wahre Liebe auch für uns geben könnte, dass die Leidenschaft, die alles verändert, irgendwo da draußen auf uns wartet. Doch verändern können wir uns erst mal nur selbst. Nur wenn wir zu dem Menschen wachsen, in den wir uns verlieben würden und der uns ›reicht‹, findet uns auch die wahre Liebe in Gestalt eines anderen Menschen.«

JANICE JAKAIT, Jahrgang 1977, lebt in Heidelberg.
In ihren beiden Bestsellern »Tosende Stille« und »Freut euch nicht zu spät« und in über 100 Interviews und Vorträgen berichtete sie von ihren Reisen zu sich selbst.
www.jakait.com



Die Liebe ist ernst, aber nicht hoffnungslos

- Ein Plädoyer für die Hingabe
- Bewegend und wahrhaftig, schonungslos und poetisch
- Vortragsreise der Autorin

Über nichts wird so viel geschrieben wie über das unermessliche Wunder der Liebe – und nichts schmerzt uns so sehr, als wenn wieder eine Beziehung, die doch so hoffnungsvoll begonnen hatte, zerbricht.

Nur zu gut weiß Janice Jakait, wie es sich anfühlt: das ewige Suchen und Daten, toxische Beziehungen und tiefste Einsamkeit, hochfliegende Verliebtheit und völlige Verzweiflung. Doch dann offenbart sich ihr ein Sinn und eine Chance in all den Irrwegen, Krisen und Enttäuschungen, und daran beginnt sie zu dem Menschen zu wachsen, dem sie selbst gern begegnen würde. Sie verabschiedet sich von falschen Erwartungen und Vorstellungen über die Liebe, sie stellt sich ihren tiefen Bedürfnissen und Ängsten, lernt »Nein!« zu sagen zu Zweckbeziehungen und zur völligen Verkopfung.

Und dann steht die Liebe plötzlich vor ihr ...



Janice Jakait
Freut euch nicht zu spät
€ 17,99 (D) / € 18,50 (A)
ISBN 978-3-95890-024-0



Janice Jakait
Tosende Stille
19,99 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-943416-56-5



6 | 7
SEPTEMBER 2017

SCORPIO

LIBERA

TRINITY

L•E•O



SPITZEN
TITEL ★

SPIEGEL
BESTSELLER-
AUTORIN

Janice Jakait
Liebe oder die Kunst,
sich hinzugeben statt
sich herzugeben

220 Seiten
Gebunden mit Schutzumschlag
12,0 x 19,0 cm
17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-130-2
WG 1481



Die Rätsel des Gehirns und die Geheimnisse des Herzens

- Die unglaubliche Geschichte eines Neurowissenschaftlers zeigt die enormen Kräfte, die in der Verbundenheit von Hirn und Herz liegen
- Erscheint zeitgleich in 20 Ländern
- Mit vier »magischen« Lektionen für den Leser

»Möchtest du wissen, was wahre Magie ist?« Als der 12-jährige James Doty den kuriosen Laden für Zauberbedarf betritt, ahnt er nicht, welche Wendung sein Leben nehmen wird. Was die lebenswürdige Ruth den schüchternen Jungen aus ärmlichen Verhältnissen lehrt, ermöglicht ihm, seine kühnsten Träume zu verwirklichen: Durch vier einfache Übungen befreit er sich von dem Gefühl, Opfer seiner Lebensumstände zu sein. Er wird Chirurg, dringt in die Tiefen der Gehirnforschung vor und hat als Unternehmer immensen Erfolg. Ruths letzte Lektion ignoriert er jedoch, nämlich sein Herz für andere zu öffnen. Und so steuert er auf eine Katastrophe zu.

Die bewegende Lebensgeschichte von James Doty stand Wochen auf der New-York-Times-Bestsellerliste: eine faszinierende Mischung aus inspirierendem Memoir, aktueller Gehirnforschung und konkreter Anleitung.



JAMES R. DOTY, international renommierter Professor für Neurochirurgie an der Universität von Stanford, ist Leiter des Center for Compassion and Altruism Research and Education (CCARE). Doty hat weltweit Kliniken gegründet, seine Stiftungen an Wohltätigkeitsorganisationen belaufen sich auf hohe Millionenbeträge. Er ist Gastprofessor an mehreren Universitäten und für zahlreiche Stiftungen und Nonprofit-Organisationen tätig, u.a. für die Dalai Lama Foundation.



SPITZEN
TITEL ★

»... voller Magie!«
Jon Kabat-Zinn

James R. Doty
Der Neurochirurg, der sein
Herz vergessen hatte
Eine wahre Geschichte

Aus dem amerikanischen
Englisch von Matthias Borgmann
ca. 320 Seiten
Gebunden mit Schutzumschlag
13,5 × 21,5 cm
ca. 19,99 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-110-4
WG 1116



Der neue Warnke: Der nächste Bestseller der Quantenphilosophie

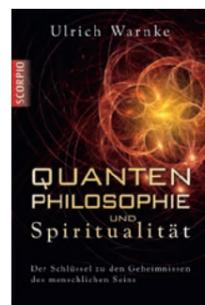
- Wie wir uns an das Wissen des Universums ankoppeln können
- Die »Öffnung des dritten Auges« entspricht einer intensiven Aktivierung der Zirbeldrüse
- Interdisziplinäres Wissen aus Quantenphilosophie, Neurotheologie, Gehirnforschung und Biologie

Neueste Forschungen belegen, dass außergewöhnliche Intuition, Nahtoderfahrungen oder Erleuchtungszustände eine klare biologische Grundlage haben. Dabei werden in der Zirbeldrüse bestimmte körpereigene Stoffe freigesetzt – genau an jener Körperstelle, die die alten Weisheitstraditionen und sogenannte Geheimbünde als drittes Auge bezeichnen.

Ulrich Warnke, renommierter interdisziplinärer Wissenschaftler und Bestseller-Autor, zeigt, wie sich die Öffnung des dritten Auges herbeiführen lässt und wie man bewussten Zugriff auf die dabei entstehenden Informationen einüben kann. Das Buch beschreibt detailliert alle für den ehemals geheimen Vorgang notwendigen Aspekte, die in der Praxis von jedem angewendet werden können. Mithilfe der Klangsequenzen der beiliegenden CD wird die Aktivierung der Zirbeldrüse entscheidend gefördert.

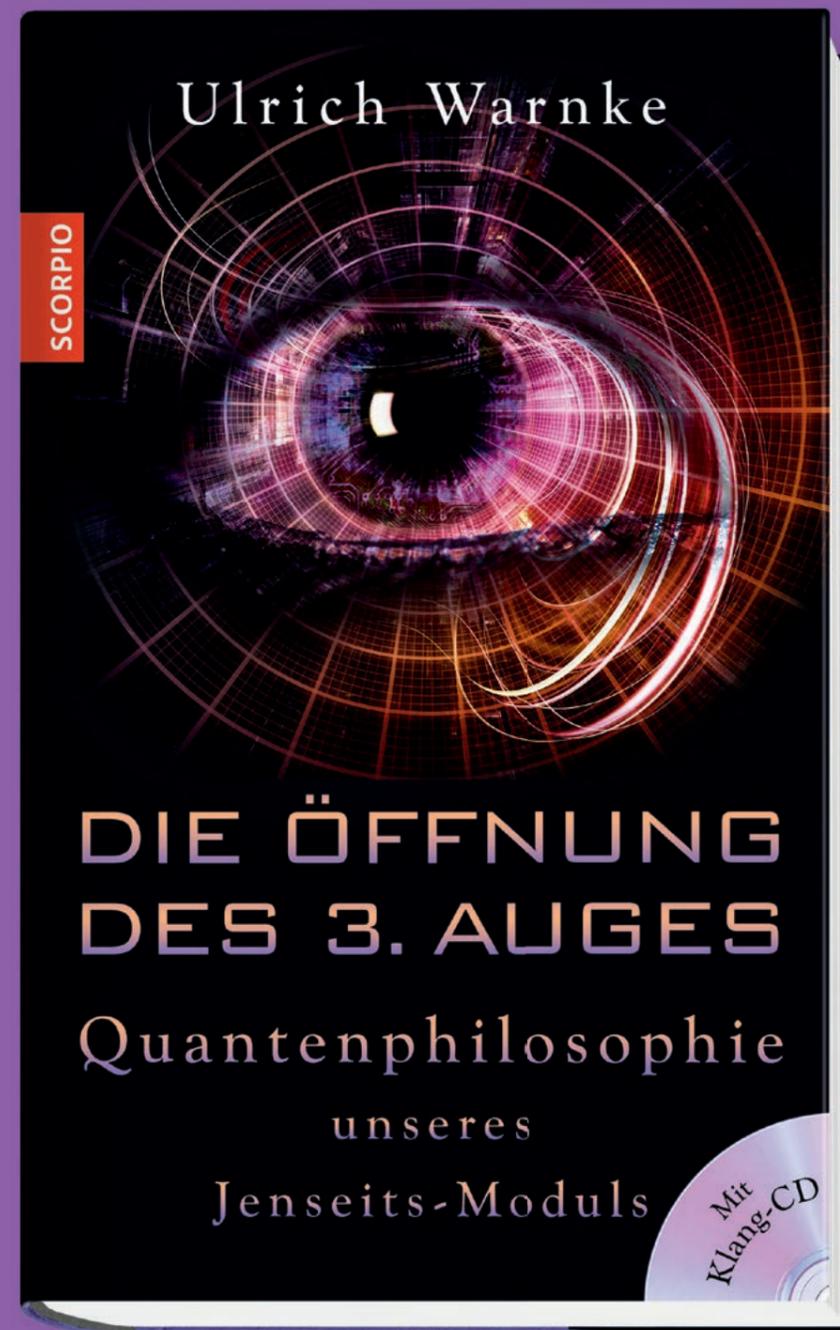


DR. RER. NAT. ULRICH WARNKE studierte Biologie, Physik, Geografie und Pädagogik. Als Universitätsdozent hatte er Lehraufträge für Biomedizin, Biophysik, Umweltmedizin, Physiologische Psychologie und Psychosomatik, Präventiv-Biologie und Bionik.



Der erfolgreiche Vorgänger

Ulrich Warnke
Quantenphilosophie und
Spiritualität
18,95 € (D) / 19,50 € (A)
ISBN 978-3-942166-17-1



10 | 11
OKTOBER 2017

SPITZEN
TITEL ★

Ulrich Warnke
Die Öffnung des 3. Auges
Quantenphilosophie unseres
Jenseits-Moduls

Ca. 352 Seiten
Gebunden mit Schutzumschlag
Mit einer Klang-CD
Spielzeit ca. 35 Minuten
13,5 x 21,5 cm
24,99 € (D) / 25,70 € (A)
ISBN 978-3-95803-127-2
WG 1472



SCORPIO

LIBERA

TRINITY

L•E•O

Gesundheit beginnt im Mund

- Das erste Buch über den Zusammenhang von Ernährung, gesunden Zähnen und Immunsystem
- Erscheint zeitgleich in allen wichtigen Sprachen
- Mit 40-Tage Ernährungsplan vom weltweit ersten Zahn-Ernährungswissenschaftler

Sind die Zähne gesund, geht es dem Menschen gut. Forschungsergebnisse zeigen, wie eng die Mundflora mit dem gesamten Körper verknüpft ist. Durch die Ernährung kann zudem die Balance der Bakterien im ganzen Körper beeinflusst werden. Heutzutage sind Zahnprobleme jedoch an der Tagesordnung – ausgelöst durch unsere moderne Ernährungsweise. Dabei lassen sich nicht nur kaputte Zähne, sondern auch viele chronische Krankheiten durch die Wahl der richtigen Lebensmittel vermeiden. Dr. Steven Lin erläutert, welche Auswirkungen das Essen auf unser Wohlbefinden hat, und stellt eine einfache, aber effektive Methode vor, um den Mund sowie den gesamten Körper zu heilen – für optimale und ganzheitliche Gesundheit. Er räumt mit Ernährungsmythen und falschen Diätplänen auf und zeigt, was Zähne, Körper, Immunsystem und DNA wirklich brauchen, um gesund zu bleiben.



DR. STEVEN LIN ist Zahnarzt in Sydney mit Ausbildungen in Biomedizin, Ernährung und Fitness. Seit Jahren beschäftigt er sich mit den Auswirkungen unserer Nahrung auf Zähne und den gesamten Körper und ist Mitbegründer von DentalHub, einer Plattform für australische Dentalmediziner. Außerdem hält er Vorträge auf TEDx-Konferenzen. Weitere Informationen unter drstevenlin.com.



SPITZEN
TITEL ★

Dr. Steven Lin
Mundum gesund
Die richtige Ernährung für
Zähne und Immunsystem
Mit 40-Tage-Ernährungsplan
für ganzheitliche Gesundheit

Aus dem amerikanischen
Englisch von Elisabeth Liebl
ca. 260 Seiten
Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm
18,99 € (D) / 19,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-107-4
WG 1466



Gesundheitsrisiko Entzündung

- Versteckte Entzündungen: Gesundheitsgefahr für Körper und Psyche
- Warum ein »entzündetes Gehirn« so risikoreich ist
- Mit einfachen Alltagsaktivitäten und gezieltem Sport entzündungsresistenter werden
- Hochkompetenter Autor: Dr. Karsten Krüger ist Professor für Sport und Gesundheit

Entzündungen sind weit verbreitet: Sodbrennen, Arthritis, Entzündungen nach Verletzungen oder des Zahnfleisches, um nur einige zu nennen. Vielen Menschen unbekannt ist, dass auch Bewegungs- und Schlafmangel, Fehlernährung und chronischer Stress oftmals Entzündungsprozesse auslösen, die weitreichende gesundheitliche Folgen haben.

Schon länger weiß man, dass Entzündungen Diabetes, Herzerkrankungen und andere schwere Erkrankungen bedingen können. Dass sie auch das Gehirn und das Verhalten beeinflussen, ist erst seit Kurzem bekannt. Ein »entzündetes« Gehirn macht uns antriebslos und führt häufig zu sozialem Rückzug.

Mit diesem Buch erlernt der Leser, durch moderate Lebensumstellungen Entzündungen im Körper entgegenzuwirken. Dazu gehören anti-entzündliche Strategien durch Anpassung der körperlichen Aktivität, der Ernährung, des Schlafes sowie ein wirkungsvolles Stressmanagement.



DR. KARSTEN KRÜGER, geb. 1977, ehemaliger Leistungssportler, studierte Biologie und Sportwissenschaft. Er ist akademischer Rat am Institut für Sportmedizin der Universität Gießen und seit April 2017 Professor für Sport und Gesundheit an der Leibniz Universität Hannover.

Trendthema
Psychoneuro-
immunologie

SCORPIO



Karsten Krüger
Der stille Feind in
meinem Körper
Wie chronische Entzündungen
uns krank machen und was wir
dagegen tun können
Mit einem Vorwort von Prof. Dr.
Christian Schubert

ca. 160 Seiten mit zahlreichen
Abbildungen
Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm
17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-113-5
WG 1481



Schmerzfrei und beweglich mit gesunden Faszien

- Rückenschmerzen und Nackenverspannungen durch gezielte Faszienarbeit verabschieden
- Mit vielen alltagstauglichen Tipps und einfachen Übungen aus dem Rolfing
- Einführung von »Faszien-Papst« Dr. Robert Schleip

Die heutige Lebensweise trägt dazu bei, dass die meisten von uns im eigenen Körper nicht mehr zu Hause sind. Durch Bewegungsmangel, Schonhaltungen und einseitige Beanspruchung des Körpers leidet die Gesundheit der Faszien. Die weit verbreiteten Folgen: Steifheit, chronische Verspannungen, Schmerzen in Rücken, Schultern und Nacken. Die Schulmedizin bietet wenig nachhaltige Hilfe.

Die erfahrene Rolfing-Therapeutin Susanne Noll zeigt den Lesern einen alltagstauglichen und effektiven Weg auf, durch eine neue Körperwahrnehmung und gesunde Faszien zu einer gelösten, aufrechten Körperhaltung und geschmeidiger Beweglichkeit zurückzufinden. Vielen Beschwerden wird dadurch die Grundlage entzogen. Zugleich wirkt sich eine gelöste, aufrechte Haltung positiv auf die Psyche aus.



SUSANNE NOLL ist zertifizierte Rolfing®-Therapeutin mit eigener Praxis in München. Sie entdeckte Yoga und Rolfing aufgrund eigener körperlicher Beschwerden. Heute genießt sie es, anderen Menschen dabei zu helfen, Bewegungseinschränkungen und Schmerzen loszuwerden.
www.rolfing-susannenoll.de



Susanne Noll
Aufrecht und geschmeidig
Mit gesunden Faszien beweglich
und schmerzfrei bleiben
Mit einem Vorwort von
Robert Schleip

ca. 176 Seiten mit zahlreichen
Abbildungen, zweifarbig
Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm
16,99 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-096-1
WG 1481



Was uns wirklich gesund und glücklich macht

- Selbstheilungskräfte mit natürlichen Mitteln und innerem Einstellungswandel mobilisieren
- Ernährungswissen und handfeste Lebensweisheiten für Gesundheit, Glück und Wohlbefinden
- Krankheiten und Beschwerden wie Kopf- und Rückenschmerzen, Magen-Darm-Probleme, Allergien, Depression und Herz-Kreislaufprobleme verhindern, lindern und heilen

Für unsere Gesundheit greifen wir häufig zu teuren und anstrengenden Methoden. Wir quälen uns mit Diäten oder im Fitnessstudio, versagen uns Genüsse oder hoffen auf das nächste Superfood. Dabei gibt es viel natürlichere und erheblich wirksamere Möglichkeiten, um ein langes und erfülltes Leben zu führen.

Dr. Michael Handel, Experte in Sachen Ernährung, Motivation und Psychologie, lüftet seine Erfolgsformel: leicht umsetzbare Anleitungen und überraschende Erkenntnisse, mit denen wir das Wechselspiel von mentalem Wohlbefinden und körperlicher Gesundheit auf die angenehmste Art stärken können.

Ein ganz neuer Blick auf das, was uns wirklich hilft, und zugleich ein höchst sympathischer Ratgeber für alle, die endlich das Richtige tun wollen, ohne sich den Spaß am Leben zu verderben.



DR. MICHAEL HANDEL promovierte in Wirtschaftswissenschaften und studierte außerdem Soziologie, Psychologie, Motivation und Ernährungswissenschaft. Seine Unternehmensberatung Dr. Handel Consulting berät seit 30 Jahren Vorstände, Manager und Teams von erfolgreichen Unternehmen. Er lebt zurzeit in Stuttgart und Alicante (Spanien).



Michael Handel
Da es förderlich für die Gesundheit ist, habe ich beschlossen, glücklich zu sein
Die Wunderelixiere für Glück, Gesundheit und Wohlbefinden

ca. 280 Seiten
Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm
18,99 € (D) / 19,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-114-2
WG 1481



Nehmt endlich die Angehörigen in den Blick!

- Streitbarer Beitrag zu einem hochaktuellen Thema
- Pflegen und gepflegt werden: zur Dynamik der menschlichen Beziehungen für den Fall, dass plötzlich alles anders wird
- Vortrags- und Pressereise der Autorin

Wie damit umgehen, wenn Herr Alzheimer in die Beziehung einzieht und man plötzlich geheimnisvoll zu dritt ist? Ist die Schwiegertochter zuständig, wenn die demente Mutter gepflegt werden muss? Darf man sich scheiden lassen, wenn sich der Partner durch eine schwere Krankheit in eine andere Person verwandelt? Vom ersten bis zum letzten Atemzug ist Leben auf Berührung, Liebe, Hilfe und Zuwendung angewiesen. Jeder von uns ist gewissermaßen lebenslang pflegebedürftig. Wenn jedoch Krankheit, Behinderung, Gebrechlichkeit oder Demenz in den Alltag einziehen, bleiben die Angehörigen meist ungefragt mit einer enormen Belastung zurück – überfordert, übersehen und allein gelassen. Die renommierte Gesundheitswissenschaftlerin Annelie Keil gibt ihnen eine Stimme. Differenziert und unerschrocken diskutiert sie Fragen, die eine wachsende Zahl von Menschen an den Rand der Verzweiflung treiben.



© Kathrin Doeppner

PROF. DR. ANNELIE KEIL ist Sozial- und Gesundheitswissenschaftlerin in Bremen. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind Gesundheitswissenschaft und psychosomatische Krankheitsforschung, Biografie- und Lebensweltforschung sowie die Arbeit mit Menschen in Lebenskrisen. www.anneliekeil.de

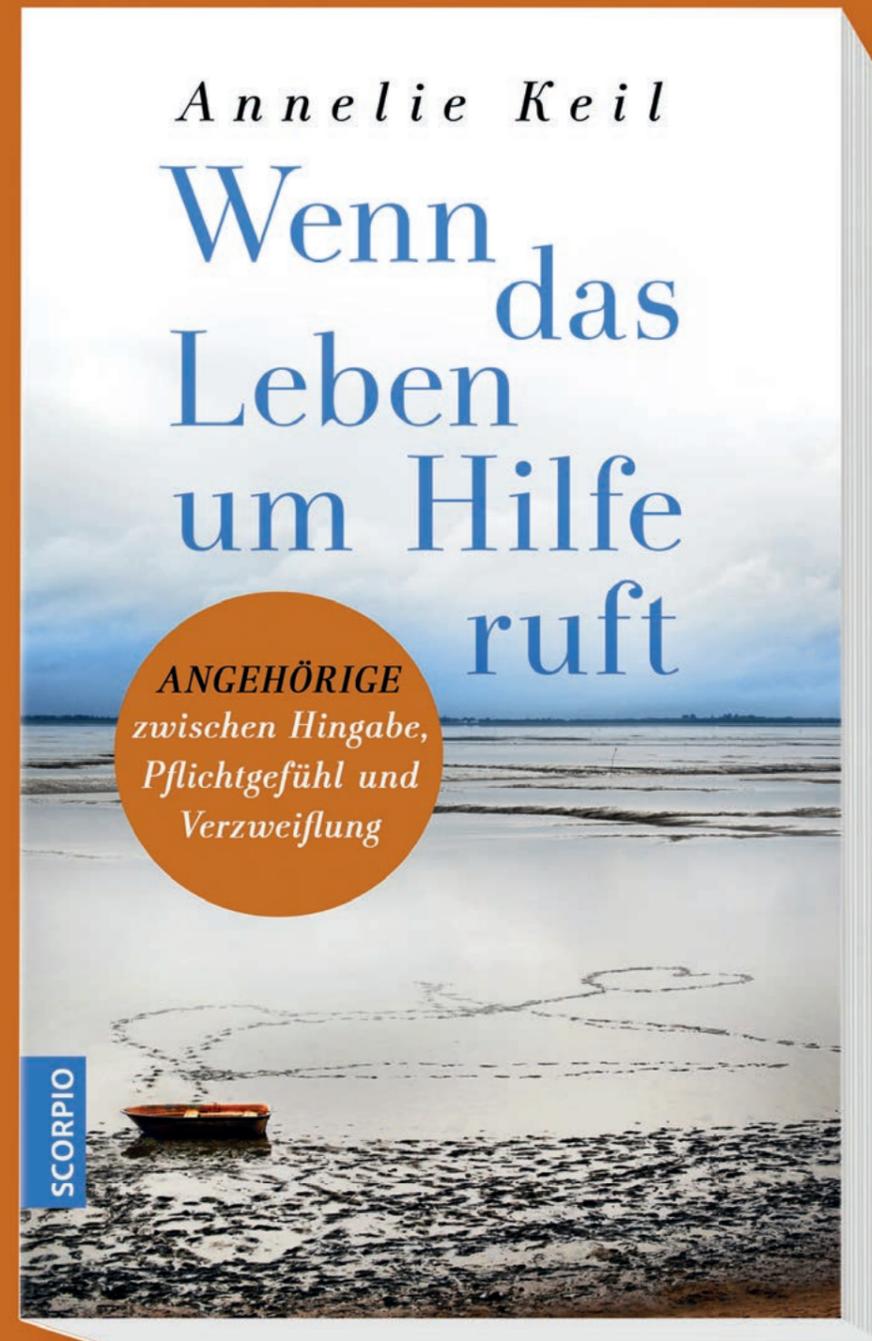


Der erfolgreiche Vorgänger

Annelie Keil
Wenn die Organe ihr Schweigen brechen und die Seele streikt
17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-943416-82-4



9 783943 416824



Annelie Keil
Wenn das Leben um Hilfe ruft
Angehörige zwischen Hingabe, Pflichtgefühl und Verzweiflung

ca. 240 Seiten
Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm
16,99 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-128-9
WG 1481



9 783958 031289



Das Erlebnisbuch für Paare

- Mit Ideen von führenden Partnerschaftsexperten wie Eva-Maria & Wolfram Zurhorst und Veit & Andrea Lindau
- Interaktiv mit Tagebuchseiten, Reflexionsfragen und spannenden Anregungen zum gemeinsamen Ausprobieren

Was tun, wenn man sich in seiner Beziehung nach mehr sehnt, aber nicht weiß, wie man das am besten angeht? Und man deswegen noch lange kein Fall für eine Paartherapie oder Coaching ist, sondern im Gegenteil: ein miteinander glückliches Paar, das sich positiv und lustvoll weiterentwickeln möchte?

Dieses Buch ist die praktische Antwort für alle, die eine tiefe Liebe nicht nur suchen, sondern aktiv finden wollen. Die Leser erfahren in dem kompakten, schön gestalteten Wegbegleiter von bekannten Partnerschaftsexperten wie Eva-Maria und Wolfram Zurhorst oder Veit und Andrea Lindau sowohl aus deren langjähriger Erfahrung mit Paaren wie auch aus ihrem ganz persönlichen Erleben, wie man in der Beziehung zu einem authentischen, innigen Kontakt findet. Mit den vielen konkreten Anregungen und interaktiven Seiten zum Ausfüllen wird daraus ein unterhaltsames Erlebnis- und Mitmachbuch für Paare auf dem Weg zu »Mehr als Liebe«.



© Thomas Ernst

NICOLE SWIDLER hat sich nach ihrem BWL- und Psychologiestudium ganz dem Film gewidmet. Zunächst Dramaturgin, Head of Development und Producerin für verschiedene Film- und Fernsehproduktionen, ist sie heute freie Produzentin. Parallel dazu ist Swidler als Autorin und Filmemacherin tätig. Mit ihrer Familie wohnt sie in Berlin.



Die erfolgreiche DVD

Nicole Swidler
Mehr als Liebe
19,99 € (D/A) UVP
ISBN 978-3-95803-010-7



9 783958 030107



Nicole Swidler
Mehr als Liebe
Für Paare, die ihre Liebe vertiefen wollen
Mit Beiträgen von Eva-Maria und Wolfram Zurhorst, Veit und Andrea Lindau u.a.

ca. 144 Seiten
Flexobroschur
Durchgehend vierfarbig
18,- € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-129-6
WG 1481



9 783958 031296

Sei einzig, nicht artig!

- Wild und frei statt lieb und nett
- Der dritte Band der erfolgreichen NOW-Reihe
- Lifestyliges Layout mit opulenten Fotos

NOW! Das sind die Inspirationsbücher mit der Extraportion Energie und Lebensfreude. Wer sich je gefragt hat, ob das Leben, das er führt, wirklich alles ist, wird den neuesten Band lieben. Vorbei die Zeiten von bescheidener Zurückhaltung und Routine. Wer will schon brav und artig sein, wenn sich Einzigartigkeit so viel besser anfühlt!

Mit dieser praxiserprobten Selbstcoaching-Anleitung wird es möglich, alte, hinderliche Muster aufzulösen, die zu Erstarrung führen. Mit den richtigen Tools gelingt der emotionale Detox und die eigene Kraft kommt wie von selbst ins Sprudeln. Stefanie Carla Schäfer begleitet die Leser und Leserinnen beim Kopfsprung ins Leben ihrer Träume.



ISBN 978-3-95803-068-8



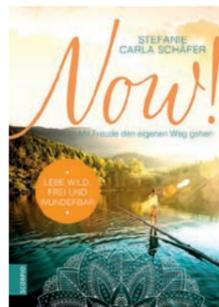
9 783958 030688



ISBN 978-3-95803-092-3



9 783958 030923



ISBN 978-3-95803-115-9



9 783958 031159



STEFANIE CARLA SCHÄFER ist Sportwissenschaftlerin, Somatic-Experiencing Practitioner und in Köln therapeutisch tätig. Im Zentrum ihrer Arbeit steht das ganzheitliche, emotionale und körperliche Wohlbefinden. Ihr erstes Buch »Selbstliebe macht stark« fand viele begeisterte Leser. www.cardea-training.de

© privat



Stefanie Carla Schäfer
NOW! Lebe wild, frei und wunderbar
Mit Freude den eigenen Weg gehen

160 Seiten
Flexobroschur mit farbigem
Vorsatz und Spotlackierung
Durchgehend vierfarbig mit
zahlreichen Fotos
17,5 x 24,0 cm
17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-115-9
WG 1481



9 783958 031159



Beziehungsstatus: Voll zufrieden mit mir

- Humorvolle, warmherzige Unterstützung für Singles
- Die besten Tipps gegen Keiner-liebt-mich-Tage
- Über 40 % der Haushalte in Deutschland sind Einpersonenhaushalte



© Michael Lüder

RUTH KNAUP, geb. 1971, ist Diplom-Psychologin und Psychotherapeutin (HPG). Sie ist als Dozentin für Psychologie, Kommunikation und Tanztheater, und als Supervisorin tätig. Mit ihrem Sohn lebt sie in Potsdam.

Ruth Knaup
Single – na und?
Sich wohlfühlen und mehr vom Leben haben

96 Seiten
Klappenbroschur
Durchgehend vierfarbig mit zahlreichen Fotos und Illustrationen
17,0 x 22,0 cm
12,99 € (D) / 13,40 € (A)
ISBN 978-3-95803-116-6
WG 1481



Wer wissen will, wie man leichter kuppungswütige Tanten und dumme Sprüche («Wohl beziehungsunfähig?») abwehrt, auch ohne feste Beziehung genug Erotik ins eigene Leben einlädt und offen für überraschende Begegnungen bleibt, findet hier kluge Anregungen. Mitmachseiten, Reflektionsfragen und inspirierende Ideen helfen, sich das Single-Leben richtig schön zu gestalten.

Die eigenen Wünsche in die Tat umsetzen

- Vom »Ich traue mich nicht« in die echte Begeisterung finden
- Mit vielen realen Fallbeispielen
- Barbara Berckhan ist eine der erfolgreichsten Autorinnen im Bereich Lebenskunst



© Bernd Kaese

BARBARA BERCKHAN ist Kommunikationstrainerin und Sachbuchautorin. Ihre erfolgreichen Bücher wurden in 12 Sprachen übersetzt und haben eine Gesamtauflage von über 1,5 Mio. Exemplaren.

Barbara Berckhan
Genau meins!
Wie man die eigenen Herzenswünsche verwirklicht

96 Seiten
Klappenbroschur
Durchgehend vierfarbig mit zahlreichen Fotos und Illustrationen
17,0 x 22,0 cm
12,99 € (D) / 13,40 € (A)
ISBN 978-3-95803-112-8
WG 1481



Das klappt ja doch nie? Dafür bin ich schon zu alt? Das geht eben nicht? Damit ist jetzt Schluss. Mit der überraschend einfachen Strategie des Sternepflückens wird es möglich, das zu tun, was das Herz zum Jubeln bringt – egal ob es sich darum handelt, den Traumjob zu gestalten, aus dem Hobby einen Beruf zu machen oder eine Weltumsegelung zu planen.

★ Leichter leben
 ★ Vergnügter lesen
 ★ Mehr verkaufen



... und mein Tag
 macht wieder Spaß



Drehsäule (leer)
 Bestell-Nr. 91/90003
 Breite/Tiefe
 32 x 32 cm
 Höhe inkl. Topper
 104 cm
 Höhe ohne Topper
 79 cm

Thekenaufsteller
 Leichter leben
 gefüllt mit 20
 Exemplaren
 (2 Novitäten je 3 Exemplare,
 10 Backlist-Titel gemischt)
 978-3-95803-083-1
 45 % Rabatt

Thekenaufsteller
 Leichter leben leer
 Bestell-Nr.: 91/90060



Bereits erschienen



* 2. Auflage *
 ISBN 978-3-95803-042-8



* 2. Auflage *
 ISBN 978-3-95803-043-5



* 2. Auflage *
 ISBN 978-3-95803-044-2



* 2. Auflage *
 ISBN 978-3-95803-045-9



ISBN 978-3-95803-075-6



* 2. Auflage *
 ISBN 978-3-95803-076-3



ISBN 978-3-95803-077-0



ISBN 978-3-95803-078-7



ISBN 978-3-95803-097-8



ISBN 978-3-95803-090-9



ALLE BÄNDE 96 SEITEN, KLAPPENBROSCHUR

Zeit für Muße und Regeneration

- Sich von äußeren und inneren Zwängen befreien
- Sylvia Wetzel ist eine der bekanntesten deutschsprachigen Meditationslehrerinnen



© Stefan Kolliker

SYLVIA WETZEL ist Publizistin, Meditationslehrerin und Mitbegründerin der Buddhistischen Akademie Berlin-Brandenburg. In ihren Büchern, Vorträgen und Kursen integriert sie die Erkenntnisse der westlichen Psychologie und Philosophie mit den Einsichten buddhistischer Weisheit.

Sylvia Wetzel
Mut zur Muße
Sich Zeit gönnen für das Wesentliche

ca. 112 Seiten
broschiert, zweifarbig
10,5 x 17,5 cm
7,99 € (D) / 8,30 € (A)
ISBN 978-3-95803-085-5
WG 1481



Wer sich innerlich und äußerlich Raum verschafft, der nicht schon verplant und mit Aktivitäten angefüllt ist, kann wieder spüren, was tief innen nach Aufmerksamkeit verlangt. Die bekannte Meditationslehrerin Sylvia Wetzel inspiriert dazu, sich auch einmal frei von Aufgaben und Pflichten zu machen, um frei für das zu werden, was einem wirklich am Herzen liegt.

Für eine gesunde Gesprächskultur

- Achtsam sprechen, achtsam zuhören
- Gut mit sich und anderen in Kontakt auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation



© Ralf Bauer

ANDREA MERGEL ist Coach und Kommunikationstrainerin in Köln sowie Ausbilderin für »Gewaltfreie Kommunikation in Unternehmen und Organisationen« nach Marshall Rosenberg.

Andrea Mergel
Achtsame Kommunikation
Wertschätzende Begegnungen auf Augenhöhe

ca. 128 Seiten
broschiert, zweifarbig
10,5 x 17,5 cm
7,99 € (D) / 8,30 € (A)
ISBN 978-3-95803-103-6
WG 1481



Achtsamkeit in der Kommunikation ermöglicht echtes Verständnis und gute Lösungen. Der Praxisratgeber zeigt, wie auch Gespräche mit scheinbar schwierigen Menschen eine neue Wendung nehmen können und man klar für die eigenen Bedürfnisse einsteht. Dabei wird durch Achtsamkeit auch der Ton der inneren Selbstgespräche freundlicher.

Achtsam leben

Gesamtauflage: 175.000 Exemplare

- Freundliche Gestaltung im Zweifarb-Druck
- Praktisches Mitnahmeformat
- Leicht umsetzbar mit vielen Übungen zum Gleich-Loslegen



Thekenaufsteller
Achtsam leben, leer
Bestell-Nr: 90078

Thekenaufsteller
Achtsam leben, gefüllt
32/28 Exemplare
mit 18 Titeln gemischt
Bestell-Nr: 50078

Alle Bände 112
oder 128 Seiten
broschiert, zweifarbig
10,5 x 17,5 cm
7,99 € (D) / 8,30 € (A)
WG 1481



ISBN 978-3-95803-047-3



ISBN 978-3-95803-008-4



Bereits
3. Auflage



ISBN 978-3-95803-095-4



ISBN 978-3-95803-007-7



Bereits
4. Auflage



ISBN 978-3-95803-031-2



ISBN 978-3-943416-95-4



Bereits
2. Auflage



ISBN 978-3-95803-032-9



ISBN 978-3-95803-089-3



ISBN 978-3-95803-029-9



Bereits
2. Auflage



ISBN 978-3-95803-030-5



Bereits
2. Auflage

Die Erfolgsreihe



ISBN 978-3-95803-046-6



Bereits
2. Auflage



ISBN 978-3-95803-079-4



ISBN 978-3-943416-94-7



Bereits
3. Auflage



ISBN 978-3-95803-006-0



Bereits
2. Auflage



ISBN 978-3-943416-92-3



Bereits
2. Auflage



ISBN 978-3-95803-080-0



Bereits
2. Auflage



ISBN 978-3-943416-93-0



Bereits
2. Auflage



ISBN 978-3-95803-009-1



Bereits
3. Auflage

»Das Now-Magazin kommt bei unseren Kunden sehr gut an: Es hat Magazin-Charakter, informiert, macht auf Themen aufmerksam und löst Buchkäufe aus! Wir sind mit dem Einsatz sehr zufrieden.«

Karola Brockmann
Die Buchhandlung · Brühl

Das neue Kundenmagazin für den Buchhandel

Achtsam leben · Verbinden · Vertrauen



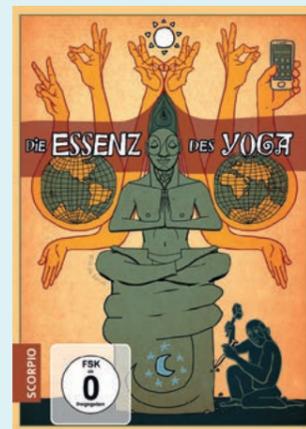
Bestellen Sie jetzt kostenlos

»Das neue Now-Magazin von Scorpio ist nicht nur ein wertiges, attraktives Werbemittel für unsere Endkunden, sondern auch Impuls für Gespräche. Das macht es besonders wertvoll für uns – und wir können es nur empfehlen.«

Markus Schneider
Buchhandlung Taube · Marbach



18,99 € (D) / 19,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-070-1



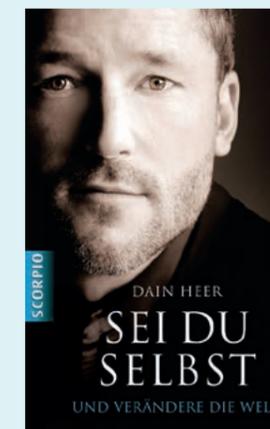
19,99 € (D/A) UVP
ISBN 978-3-95803-084-8



9,99 € (D) / 10,30 € (A)
ISBN 978-3-95803-081-7



16,99 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-023-7



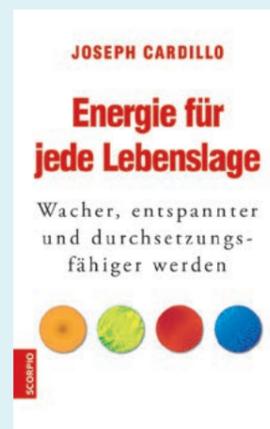
18,99 € (D) / 19,60 € (A)
ISBN 978-3-943416-53-4



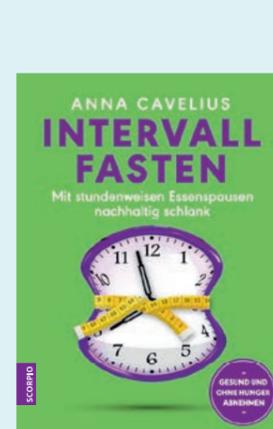
17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-943416-82-4



19,99 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-091-6



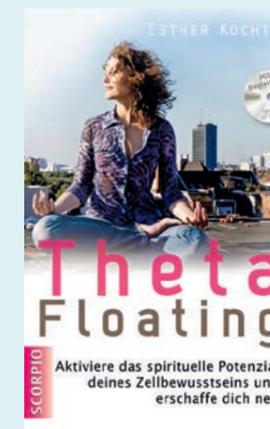
19,99 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-082-4



16,99 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-073-2



16,99 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-049-7



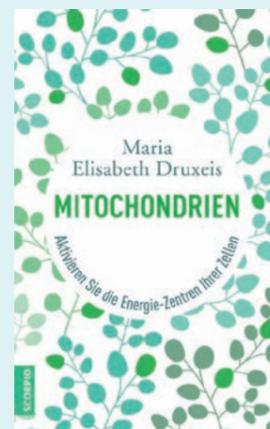
16,95 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-942166-05-8



9,95 € (D) / 10,30 € (A)
ISBN 978-3-942166-21-8



19,99 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-093-0



16,99 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-050-3



18,90 € (D) / 19,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-106-7



18,99 € (D) / 19,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-001-5



16,99 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-943416-79-4



17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-072-5





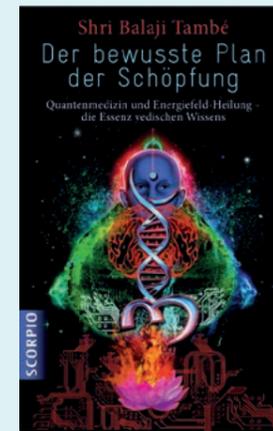
19,99 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-048-0



17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-022-0



17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-071-8



24,99 € (D) / 25,70 € (A)
ISBN 978-3-943416-97-8



16,99 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-088-6



17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-000-8



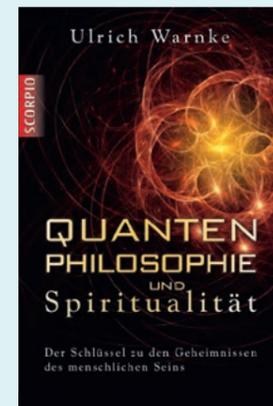
19,99 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-069-5



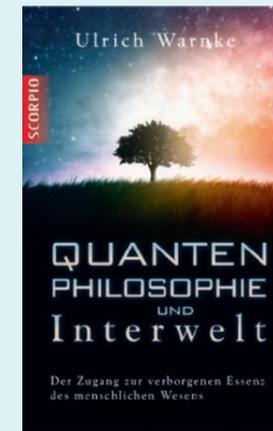
24,90 € (D) / € 25,60 (A)
ISBN 978-3-95803-074-9



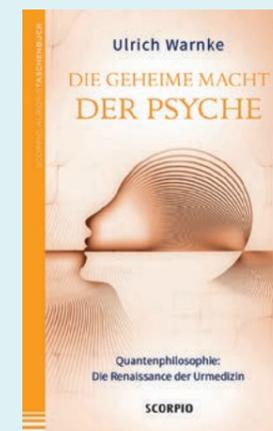
17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-021-3



18,95 € (D) / 19,50 € (A)
ISBN 978-3-942166-17-1



19,99 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-943416-04-6



12,95 € (D) / 13,40 € (A)
ISBN 978-3-943416-72-5



16,99 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-094-7



17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-025-1



17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-026-8



Unsere Highlights aus den Scorpio-Reihen



17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-092-3



12,99 € (D) / 13,40 € (A)
ISBN 978-3-95803-043-5



7,99 € (D) / 8,30 € (A)
ISBN 978-3-95803-009-1



Autoren aus unseren Programmen, und Lesungen zur

die für Veranstaltungen Verfügung stehen

Liebe Buchhändlerinnen und Buchhändler,

in unseren Verlagsprogrammen gibt es viele Autorinnen und Autoren, die Sie für Veranstaltungen buchen können. Gerne unterstützen wir Sie bei der konkreten Planung. Bitte wenden Sie sich dafür an Sabine Koska (sk@scorpio-verlag.de).



KARSTEN KRÜGER
**Der stille Feind in
meinem Körper**
S. 14/15



LUMIRA
**Lebe deine
weibliche Kraft**
S. 46/47



ANDREA MERGEL
**Achtsame
Kommunikation**
S. 31



ANGELA METZLOFF
**Vergebung
macht stark**
S. 52/53



ANGELIKA SELINA BRAUN
**Finde deine
eigene Medizin**
S. 50/51



ANNA CAVALIUS
Intervallfasten
S. 80



BERND GÖRNER
So komm ich gut an
S. 29



DIRK GROSSER
Lass es gut sein
S. 87



MARI NIL
Die Gnade der Heilung
S. 44/45



SUSANNE NOLL
**Aufrecht und
geschmeidig**
S. 16/17



ANGELIKA REUTTER
**Wenn die
Worte fehlen**
S. 82



STEFANIE CARLA SCHÄFER
**NOW! Lebe wild,
frei und wunderbar**
S. 24/25 u. 29



MICHAEL HANDEL
**Da es förderlich für
die Gesundheit ist ...**
S. 18/19



JANICE JAKAIT
**Liebe oder die Kunst,
sich hinzugeben statt
sich herzugeben**
S. 4 - 7



ANNELIE KEIL
**Wenn das Leben
um Hilfe ruft**
S. 20/21



RUTH KNAUP
Single – na und?
S. 24 + 26



CHRISTOPH SCHLICK
**Was meinem Leben
echten Sinn gibt**
S. 83



IRIS SEIDENSTRICKER
Selbstbewusst!
S. 29



NICOLE SWIDLER
Mehr als Liebe
S. 22/23



SYLVIA WETZEL
Mut zur Muße
S. 30

Ihre Ansprechpartner in den Verlagen

SCORPIO VERLAG GMBH & CO. KG

Theresienstr. 16 | D-80 333 München | Tel. +49 (0)89-189 47 33-0 | Fax +49 (0)89-189 47 33-16
E-Mail: info@scorpio-verlag.de | www.scorpio-verlag.de

PRESSE / WERBUNG

(Verlage Scorpio, Trinity, Libera)
Sabine Koska
Tel. +49 (0)89-189 47 33-22
sk@scorpio-verlag.de

(Leo Verlag)

Ronja Merkel
Tel. +49 (0)89-189 47 33-14
rm@scorpio-verlag.de

PRODUKTION

Carola Wetzel-Kraxenberger
Tel. +49 (0)89-189 47 33-17
cwk@scorpio-verlag.de

SOCIAL MEDIA / VERANSTALTUNGEN

Ronja Merkel
Tel. +49 (0)89-189 47 33-14
rm@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
lars.schultze@mp-litagency.com
www.mp-litagency.com

SCORPIO | LIBERA
www.scorpio-verlag.de

VERLAGSLEITUNG

Dagmar Olzog
Tel. +49 (0)89-189 47 33-23
do@scorpio-verlag.de

LEKTORAT / SENIOR EDITOR

Heike Mayer
Tel. +49 (0)89-189 47 33-13
hm@scorpio-verlag.de

TRINITY
www.trinity-verlag.de

PROGRAMMLEITUNG

Andrea Löhndorf
Tel. +49 (0)89-189 47 33-24
al@scorpio-verlag.de

L·E·O

www.leoverlag.de

VERLAGSLEITUNG

Michael Görden
Tel. +49 (0)89-189 47 33-21
mg@scorpio-verlag.de

LEKTORAT

Angela Hermann-Heene
Tel. +49 (0)89-189 47 33-63
ahh@scorpio-verlag.de



facebook.com/scorpio.verlag
facebook.com/Leichter.leben.das.Magazin
facebook.com/trinity.verlag

facebook.com/die.kleinen.Uebungshefte
facebook.com/leoverlag
facebook.com/trinitykreativ

Ihre Ansprechpartner · Auslieferung · Vertretung · Vertrieb

SCORPIO VERLAG GMBH & CO. KG

Theresienstr. 16
D-80333 München
Tel. +49 (0)89-189 47 33-0
Fax +49 (0)89-189 47 33-16
info@scorpio-verlag.de
www.scorpio-verlag.de

VERLAGSAUSLIEFERUNG

Deutschland

Brockhaus Commission

Kreidlerstraße 9
D-70806 Kornwestheim
Martina Patzner
Tel. +49 (0)7154-13 27 21
Fax +49 (0)7154-13 27 13
m.patzner@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
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
losiggio@buchzentrum.ch

VERLAGSVERTRETUNG

Baden-Württemberg

Corinne Pfitzer

Elchinger Bücherservice
Köhlerberg 5
D-89275 Elchingen
Tel. +49 (0)73 08-92 28 16
Fax +49 (0)73 08-92 28 17
info@elch-buchservice.de
corinne.pfitzer@t-online.de

Claudius Elbert

Elchinger Bücherservice
Spindelgasse 6
89174 Altheim/Alb
07340-92967-84
Tel. +49 (0)73 40-92 96 784
Fax +49 (0)73 40-92 96 785
info@elch-buchservice.de
claudius.elbert@gmx.de

Bayern

Dolles Vertriebsteam

Michael Dolles, Elke Hermann,
Katja Neugirg, Petra Uffinger

Büro: Katja Neugirg
bestellung@dolles-vertriebsteam.de
Tel. +49 (0)941-586 13 53
Fax +49 (0)941-586 13 55

michael.dolles@dolles-vertriebsteam.de

Tel. +49 (0)941-586 13 53
Fax +49 (0)941-586 13 55

elke.hermann@dolles-vertriebsteam.de

Tel. +49 (0)8379-72 86 28
Fax +49 (0)8379-72 87 43

petra.uffinger@dolles-vertriebsteam.de

Tel. +49 (0)941-586 13 53
Fax +49 (0)941-586 13 55

Berlin, Brandenburg,

Mecklenburg-Vorpommern

Erik Gloßmann

Kaulsdorfer Straße 11
D-15366 Hoppegarten OT Hönöw
Tel. +49 (0)30-99 28 67 00
Fax +49 (0)30-99 28 67 01
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
info@margo-bohnenkamp.de

Nordrhein-Westfalen

Christian Voigt

Aufm Honer Felde 2
D-42349 Wuppertal
Tel. +49 (0)151-17 20 98 22
Fax +49 (0)202-74 75 09 68
c-voigt@t-online.de

Sachsen-Anhalt, Sachsen, Thüringen

Klaus-Dieter Guhl

Akazienallee 27a
D-14050 Berlin
Tel. +49 (0)170-381 41 09
Fax +49 (0)32 22-339 71 37
kdguhl@t-online.de

Schleswig-Holstein, Niedersachsen,

Bremen, Hamburg, Bremerhaven,

B.O.N. Book Order Nord

Rainer Röhl

Bahrenfelder Kirchenweg 51a
D-22761 Hamburg

Rainer Röhl

+49 (0)171-261 95 31

Harald Jösten

+49 (0)151-703 205 43

Fax +49 (0)40-439 45 15

roell-hamburg@t-online.de

Österreich

Ing. Christian Hirtzy

Steinbergstraße 1
A-8076 Vasoldsberg
Mobil +43 (0)6 64-424 59 05
Fax: +43 (0)3133-31 656
christian.hirtzy@aon.at
Steiermark, Salzburg, Kärnten, Tirol,
Vorarlberg

Alfred Trux

Weyerstraße 15
A-4810 Gmunden

Mobil +43 (0)699-11 65 20 89

Fax: +43 (0)732-21 00 22 66 36

trux@kabeltvgmunden.at

Wien, Niederösterreich, Oberösterreich,
Burgenland, Südtirol

Schweiz

Claudia Gyr, Dessauer

Räffelstrasse 32

CH-8045 Zürich

Tel. +41 (0)44-466 96 96

Fax +41 (0)44-466 96 69

claudia.gyr@dessauer.ch

dessauer@dessauer.ch

Preis- und Programmänderungen vorbehalten Stand: Mai 2017

• Die Programmvielfalt von 14 Verlagen
• Eine Lieferung (Ausnahme Windpferd: VWA, Ausnahme Hans-Nietsch: Prolit)
• Eine Rechnung (Ausnahme Windpferd: VWA, Ausnahme Hans-Nietsch: Prolit)

AURORA
VERTRIEBSKOOPERATION
Mehr vom Leben!

Vertrieb & Beratung
Alexander Herrmann
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