

A woman with long brown hair, seen from behind, is swinging on a wooden swing set. She is wearing a dark, sleeveless dress with a light-colored floral pattern. The swing is suspended by two thin ropes. In the background, there is a calm blue lake, distant mountains, and a bright, hazy sky. Tree branches with green leaves are visible at the top of the frame.

SCORPIO

Leben, was zu mir passt

Frühjahr 2018

Edition *Now!* – die neue Reihe im Frühjahr

- Die großen Themen der Megatrends Achtsamkeit und Bewusster leben
- Ideal zum Auftanken: kurze Texte, einfache Übungen, wunderschön in Optik und Haptik

Edition NOW! präsentiert die wichtigsten Themen zu Achtsamkeit und bewusster Lebensgestaltung mit Stil: schön genug zum Verschenken und zugleich ein wunderbarer Weg, sich selbst etwas Gutes zu tun. Denn die Inhalte verbinden Tiefgang mit Leichtigkeit – wie die Gestaltung auch. Durch inspirierende Anregungen, leicht umsetzbare Mini-Übungen und das attraktive Layout fängt die Entspannung schon auf der ersten Seite an.

**Gebunden mit Schutzumschlag
in hochwertiger Papierhaptik mit
Spotlackierung, farbiger
Vorsatz, 12,- € (D)**

Unsere neue Reihe
Edition NOW!

Je ca. 120 Seiten
Durchgehend zweifarbig
11,5 x 17,0 cm
Gebunden mit Schutzumschlag
12,- € (D) / 12,40 € (A)

WG 1481



Heike Mayer
Achtsamkeit
Gelassen leben in einer
hektischen Welt
ISBN 978-3-95803-149-4



4 | 5
MÄRZ 2018

Wertige
Ausstattung mit
Verschenkfaktor



Karin Furtmeier
Yoga im Alltag
Beweglichkeit und innere
Balance für jeden Tag
ISBN 978-3-95803-150-0



Heike Mayer/
Karin Furtmeier
Vertrauen ins Leben
Kraft und Zuversicht für
stürmische Zeiten
ISBN 978-3-95803-151-7



SCORPIO

TRINITY

L•E•O

Aktionspaket *Now!*



Aktionspaket NOW!

Paket groß
7 Titel, insgesamt 30 Exemplare
ISBN 978-3-95803-164-7
Aktionsrabatt: 45%
Paket-EK: € 231,26



Paket klein
7 Titel, insgesamt 20 Exemplare
ISBN 978-3-95803-165-4
Aktionsrabatt: 45%
Paket-EK: € 157,26



© Shutterstock / 91/90092

Streifenplakat
NOW – Jetzt ist die beste
Zeit für Veränderung

Format: 29,7 x 63,0 cm



Das neue Kundenmagazin
für bewusstes Leben

Format: 18,5 x 25,5 cm

Unser Aktionspaket in zwei Größen

Anzahl	ISBN/Bestell-Nr.	Titel		VK (€/D)
groß	klein			
6	5	978-3-95803-134-0	Sunim: Die schönen Dinge siehst du nur, wenn du langsam gehst	18,-
5	3	978-3-95803-150-0	Furtmeier: Yoga (Edition NOW!)	12,-
5	3	978-3-95803-149-4	Mayer: Achtsamkeit (Edition NOW!)	12,-
5	3	978-3-95803-151-7	Mayer/Furtmeier: Vertrauen ins Leben (Edition NOW!)	12,-
3	2	978-3-95803-092-3	Knap: NOW – Jetzt sorg ich gut für mich	17,99
3	2	978-3-95803-115-9	Schäfer: NOW – Lebe wild, frei und wunderbar	17,99
3	2	978-3-95803-068-8	Furtmeier/Mayer: NOW – Gelassen leben im Hier und Jetzt	17,99
1	1	91/90090	NOW-Kundenmagazin (VE = 25 Ex.)	GRATIS
1	1	90092	Streifenplakat Edition NOW!	GRATIS

Der Bestseller von Haemin Sunim jetzt auch als Hörbuch

- Weit über 3 Millionen verkaufte Exemplare weltweit
- Gesprochen von Robert Atzorn
- Buddhistische Lebensphilosophie in berührenden Worten und Alltagsgeschichten

Haemin Sunims poetisches und lebenskluges Buch *Die schönen Dinge siehst du nur, wenn du langsam gehst* begeistert weltweit Millionen von Lesern. Der beliebte Schauspieler und Grimme-Preisträger Robert Atzorn lässt die gelassenen Botschaften des koreanischen Zen-Mönchs im Hörbuch unmittelbar lebendig werden.

4. Auflage vergriffen
5. Auflage im Druck
6. Auflage in Vorbereitung



© Jo Sehyun

HAEMIN SUNIM, geboren in Korea, studierte in den USA, nur um zu erkennen, dass er sein Leben dem Buddhismus widmen möchte. Er kehrte nach Korea zurück, wurde Mönch und einer der meistgelesenen spirituellen Autoren mit über einer Million Follower auf Twitter und Facebook. Wenn Haemin Sunim nicht auf Reisen ist, um Vorträge in der ganzen Welt zu halten, lebt er in Seoul.

Die erfolgreiche Buchausgabe

Haemin Sunim
Die schönen Dinge siehst du
nur, wenn du langsam gehst
18,00 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-134-0



9 783958 031340

8 | 9
APRIL 2018

SCORPIO

TRINITY

L•E•O





Haemin Sunim
Die schönen Dinge
siehst du nur, wenn du
langsam gehst
Gelesen von Robert Atzorn

Das Hörbuch zum Weltbestseller

SCORPIO

Haemin Sunim
Die schönen Dinge
siehst du nur, wenn
du langsam gehst

Hörbuch
Gelesen von Robert Atzorn
2 CDs, ca. 150 Minuten Laufzeit
Gekürzte Ausgabe
Digifile

16,90 € (D) / 17,40 € (A)
ISBN 978-3-95803-163-0
WG 5476



9 783958 031630

Waldbaden: Der große neue Trend aus Japan

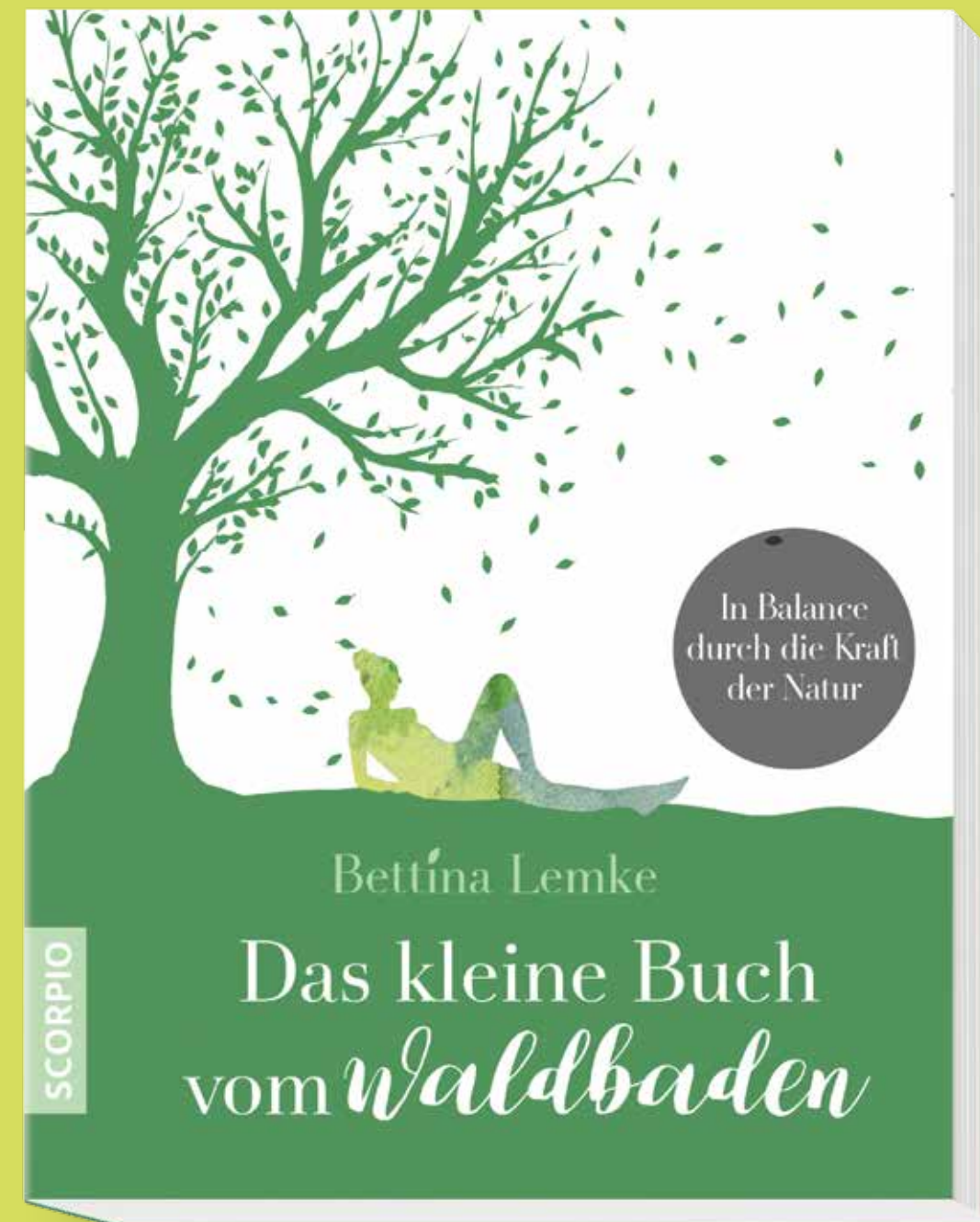
- Die Wellness-Bewegung erobert den Westen im Sturm
- Liebevoll ausgestattetes Geschenkbuch mit vielen praktischen Übungen

Wie wäre es, wenn es einen Ort gäbe, an dem wir jederzeit Gesundheit tanken können, Entspannung, Kraft, ein langes Leben und noch vieles mehr? Die Wissenschaft hat bestätigt, was Naturfreunde schon immer wussten: Der Wald tut uns gut. Beim Aufenthalt unter den Bäumen werden Körper und Immunsystem gestärkt, Stresshormone abgebaut, Optimismus und positive Gefühle gefördert. Japanische Ärzte haben den klassischen Waldspaziergang zu einer anerkannten Stress-Management-Methode weiterentwickelt, die Genuss und Therapie auf wunderbare Weise verbindet: Shinrinyoku, zu Deutsch Waldbaden, erobert jetzt auch den Westen im Sturm.

Bettina Lemke zeigt uns mithilfe von vielen praktischen Übungen, die von Achtsamkeit über Aromatherapie und Barfußgehen bis zur Suche eines Kraftplatzes reichen, wie wir uns für die heilende Kraft der Natur öffnen. *Das kleine Buch vom Waldbaden* gehört in die Tasche jedes Waldspaziergängers und ist ein wunderschönes Geschenk für alle, denen wir Glück und Gesundheit wünschen.



BETTINA LEMKE ist Autorin, Herausgeberin, Lektorin und Übersetzerin. Seit vielen Jahren beschäftigt sie sich mit östlichen Weisheitslehren und schrieb erfolgreiche Bücher wie »Der kleine Taschenbuddhist« und »Ikigai. Den Sinn des Lebens im Alltag finden«. Bettina Lemke lebt im Süden Münchens und verbringt regelmäßig Auszeiten im Bayerischen Wald und in Irland.



Bettina Lemke
Das kleine Buch vom Waldbaden
In Balance durch die Kraft der Natur

ca. 144 Seiten
Flexobroschur
12,5 x 16,0 cm
12,00 € (D) / 12,40 € (A)
ISBN 978-3-95803-166-1
WG 1460



Ärger in Luft auflösen

- Wie man jedem ärgerlichen oder beleidigenden Gegenüber sofort den Wind aus den Segeln nimmt
- Hochwirksame De-Eskalations-Methode nach neuesten Erkenntnissen der Gehirnforschung
- Mit vielen praktischen Übungen und echten Fallbeispielen

Basierend auf der praktischen Erfahrung eines erfolgreichen Mediators und belegt durch die neurowissenschaftliche Forschung löst dieses Buch ein Problem, das wir alle kennen: Wie geht man mit aufgebracht, streitsüchtigen oder cholerischen Mitmenschen um? Douglas E. Noll, früher Rechtsanwalt, heute Friedensstifter, hat eine ebenso einfache wie verblüffend wirksame Kommunikationsweise entwickelt, die den Ärger des Gegenübers buchstäblich in Sekunden in Luft auflöst.

Diese De-Eskalations-Strategie ermöglicht, genau das Richtige in genau der richtigen Art im genau richtigen Moment zu sagen und so auch bei Unhöflichkeiten, Provokationen oder Mobbingakttacken ruhig und souverän zu bleiben: Statt auf die Sachebene einzugehen, spiegelt man die Emotionen des Gegenübers wider. Durch Techniken, die nachweislich die Emotionszentren des Gehirns beruhigen, lassen sich konfliktgeladene Situationen in kürzester Zeit entspannen.



© Aleya Dao

DOUGLAS E. NOLL ist ein preisgekrönter Autor, Mediator und Trainer für die Entwicklung von Führungsqualitäten. Nach 22 Jahren beendete er seine erfolgreiche Karriere als Rechtsanwalt, um Friedensstifter zu werden. Er ist Mitbegründer des »Prison of Peace« und hilft Menschen weltweit, schwere und emotional tief verankerte Probleme zu lösen. Er lebt mit seiner Frau in Kalifornien.



12 | 13
MÄRZ 2018

SPITZEN
TITEL ★

Douglas E. Noll
**Die elegante Art, Hitzköpfe
und andere Streithammel
zu beruhigen**
Wie Sie in 90 Sekunden Ärger
in Luft auflösen

Aus dem Englischen von
Matthias D. Borgmann
ca. 280 Seiten
Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm
17,90 € (D) / 18,40 € (A)
ISBN 978-3-95803-140-1
WG 1933



e
BOOK

SCORPIO

TRINITY

L.E.O

Toxische Beziehungen beenden

- Nach dem Bestseller *Wie schleichendes Gift* das neue Buch von Christine Merzeder: Wirksames *Gegengift* für Opfer von narzisstischem Missbrauch
- Mit Fallbeispielen, Erläuterungen zu narzisstischen Strategien und Lösungsansätzen
- Mit einem Vorwort von Professor Dr. Reinhard Haller, Psychiater und Autor von *Die Narzissmusfalle*

Narzisstischer Missbrauch ist eine Form der emotionalen Gewalt, die sich genauso katastrophal auswirken kann wie körperliche Gewalt. Für die Opfer ist er auch deshalb so schwerwiegend und bitter, weil Außenstehende den Missbrauch meist nicht erkennen. Viele Opfer können selbst kaum verstehen, dass und wie sie missbraucht werden, da die Täter höchst geschickt darin sind, dem Opfer alle Verantwortung für sein Leid zuzuschieben.

In *Gegengift* unterstützt Bestsellerautorin Christine Merzeder Betroffene und ihr Umfeld, indem sie gängige narzisstische Strategien offenlegt: von »Love Bombing«, bei dem das Gegenüber scheinbar mit Liebe überschüttet wird, in Wahrheit aber isoliert und abhängig gemacht werden soll, über Mobbing und Stalking bis hin zu extremer psychischer oder auch körperlicher Gewalt. Die Leser erfahren zudem, wie und wo man Hilfe findet und was die besten Methoden sind, um spezifische Missbrauchsformen zu beenden.



© Gerhard Merzeder

DR. CHRISTINE MERZEDER lehrte Gerontologie und Gesundheitswissenschaften und ist in diesem Bereich eine international renommierte Referentin, Beraterin und Dozentin. In ihrer Ehe erlebte sie extremen narzisstischen Missbrauch, dessen Folgen sie überwunden und geheilt hat. Sie ist international als Geschäftsfrau tätig.



Der erfolgreiche Vorgänger

Christine Merzeder
Wie schleichendes Gift
17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-022-0
Bereits 5. Auflage



9 783958 030220



SPITZEN
TITEL ★

Christine Merzeder
Gegengift
Narzisstischen Missbrauch
überwinden:
Konkrete Hilfen für den Alltag

ca. 256 Seiten
Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm
19,90 € (D) / 20,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-156-2
WG 1481



9 783958 031562



Ganzheitsmedizin statt Ärzteodyssee

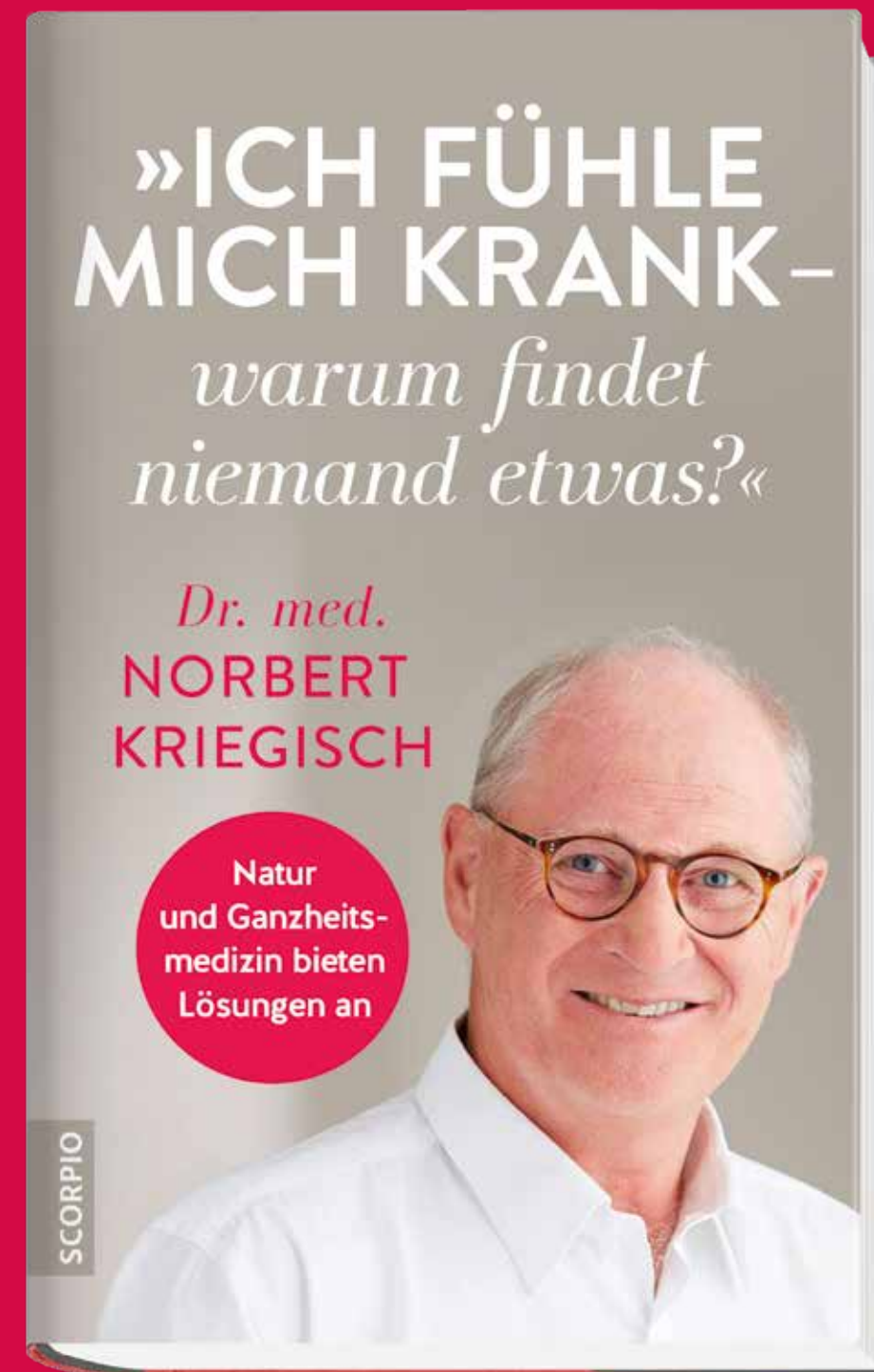
- Auswege aus dem Dilemma chronischer Beschwerden
- Ein Mutmacher für Kranke ohne Befund
- Mit vielen praktischen Tipps und Genesungsbeispielen von Patienten eines erfahrenen Ganzheitsmediziners
- Große Buchpräsentation im Literaturhaus München
- Presseschwerpunkt

Viele Menschen leiden unter immer wiederkehrenden Beschwerden. Sie ziehen von Arzt zu Arzt, doch niemand kann wirklich helfen. Manchmal werden zwar einzelne Symptome behandelt, aber nie die darunterliegenden Ursachen, sodass die Probleme nicht ausheilen. Die frustrierenden Folgen: Die Betroffenen werden nicht ernst genommen oder als »schwierige Patienten« abgekanzelt.

Seit über 30 Jahren begleitet der Ganzheitsmediziner Dr. med. Norbert Kriegisch Patienten mit unerklärlichen oder chronischen Beschwerden auf dem Weg zur Genesung. Für ihn ist klar: Chronische Beschwerden zeigen, dass der Organismus auf mindestens einer von vier Ebenen aus dem Gleichgewicht geraten ist: auf der zellulären, der regulativen, der psychoemotionalen oder der geistigen Ebene. Sein Buch wird Betroffenen helfen, die wahren Ursachen hinter ihren Beschwerden zu entschlüsseln, sodass Blockaden gelöst und Selbstheilungskräfte aktiviert werden können.



DR. MED. NORBERT KRIEGISCH leitet eine Praxis für Ganzheitsmedizin, Naturheilverfahren und Störfeldsuche in München. Er ist u.a. Autor des Bestsellers *Die besten Hausmittel von A – Z*.
www.dr-kriegisch.de



SPITZEN
TITEL ★

Dr. med. Norbert Kriegisch
»Ich fühle mich krank –
warum findet niemand
etwas?«
Natur und Ganzheitsmedizin
bieten Lösungen an

ca. 192 Seiten
Gebunden mit Schutzumschlag
13,5 x 21,5 cm
19,90 € (D) / 20,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-138-8
WG 1982



Natürliche Abwehr- mechanismen gegen Krebs entwickeln

- Zur Prävention und bei der Genesung
- Von einem der derzeit gefragtesten Medizinspezialisten
in Deutschland, Österreich und der Schweiz

»Gesundheit lässt sich proaktiv planen. Das ist intelligenter, als reaktiv Krankheiten zu behandeln.« *Dr. med. Michael Spitzbart*

In uns allen schlummert Krebs. Wie alle lebenden Organismen produziert unser Körper täglich defekte Zellen, aus denen Tumore entstehen können. Doch unser Abwehrsystem spürt diese Zellen auf und hält sie in Schach. In westlichen Ländern stirbt jedoch jeder Vierte an Krebs. Das bedeutet, diese Menschen hatten eine entsprechende genetische Disposition, an Krebs zu erkranken und/oder ihre Immunabwehr konnte sie nicht schützen.

Dr. med. Michael Spitzbart erklärt, wie Krebs entsteht und wie wir ihn – mit ganz einfachen Mitteln – in Schach halten können. Sein Ziel ist es, nicht einzelne Krankheiten symptomatisch zu behandeln, sondern die Gesundheit so zu optimieren, dass uns keine Krankheit ereilen kann bzw. dass wir sie besiegen können. In diesem Buch zeigt er, welche natürlichen Abwehrmöglichkeiten es auch bei Krebs gibt und wie wir diese unkompliziert in unseren Alltag integrieren können.



© Judith Laubner

DR. MED. MICHAEL SPITZBART

spezialisierte sich auf präventive und orthomolekulare Medizin sowie Akupunktur. Er hat ein Intensivtrainingsprogramm für Unternehmen, Führungskräfte und (Leistungs-)Sportler entwickelt und hält Vorträge vor bis zu 1000 Zuhörern. Er lebt in Salzburg und Triesenberg/Liechtenstein.
www.drspitzbart.de



Der erfolgreiche Vorgänger

Dr. med. Michael Spitzbart
Entschlüsseln Sie Ihren
Gesundheitscode
17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-026-8
Bereits 2. Auflage



9 783958 030268



Dr. med. Michael Spitzbart
Schutz vor Krebs
Das Immunsystem stärken und
gezielt vorbeugen

ca. 176 Seiten
Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm
17,90 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-139-5
WG 1461



9 783958 031395

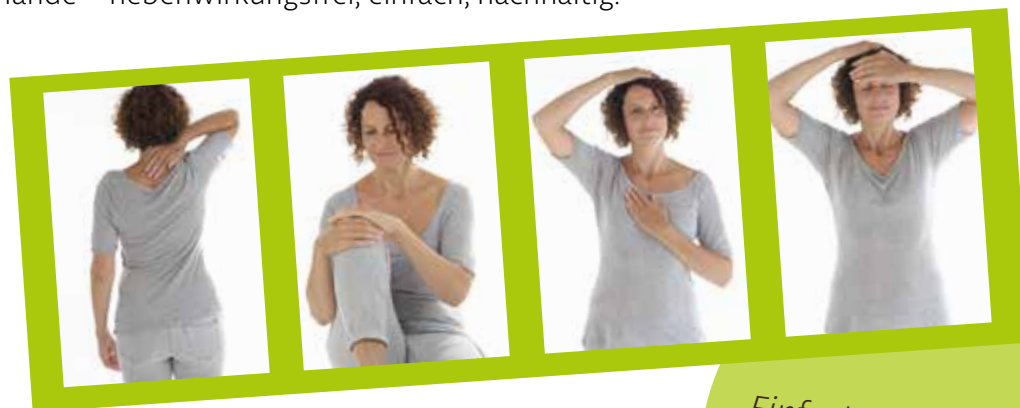


Die heilende Kraft unserer Hände

- Einfache Selbstbehandlung für Körper und Seele
- Anwendungsfreundliches Praxisbuch mit vielen Fotos
- Sich selbst mit Achtsamkeit, Dankbarkeit und Wertschätzung begegnen

Redewendungen wie »Das hat mir fast das Herz gebrochen« oder »Mir ist eine Laus über die Leber gelaufen« sind wohlbekannt. Sie machen deutlich, wie konkret körperlich wir auf die emotionalen Aspekte unseres Lebens reagieren. Daher kann auch jeder von uns auf die eigenen Gefühle ganz leicht über körperliche Berührung einwirken. Dieses praktische Anwenderbuch zeigt, wie wir in positiver Weise die in unseren Zellen gespeicherten Informationen beeinflussen können und dadurch Blockaden lösen: indem wir eine oder beide Hände gezielt an spezielle Körperstellen legen. So lassen sich Stress, Enttäuschung, Wut, Schock oder Trauer, aber auch körperliche Schmerzen durch die Heilkraft unserer Hände auflösen.

Der erfahrene Physio- und Cranio-Sacral-Therapeut Otto Bong zeigt in diesem ausführlich bebilderten Buch, wie man sich auch ohne Vorerfahrung selbst in schwierigen Lebensumständen unterstützen kann: Selbstheilung durch Auflegen der Hände – nebenwirkungsfrei, einfach, nachhaltig.



OTTO BONG, Physio- und Cranio-Sacral-Therapeut, arbeitete 20 Jahre in eigener Praxis und gründete das Zentrum für Integrative Manual Therapie in München. **EVA BONG**, die die Arbeit ihres Mannes über all die Jahre begleitete, übernahm nach seinem Tod im Juni 2017 die Herausgeberschaft für das von Otto Bong fertiggestellte Buch.

*Einfache, durchgehend
bebilderte Handhaltungen
verschaffen rasche
Linderung*



Otto und Eva Bong
Selbstheilung mit den eigenen Händen
Blockaden aufspüren und auflösen

ca. 160 Seiten mit zahlreichen
Fotos von Heidi Velten
Klappenbroschur
13,5 x 18,5 cm
18,00 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-155-5
WG 1461



Wie Männer und Frauen miteinander glücklich bleiben

- Die geheimen Mechanismen glücklicher Partnerschaften verstehen
- Mit vielen Fallbeispielen
- Aus der Praxis einer erfahrenen Paartherapeutin

Damit eine Beziehung dauerhaft glücklich bleiben kann, braucht es drei Ebenen: die der beiden Teamplayer, die entspannt den gemeinsamen Alltag teilen, die der zwei Liebenden, die sich offen von Herz zu Herz begegnen, und die der Liebhaber, die sich erotisch begehren. Als erfahrene Paartherapeutin zeigt Nicole Tempel, wie man die drei Ebenen gleichermaßen lebendig hält, und ermöglicht so allen Paaren, prickelnde Energie und Verbundenheit zu zweit (wieder) zu finden.

Der neue Band aus der erfolgreichen Reihe



NICOLE TEMPEL ist Paartherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Neurofeedback-Therapeutin. Nach ihrer Arbeit als Schauspielerin und Musikerin in New York und Berlin spezialisierte sie sich in ihrer therapeutischen Ausbildung auf die Beziehungskompetenz. Gemeinsam mit ihrem Mann leitet sie Paarseminare und führt eine Praxis für Paarberatung in Berlin.
www.paartherapie-berlin-zehlendorf.de



Nicole Tempel
Glücklich zu zweit
Für eine erfüllte Partnerschaft

96 Seiten
Klappenbroschur
Durchgehend vierfarbig
mit zahlreichen Fotos und
Illustrationen
17,0 x 22,0 cm
12,99 € (D) / 13,40 € (A)
ISBN 978-3-95803-144-9
WG 1481



Leichter leben Vergnügter lesen Mehr verkaufen



Plakat »Genau meins!«
Format: 42,0 x 59,4 cm
Bestell-Nr. 91/90065

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
(Novität je 3 Exemplare,
12 Backlist-Titel gemischt)
978-3-95803-083-1
45 % Rabatt

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



Bereits erschienen

Je
12,99 € (D)
13,40 € (A)



* 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



ISBN 978-3-95803-116-6



ISBN 978-3-95803-112-8



ALLE BÄNDE 96 SEITEN, KLAPPENBROSCHUR

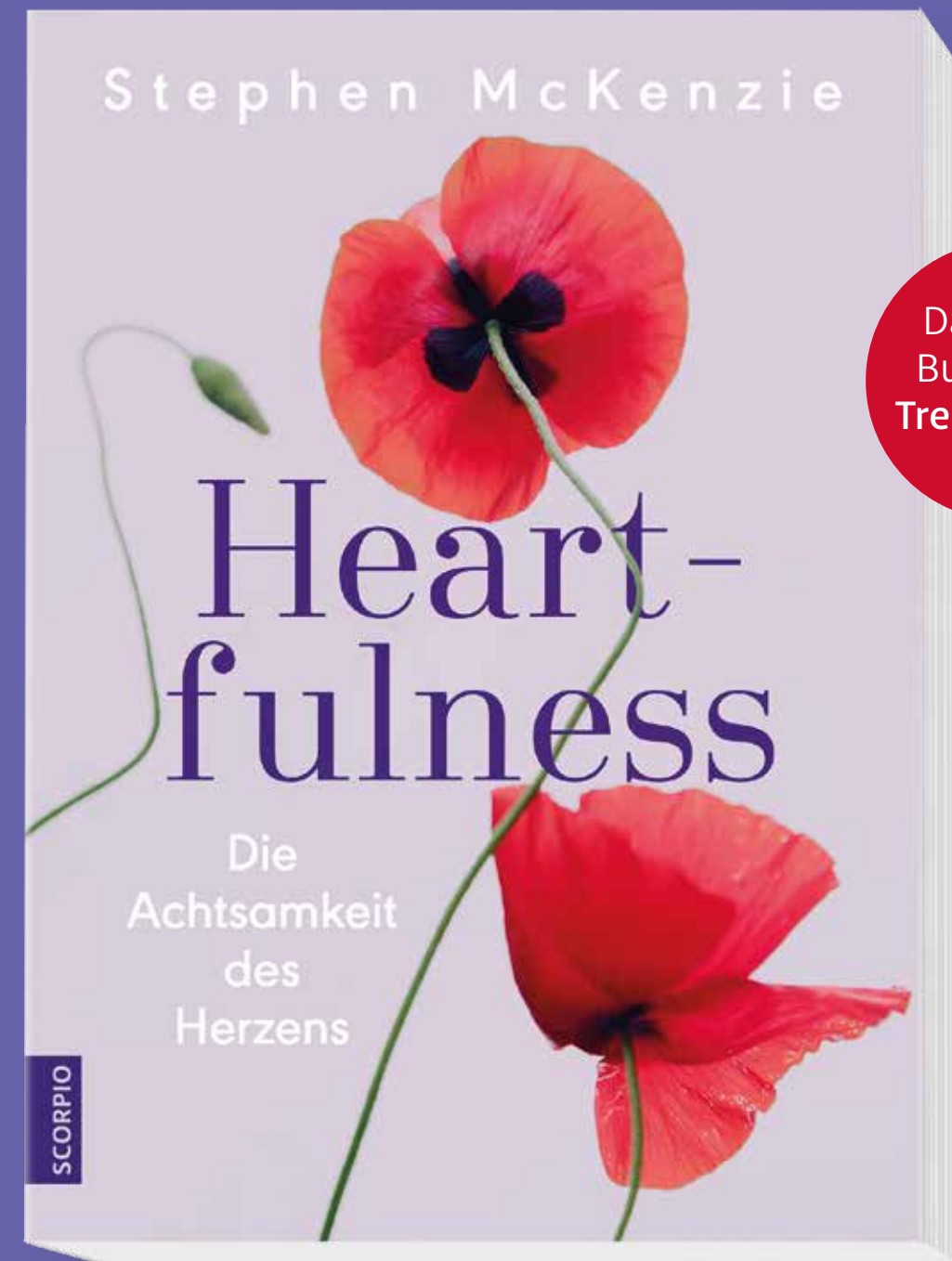
Von Mindfulness zu Heartfulness

- Achtsamkeit mit ganz viel Herz: Ein Leben voll Verbundenheit und Lebensfreude
- Mit vielen Übungen, Meditationen und praktischen Ideen
- Heartfulness ist die neue Entwicklung in der Achtsamkeitsszene

Viele Menschen merken, dass im Hamsterrad aus Hektik, Leistungsdruck und ständigem Beschäftigtsein etwas ganz entscheidend zu kurz kommt: ihr eigenes Herz. Ohne Nähe zu anderen, ohne das Gefühl von Sinn, Mitgefühl und Verbundenheit rutschen wir leicht in Depression oder einen Burn-out. Achtsamkeit nährt diese Verbundenheit – aber nur, wenn sie so verstanden wird, wie sie eigentlich gemeint ist: als herzerfüllte Haltung und freudige Offenheit. Denn Achtsamkeit als reine Technik oder starre Disziplin bleibt trocken, flach und leblos. Der erfahrene Achtsamkeitslehrer Stephen McKenzie inspiriert, den Schritt von Mindfulness zu Heartfulness zu gehen. Mit praktischen Übungen, viel Humor und bewegenden Geschichten beflügelt er die Leser, voller Freude und aus ganzem Herzen achtsam zu leben.



DR. STEPHEN MCKENZIE hat in Psychologie promoviert und unterrichtet Achtsamkeit an der Universität in Melbourne/Australien. Er hat bereits mehrere erfolgreiche Bücher verfasst und über 20 Jahre Erfahrung als Dozent und Seminarleiter. Seine Kursteilnehmer und Leser lieben seine sympathische und mitreißende Art, Achtsamkeit mit Herz zu vermitteln.



Das erste
Buch zum
Trendthema

Stephen McKenzie
Heartfulness
Die Achtsamkeit des Herzens

Aus dem Englischen von
Ursula Bischoff
ca. 196 Seiten
Flexobroschur
Durchgehend vierfarbig
mit vielen Fotos
17,5 x 24,0 cm
17,90 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-126-5
WG 1481



Der achtsame Weg aus der Angst

- Eingeführte Autorin, die dank Achtsamkeit ihre eigenen Panikattacken überwunden hat
- Mit vielen Atemübungen, einfachen Meditationen und Mut machenden Geschichten



© Caroline Gros

SUSANNE SEETHALER, erfolgreiche Autorin und als »Zen-Köchin« bekannt geworden, praktiziert seit 13 Jahren intensiv Achtsamkeitsmeditation, hat schwerste Ängste am eigenen Leib erfahren und schöpft aus einem großen Erfahrungsschatz. Sie lebt in München.
www.susanneseethaler.de

Susanne Seethaler
Ausweg aus der Angst
Mit Achtsamkeit Ängste
überwinden

128 Seiten
broschiert, zweifarbig
10,5 x 17,5 cm
7,99 € (D) / 8,30 € (A)
ISBN 978-3-95803-108-1
WG 1481



Wie kann man Alltagsängsten, Phobien und selbst schweren Panikattacken achtsam begegnen? Eingängige, rasch umsetzbare Achtsamkeitsübungen und Meditationen weisen behutsam den Weg zu einem Leben ohne Angst. Susanne Seethaler, erfolgreiche Ratgeber- und Kochbuch-Autorin, litt selbst lange unter Panikattacken und ist, neben einem therapeutischen Weg, mithilfe dieser einfachen Übungen seit Jahren vollkommen beschwerdefrei.

Wieder neue Kraft schöpfen

- Die bekannte Krisenbegleiterin Lisa Freund zeigt: Kraftquellen sind immer da, wenn wir sie brauchen
- Mit vielen einfachen Übungen, Visualisierungen und Stärkungen bei Erschöpfung, Mutlosigkeit oder Trauma



© S. Freund

LISA FREUND ist eine der renommiertesten Autorinnen zu den Themen Leben mit Sterben und Tod sowie Begleitung in Krisenzeiten. Als Seminarleiterin und sozial engagierte Buddhistin tätig, seit über 20 Jahren aktiv in der Hospizbewegung und Mitbegründerin der innovativen Online-Plattform Elysium.digital. Sie lebt in Berlin. www.lisafreund.de

Lisa Freund
Kraftquellen entdecken
Was in schwierigen Zeiten stärkt

ca. 112 Seiten
broschiert, zweifarbig
10,5 x 17,5 cm
7,99 € (D) / 8,30 € (A)
ISBN 978-3-95803-104-3
WG 1481



Kraftquellen sind innere Ressourcen, über die wir alle verfügen. Manchmal ist der Zugang verschüttet. Doch können wir sie jederzeit aktivieren – einfach, indem wir die Aufmerksamkeit auf sie richten und uns dafür entscheiden, sie zu nutzen. Schon so etwas Schlichtes wie der Gesang eines Vogels oder der eigene Atem: Lisa Freund zeigt, dass die Quellen von Kraft, Resilienz und neuem Lebensmut viel näher liegen, als wir denken.

Achtsam leben

Gesamtauflage: 200.000 Exemplare

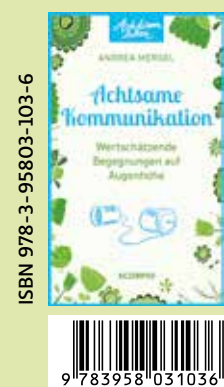
- Freundliche Gestaltung im Zweifarb-Druck
- Praktisches Mitnahmeformat
- Leicht umsetzbar mit vielen Übungen zum Gleich-Loslegen



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

Thekenaufsteller
Achtsam leben, leer
Bestell-Nr.: 90078

Thekenaufsteller
Achtsam leben, gefüllt
32/28 Exemplare
mit 22 Titeln gemischt
Bestell-Nr.: 50078



*Dieses Buch kann
Ihr Leben verändern!*



Begleiten Sie Grace
auf der Suche nach dem Glück

Die wunderbare Welt von Grace

- Eine zauberhafte Geschichte voller Magie
- Die schottische Antwort auf *Der Alchemist*
- Die eigene einzigartige Bestimmung entdecken und sich mit der unendlichen Quelle von Liebe, Glück und Erfüllung verbinden

Grace ist am Ende ihrer Kräfte und unzufrieden mit ihrem Leben; von ihrer Familie und ihren Freunden fühlt sie sich immer weiter entfernt. Sogar sie selbst ist sich fremd geworden. Den wahren Grund dafür kennt sie nicht. Doch tief in ihrem Herzen spürt sie eine unglaubliche Sehnsucht ...

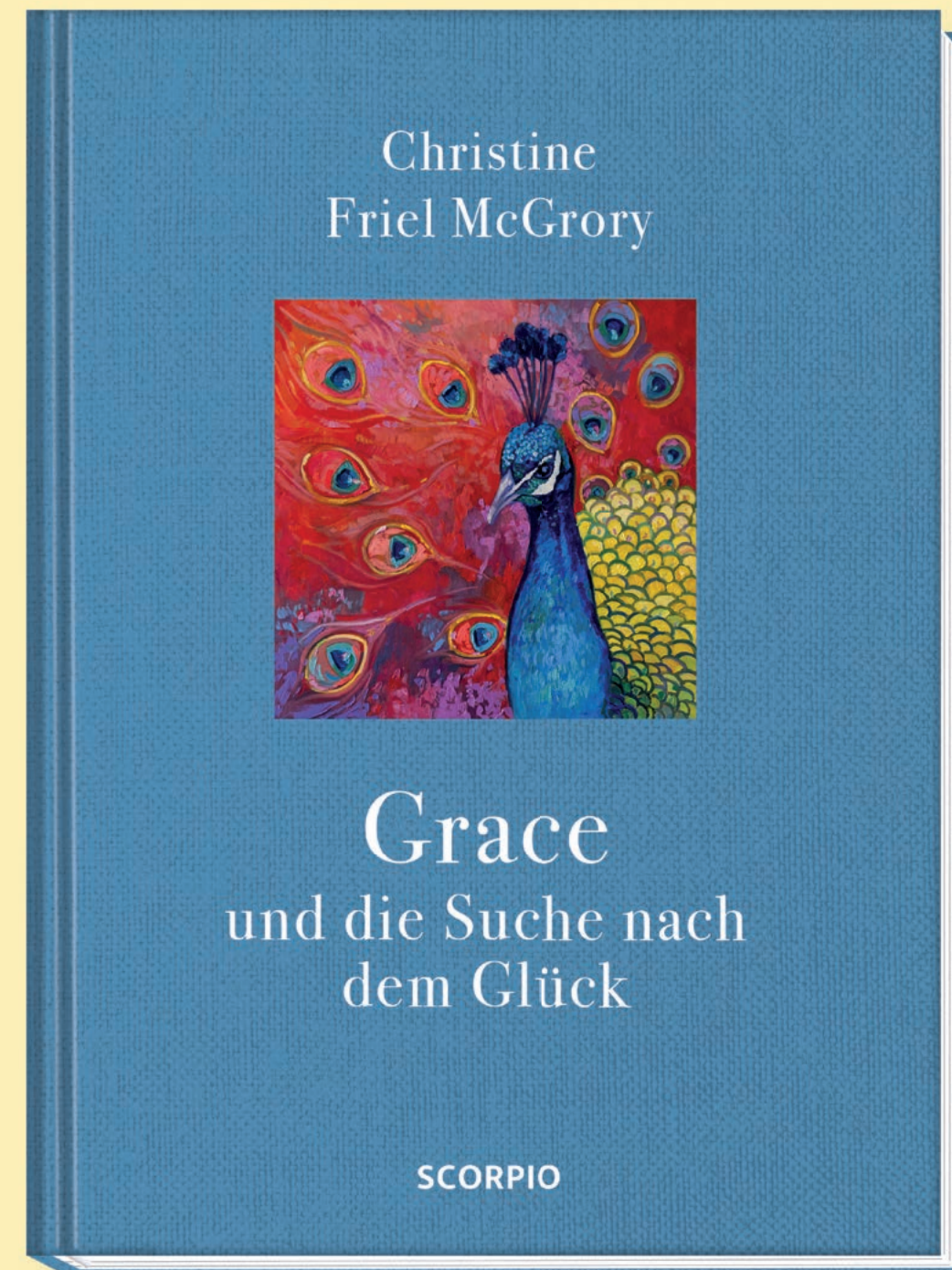
Eine scheinbar zufällige Begegnung mit einer geheimnisvollen alten Dame wird für Grace zu einem außergewöhnlichen Abenteuer: Auf einer wunderbaren Reise findet sie zu sich selbst und erkennt, dass ihr Leben bedeutungsvoll ist und sie eine Bestimmung hat.

Christine Friel McGrory verwebt auf magische Weise alte Wahrheit mit moderner Wissenschaft und zeigt, wie jeder von uns die Mächte des Universums nutzen kann, um ein glückliches und erfülltes Leben zu führen.



CHRISTINE FRIEL MCGRORY ist erfolgreiche Unternehmerin, Referentin und Trainerin. Sie zählt zu Schottlands einflussreichsten Frauen und wurde 2005 zur »Scottish Business Woman of the Year« gewählt. Sie praktiziert und unterrichtet eine Vielzahl von Ansätzen zu transformativer Führung und Spiritualität, 2010 schuf sie »The Key«, ein wegweisendes Programm zur persönlichen Transformation. *Grace und die Suche nach dem Glück* nimmt die Philosophie von »The Key« auf und verwebt diese zu einer bahnbrechenden, magischen und kraftvollen Geschichte. www.gracethekeybook.co.uk

© privat



Fragen Sie Ihren Vertreter
nach dem **digitalen Leseexemplar!**

34 | 35
MÄRZ 2018

SCORPIO

TRINITY

L•E•O

Christine Friel McGrory
Grace und die Suche nach dem Glück

Aus dem Englischen von
Marion Zerbst
ca. 208 Seiten
Leinen
13,5 x 18,5 cm
18,90 € (D) / 19,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-145-6
WG 1110



e
BOOK

»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



Bestellungen direkt

bei Brockhaus Commission

Bestellnummer: 91/90090

Ausgabe 2 Magazin NOW!

oder fragen Sie Ihren Vertreter
(1 VE = 25 Ex.)

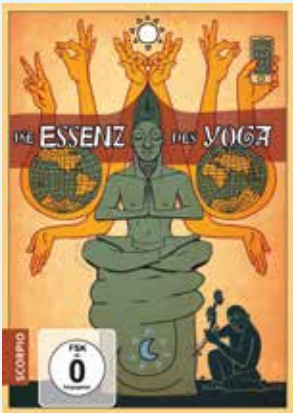
»Das neue Now-Magazin von Scorpio ist nicht nur ein wertiges, attraktives Werbemittel für unsere Endkunden, sondern auch Impuls für Gespräche. Das macht es besonders wertvoll für uns – und wir können es nur empfehlen.«

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



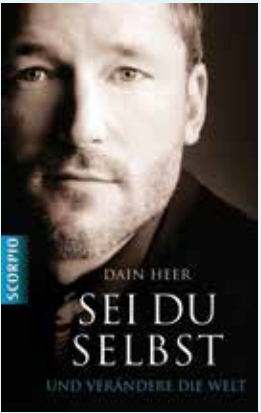
9,99 € (D) / 10,30 € (A)
ISBN 978-3-95803-081-7



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



17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-114-2



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



17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-130-2



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



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



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



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



19,99 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-110-4



16,99 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-128-9



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



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



18,99 € (D) / 19,60 € (A)
ISBN 978-3-943416-76-3



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



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



17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-113-5



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



LIBERA



18,99 € (D) / 19,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-107-4



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



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



16,99 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-096-1



18,00 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-134-0



20,00 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-95803-129-6



19,99 € (D/A) UVP
ISBN 978-3-95803-010-7



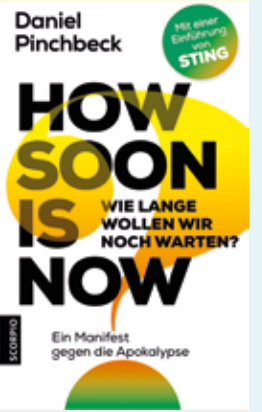
17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-000-8



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



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



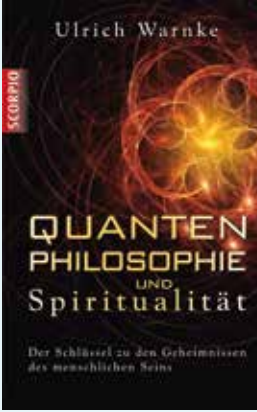
24,90 € (D) / € 25,60 (A)
ISBN 978-3-95803-074-9



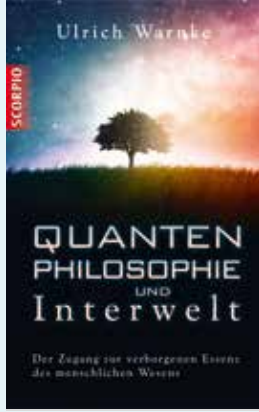
17,99 € (D) / 18,50 € (A)
ISBN 978-3-95803-021-3



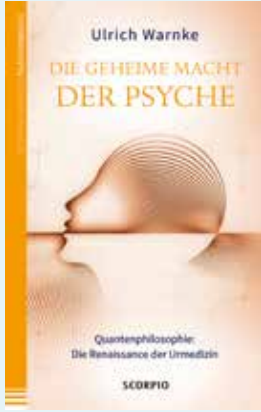
28,00 € (D) / 28,80 € (A)
ISBN 978-3-95803-127-2



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



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



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 978-3-95803-115-9



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



7,99 € (D) / 8,30 € (A)
ISBN 978-3-95803-080-0



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).



ANTONIA LANGSDORF
Lilith
S. 53



LUMIRA
Heilen auf Russisch
S. 54



NIGORA NORMATOVA
Wake up!
S. 68/69



LISA FREUND
**Kraftquellen
entdecken**
S. 29



KARIN FURTMEIER
Yoga
S. 4/5



JANA HAAS
**Das Mysterium
der Bäume**
S. 38/41



HEIKE MAYER
Achtsamkeit
S. 4/5



CHRISTINE MERZEDER
Gegengift
S. 14/15



SUSANNE SEETHALER
Ausweg aus der Angst
S. 28



JANA IGER
**Mein russisches
Geheimrezept**
S. 48/49



MANDY JOCHMANN /
CARINE STÖWE
Get ready to run
S. 70/71



NORBERT KRIEGISCH
**„Ich fühle mich
krank – warum findet
niemand etwas?“**
S. 16/17



MICHAEL SPITZBART
Schutz vor Krebs
S. 18/19



LEA STELLMACH
**Stark im Leben
geborgen im Sein**
S. 44/45



NICOLE TEMPEL
Glücklich zu zweit
S. 22/23

Ihre Ansprechpartner in den Verlagen

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
E-Mail: info@scorpio-verlag.de | www.scorpio-verlag.de

PRESSE / WERBUNG

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

PRESSE (Leo Verlag)/ SOCIAL MEDIA

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

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
www.scorpio-verlag.de

VERLAGSLEITUNG

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

LEKTORAT

Jennifer Grünwald
Tel. +49 (0)89-189 47 33-33
jg@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

PROGRAMMLEITUNG

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

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

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

Ab 1. Januar 2018

Prolit Verlagsauslieferung GmbH
Alexandra Reichel
Siemensstraße 16
D-35463 Fernwald
Tel. +49 (0)641-9 43 93-36
Fax +49 (0)641-9 43 93-29
a.reichel@prolit.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
Bahnenfelder 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

Nebenmärkte

Marcel Ramirez
Ellingerweg 7
81673 München
Tel. +49 (0)172 212 57 92
Fax: +49 (0)89 600 35 45 7

Österreich

Ing. Christian Hirtzy
Steinbergstraße 1
A-8076 Vasoldsberg
Mobil +43 (0)6 64-424 59 05
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: November 2017

- Die Programmvvielfalt von 13 Verlagen
- Eine Lieferung (Ausnahme Hans-Nietsch und neu ab 01.01.2018: Scorpio, Trinity, LEO: Prolit)
- Eine Rechnung (Ausnahme Hans-Nietsch und neu ab 01.01.2018: Scorpio, Trinity, LEO: 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

