

Spirituelle Lebenshilfe und
Wegbegleitung • Yoga • Meditation •
Mystik • Neues Denken • Ganzheitliche
Gesundheit • Transpersonale Psychologie

VIA NOVA

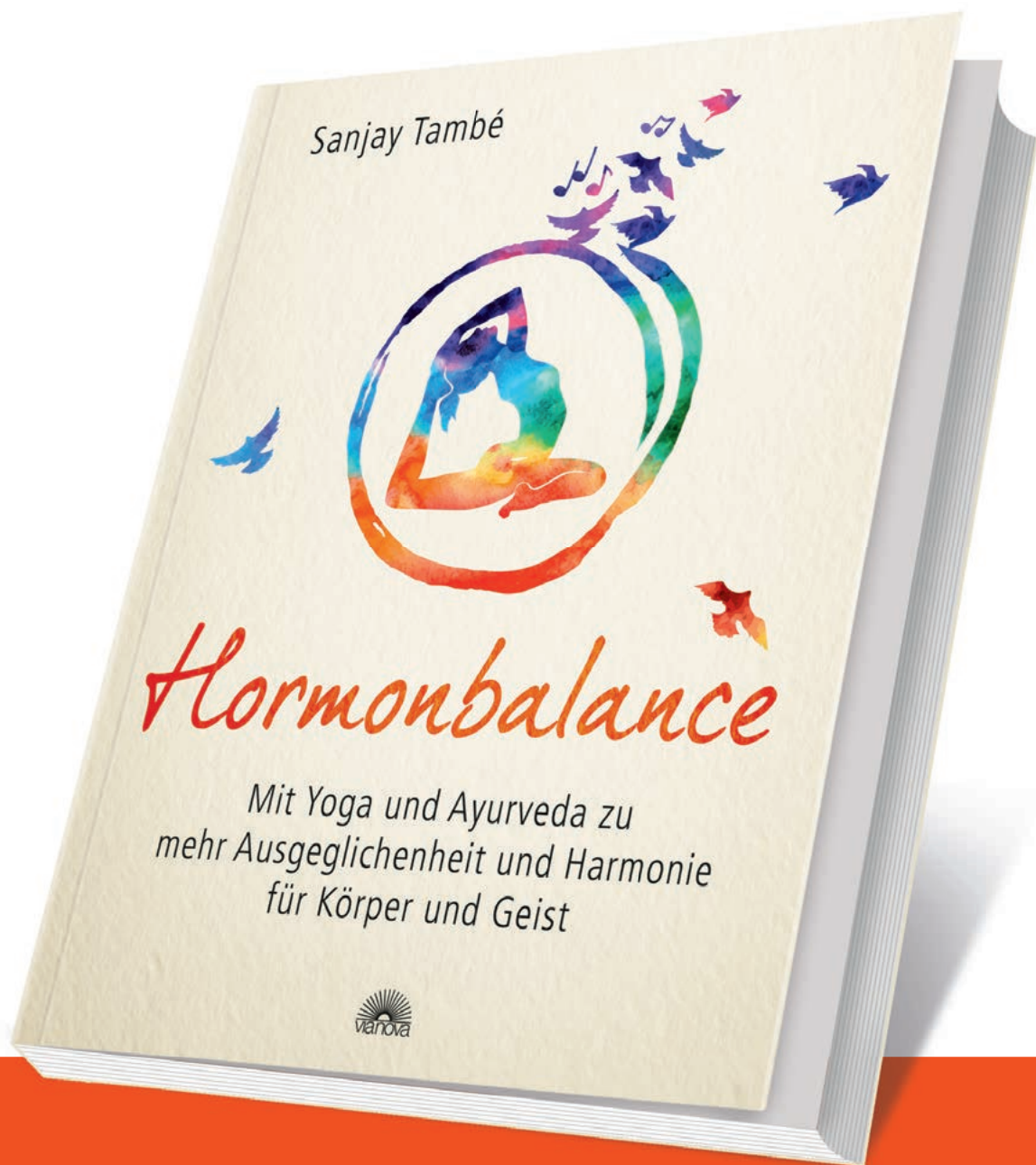
Frühjahr 2024



Mit Yoga und Ayurveda natürlich das hormonelle Gleichgewicht finden – Vitalität, Gesundheit und Lebensenergie für Mann und Frau

In diesem Buch wurde umfassendes und facettenreiches Wissen aus dem Yoga und Ayurveda zusammengetragen, um zu zeigen, wie eine gesunde hormonelle Balance auch in stressigen Zeiten auf ganz natürliche Weise erhalten und wiederhergestellt werden kann. Mit leicht anwendbaren und wirkungsvollen Übungen sowie praktischen Tipps – erstmals auch explizit für Männer! – können Sie nachhaltig für ein gesundes Hormonsystem sorgen und Ihre Vitalität und Leistungsfähigkeit bis ins hohe Alter erhalten und steigern. Durch die Aktivierung der körpereigenen Kräfte und Ressourcen können künstliche Hormonbehandlungen unnötig werden. Ein zeitgemäßer Ratgeber für jeden, der um die große Bedeutung eines natürlichen hormonellen Gleichgewichts für Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensfreude weiß.

SANJAY TAMBÉ ist in der traditionellen vedischen Kultur in Indien aufgewachsen. Seine Kindheit verbrachte er im Gesundheitszentrum seines Vaters, Dr. Shri Balaji També. Er studierte Wirtschaftsinformatik und Management in Indien und München. Schon früh begann er, Yoga und Ayurveda in einen ganzheitlichen Lebensstil zu integrieren, der auf jedem Kontinent dieser Erde seine Gültigkeit hat. Das besondere Anliegen des Autors ist es, die Zusammenhänge zwischen Hormonen, Yoga und Ernährung bewusst zu machen und aufzuzeigen, wie wir sie in eine Balance bringen, die nachhaltig positiv auf unsere Gesundheit wirken und dabei neuen Lebensgenuss ermöglichen kann.



- ⊙ Wertvolles Wissen aus Yoga und Ayurveda zum hochaktuellen Thema der hormonellen Gesundheit
- ⊙ Informativ, lehrreich, praxisorientiert mit konkreten Anleitungen, Ernährungstipps und speziellen Yogaübungen
- ⊙ Erstmals auch im Fokus die große Bedeutung des hormonellen Gleichgewichts für Männer

SANJAY TAMBÉ
HORMONBALANCE

Mit Yoga und Ayurveda zu mehr Ausgeglichenheit und Harmonie für Körper und Geist

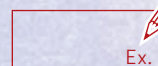
Klappenbroschur, 232 Seiten, farbige Fotos
Format: 20,0 x 25,0 cm

ISBN 978-3-86616-447-5
€ 28,90 (D) / € 30,70 (A)

Auslieferung: Juni 2024
Warengruppenzuordnung: 1462



9 783866 164475





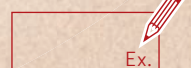
Wenn wir tiefe Freude und wahres Lebensglück finden wollen, müssen wir die Verantwortung für unser Leben übernehmen. Wenn wir es nicht tun, fühlen wir uns abhängig, hilflos und als Opfer. Verantwortung ermächtigt uns und gibt uns die Möglichkeit, mit Herausforderungen gelassener umzugehen und sie bewusst zu nutzen, um Heilung auf allen Ebenen zu erlangen. Je besser es uns gelingt, uns von selbstsabotierenden Mustern und destruktiven Emotionen zu befreien, umso mehr erfahren wir Frieden, Freude und Glück. Der international bekannte Coach und Therapeut Chuck Spezzano, der mittlerweile auf einen in fast fünfzig Jahren gesammelten Erfahrungsschatz zurückblicken kann, erläutert in seinem neuen Buch, wie es gelingen kann, unsere Wahrnehmung neu auszurichten und dadurch tiefe Heilung, wahre Freiheit und inneres Glück zu erlangen.

Der Schlüssel zu Lebensfreude und Lebensglück liegt in unseren Händen

- ⊙ Ein praktisches Weisheitsbuch, das umfassende Freude und tiefes Glück im Leben vermittelt
- ⊙ Ein sehr effektiver Ratgeber für innere Entwicklung, Befreiung und spirituelles Wachstum
- ⊙ Ein Wegweiser, der Mut macht, die eigenen Lebensumstände zu verwandeln

Der Bestsellerautor **CHUCK SPEZZANO** ist als Referent, Seminarleiter, spiritueller Wegbegleiter und visionärer Lebenslehrer international bekannt. Gemeinsam mit seiner Frau Lency hat er die bahnbrechende Methode der »Psychology of Vision« entwickelt und arbeitet seit nunmehr fast fünfzig Jahren als Therapeut und Coach sehr erfolgreich vor allem mit Menschen in Europa, Nordamerika und Asien.

CHUCK SPEZZANO
FINDE DEIN LEBENSGLÜCK
Herausforderungen gelassen meistern
.....
Taschenbuch, 304 Seiten
Format: 12 X 19 cm
.....
ISBN 978-3-86616-530-4
€ 16,00 (D) / € 16,50 (A)
.....
Auslieferung: Januar 2024
Warengruppenzuordnung: 2481





In den Zeiten großer Ungewissheit, die wir gerade erleben, zeigt uns Paramhansa Yogananda mit dieser Sammlung ursprünglicher – und größtenteils unveröffentlichter – Lehren, wie wir in ständigem Wandel ein glückliches Leben führen können.

Wir alle müssen uns Veränderungen und neuen, unerwarteten oder unerwünschten Umständen im Leben stellen. Wie können wir mit finanziellen Rückschlägen umgehen? Was können wir tun, wenn sich unser Körper aufgrund von Krankheit oder Alter verändert? Wie können wir mit Trennung oder Verlust in einer Beziehung umgehen? Wie gehen wir mit der endgültigen Veränderung, dem Tod, um? Und wie können wir unseren Widerstand gegen Veränderung überwinden? Veränderung ist unausweichlich, flößt uns aber oft große Angst ein. Dabei ist sie ein grundlegender Bestandteil des göttlichen Plans, der uns darin unterstützen soll, unsere inneren Qualitäten zu entwickeln und bleibende Freude, Weisheit und Kraft zu finden.

Akzeptiere Veränderung als die einzige Konstante, die es im Leben gibt

- ⊙ Eine kostbare Sammlung ursprünglicher – und größtenteils unveröffentlichter – Lehren von Paramhansa Yogananda
- ⊙ Ein praktischer Leitfaden, um in dieser Zeit der Herausforderung und des Umbruchs mutig und zentriert zu bleiben
- ⊙ Ein klassischer Bestseller aus der Reihe »Weisheit des Yogananda«

PARAMHANSA YOGANANDA (1893-1952) war ein indischer Yogameister, Philosoph und Schriftsteller. Er gilt als einer der weltweit bedeutendsten spirituellen Lehrer des 20. Jahrhunderts. Yogananda war einer der ersten Meister, die die indische Yogaweisheit in den Westen brachten. Sein Buch *Autobiographie eines Yogi* wurde zu einem internationalen Bestseller.



PARAMHANSA YOGANANDA VERÄNDERUNGEN IM LEBEN MEISTERN

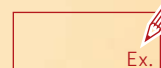
Taschenbuch, 144 Seiten
Format: 12 x 19 cm

€ 12,95 (D) / € 13,40 (A)
ISBN 978-3-86616-531-1

Auslieferung: März 2024
Warengruppenzuordnung: 2481



9 783866 165311





Jeder Mensch hat eine Bestimmung im Leben. Sie liegt darin, sowohl auf der menschlichen als auch auf der spirituellen Ebene das Beste dessen zu geben und zu sein, wozu wir berufen sind. Wenn wir unsere Bestimmung verwirklichen, strömen Frieden und heilendes Licht von uns in die Welt hinaus. Gerade hochsensiblen Menschen kommt in dieser Hinsicht eine wichtige Rolle zu, denn sie setzen sich in besonderem Maße dafür ein, eine bessere Welt zu erschaffen. In seinem neuesten Buch zum Thema Hochsensibilität zeigt der bekannte Psychologe und Coach Chuck Spezzano, wie hochsensible Menschen durch Vertrauen und die Überwindung eigener Lebenshindernisse ihre Bestimmung verwirklichen und darin den tiefen Frieden finden können, der Transformation möglich macht und der die Welt segnet und heilt.

Wie hochsensible Menschen ihre Lebensbestimmung verwirklichen können

- ⊙ Dieses Buch zeigt eindrücklich die wichtige Rolle auf, die hochsensiblen Menschen bei der Erschaffung einer besseren Welt zukommt.
- ⊙ Chuck Spezzano nutzt seinen ganzen Wissens- und Erfahrungsschatz, um hochsensible Menschen in der Verwirklichung ihrer Lebensbestimmung zu unterstützen.
- ⊙ Das Buch ist eine wertvolle Hilfe für alle hochsensiblen Menschen, die lernen wollen, durch ihre eigene Heilung zur Heilung und Weiterentwicklung der Welt beizutragen.

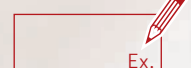
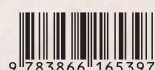
Der Bestsellerautor **CHUCK SPEZZANO** ist als Referent, Seminarleiter, spiritueller Wegbegleiter und visionärer Lebenslehrer international bekannt. Gemeinsam mit seiner Frau Lency hat er die bahnbrechende Methode der »Psychology of Vision« entwickelt und arbeitet seit nunmehr fast fünfzig Jahren als Therapeut und Coach sehr erfolgreich vor allem mit Menschen in Europa, Nordamerika und Asien.

CHUCK SPEZZANO
DIE KRAFT DER HOCHSENSIBILITÄT
 Lasse alle Zweifel los und vertraue
 auf deine Bestimmung

.....
 Taschenbuch, 160 Seiten
 Format: 12 x 19 cm

.....
 € 14,95 (D) / € 15,40 (A)
 ISBN 978-3-86616-539-7

.....
 Auslieferung: Mai 2024
 Warengruppenzuordnung: 2933





Paramhansa Yogananda gibt Antworten auf Fragen, die auch in der heutigen Zeit aktueller nicht sein könnten. Seine Lehren und Erkenntnisse bieten uns einen Leitfaden dafür, wie wir im Alltag erfolgreich sein und gleichzeitig spirituelle Erfüllung im Leben finden können. Er erläutert, wie wir auch dann unser Bewusstsein erweitern und unser Leben voll auskosten können, wenn wir vor finanziellen, körperlichen, mentalen, emotionalen oder spirituellen Herausforderungen stehen.

Die Antworten auf spirituelle, weltliche und oft auch schlicht wissbegierige Fragen, die uns Yogananda in diesem Buch schenkt, wurden aus Artikeln, Vorträgen und handschriftlichen Briefen zusammengetragen und offenbaren einmal mehr die Tiefe seiner Weisheit, seines Mitgefühls und seiner bedingungslosen Liebe.

Das Buch wurde im Frage-Antwort-Format zusammengestellt und ist ideal sowohl für die Einzel- als auch für die Gruppenarbeit geeignet.

Eine Schatzkiste voller Antworten von einem der größten spirituellen Meister unserer Zeit

- ⦿ Eine Schatzkiste voller Erkenntnisse und Weisheiten von Paramhansa Yogananda
- ⦿ Ein praktischer Leitfaden für ein Leben in spiritueller Fülle
- ⦿ Ein klassischer Bestseller aus der Reihe »Weisheit des Yogananda«

PARAMHANSA YOGANANDA (1893-1952) war ein indischer Yogameister, Philosoph und Schriftsteller. Er gilt als einer der weltweit bedeutendsten spirituellen Lehrer des 20. Jahrhunderts. Yogananda war einer der ersten Meister, die die indische Yogaweisheit in den Westen brachten. Sein Buch *Autobiographie eines Yogi* wurde zu einem internationalen Bestseller.



PARAMHANSA YOGANANDA SPIRITUELLE ERFÜLLUNG IM LEBEN FINDEN

Taschenbuch, 144 Seiten

Format: 12 x 19 cm

€ 12,95 (D) / € 13,40 (A)

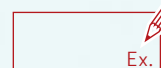
ISBN 978-3-86616-538-0

Auslieferung: Juni 2024

Warengruppenzuordnung: 2481



9 783866 165380



Verlagsvertretungen:

BADEN-WÜRTTEMBERG

Elchinger Bücherservice

Verlagsvertretung Corinne Pfitzer
Köhlerberg 5
89275 Elchingen
info@elch-buchservice.de

Corinne Pfitzer

Tel.: +49 (0) 73 08/9 22-816 / Fax: -817
corinne.pfitzer@t-online.de

Gerda Heinzmann

Tel.: +49 (0) 71 45 / 93 60 60
Fax: +49 (0) 71 45 / 57 67
gerda.heinzmann1@t-online.de

NIEDERSACHSEN / HAMBURG / BREMEN / SCHLESWIG-HOLSTEIN

Harald Jösten • Rainer Röhl

Verlagsvertretungen
Bahnenfelder Kirchenweg 51a
22761 Hamburg
Tel.: +49 (0) 40 / 439 15 08
Mobil: +49 (0) 171 / 261 95 31
Fax: +49 (0) 40 / 439 45 15
roell-hamburg@t-online.de

Dolles Vertriebsteam

Michael Dolles, Elke Hermann, Katja Neugirg, Petra Uffinger

bestellung@dolles-vertriebsteam.de

Michael Dolles

michael.dolles@dolles-vertriebsteam.de
Tel.: +49 (0) 941 / 586 13 53
Fax: +49 (0) 941 / 586 13 55

Elke Hermann

elke.hermann@dolles-vertriebsteam.de
Tel.: +49 (0) 8379 / 72 86 28
Fax: +49 (0) 8379 / 72 87 43

Petra Uffinger

petra.uffinger@dolles-vertriebsteam.de
Tel.: +49 (0) 941 / 586 13 53
Fax: +49 (0) 941 / 586 13 55

Katja Neugirg

katja.neugirg@dolles-vertriebsteam.de
Tel.: +49 (0) 9 41 / 586 13 53
Fax: +49 (0) 9 41 / 586 13 55

HESSEN / RHEINLAND-PFALZ / SAARLAND / LUXEMBOURG

Margo Bohnenkamp

Klinkerstr. 56, D-66663 Merzig
Tel.: +49 (0) 68 61 / 79 16 30
Fax: +49 (0) 68 61 / 79 16 32
info@margo-bohnenkamp.de

SCHWEIZ

Markus Vonarburg

AVA Verlagsvertretungen
Centralweg 16
CH-8910 Affoltern am Albis
Tel.: +41 / 44 762 42 09
Fax: +41 / 44 762 42 10
m.vonarburg@ava.ch

ÖSTERREICH

Mario Seiler

Verlagsvertretung
c/o Höller
Hauptstr. 111
A-8141 Premstätten
Tel.: +43 / 31 36 2 00 06
Fax: +43 / 31 36 2 00 06 10
verlagsvertretung@hoeller.at

Günther Lintschinger

Auf der Sonnenwiese 1b
A-8600 Bruck a.d. Mur
Tel.: +43 / 66 45 30 96 16
Fax: +43 / 38 62 52 41 2
lintschingerbruck@a1.net

Barsortimente:

Barsortiment KNV Zeitfracht GmbH
D-70565 STUTTGART

Barsortiment KNV Zeitfracht GmbH
D-99095 ERFURT

Barsortiment Georg Lingenbrink
GmbH & Co. KG
D-22763 HAMBURG

Barsortiment Umbreit
D-74321 BIETIGHEIM-BISSINGEN

Editionsdistribution EDIS GmbH
D-82054 SAUERLACH

Barsortiment Könemann Vertriebs GmbH
D-58097 HAGEN

NLG-Buchservice
D-86971 PEITING

Spezial Barsortiment Artha
D-87466 HASLACH

Auslieferungen:

Deutschland:
Verlag Via Nova GmbH
Alte Landstr.12, D-36100 PETERSBERG

Brockhaus / Commission GmbH
Kreidlerstraße 9, D-70806 KORNWESTHEIM
Tel.: 0 71 54 / 13 27 - 54
Fax: 0 71 54 / 13 27 - 13
vianova@brocom.de



Brockhaus/Commission

Wir sind Teilnehmer an der
auslieferungsübergreifenden
Fakturgemeinschaft Multifakt
bei Brockhaus/Commission.

Schweiz:
AVA Verlagsauslieferung AG
Centralweg 16
CH-8910 Affoltern am Albis
Tel.: +41 / 44 7 62 42 00
Fax: +41 / 44 7 62 42 10
avainfo@ava.ch

AURORA Vertriebskooperation

Alexander Herrmann
Vertrieb und Beratung
Eversbuschstr. 40a
80999 München
Tel.: 089/383 80 69 0
Fax.: 089/383 80 69 10
a.herrmann@vertriebundberatung.de
www.vertriebundberatung.de

Kundenmanagement DACH Buchhandel, Onlinehandel, Fachmarkt

Claudia Graßl
Tel.: 089/383 80 69 17
c.grassl@vertriebundberatung.de

Svenja Bauer

Tel.: 089/383 80 69 21
s.bauer@vertriebundberatung.de

Cecilia Simao Schammler

Tel.: 089/383 80 69 19
c.schammler@vertriebundberatung.de

Für den Bezug einer größeren Menge eines Titels an einen Endabnehmer gewähren wir folgende Mengenpreise:
Ab 10 Exemplare: 4% • Ab 20 Exemplare: 6% • Ab 50 Exemplare: 10% • Ab 100 Exemplare: 14% • Ab 200 Exemplare: 16% • Ab 500 Exemplare: Preis auf Anfrage



Verlag Via Nova · Alte Landstraße 12 · D-36100 Petersberg · Tel.: (06 61) 6 29 73 · info@verlag-vianova.de · www.verlag-vianova.de