

## 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.heinzmann@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

**Büro: Katja Neugirg**  
bestellung@dolles-vertriebsteam.de  
Tel: 0941-5 86 13 53  
Fax: 0941-5 86 13 55

### Michael Dolles

michael.dolles@dolles-vertriebsteam.de

### Katharina Dolles

katharina.dolles@dolles-vertriebsteam.de

### Petra Uffinger

petra.uffinger@dolles-vertriebsteam.de

### Elke Hermann

elke.hermann@dolles-vertriebsteam.de  
Tel: 08379-72 86 28  
Fax: 08379-72 87 43

### 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

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

### Anna Rusterholz

Verlagsvertretung  
Tel. +41 (0)79 926 48 16  
Backoffice: +41(0)44 762 42 58  
a.rusterholz@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

### 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

## Auslieferungen:

### Deutschland:

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

### 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

## Brockhaus/Commission

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

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

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

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

# VIA NOVA

## Herbst 2024



  
vianova

Partner der  
**AURORA**  
VERTRIEBSKOOPERATION  
Unsere Vorschauen finden Sie bei  
**VLB-TIX**

Preisänderungen vorbehalten.  
Für die aktuellen Schweizer Preise konsultieren Sie bitte die Datenbank unserer Auslieferung.  
Gestaltung: Guter Punkt, München, Titelbild: © Popovo / AdobeStock

# Der Weg aus dem Schmerz in die Liebe

**H**ochsensible und empathische Menschen haben ein erhöhtes Risiko, in toxische Beziehungen zu geraten. Doch ausgerechnet sie suchen aufrichtig nach ihrem Seelenpartner.

Als unbewusste Empathen sind sie leider das perfekte Beuteschema von Energievampiren. Hochsensible sind bereit, alles für ihr Gegenüber zu tun und tiefe Verletzungen zu verzeihen. Sie sind beseelt von dem aufrichtigen Wunsch, das Herz des Partners für die Liebe zu öffnen.

Ohne das Wissen über narzisstische Persönlichkeiten und den Verlauf toxischer Beziehungen geraten sie immer tiefer in eine Spirale der emotionalen Abhängigkeit, während sich ihr Selbstvertrauen, ihre Gesundheit und ihre emotionale Stabilität immer weiter verschlechtern.

In diesem Buch offenbart die Bestsellerautorin und Psychologin Sylvia Harke ein großes Tabuthema, das sich häufig hinter Gesundheitskrisen, Ängsten, Depressionen und Selbstzweifeln hochsensibler Menschen verbirgt: toxische Beziehungen in allen Schattierungen.



**SYLVIA HARKE** ist Diplom-Psychologin und selbst hochsensibel. Sie lebt in Süddeutschland und gründete mit ihrem Mann Arno die hsp academy. Gemeinsam geben sie Seminare und Onlinekurse zur Hochsensibilität. Die Autorin ist Expertin für die Themen Selbstwert, Beziehungen, Abgrenzung und Berufung.

- ⊙ Die Autorin weiß aus langjähriger Erfahrung mit hochsensiblen Klienten, wie wichtig es ist, Licht ins Dunkel zu bringen.
- ⊙ Dieser ganzheitliche Ratgeber zeigt nicht nur die psychologischen Hintergründe toxischer Beziehungen, sondern widmet sich auch tiefen, spirituellen Fragen.
- ⊙ Die erfahrene Psychologin nimmt hochsensible Leserinnen und Leser an die Hand und unterstützt sie darin, durch das Labyrinth toxischer Beziehungen zu navigieren.

**SYLVIA HARKE**  
**SEELENPARTNER ODER TOXISCHE BEZIEHUNG?**  
 Wie hochsensible Menschen emotionale Klarheit und Sicherheit finden  
 Klappenbroschur, 272 Seiten  
 Format: 14,8 x 21 cm  
 ISBN 978-3-86616-542-7  
 € 21,00 (D) / € 21,60 (A)  
 Auslieferung: Dezember 2024  
 Warengruppenzuordnung: 1483





**W**er mit gutem Grund dem Leben vertrauen kann, wie es das Buch beschreibt, der fördert sein Wohlbefinden. Der innere Mensch wird ins Gleichgewicht gebracht und Heilkräfte werden geweckt. Die Seele, die vertraut, beeinflusst und bewirkt auch die körperliche Vitalität und Gesundheit.

Das Buch führt den Leser, die Leserin in die umfassende Dimension eines ganzheitlichen Welt- und Menschenbildes, das die Grundlage dafür bildet, dem Leben wahrhaft und langfristig zu vertrauen. Der Mensch erfährt so Geborgenheit und Sinn. Das Buch berücksichtigt und bestätigt die Ergebnisse der modernen Psychologie und Psychotherapie sowie der Glücksforschung. Es verhilft zu einer Haltung, die das Vertrauen ins Leben trotz Schwierigkeiten und Hindernissen erhält. Gerade sie werden durch eine Anleitung zu mehr Vertrauen überwunden. Eine Seele, die bedingungslos vertraut, ist und wird heil und ganz.



**M**iteinander zu meditieren ist ein Geschenk für die Liebe. Sich im Angesicht des anderen zu zeigen, ohne zu wissen, was der nächste Augenblick bringt, kann den Raum des Herzens in einer Weise öffnen, wie dies durch Gespräche kaum zu erreichen ist. Das vorliegende Buch vermittelt viele solcher Erfahrungen – manchmal still, manchmal laut, manchmal fröhlich, manchmal nachdenklich. Ob in der Begegnung mit dem inneren Kind, ob in der Erkundung der eigenen Sinnlichkeit, ob bei der Lösung von Konflikten oder zur Stärkung des gegenseitigen Vertrauens – diese Meditationen und Übungen ermöglichen eine lebendige und ganz neue Begegnung mit dem Partner. Achtsamkeit in der Partnerschaft ist das Ergebnis von 30 Jahren Erfahrung in der Arbeit mit Paaren – Evelyn Horsch-Ihle ist praktizierende Paartherapeutin. Sie weiß: Gemeinsames Meditieren kann Paare in einen Raum begleiten, in dem die Essenz der Liebe selbst erfahrbar wird.

## Das 7-Tage-Programm bietet Lebenshilfe und Lebensqualität

- Das Buch enthält aktuelle und zeitgemäße Methoden und Strategien, die ein vertieftes Vertrauen ins Leben stärken und es im ganzen Menschen, im Körper, in der Seele und im Geist verankern.
- Eine heile, geheiligte oder gesunde Seele bedeutet wahres und tiefes Glück für den Menschen.
- Das erprobte und bewährte 7-Tage-Programm bietet praktische Rezepte, die der Seele guttun.

**URS-BEAT FRINGELI** ist Autor, Erwachsenenbildner und seit vielen Jahren als Pfarrer tätig. Er leitet einen Kraft- und Wallfahrtsort in der Schweiz und ist durch zahlreiche Bücher und Sendungen, Kurse und Seminare zur Lebenshilfe bekannt. Da er selbst mehrere Jahre erfolgreich in der Wirtschaft tätig war, ist er mit den Anforderungen und Sorgen der Menschen vertraut.

URS-BEAT FRINGELI  
DIE HEILENDE KRAFT DES VERTRAUENS  
Zu innerer Klarheit und persönlicher  
Stärke im Leben finden

Klappenbroschur, 256 Seiten  
Format: 13,5 x 21,5 cm

ISBN 978-3-86616-543-4  
€ 20,00 (D) / € 20,60 (A)

Auslieferung: September 2024  
Warengruppenzuordnung: 1481



9 783866 165434



## Eins werden – Meditationen für Paare

- Neuheit: das erste deutschsprachige Buch zum Thema Meditationen für Paare
- Stille und lebendige Begegnung im direkten Gegenüber
- Von Konfliktbewältigung über Sinnlichkeit und Sexualität bis hin zu Meditationen für das innere Kind
- Paarbegegnungen von fröhlich und verspielt bis hin zu ernsthaft und spirituell
- Das Ergebnis von über 30-jähriger Erfahrung in der Paararbeit

**EVELYN HORSCH-IHLE** ist Diplom-Psychologin und Diplom-Politologin, außerdem seit mehr als 30 Jahren Lehrerin für Kundalini-Yoga und Meditation, heilpraktische Psychotherapeutin, Autorin und Journalistin. Die Mutter von drei erwachsenen Kindern arbeitet in ihrer Praxis in Eckernförde vorwiegend mit Frauen und Paaren.



EVELYN HORSCH-IHLE  
ACHTSAMKEIT IN DER  
PARTNERSCHAFT  
Vertrauen stärken, Sinnlichkeit  
erleben: Begegnungsmeditationen  
und Achtsamkeitsübungen

Klappenbroschur, 176 Seiten  
Format: 13,5 x 21,5 cm

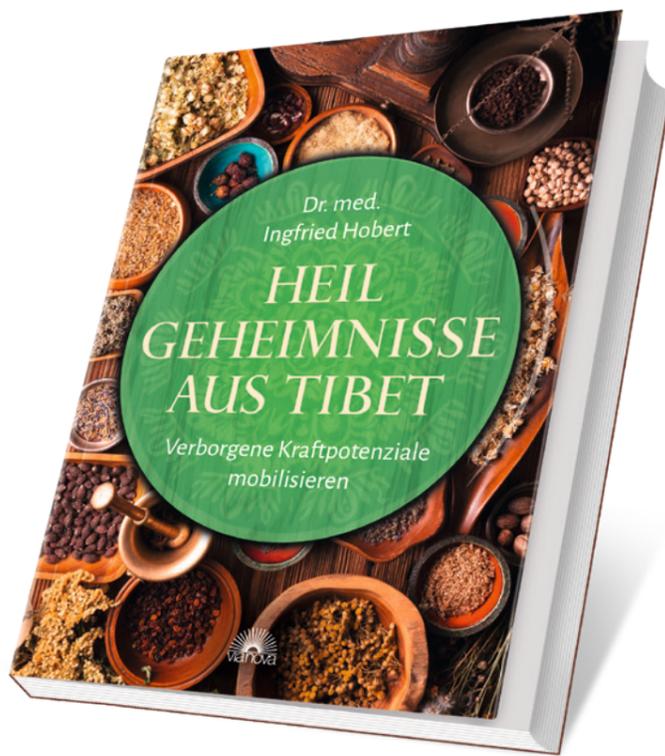
ISBN 978-3-86616-544-1  
€ 18,50 (D) / € 19,10 (A)

Auslieferung: Oktober 2024  
Warengruppenzuordnung: 1462

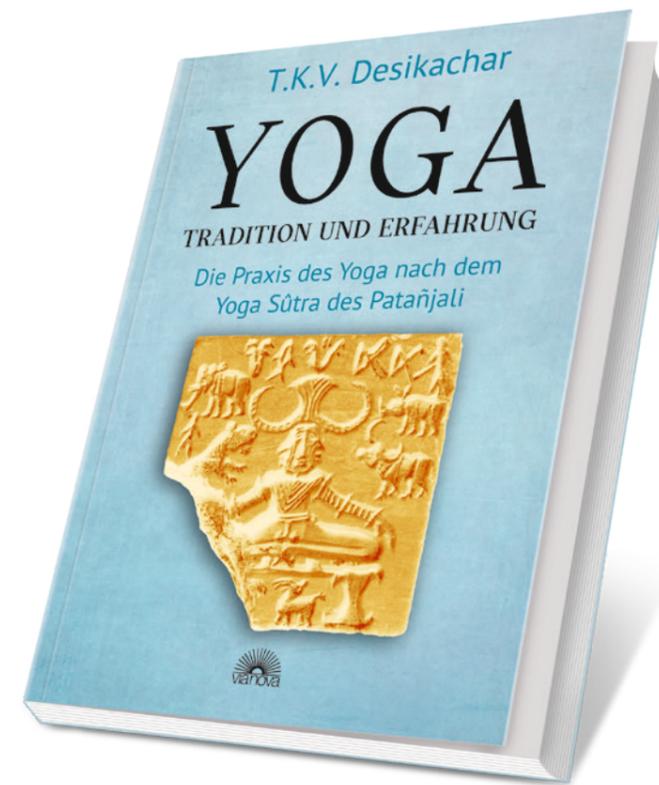


9 783866 165441





Entdecken Sie die transformative Kraft tibetischer Lebensweisheit für Ihre Gesundheit und Vitalität. Dieses Buch nimmt Sie mit auf eine berührende Reise, auf der altes Heilwissen aus Tibet mit unserem modernen Leben verwoben wird, um ungeahnte innere Potenziale zu entfesseln. Es beleuchtet mit großer Tiefe und breitem Wissen, wie wir durch die Schatten unseres Unbewussten navigieren können, um die darin verborgenen schmerzlichen Wahrheiten zu erkennen und zu heilen. Mit jedem aufgedeckten Geheimnis öffnet sich eine Tür zu unseren inneren Kraftquellen, die es uns ermöglichen, nicht nur unsere Perspektive, sondern auch unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden radikal zu verwandeln. Dieses Buch ist mehr als nur eine Lektüre. Es ist ein Wegweiser zu einer tiefgreifenden Selbstentdeckung und Heilung, indem es uns lehrt, die Schmerzen und Herausforderungen des Lebens als Schlüssel zu unserer ungenutzten Lebenskraft zu sehen.



Aus der Verbindung von Tradition und Erfahrung lebt der Yoga immer wieder neu. Dieses Buch des indischen Yogameisters T.K.V. Desikachar verknüpft beide Seiten auf lebendige Art und Weise: Basierend auf dem Yoga Sûtra des Patañjali erläutert es die philosophischen Konzepte des Yoga und setzt sie in Beziehung zur täglichen Yogapraxis. Die Bedeutung von Asana und Pranayama und das Konzept der Bandhas werden ebenso dargestellt wie das Prinzip von Vinyasa Krama, der schrittweisen Hinführung an eine Haltung, und die Anpassung der Yogapraxis an die Bedürfnisse des einzelnen Menschen. Ein Blick auf die weiterführenden Aspekte des achthgliedrigen Yogaweges, Dharana, Dhyana und Samadhi, rundet das Gesamtbild ab. Die klare und gut verständliche Auslegung des Yoga Sûtra macht die Lehren des Patañjali zu einem Leitfaden für eine sinnvolle und achtsame Gestaltung des Alltags und der eigenen Yogapraxis.

## Mit tibetischer Lebensweisheit zu Gesundheit und Lebenskraft

- Das Buch vermittelt ein tiefes Verständnis für die tibetischen Heiltraditionen und ihre Anwendung im Alltag.
- Es zeigt auf, wie man verborgene Kraftpotenziale erschließen und kreativ nutzen kann.
- Es offenbart radikal neue Blickweisen und Möglichkeiten, das eigene Leben zu gestalten sowie kreative Fähigkeiten und Selbstheilungskräfte zu mobilisieren.

**DR. MED. INGFRIED HOBERT** ist Arzt für Ganzheitsmedizin und Ethnomedizin in eigener Praxis, Meditationslehrer, Seminarleiter und Autor zahlreicher Gesundheitsratgeber und Bücher über traditionelle Heilverfahren. Er hat ein eigenes ganzheitliches Therapiekonzept entwickelt, das Schulmedizin, Naturheilkunde und traditionelles Heilwissen anderer Kulturen miteinander verbindet.

- 1. überarbeitete Auflage mit neuer Ausstattung
- 3. Auflage gesamt

**DR. MED. INGFRIED HOBERT**  
HEILGEHEIMNISSE AUS TIBET  
Verborgene Kraftpotenziale mobilisieren

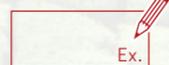
Klappenbroschur, 256 Seiten  
Format: 14,8 x 21 cm

ISBN 978-3-86616-545-8  
€ 20,00 (D) / € 20,60 (A)

Auslieferung: Oktober 2024  
Warengruppenzuordnung: 1466



9 783866 165458



## Ein lebendiges Zeugnis alter Yogaweisheit

- Das Buch gibt Impulse zur Gestaltung des Alltags und der eigenen Yogapraxis.
- Es hilft die Anforderungen an die eigene Yogapraxis besser zu verstehen und fördert damit einen bewussteren Umgang mit der täglichen Praxis.
- Durch die lebensnahe Auswahl der Beispiele bleibt das Buch auch dort konkret und verständlich, wo es um das Erklären schwieriger Zusammenhänge geht.

**T.K.V. DESIKACHAR** († 2016) lebte und arbeitete im indischen Madras. Er war der Sohn und engste Schüler von T. Krishnamacharya, der 1989 im Alter von 101 Jahren verstarb. Als einer der großen Yogalehrer des 20. Jahrhunderts hat T. Krishnamacharya über Schüler wie Indra Devi, Gérard Blitz, B.K.S. Iyengar und vor allem T.K.V. Desikachar wie kein anderer den Yoga im Westen geprägt. Sein schier unerschöpfliches Wissen über alle Aspekte des Yoga ist inzwischen fast legendär und ein wesentlicher Mittelpunkt seiner Lehre war immer das Yoga Sûtra des Patañjali.

- 1. Auflage mit neuer Ausstattung
- 9. Auflage gesamt

**T.K.V. DESIKACHAR**  
YOGA – TRADITION UND ERFAHRUNG  
Die Praxis des Yoga nach dem  
Yoga Sûtra des Patañjali

Klappenbroschur, 248 Seiten,  
215 Zeichnungen  
Format: 14,8 x 21 cm

ISBN 978-3-86616-546-5  
€ 20,00 (D) / € 20,60 (A)

Auslieferung: November 2024  
Warengruppenzuordnung: 1462



9 783866 165465

