

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



VIA NOVA

Frühjahr 2026





Seit Anbeginn der Zeit haben Frauen für ihr neugeborenes Kind eine Decke bereitgelegt, um es damit zu wärmen und zu schützen. Sie weben Geschichten, Zärtlichkeit, Lieder und Träume in das Gewebe der Welt. Ihre Fäden bilden ein unsichtbares Netz, das Generationen miteinander verbindet. Vieles davon ist in Vergessenheit geraten – doch nie ganz verschwunden.

Dieses Buch lädt Sie ein, die Decke der Mütter wiederzuentdecken: Sie ist ein uraltes Symbol unserer Ahninnen für Geborgenheit und Weisheit des Weiblichen. Die Decke der Mütter liegt zurzeit zerrissen vor unseren Füßen. Sie wieder zusammenzuweben ist die Verantwortung und Aufgabe unserer Generation. Mit berührenden Mythen, tiefgründigen Weisheiten und poetischer Wortmedizin eröffnet *Die Decke der Mütter* einen neuen Blick auf weibliche Kraft. Wir begegnen den uralten Archetypen der Heilerinnen, Lehrerinnen, Kriegerinnen und Seherinnen – die uns zeigen, wie wir in Heilung, Stärke und Vision wachsen können. In ihrer Mitte steht die geheimnisvolle 13. Frau, die den Kreis vollendet und uns an unsere Ganzheit erinnert.

Gewebte Magie – Rituale, Geschichten und das uralte Wissen

- ⊙ Das Buch schlägt eine Brücke zwischen Archetypen, Mythen und moderner Frauenarbeit
- ⊙ Frauen suchen aktuell verstärkt nach Ritualen, weiblicher Spiritualität, Empowerment und Verbindung mit ihren Wurzeln
- ⊙ Heilung der mütterlichen Linie, Selbsterfahrung und Selbstermächtigung, Transformation – Themen, die viele Frauen unmittelbar berühren

JUTTA WESTPHALEN ist Diplom-Pädagogin, Meditationslehrerin, Autorin und anerkannte Heilerin nach den Richtlinien des DGH e. V., ausgebildet in systemischer Aufstellungsarbeit, in schamanischen und ganzheitlichen Heilmethoden und als Coach. Ihre umfangreiche Lebenserfahrung hat sie in ihrer Praxis und als Mutter von fünf Kindern gesammelt.

JUTTA WESTPHALEN
DIE DECKE DER MÜTTER –
ERINNERN, HEILEN, SCHÜTZEN
Altes Wissen und weibliche Heilkunst

Klappenbroschur, 320 Seiten
Format: 14,8 x 21 cm

ISBN 978-3-86616-660-8
€ 22,00 (D) / € 22,70 (A)

Auslieferung: Juni 2026
Warengruppenzuordnung: 1481



9 783866 166608





In einer Welt voller Reizüberflutung, Leistungsdruck und Unsicherheit verlieren viele Menschen den Kontakt zu ihrer inneren Kraftquelle. Sie fühlen sich erschöpft, gestresst, ausgebrannt – obwohl sie alles »richtig« machen. Doch echte Heilung beginnt nicht im Außen, sondern im Kopf – in der bewussten Ausrichtung des Geistes.

Warum bleiben manche Menschen gesund, glücklich und voller Energie, obwohl sie ähnliche Belastungen erleben wie andere? Das Geheimnis liegt in ihrer inneren Haltung, ihrer Fähigkeit, Gedanken zu lenken und Energie bewusst zu nutzen.

Ein besonderes Kapitel widmet der Ganzheitsmediziner und Bewusstseinsforscher Dr. Ingfried Hobert in diesem Buch der Longevity-Medizin: der Kunst, gesund zu altern und Vitalität bis ins hohe Alter zu bewahren. Hier verschmelzen neueste Erkenntnisse der Epigenetik und Zellbiologie mit uraltem Heilwissen zu einem inspirierenden Lebenskonzept für ein langes, erfülltes Leben.

Die Magie der geistigen Ausrichtung

- ☉ Klar strukturierte Erkenntnisse zu Geist, Körper und Emotionen
- ☉ Praktische Übungen und mentale Rituale zur täglichen Selbststärkung
- ☉ Impulse aus fernöstlicher Medizin und moderner Neuroforschung

DR. MED. INGFRID 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.

DR. MED. INGFRID HOBERT
SELBSTHEILUNG BEGINNT IM KOPF
Blockaden erkennen, Energie aktivieren,
Resilienz stärken

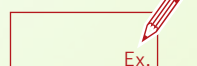
Klappenbroschur, 256 Seiten
Format: 14,8 x 21 cm

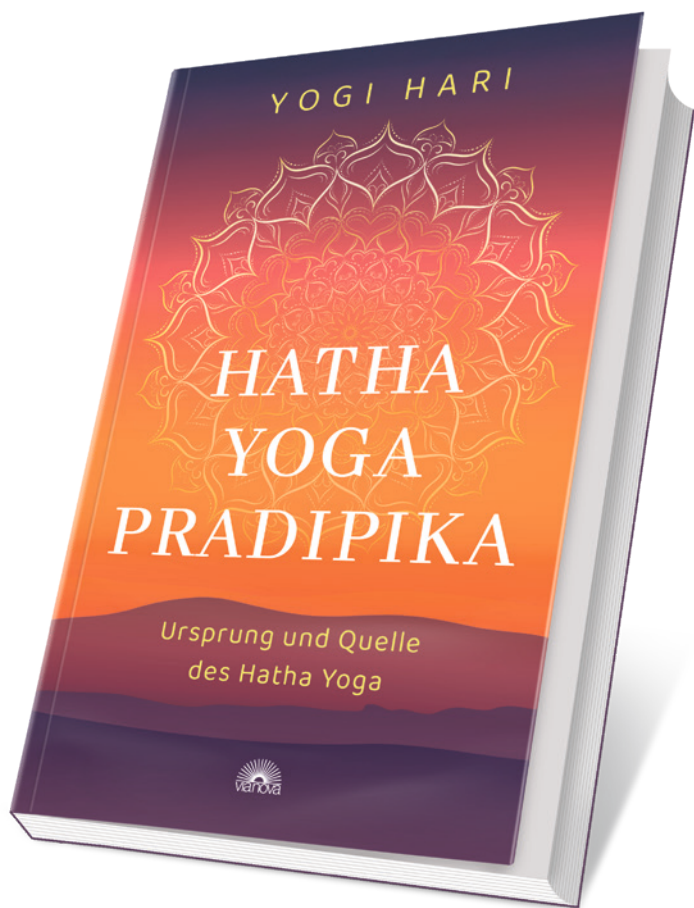
ISBN 978-3-86616-661-5
€ 22,00 (D) / € 22,70 (A)

Auslieferung: März 2026
Warengruppenzuordnung: 1465



9 783866 166615





Die *Hatha-Yoga-Pradipika* wurde im 14. Jahrhundert von Svatmarama verfasst und gehört zu den wichtigsten Grundlagentexten über den Hatha-Yoga, der heute die populärste und meistgeübte Form des Yoga ist. Der indische Yogameister Sri Yogi Hari, der über eine eigene langjährige Praxis verfügt, hat mit dem vorliegenden Buch einen Kommentar zur *Hatha-Yoga-Pradipika* verfasst, der in der Wortwahl und im Inhalt dem Geist der heutigen Zeit gerecht wird und der gerade auch den spirituellen Aspekt des Yoga eingehend beleuchtet. Indische Tradition verbindet sich hier wohltuend mit modernen westlichen Erkenntnissen. Hilfreiche Details zur Ausführung einzelner Übungen kombinieren sich mit einer verständlichen Einbettung in die dahinterstehende Philosophie. Von diesem Buch werden interessierte Laien wie erfahrene Yogaübende gleichermaßen profitieren.

Das Grundlagenwerk des Hatha-Yoga

- ⊙ Das vorliegende Buch interpretiert die *Hatha-Yoga-Pradipika*, das wichtigste Grundlagenwerk des Hatha-Yoga, für unsere heutige Zeit.
- ⊙ Fachliche Kompetenz verbindet sich in diesem Buch mit dem Geist einer zutiefst spirituellen Umsetzung des Yoga.
- ⊙ Indische Tradition trifft auf moderne wissenschaftliche Erkenntnisse.

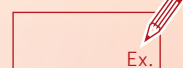
SRI YOGI HARI ist ein Meister des Hatha-Yoga, Raja-Yoga und Nada-Yoga. Er ist weltweit als kompetenter und inspirierender Lehrer bekannt und respektiert. Seine Gurus waren Swami Vishnudevananda und der Musikmeister Swami Nadabrahmananda. Sri Yogi Hari lehrt in seinem Ashram in den USA den Yoga der Fülle, der alle Aspekte der menschlichen Persönlichkeit reinigt und harmonisiert, sodass das Licht der Seele in seiner ganzen göttlichen Pracht erstrahlen kann.

YOGI HARI
HATHA YOGA PRADIPIKA
Ursprung und Quelle des Hatha-Yoga

Taschenbuch, 480 Seiten
Format: 12 x 19 cm

ISBN 978-3-86616-662-2
€ 20,00 (D) / € 20,60 (A)

Auslieferung: April 2026
Warengruppenzuordnung: 2462





Angst ist unser Feind: Sie zerstört unser Glück und unsere Lebensqualität. Es ist interessant, dass Yogananda nicht nur die Angst, sondern auch alle anderen schädlichen Emotionen sogar als »geistige Bakterien« bezeichnet. Angst infiziert uns und sorgt dafür, dass wir uns geistig und körperlich unwohl fühlen. Die gute Nachricht lautet jedoch: Unsere Angst kann geheilt und aufgelöst werden. Das ist die Botschaft dieses kraftvollen Buches.

Tatsächlich finden sich auf diesen Seiten viele effektive Haltungen, Praktiken, Affirmationen und Lehren, die uns helfen, unsere Angst zu überwinden, sodass das natürliche Glück des Herzens unser Leben erfüllen kann.

Ein praktischer Leitfaden hin zu einem Leben in Freiheit und ohne Angst

- ⊙ Eine kostbare Sammlung ursprünglicher – und größtenteils unveröffentlichter – Lehren von Paramhansa Yogananda
- ⊙ Yogananda lehrt uns, die Auswirkungen von Angst auf unser Leben zu verstehen
- ⊙ 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 FREI VON ANGST LEBEN

Die heilende Kraft von
Meditation und Affirmationen

Taschenbuch, 144 Seiten
Format: 12 x 19 cm

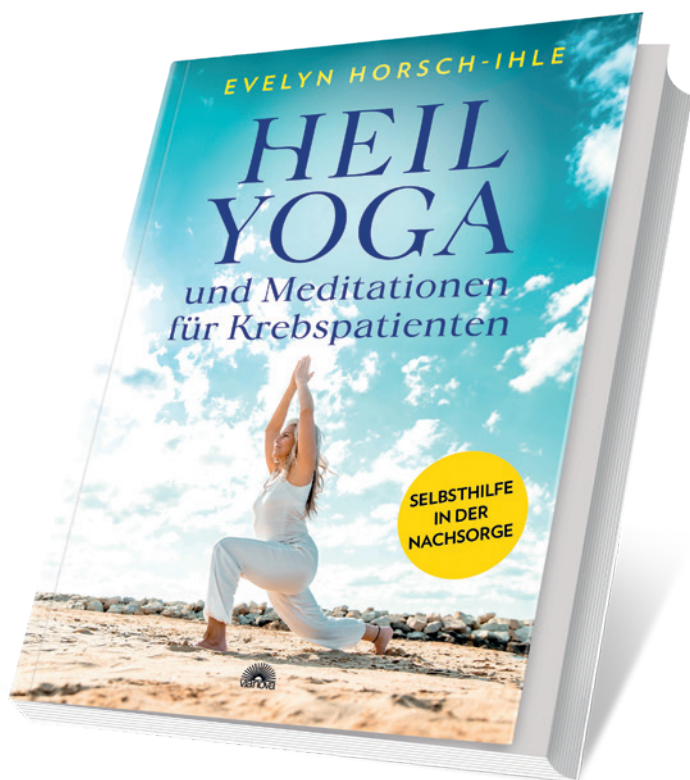
ISBN 978-3-86616-553-3
€ 12,95 (D) / € 13,40 (A)

Auslieferung: Februar 2026
Warengruppenzuordnung: 2481



9 783866 165533





Erstmals wird hier ein Yogaprogramm vorgestellt, mit dem Krebspatienten Antworten auf ihre Fragen finden können und das sie genau dort abholt, wo sie gerade sind: bei Unruhe und Erschöpfung, bei Schlaflosigkeit oder Depression.

Dieses einzigartige Programm stärkt die inneren Ressourcen und baut die Lebensenergie wieder auf. Es ist das Ergebnis von mehr als 30 Jahren Erfahrung und wurde zusammen mit Krebspatienten entwickelt, um bewusst zu machen, dass ein Leben mit dem Krebs auch lebenswert ist und dass man der inneren Heilskraft vertrauen darf.

Ein spezielles Übungsprogramm, um wieder Vertrauen in die Heilkraft des Körpers zu finden

- ⊙ Das erste deutschsprachige Yogaprogramm für Krebspatienten
- ⊙ Übungen und Meditationen gegen Erschöpfung, Unruhe und Ängste, Bewältigung von Traumata
- ⊙ Hilfe zur Selbsthilfe in der Nachsorge von Krebserkrankungen

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
HEILYOGA UND MEDITATIONEN
FÜR KREBSPATIENTEN

Selbsthilfe in der Nachsorge

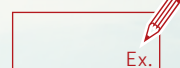
Klappenbroschur, 272 Seiten,
180 farbige Fotos
Format: 15,5 x 22 cm

ISBN 978-3-86616-549-6
€ 23,90 (D) / € 24,60 (A)

Auslieferung: Mai 2026
Warengruppenzuordnung: 1462



9 783866 165496



Verlagsvertretungen:

BADEN-WÜRTTEMBERG

Elchinger Bücherservice

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

Corinne Pfitzer

Tel.: (07308) 922-816
corinne.pfitzer@t-online.de

NIEDERSACHSEN / HAMBURG / BREMEN / SCHLESWIG-HOLSTEIN

Harald Jösten • Rainer Röhl

Verlagsvertretungen
Bahrenfelder Kirchenweg 51a
DE-22761 Hamburg
Tel.: (040) 439 15 08
Mobil: (0171) 261 95 31
roell-hamburg@t-online.de

HESSEN / RHEINLAND-PFALZ / SAARLAND / LUXEMBOURG

Margo Bohnenkamp

Klinkerstr. 56
DE-66663 Merzig
Tel.: (06861) 908 81 06
info@margo-bohnenkamp.de

BAYERN

Dolles Vertriebsteam

An der Schlossmauer 21
DE-93161 Sinzing

Büro: Katja Neugirg

Tel.: (0941) 5 86 13 53
bestellung@dolles-vertriebsteam.de

Michael Dolles

michael.dolles@dolles-vertriebsteam.de

Katharina Dolles

katharina.dolles@dolles-vertriebsteam.de

Petra Uffinger

petra.uffinger@dolles-vertriebsteam.de

Christina Lafrenz (Unterfranken)

Tel.: (0155) 60 60 53 15
christina.lafrenz@dolles-vertriebsteam.de

Elke Hermann

Tel.: (08379) 72 86 28
elke.herrmann@dolles-vertriebsteam.de

SCHWEIZ

AVA Verlagsauslieferung AG

Industrie Nord 9
CH-5634 Merenschwand
Tel.: +41 (044) 762 42 00

Anna Rusterholz

Verlagsvertretung
Tel.: +41 (079) 926 48 16
Backoffice: +41 (044) 762 42 58
a.rusterholz@ava.ch

ÖSTERREICH

Mario Seiler

Verlagsvertretung
c/o Höller
Hauptstr. 111
AT-8141 Premstätten
Tel.: +43 (031) 362 00 06
verlagsvertretung@hoeller.at

Günther Lintschinger

Auf der Sonnenwiese 1b
AT-8600 Bruck an der Mur
Tel.: +43 (066) 45 30 96 16
lintschingerbruck@a1.net

Auslieferungen:

DEUTSCHLAND

Brockhaus / Commission GmbH

Kreidlerstr. 9
DE-70806 Kornwestheim
Tel.: (07154) 13 27-54
vianova@brocom.de

SCHWEIZ

AVA Verlagsauslieferung AG

Industrie Nord 9
CH-5634 Merenschwand
Tel.: +41 (044) 762 42 00
avainfo@ava.ch
www.ava.ch

AURORA Vertriebskooperation

Alexander Herrmann

Vertrieb und Beratung
Eversbuschstr. 40a
DE-80999 München
Tel.: (089) 383 80 69 0
a.herrmann@vertriebundberatung.de
www.vertriebundberatung.de

Kundenmanagement DACH

Buchhandel, Onlinehandel, Fachmarkt 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

Ivonne Dellit

Tel.: (089) 383 80 69 18
i.dellit@vertriebundberatung.de

Saskia Prommersberger

Tel.: (089) 383 80 69 17
s.prommersberger@vertriebundberatung.de



Brockhaus/Commission

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

Verlag Via Nova GmbH
Alte Landstr. 12
DE-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

VERTRIEBSKOOPERATION

AURORA

Verlag Via Nova · Alte Landstr. 12 · DE-36100 Petersberg · Tel.: (0661) 6 29 73 · info@verlag-vianova.de · www.verlag-vianova.de