



THOMAS DAMRAN LANDSBERG
Handbuch fürs Glück
Dein Glück ist jetzt!

Die Suche nach dem Sinn und Glück unseres Lebens ist so alt wie die Menschheit selbst. Zahlreiche Bücher und Artikel zeigen uns die verschiedensten Wege. Ein Hinweis begegnet uns dabei immer wieder: Das Glück liegt in uns selbst – in jedem Einzelnen von uns. Soweit die Theorie. Doch was genau heißt das für unser tägliches Leben? Was bedeutet überhaupt „in uns selbst“? Jeder

kennt glückliche Momente, aber wie kann ich sie gezielt herbeiführen oder daraus sogar einen bleibenden Zustand machen? Ganz gleich wie meine aktuelle Lebenssituation ist. Warum hat Glück wenig mit den äußeren Umständen zu tun, in denen ich lebe? Und: Mit was hat es zu tun? Der Troisdorfer Coach und Therapeut Thomas Damran Landsberg gibt in seinem 120seitigen Taschenbuch „Zehn Goldene Regeln für dein Glück“ überraschend und wohltuend bodenständige Antworten auf genau diese Art von Fragen. In zehn klaren Regeln beschreibt er in einer verständlichen, bildhaften Sprache sehr praktisches Handwerkszeug für die Glückssuche. Leicht nachvollziehbare, wirkungsvolle Übungen und Beispiele machen das handliche Buch zum perfekten Wegweiser und alltagstauglichen Begleiter für alle, die entschlossen sind, das Glück zu finden.

Books on Demand, Norderstedt - 120 Seiten - 14,90 €
ISBN 978-3-8482-3222-2



CORNELIA LÖHMER UND RÜDIGER
STANDHARDT
**Die Kunst, im Alltag
zu entspannen**

Einübung in die Progressive Muskelentspannung

Eine achtsame Entspannung ist der Schlüssel zu mehr Energie, Lebensfreude und Wohlbefinden. – Ja, das ist zu bestätigen und ist auch nicht neu, doch den Autoren ist es zu verdanken, dass die Muskelentspannung nach Jacobson über die Jahrzehnte als eine besonders wirkungsvolle Methode im Bewusstsein geblieben ist. Sie ist nämlich eine Schule der Achtsamkeit und damit viel mehr als eine Technik; es ist ein nachahmenswerter Lebensstil.

Klett-Cotta-Verlag, ISBN 978-3-608945-78-2



DAVID RICHIO
**Versöhnung mit der
Vergangenheit**

Lösungen für eine glückliche Zukunft

Cover-Text: „Wenn alte Wunden schmerzen, hilft es, uns von dem Script alter Wunden zu befreien. Wir erkennen, wo alte Wunden in erwachsenen Beziehungen zutage treten, und weshalb dies ein Geschenk für uns sein

kann. Denn wir lernen dadurch emotionale Risse zu identifizieren und zu heilen. Wir erkennen Abneigungen als Hinweis, unsere emotionalen Hausaufgaben zu erledigen, und nutzen Achtsamkeit, um authentische Intimität zu leben.“

Windpferd-Verlag, ISBN 978-3-864100-54-3



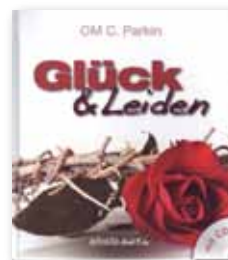
GUDRUN-ANNA BAUR UND CHRISTOPH BAUER
**Was wir Euch noch
sagen wollten**

Besetzungen durch Verstorbene und deren Erlösung

Cover-Text: „Manchmal scheint nichts mehr zu helfen: Wir achten auf gesunde Ernährung, achten auf unseren Körper und versuchen, gesund zu leben. Trotz allem gibt es

zuweilen hartnäckige Symptome im Körper oder negative Gedanken und Gefühle, die uns beharrlich zu schaffen machen. Hier können andere Ursachen auf uns einwirken, die wir bisher nicht genügend beachtet haben. Durch unsere Arbeit mit Menschen und durch eigene Betroffenheit fanden wir heraus, dass Besetzungen durch noch nicht gelöste Verstorbene oftmals die Ursache für Hindernisse und Körpersymptome sind. Wir nehmen die Verstorbenen wahr und können mit ihnen kommunizieren. Wir bieten sowohl den Verstorbenen wie auch den Klienten die Möglichkeit, sich voneinander zu verabschieden. Das erleichtert das Loslassen von beiden Seiten. Anschließend werden die Verstorbenen in die höheren Welten begleitet.“

Lebenswerkstatt, ISBN 978-3-00023643-3



BUCH MIT CD VON OM C. PARKIN
Glück und Leiden

Lösungen für eine glückliche Zukunft

Om C. Parkin ist jener spirituelle Lehrer, den ich Ihnen nach Osho ans Herz lege. Er ist klar und direkt, dabei äußerst einfühlsam und

dem Leben zugewandt; keiner von jenen, die eine jenseitige Sprache sprechen und kaum geeignet sind, praktische Hilfe bei der Schaffung des Paradieses auf dieser Erde leisten zu können. OM ist Gegenwart. OM ist ein Weisheitslehrer, dem ich persönlich vom Herzen her verbunden bin. Es gibt herrliche Hörbücher von ihm. Alle haben Tiefgang, sind Wegweiser für die ernsthaft Suchenden. Lassen Sie sich finden von diesem Büchlein, aber insbesondere von der CD. Darin werden die Fragen eindringlicher: „Wollen wir wirklich wissen, was es mit Glück und Leiden auf sich hat – oder ist es uns doch lieber, daraus unlösbare Rätsel, unergründliche Geheimnisse zu machen?“

davaitaMedia, ISBN 978-3-936718-27-0



DIETER BROERS
Sonnenzeit
Aufbruch in eine neue Ära

Die Vielzahl der Betrachtungen zur Sonne, wie sie der bekannte Biophysiker und Autor anstellt, gipfeln in folgendem Fazit: „Die Sonnenzeit ist eine Ära der Liebe. Das wird sich auf alle Bereiche des Seins auswirken: auf unsere Beziehungen, auf unsere Familien, auf unsere Freundschaften,

auf den Job. Und schließlich wird sich aus diesen Keimzellen heraus auch die Gesellschaft verändern. Das alte Denken war konfrontativ. Das neue Denken ist kooperativ. Das alte Fühlen war egoistisch, das neue Fühlen ist zugewandt.“ Der Autor ist mit vielen Wissenschaftlern der Meinung, dass uns Unfassbares bevorsteht und wir schon jetzt an die Grenzen des Vorstellbaren stoßen. Eine Zusammenfassung hierzu findet sich auch in dem 2012 entstandenen Film „Solar Revolution“.

Trinity-Verlag, ISBN 978-3-95550-014-6