



**VAK Verlag**  
**Frühjahr 2012**

**Gesundheit**  
**Pädagogik**  
**Lernen**  
**Neues Denken**  
**Kinesiologie**  
**Psychologie**

# Taping für die Seele

**T**aping zur Behandlung von Muskelschmerzen und Verspannungen ist aus der physiotherapeutischen Praxis nicht mehr wegzudenken. Doch jetzt kommen die bunten Klebebänder auch bei Stress- und Krisensituationen zum Einsatz!

Erstmals demonstriert Dr. Winfried Weber die gezielte Anwendung der Taping-Methode bei emotionalen Problemen aller Art: Ängste, Depressionen, Süchte, Leistungsdruck, Burnout, Kopfschmerzen, Probleme in Partnerschaft und Familie ... – kurz: Stress.

In Stresssituationen reagiert der Körper auf das zugrunde liegende emotionale Problem mit spezifischen Verspannungen. Die Folge: In den betroffenen Körperzonen sinkt die Temperatur. Diese Verspannung erhält das Problem über eine Art Feedbackschleife aufrecht. Durch das Kleben von Tapes steigt die Oberflächentemperatur an, die Verspannungen lassen nach und die korrespondierende psychische Grundeinstellung normalisiert sich.

Wie funktioniert das? Die elastischen Klebebänder erreichen gezielt Nervenstrukturen im Bindegewebe und straffen oder stauchen die Haut – je nach Anwendung. Die Durchblutung wird verstärkt, das Gewebe erwärmt und entspannt sich und „meldet“ diese Entspannung anderen Strukturen im Körper.

Begleitende Affirmationen ergänzen und beschleunigen die therapeutische Wirkung.

Alle, die sich selbst und anderen helfen wollen, sowie Ärzte und Heilpraktiker finden hier einfache und anschaulich bebilderte Anleitungen zur Selbsthilfe bei 50 verschiedenen emotionalen Belastungen.

 [www.natuerlich-gesund.com](http://www.natuerlich-gesund.com)

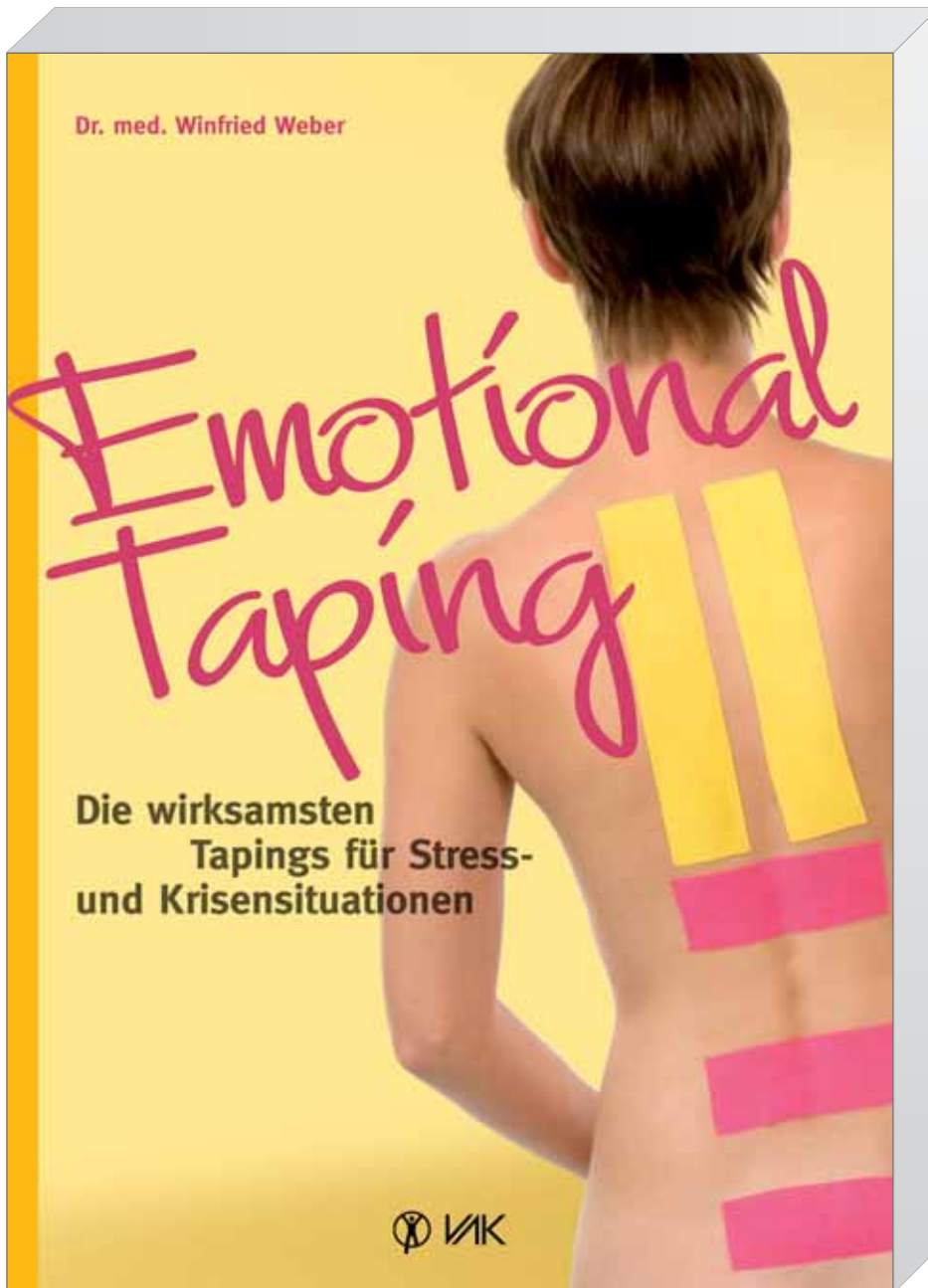


## Die Tapes und das Taping:

Auf der Rückseite der 5 cm breiten Tapes befinden sich 5 x 5 cm große Quadrate, die nochmals in fünfundzwanzig 1 x 1 cm große Quadrate unterteilt sind.

Zweckmäßig ist das Taping mit 10 cm oder 15 cm langen Bändern. Sie sind in ihrem Längsverlauf elastisch, quer sind sie nicht dehnbar. Die Tapes werden in gedehntem Zustand auf die nicht vorgedehnte Haut aufgeklebt.

Hiermit unterscheidet sich diese Methode von physiotherapeutischen Taping-Techniken. Emotional Taping erfordert daher keine Vorkenntnisse – jeder kann es anwenden.



Dr. med. Winfried Weber:  
**Emotional Taping**  
*Die wirksamsten Tapings  
 für Stress- und  
 Krisensituationen*  
 (Arbeitstitel)

ca. 304 Seiten,  
 Paperback mit Fadenheftung  
 (17 x 24,5 cm),  
 ca. 400 Fotos, vierfarbig  
 ca. 19,95 € (D) /  
 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
 ISBN 978-3-86731-105-2  
 Auslieferung: Februar 2012

**Warengruppe 1466**  
 (Ratgeber Gesundheit /  
 Alternative Heilverfahren)



- Trendthema Taping – jetzt erstmals als Selbsthilfe bei emotionalen Belastungen
- Spezifische Tapings für 50 individuelle Stresssituationen – sofort anwendbar
- Neu konzipierte Anwendung in Kombination mit Affirmationen
- Übersichtliche Schritt-für-Schritt-Anleitung mit exakten Tapingfotos

**Dr. Winfried Weber:**

„Emotional Taping ist eine neu konzipierte und für jeden einfach anzuwendende Behandlungsmethode. In der Wirkung vergleichbar mit Akupunktur oder Neuraltherapie, im Gegensatz dazu aber schmerzfrei, wirkt sie mit elastischen bunten Tapes gezielt auf Nervenstrukturen im Bindegewebe, die direkt auf das Unterbewusstsein zielen sowie eine deutliche Entspannung und positive Verhaltensänderung bewirken. Anhand von mehr als 50 individuellen Beispielen erfahren Sie, wie diese emotionalen Probleme sinnvoll und genial einfach behandelt werden können. Ob Leistungsdruck, Burnout, unerfüllter Kinderwunsch, Mobbing oder andere Themen – für jede Situation werden spezifische Tapings angeboten.“

4
Balance-Taping
1 Prägendes Ereignis in der Vergangenheit
5

**Existenzieller Stress in der Vergangenheit führte zu Misstrauen**

**Verspannungszonen**



**Projektionszonen**



**Tapingzonen**



**Der innere Weg**  
Ehrliche Harmonie erreichen, statt Spannungen aufzubauen

**Affirmation**  
Ich gehe offen und ohne Kontaktängste auf meine Mitmenschen zu



**Dr. Winfried Weber**, Jahrgang 1948, studierte in Marburg Medizin und schloss seine Facharztausbildung für Gynäkologie in Oldenburg und Bremen ab. Seit 2005 führt er in Darmstadt eine eigene Praxis mit den Schwerpunkten Präventionsmedizin, ganzheitliche Frauenheilkunde und Schmerztherapie. Er absolvierte Weiterbildungen in Naturheilverfahren, Umweltmedizin sowie Akupunktur und forscht auf den Gebieten der Infrarot-Thermografie, Psychosomatografie, der projektionsfreien Therapie, Akupunktur und Regulationsmedizin.

# Emotional Taping hilft u. a. bei:

- Bewältigung von Erlebnissen der Vergangenheit
- selbstgemachtem Leistungsdruck
- Burnout – Depression – Kraftlosigkeit
- Neigung zu Überreaktionen
- unerfülltem Kinderwunsch
- Konflikten
- Eifersucht
- Leistungsdruck
- Konkurrenzdenken
- Einschlaf- und Durchschlafstörungen
- stressbedingten Herzproblemen
- stressbedingten Schilddrüsenproblemen
- Reizdarm
- Kopfschmerzen
- Neurodermitis
- Bindungsangst
- Existenzangst
- Versagensangst



## Die Affirmationen:

Um den Entspannungsprozess zu beschleunigen und die therapeutische Wirkung zu ergänzen, werden beim Emotional Taping je nach Problemstellung begleitende spezifische Affirmationen eingesetzt. Diese geben die jeweilige Zielsetzung vor und unterstützen den Anwender dabei, seine inneren Einstellungen zu verändern.



# Das Handbuch der psychosomatischen Symptomdeutung

**E**ntdecken Sie, wo die Wurzeln Ihrer Erkrankungen liegen und welche emotionalen Hintergründe diese Beschwerden haben. Dieses Basisbuch der Gesundheitsvorsorge und Selbstheilung ist ein Muss für alle, die die körperlichen Signale ihrer Seele verstehen wollen und sich für Psychosomatik interessieren:


- Warum hat es gerade **mich** erwischt?
- Warum habe ich gerade **diese** Krankheit bekommen?
- Warum fühle ich mich **jetzt** gerade so?

Als Lexikon zum Nachschlagen der Symptome verfasst, entschlüsselt dieses Buch mit seinen rund 880 Themen, welche Krankheitssymptome welchen seelischen Problemen entsprechen. Neben Sachinformationen bietet es Affirmationen zum Aktivieren der Selbstheilungskräfte.

**Neu:** Aufgrund zahlreicher Anfragen von Klienten und Lesern und seiner umfangreichen Praxiserfahrungen hat der Autor die bewährte Erstausgabe von 2003 **nun vollständig überarbeitet, aktualisiert und um 180 Stichwörter erweitert.**

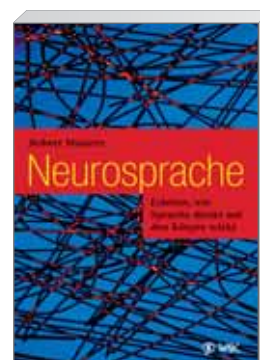
**Extra:** Eine spezielle Lesetechnik aktiviert Bewusstseinsprozesse und stellt die inneren Weichen auf ein positives Lebensgefühl um: Langsames, konzentriertes Lesen lässt die Aussagen des Buches in tiefere Schichten der Seele sinken, erzeugt dort Resonanz und hilft auf diese Weise, emotionale Heilung einzuleiten. So lesen Sie sich gesund. Auch für die Leser der „alten“ Ausgabe unbedingt lohnenswert und unverzichtbar!



 [www.atma.ca](http://www.atma.ca)  
(in französischer Sprache)



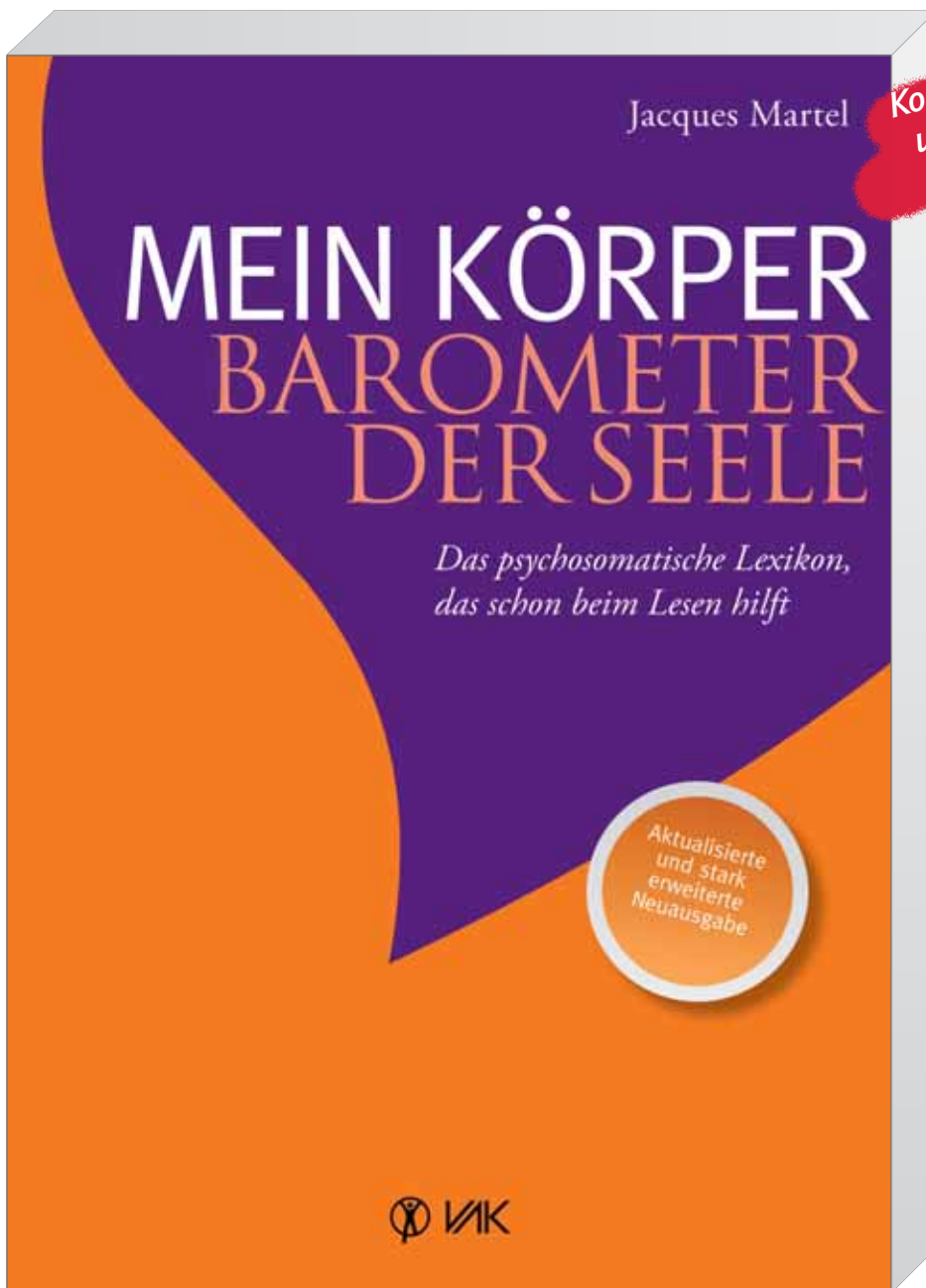
**Jacques Martel** (Jahrgang 1950) ist Kanadier und arbeitet als Psychotherapeut in Québec. Er absolvierte zahlreiche Ausbildungen, u.a. als Heilpraktiker, Reiki-Meister und Rebirthing-Therapeut. 1990 gründete er ATMA, ein Zentrum für Persönlichkeitsentwicklung, das er bis heute leitet. Er hält Vorträge und Seminare für persönliches Wachstum in Kanada, Frankreich und der Schweiz.



ISBN 978-3-86731-007-9



ISBN 978-3-86731-076-5



**Komplett aktualisierte  
und stark erweiterte  
Neuauflage!**

Jacques Martel:  
**Mein Körper –  
Barometer der Seele**  
*Das psychosomatische  
Lexikon, das schon beim  
Lesen hilft*

672 Seiten,  
Hardcover (16 x 22,5 cm),  
8 Abbildungen  
29,99 € (D) /  
40,90 sFr\* / 30,90 € (A)  
ISBN 978-3-86731-097-0  
Auslieferung: Bereits lieferbar

Warengruppe 1465  
(Ratgeber Gesundheit)



9 783867 131097 0

- Das Basisbuch für alle, die die Signale ihrer Seele verstehen wollen
- Vollständig überarbeitet – auf den neuesten Stand gebracht – um 180 Stichwörter erweitert
- Ein beliebter Longseller: mehr als 23.000 verkaufte Exemplare der ersten Ausgabe
- Das große Handbuch der psychosomatischen Symptomdeutung

# Die 5-Punkte-Akupressur für die Seele

**P**sychoakupressur ist eine neue Selbsthilfemethode, bei der – in schneller Abfolge – je nach Problemstellung fünf ganz bestimmte Akupunkturpunkte gleichzeitig bzw. kurz hintereinander mit kräftigem Druck stimuliert werden. Auf diese Weise lösen sich Blockaden durch negative und schädliche Emotionen wie Depressionen, Ängste, Panikattacken oder Wut innerhalb weniger Sekunden schnell und nachhaltig auf. Auch zahlreiche psychosomatische Erkrankungen lassen sich so behandeln (z. B. Ekzeme, Psoriasis, Magengeschwüre, Darmentzündungen, Adipositas).

## Die Methode

- ist vielseitig anwendbar, sie hilft der jungen Mutter, deren Baby nachts nicht schläft, ebenso wie der jungen Frau, die sich sehnlichst ein Kind wünscht, dem Studenten, der vor Prüfungsangst fast „stirbt“, oder denen, die es einfach nicht schaffen abzunehmen ...
- kann jederzeit und sofort angewendet werden, dauert 30 Sekunden ... und dann kann man schwierigen Situationen kraftvoll entgegentreten.
- kann von jedermann ohne Vorkenntnisse in Anatomie, Physiologie oder Psychologie **überall** angewandt werden – und sie wirkt sofort.

## Das Besondere:

Im Vergleich mit anderen Methoden, bei denen ebenfalls Akupunkturpunkte manuell stimuliert werden, müssen hier nur fünf Punkte gleichzeitig gedrückt werden – und das ist alles!



[www.psycho-bio-acupressure.com](http://www.psycho-bio-acupressure.com)  
(in französischer Sprache)

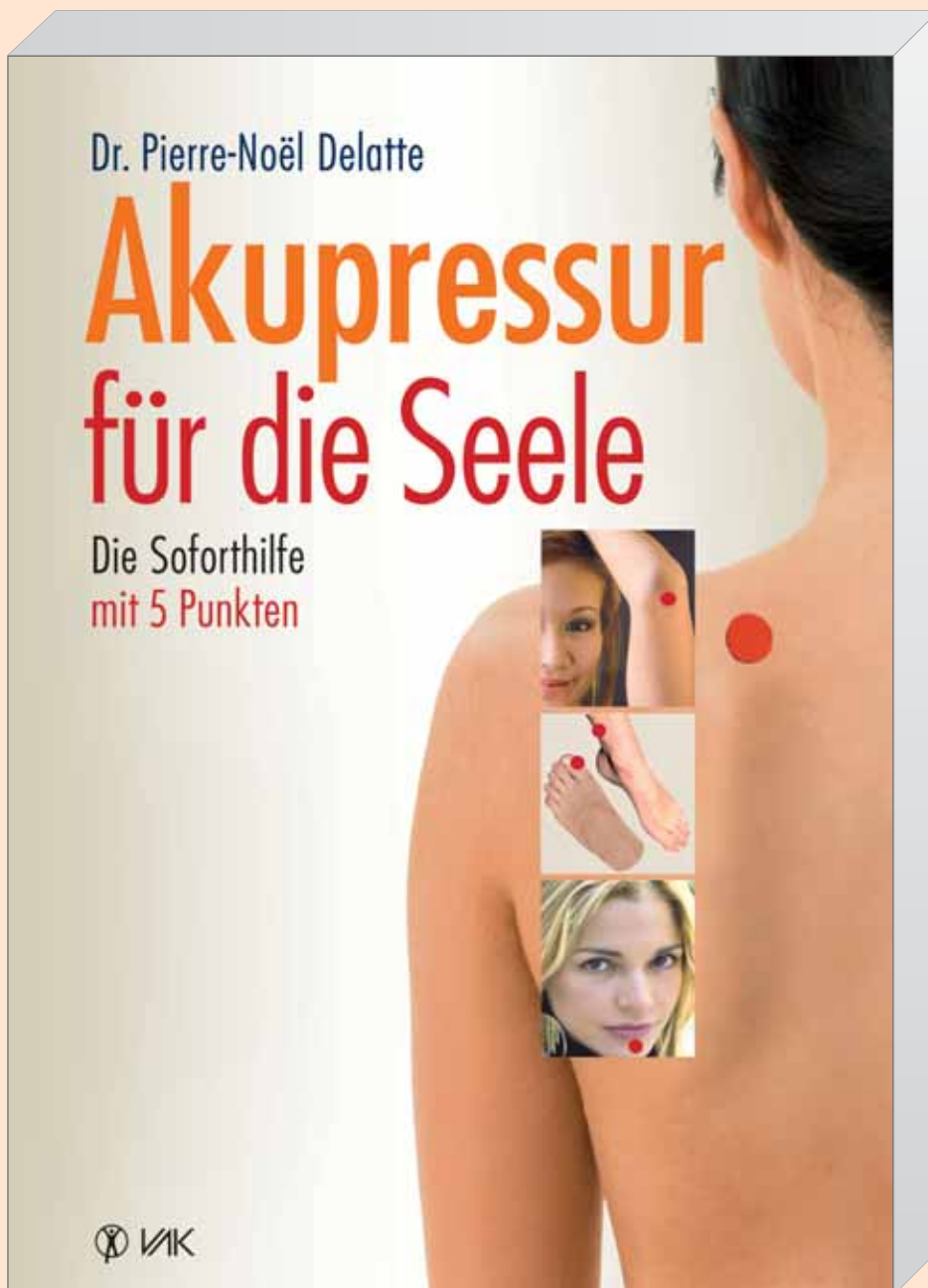
**Dr. med. Pierre-Noël Delatte** war einer der jüngsten Ärzte Frankreichs, als er sein Medizinstudium im Alter von 22 Jahren erfolgreich abschloss. Schon früh interessierte er sich für alternative Therapieansätze und war viele Jahre in Neukaledonien, auf Tahiti und Réunion als Arzt tätig. 1992 kam er erstmals in Kontakt mit der „Akupunktur der fünf Punkte“ und entdeckte sehr schnell, welchen erstaunlichen Einfluss sie auch auf psychische Beschwerden hat; darauf gründete er seine Methode der Psychoakupressur.



ISBN 978-3-86731-085-7



ISBN 978-3-935767-75-0



Dr. Pierre-Noël Delatte:  
**Akupressur  
 für die Seele**  
*Die Soforthilfe  
 mit 5 Punkten*  
 (Arbeitstitel)

ca. 256 Seiten,  
 Paperback (16 x 22,5 cm),  
 ca. 130 Illustrationen (sw)  
 und 110 Farbfotos  
 ca. 16,99 € (D) /  
 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
 ISBN 978-3-86731-104-5  
 Auslieferung: April 2012

**Warengruppe 1466**  
 (Gesundheit /  
 Alternative Heilverfahren)



9 783867 311045

- Punktgenaue Hilfe: Spezifische Drucksequenzen für mehr als 70 Symptome
- Praktisches Handbuch für jedermann – schnelle Ergebnisse, ohne Vorkenntnisse
- Extra: Farbfototeil mit übersichtlicher Darstellung der Drucksequenzen

# Der Bodyguard für Ihr Herz

**W**ir wissen, wie wichtig das Herz für unser Leben ist – sowohl im ganz konkreten physiologischen als auch im übertragenen Sinn. Die Bedeutung des Perikards – des Herzbeutels, der das Herz umgibt – wurde jedoch bisher völlig unterschätzt.

Das Perikard ist eine Bindegewebsstruktur, die das Herz umschließt und schützt und über das Faszien-system mit dem gesamten Körper verbunden ist. Dadurch wirkt sein Zustand sich u. a. auf das Herz, die Hauptvenen und -arterien sowie auf das gesamte vegetative Nervensystem aus. Verspannungen und Verkrampfungen beeinträchtigen die Funktion dieser Schutzmembran; die Folgen: eine Vielzahl emotionaler und gesundheitlicher Probleme, deren Zusammenhang mit dem Perikard bisher oft unbemerkt blieb.

Montserrat Gascón hat die Schutzfunktion des Herzbeutels erkannt und widmet sich seither der „Befreiung“ des Perikards und der Aktivierung seiner positiven Wirkungen auf Körper, Geist und Seele. Sie entwickelte die **Bioenergetische Zellosteopathie**, eine Methode, die jeder erlernen und von der jeder profitieren kann. Dieses Buch zeigt Ihnen, wie Sie die Methode mithilfe einfacher Übungen selbst anwenden können.

Lernen Sie, sich selbst zu spüren,  
Ihr inneres Gleichgewicht wiederzufinden,  
sich von Stress und Anspannung zu befreien,  
aus der eigenen Mitte zu handeln  
und „aus dem Herzen heraus“ zu leben.



[www.vivalavida.org](http://www.vivalavida.org)  
(in französischer Sprache)



**Montserrat Gascón** wurde 1953 in Barcelona geboren und lebt heute in Frankreich. Sie ist ausgebildete Krankenschwester mit fundierter Weiterbildung in Morpho-Psychologie, Osteopathie und Neurologie. Die im Buch vorgestellte Methode der „Bioenergetischen Zellosteopathie“ wurde von ihr entwickelt. Sie unterrichtet weltweit Kinder und Erwachsene in ihrer Methode und gibt an verschiedenen Universitäten Kurse für Fachleute.



ISBN 978-3-86731-066-6



**Montserrat Gascón:**  
**Der Schutzschirm**  
**für Ihr Herz:**  
**Das Perikard**  
*Angstfrei werden,*  
*Stress abbauen,*  
*das Leben spüren*  
 (Arbeitstitel)

ca. 128 Seiten,  
 Paperback (15 x 21,5 cm),  
 10 Fotos, 12 Illustrationen,  
 8 Grafiken  
 ca. 12,99 € (D) /  
 19,50 sFr\* / 13,40 € (A)  
 ISBN 978-3-86731-103-8  
 Auslieferung: April 2012

**Warengruppe 1466**  
 (Gesundheit /  
 Alternative Heilverfahren)



- Einziger Ratgeber, der sich auf den Herzbeutel konzentriert (nicht auf das Herz)
- Neue, nebenwirkungsfreie Methode
- Praktische Übungen, ohne Vorkenntnisse anwendbar
- Unkomplizierte Unterstützung beim Auflösen emotionaler Blockaden

# Jeder is(s)t anders!

**E**s gibt viele Ernährungsarten, die Gesundheit und Leistungsfähigkeit versprechen. Und jede hat ihren Platz und funktioniert – nur eben nicht für jeden.

Der Grund: Menschen unterscheiden sich in vielen Facetten ihres Stoffwechsels. Was für den einen gesund und leistungsfördernd ist, ist dem anderen abträglich.

Wolcotts **Metabolic-Typing-Methode** geht auf die individuellen Besonderheiten des Stoffwechsels ein, die bei jedem Menschen anders sind. Wolcott fand heraus, dass es drei verschiedene Stoffwechseltypen gibt (Eiweiß-, Kohlenhydrat- und Misch-Typ).

Für sie gibt es jeweils bestimmte Nahrungsmittel, die eine optimale Versorgung des Körpers garantieren. Durch Feinabstimmungen in der Auswahl der Lebensmittel kann jeder seinen Speisezettel so zusammenstellen, dass er seinen individuellen Bedürfnissen gerecht wird.

Mithilfe eines **umfangreichen Fragebogens zum Selbstauswerten** können die Leser ganz einfach selbst herausfinden, welchem Stoffwechseltyp sie angehören – denn nur eine individuell abgestimmte Ernährung garantiert Idealgewicht, stabile Gesundheit und Energie.

Mit **Metabolic Typing** findet jeder die Ernährung, die ihm entspricht und guttut. Praktische Essenspläne für jeden Stoffwechseltyp runden diesen Ratgeber ab.



**William L. Wolcott** zählt zu den führenden Autoritäten auf dem Gebiet der typgerechten, auf den individuellen Stoffwechsel zugeschnittenen Ernährung. Der Wegbereiter des *Metabolic Typing* arbeitet seit 30 Jahren mit dieser einzigartigen Methode und hat sie zu ihrer heutigen Form entwickelt.

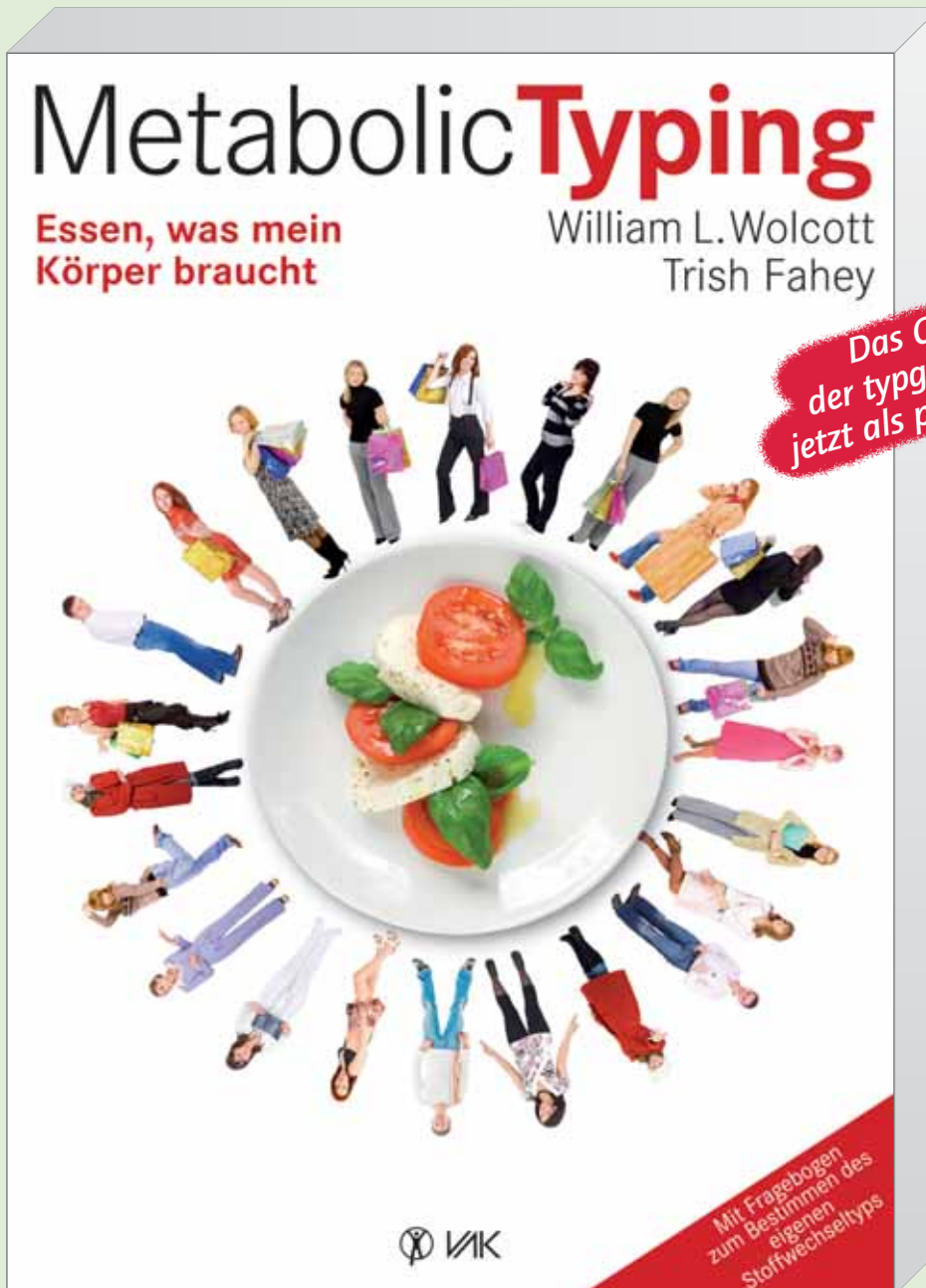
**Trish Fahey** hat sich als Autorin und Forscherin auf alternative Methoden der Gesundheitsförderung spezialisiert.



ISBN 978-3-86731-090-1



ISBN 978-3-86731-075-8



**Das Grundlagenwerk  
der typgerechten Ernährung  
jetzt als praktisches Paperback!**

William L. Wolcott,  
Trish Fahey:

**Metabolic Typing –  
Essen, was mein  
Körper braucht**

*Mit Fragebogen zum  
Bestimmen des eige-  
nen Stoffwechselltyps*  
(Arbeitstitel)

302 Seiten, 20 Abbildungen,  
Paperback (15 x 21,5 cm)  
16,99 € (D) /  
24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-107-6  
Auslieferung: Bereits lieferbar

Warengruppe 1461  
(Gesundheit)



9 783867 311076

- Das Standardwerk der typgerechten Ernährung – vom Wegbereiter der Stoffwechsellernährung
- Fundierter Ernährungsratgeber für jedermann
- Umfangreicher Fragebogen für den Selbsttest
- Unentbehrliche Grundlage für professionelle Ernährungsberater

# Das Geheimrezept aus der brasilianischen Klostermedizin

**D**as Buch bringt ein „Hausrezept“ aus der traditionellen Klosterheilkunde Brasiliens nach Europa, das bereits seit Langem bei zahllosen Fällen von Krebs und anderen schweren Erkrankungen geholfen hat. Die von Pater Romano Zago erprobte und weiterentwickelte Rezeptur besteht aus dem Saft des ganzen Blattes der *Aloe arborescens* (zu Deutsch: Baum-Aloe oder Tintenfisch-Aloe), aus nicht erhitztem und unbehandeltem Honig und einem Aloe-arborescens-Extrakt mit 1% Alkohol. In Brasilien verwenden die Einheimischen diese Pflanze seit Generationen zur Stimulierung des Immunsystems, zur Anregung des Magen-Darm-Trakts und des Stoffwechsels.

Untersuchungen unabhängiger Labore haben ergeben, dass der in dieser Rezeptur verwendete Saft der *Aloe arborescens* das gesamte Spektrum an sekundären Pflanzenstoffen, Mono- und Polysacchariden, Mineralstoffen sowie zusätzlichen pflanzlichen Nährstoffen enthält. Aktuelle Studien des Palatinin-Salzano-Venezia-Instituts in Italien belegen, dass die Aloe arborescens sogar über 200 Prozent mehr phytotherapeutische Inhaltsstoffe verfügt als die allseits bekannte Aloe vera.

Mit anschaulichen Erfahrungsberichten und der genauen Anleitung zum Herstellen der Rezeptur richtet sich dieses Buch an alle schwer erkrankten Patienten und deren Angehörige sowie an Heilpraktiker und Komplementärmediziner, aber auch an alle, die sich vorbeugend schützen möchten.



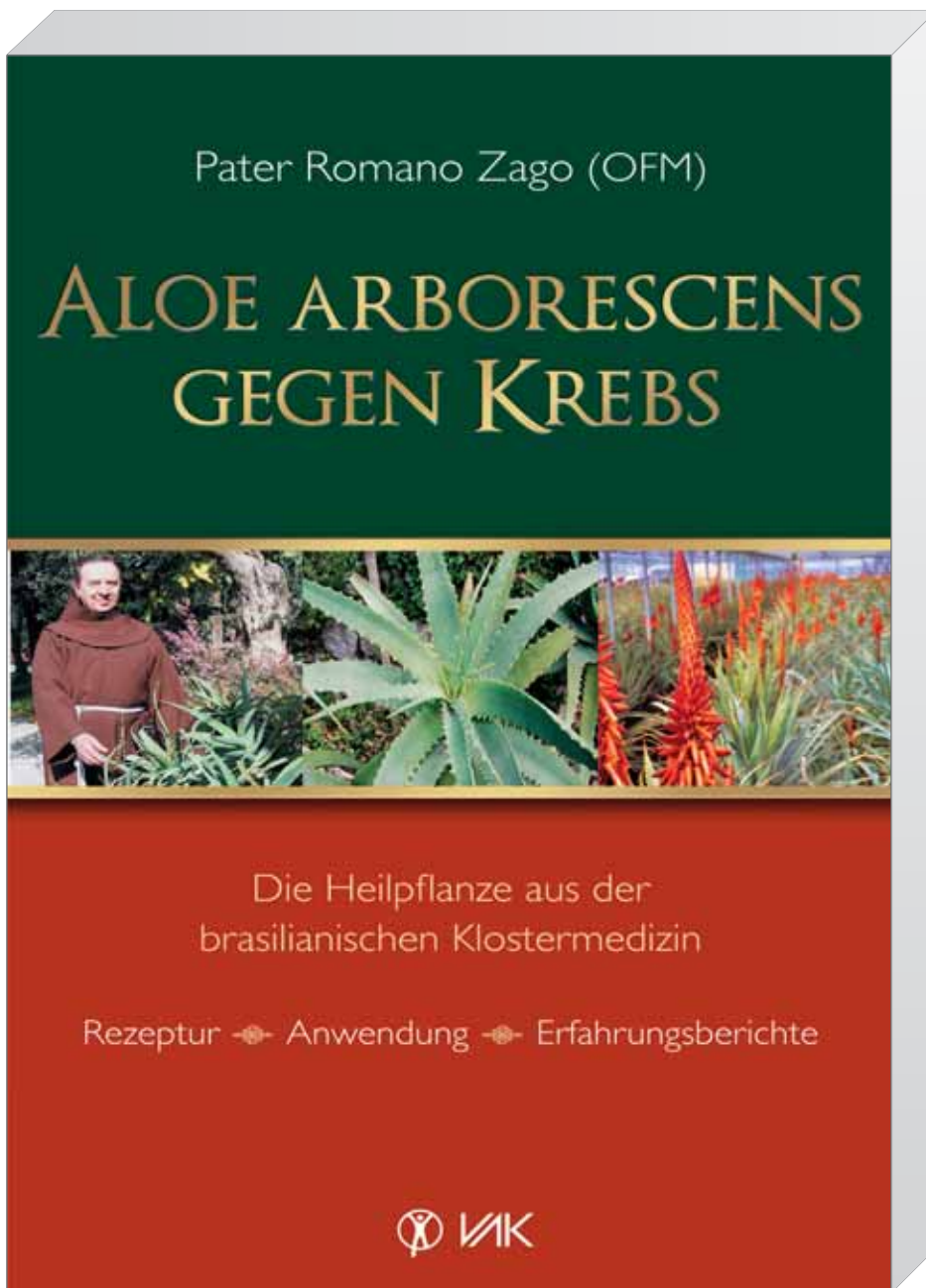
 [www.aloedeca.com](http://www.aloedeca.com)



**Pater Romano Zago (OFM)** wurde 1932 in Lajeado in Brasilien geboren. Nach dem Studium der Philosophie und Theologie wurde er 1958 als Franziskanermönch ordiniert. Als Seelsorger in Brasilien lernte er 1988 eine hochwirksame, naturreine Rezeptur aus der *Aloe arborescens* kennen, einer Pflanze, die die Einheimischen zur Selbstbehandlung bei Krebs anwandten. Er begann, das Rezept bei chronisch Kranken auszuprobieren, und erlebte große Heilerfolge bei Schwerkranken. Pater Zago schrieb darüber bereits drei Bücher und hielt Vorträge in Brasilien, Portugal, Spanien, in Frankreich, Italien und der Schweiz.



ISBN 978-3-86731-038-3



Pater Romano Zago (OFM):

## **Aloe arborescens gegen Krebs**

*Die Heilpflanze  
aus der brasilianischen  
Klostermedizin*

*Rezeptur – Anwendung –  
Erfahrungsberichte*

(Arbeitstitel)

ca. 192 Seiten,  
Paperback (13 x 20,5 cm)  
ca. 13,80 € (D) /  
20,50 sFr\* / 14,20 € (A)  
ISBN 978-3-86731-099-4  
Auslieferung: Februar 2012

**Warengruppe 1466**

(Ratgeber Gesundheit /  
Alternative Heilverfahren)



9 783867 310994

- Ein bei uns bisher unbekanntes, natürliches Hausmittel, das bereits vielen Krebserkrankten geholfen hat
- Nebenwirkungsfrei, kostengünstig, leicht selbst herzustellen. Das fertige Produkt ist auch als Nahrungsergänzung zu beziehen
- Erste Buchveröffentlichung zum Thema in deutscher Sprache
- Praktische Anleitung zum Herstellen und Anwenden der Aloe-Zubereitung

# Das Standardwerk zu bioidentischen Hormonen!

**B**ioidentische Hormone sind Hormone, deren Molekülstruktur vollkommen identisch ist mit den Hormonen, die der Körper selbst produziert – im Unterschied zu den von der Pharmaindustrie veränderten patentierten „Hormonen“, die zahlreiche Nebenwirkungen mit sich bringen. Dr. Wright war der Erste, der mit bioidentischen Hormonen arbeitete, und er kann auf einen reichen Erfahrungsschatz zurückgreifen.

Das Grundlagenwerk des Begründers der Bioidentischen Hormontherapie (BHT) präsentiert den heutigen Stand der Forschung und alles Wissenswerte rund um die Anwendung bioidentischer Hormone. Seine Schlüsselerkenntnis: Grundvoraussetzung für die Erhaltung von Gesundheit und Energie ist es, die natürlichen, vom Körper zunächst selbst hergestellten Hormone im fortgeschrittenen Alter durch bioidentische zu ersetzen. Sie helfen bei Wechseljahresbeschwerden, für gesundes Älterwerden, bei Unfruchtbarkeit, Diabetes, Osteoporose, bei Schilddrüsenproblemen und zahlreichen hormonbezogenen Beschwerden und Erkrankungen bei Frauen und Männern. Bioidentische Hormone werden nicht nur bei Frauen erfolgreich eingesetzt. Dem Einsatz der Hormone bei Männern ist ein Extra-Kapitel gewidmet.

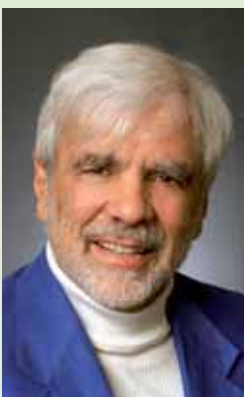
Gute Nachrichten auch für alle, die sich ihre jugendliche Energie bewahren und ihren Hormonhaushalt im Gleichgewicht halten möchten: Bioidentische Hormone sind das Mittel der Wahl!

Dieses Buch erklärt ...

- die Unterschiede zwischen natürlichen, bioidentischen (= naturidentischen oder körperidentischen) und patentierten Hormonen
- die Vorteile, Wirkungsweise und praktische Anwendung der bioidentischen Hormontherapie (BHT)
- Nachteile und Nebenwirkungen der konventionellen Hormonersatztherapie (HET)



Das ultimative Nachschlagewerk, das alle Fragen in Sachen Hormone kompetent und allgemein verständlich beantwortet.



**Dr. Jonathan Wright** ist ärztlicher Direktor der Tahoma Clinic in Renton (Washington), die er 1973 gründete und die sich auf die Behandlung mit naturheilkundlichen Methoden spezialisiert hat. 1982 begann er als Erster mit der Entwicklung und Anwendung der bioidentischen Hormontherapie und setzt sich seitdem für ihre Verbreitung ein. Tausende Ärzte hat er bereits selbst unterrichtet. Er ist Autor von 11 Büchern zum Themenkreis Gesundheit und Ernährung (Gesamtauflage: mehr als 1,1 Millionen).



ISBN 978-3-86731-045-1



ISBN 978-3-86731-032-1



Dr. Jonathan Wright,  
Dr. Lane Lenard:

### Bioidentische Hormone

*Alles, was Sie wissen  
müssen*

*Das Standardwerk*

496 Seiten,  
Hardcover (16 x 22,5 cm),  
zahlreiche Grafiken und Fotos  
28,- € (D) /  
38,50 sFr\* / 28,80 € (A)  
ISBN 978-3-86731-092-5  
Auslieferung: Bereits lieferbar

Warengruppe 1691  
(Medizin/Allgemeines)



9 783867 310925

- Trendthema aus den USA – auch bei uns hochaktuell: Millionen Frauen und Männer lassen sich bereits mit BHT behandeln
- Umfassendes Standardwerk vom Pionier der BHT
- Für engagierte Patienten; ideal auch für Ärzte, die mit bioidentischen Hormonen arbeiten oder sie künftig einsetzen wollen
- Eine Liste der Ärzte, die im deutschsprachigen Raum mit bioidentischen Hormonen arbeiten, ist verfügbar

# Die energetische Kraft Ihrer Geburtszahl

**D**ie japanische 9-Ki-Astrologie, manchmal auch „Feng-Shui-Astrologie“ genannt, ist eine der ältesten astrologischen Schulen der Welt. Zugrunde liegt das Prinzip der endlos fließenden Kraft „Ki“, die das Universum durchdringt.

Zum Zeitpunkt der Geburt jedes Menschen stehen die Planeten in einer ganz bestimmten Position zueinander. Diese Himmelskonstellation ergibt ein ganz individuelles Ki-Muster, das Zeit unseres Lebens auf uns einwirkt und sich ständig mit der sich wandelnden Ki-Energie der Umgebung vermischt.

Der kompakte Ratgeber zeigt, welche Energien das sind, wie Zeit und Himmelsrichtungen sie verändern, wie sie auf uns einwirken und unser Verhalten sowie unsere Beziehungen zu anderen beeinflussen.

Bestimmen Sie mithilfe der 9-Ki-Astrologie Ihre individuellen persönlichen Potenziale und finden Sie praktische Unterstützung in wichtigen Lebenssituationen (Partnerschaft und Familie, Karriere und Beruf, Reisen und Umzug ...).

Hier erfahren Sie, wie Sie mit den Kräften der Natur und des Ki umgehen, und lernen die unterschiedlichen Aspekte Ihres Charakters aus einer neuen – fernöstlichen – Perspektive wertzuschätzen.



 [www.eft-bonn.de](http://www.eft-bonn.de)



**Dr. phil. Susanne Marx** ist Expertin für energetische Methoden. Sie gründete und leitet das *Zentrum für Feng Shui und energetische Therapien* in Bonn, das Ausbildungen, Kurse und Einzelsitzungen anbietet. Sie hält regelmäßig Vorträge und arbeitet als Sachbuchautorin. Bei VAK sind bereits neun Bücher von ihr erschienen.



ISBN 978-3-86731-052-9



Dr. Susanne Marx:

## 9-Ki-Astrologie kompakt

*So nutzen Sie das japanische  
Geburtshoroskop für die  
wichtigen Entscheidungen  
im Leben*

(Arbeitstitel)

Reihe: VAK kompakt

128 Seiten, Flexocover  
mit Fadenheftung (10 x 15,5 cm),  
ca. 20 Abb.

7,95 € (D) /

11,90 sFr\* / 8,20 € (A)

ISBN 978-3-86731-106-9

Auslieferung: Juni 2012

Warengruppe 1936

(Astrologie, auch chinesische  
und indische A.)



9 783867 311069

- Konkurrenzlos: Einziger Titel zum neuen Trendthema
- Alles Wissenswerte über die 9-Ki-Astrologie zum kleinen Preis
- Benutzerfreundlich: einfach, klar strukturiert, sofort einsetzbar
- Kompakte Einführung im Pocketformat

# Der Rhythmus macht's!

**D**ieses Buch stellt 15 einfache, von jedem anwendbare Übungen mit erstaunlichen Wirkungen vor – sie fördern die gesunde Entwicklung und helfen bei Entwicklungsstörungen.

*Der Hintergrund: Das kindliche Gehirn braucht Stimulation durch Sinneseindrücke, damit sich die Nervenzellen verzweigen. Besonders wichtig ist die Anregung der Sinne für Gleichgewicht, Berührung und Bewegung. Im Normalfall erhält das Kleinkind diese Stimulation durch Berühren und Wiegen von den Eltern und es führt selbstständig rhythmische Bewegungen aus. Bei Kindern, denen eine ausreichende Anregung fehlt, wird die Gehirnentwicklung verzögert oder behindert. Koordinationsprobleme, Aufmerksamkeits- und Lernstörungen sowie emotionale Unausgeglichenheit sind die Folgen.*

*Die gute Nachricht: Diese mangelnde Gehirnaktivierung im Säuglings- und Kleinkindalter lässt sich später nachholen. In Anlehnung an die natürlichen rhythmischen Bewegungen bei Kleinkindern entwickelte Dr. Harald Blomberg ein sehr effizientes, grundlegendes Bewegungsprogramm: das **Rhythmic Movement Training (RMT)**, das die gesunde kindliche Entwicklung von Anfang an fördert. In späteren Altersstufen hilft es, Fehlentwicklungen zu beheben (etwa das Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom oder Lese-Rechtschreibprobleme).*

*Dr. Blomberg erklärt in diesem Buch die Hintergründe und Anwendungsgebiete der RMT-Methode. Viele Fallbeispiele sowie **15 detaillierte, bebilderte Übungsanleitungen** demonstrieren anschaulich die Anwendung in jedem Alter. Dieses Buch richtet sich an Eltern, Erzieher, Lehrer, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und speziell an Eltern von Kindern mit Entwicklungsstörungen.*



[www.haraldblomberg.com](http://www.haraldblomberg.com)  
(in englischer Sprache)



**Dr. Harald Blomberg** ist ein schwedischer Psychiater, der seit 20 Jahren mit *Rhythmic Movement Training (RMT)* in der Praxis arbeitet. Er lernte die rhythmischen Bewegungen ursprünglich von der Autodidaktin Kerstin Linde. In der Zwischenzeit hat er drei Bücher dazu veröffentlicht und eine Reihe von Trainingskursen entwickelt, die mittlerweile rund um den Globus unterrichtet werden.



ISBN 978-3-935767-27-9



ISBN 978-3-86731-027-7



Dr. Harald Blomberg:

**Bewegungen,  
die heilen**

*Einfache Übungen  
für jedes Alter*

*RMT hilft bei ADHS,  
Lern- und Verhaltens-  
problemen*

(Arbeitstitel)

ca. 256 Seiten,  
Paperback (15 x 21,5 cm),  
42 Abbildungen

ca. 17,99 € (D) /

25,90 sFr\* / 18,50 € (A)

ISBN 978-3-86731-101-4

Auslieferung: Mai 2012

Warengruppe 1570

(Pädagogik)



9 783867 311014

- Sehr einfache Übungen, ohne Vorkenntnisse sofort zu Hause anzuwenden
- Neu und einzigartig: das Aufgreifen der natürlichen rhythmischen Bewegungen des Kleinkindes
- Erste Buchveröffentlichung in deutscher Sprache zu den RMT-Übungen
- Eine sanfte, nebenwirkungsfreie Methode, die vielen Familien große Belastungen ersparen kann

# Quantenheilung für Kinder

**A**lle Missstände der Menschheit würden sich innerhalb einer Generation auflösen, wenn unsere Kinder nur lernen könnten, freie Erwachsene zu werden, die ihres Selbst voll gewahr sind, auf der höchsten Schöpfungsebene, der Heimat des Eu-Gefühls. (Frank Kinslow)

Der Bestsellerautor Frank Kinslow vermittelt in einer märchenhaften Kurzgeschichte die Grundzüge seiner bekannten **Quantum-Entrainment®-Methode** – verpackt in eine kindgerechte Sprache und versehen mit fantasievollen Bildern.

Er erzählt die Geschichte der kleinen Martina, die weiß, wie sie an ihren inneren Glücksort gelangen kann und so ihre Angst vor Ego, dem bösen Ungeheuer, überwindet, das seit Jahrhunderten ihr Dorf in Angst und Schrecken versetzt. Als sie das Ungeheuer schließlich besiegt, kann sie endlich das „Land des Nichts“ besuchen, dessen Eingang bislang von Ego bewacht worden war. Dort überwindet sie sogar ihre Gehbehinderung und kehrt glücklich zu ihren Eltern und den anderen Dorfbewohnern zurück.

Durch die Identifikationsfigur der kleinen Martina lernen Kinder im Grundschulalter, wie sie QE® anwenden, wenn sie an ihren inneren „Glücksort“ reisen.

Ein märchenhaft illustriertes Lesevergnügen – zum Vorlesen oder Selbstlesen.



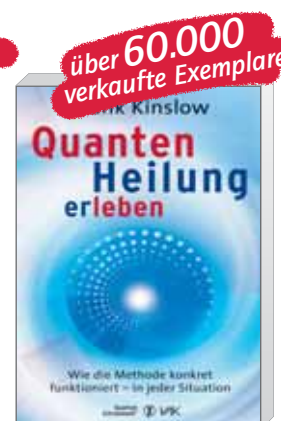
 [www.quantenheilung.info](http://www.quantenheilung.info)



Frank Kinslow arbeitete ursprünglich als Chiropraktiker und als Dozent an der Everglades-Universität in Sarasota, Florida. Er hat sich intensiv mit Methoden der Bewusstseinsentwicklung befasst und hält regelmäßig Vorträge und Seminare. Wie sein erstes Buch *Quantenheilung* (Frühjahr 2009) sind auch seine weiteren Bücher und CDs inzwischen Bestseller. In Deutschland haben seit 2009 bereits viele Tausend Teilnehmer seine Seminare besucht.



ISBN 978-3-86731-039-0



ISBN 978-3-86731-058-1



Frank Kinslow:  
**Martina und  
 das Ungeheuer**  
*Das QE®-Kinderbuch*

Reihe: *Quantum  
 Entrainment®*

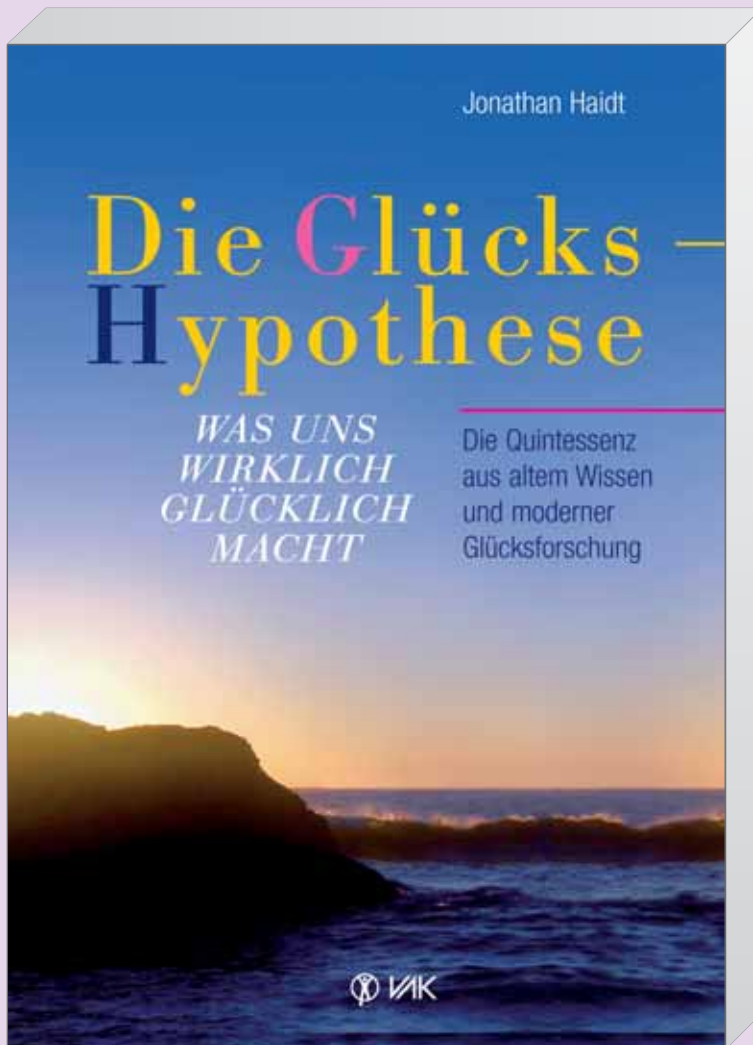
ca. 48 Seiten,  
 Hardcover (17 x 24 cm),  
 vierfarbig, 38 Illustrationen  
 ca. 14,95 € (D) /  
 21,90 sFr\* / 15,40 € (A)  
 ISBN 978-3-86731-100-7  
 Auslieferung: März 2012

Warengruppe 1466  
 (Alternative Heilverfahren)



- QE® jetzt auch für Kinder (von 6-9 Jahren):  
 Nachfrage der Kinslow-Leser nach einem Kinderbuch
- Schönes Geschenk: Das erste Kinderbuch zur Quantenheilung
- Alle Kurse des Autors sind stets ausgebucht;  
 neue Kurse wird es auch 2012 geben
- Bisher insgesamt **235.000 verkaufte Bücher** von Frank Kinslow

## Jetzt in praktischer Paperback-Ausgabe!



Jonathan Haidt:

### Die Glückshypothese

*Was uns wirklich glücklich macht  
Die Quintessenz aus altem  
Wissen und moderner  
Glücksforschung*

384 Seiten, Paperback (15 x 21,5 cm)  
16,99 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-096-3  
Auslieferung: Bereits lieferbar

Warengruppe 1933  
(Sachbuch Angewandte Psychologie)

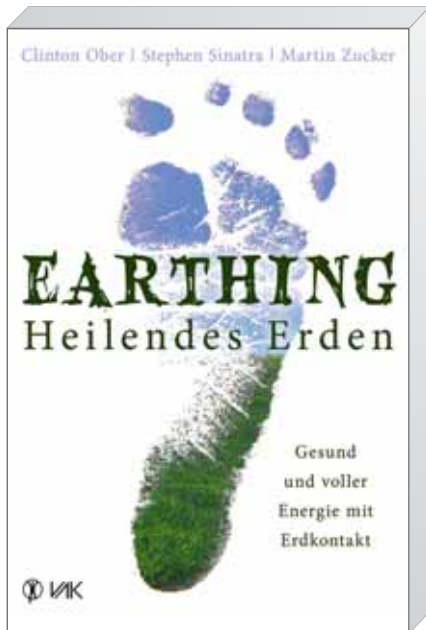


9 783867 310963

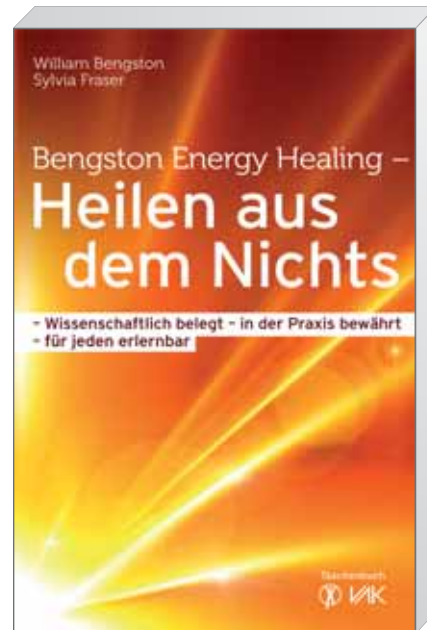
**G**lücklichsein kann man lernen, davon ist Jonathan Haidt überzeugt. Der Autor hat sich auf die Spuren des Glücks begeben, Aussagen von Philosophen, Historikern und Schriftstellern über den Weg zum Glück unter die Lupe genommen und mit Erkenntnissen aus Psychologie und Neurowissenschaften verglichen. Das Ergebnis: 10 praktische Leitlinien für unser tägliches Leben, die uns dabei helfen, unserem Leben eine eigene Richtung zu geben – laut Jonathan Haidt ist das die Basis für ein glückliches Leben. Die „Glückshypothese“ hilft uns zu verstehen, wie wir „funktionieren“, und gibt uns einfache Impulse, um unser Leben zu ändern. Ein spannendes Buch für alle, die ihr Glück nicht länger dem Zufall überlassen wollen.

**Jonathan Haidt**, ist Professor für Psychologie an der Universität von Virginia, USA. Er erforscht die psychischen Grundlagen der Ethik und das Erscheinungsbild von Ethik in verschiedenen Kulturen. Seit 1999 engagiert er sich für die Positive Psychologie. Er erhielt bereits mehrere Auszeichnungen für seine Lehrtätigkeit und beweist auch in diesem Buch seine Fähigkeit, wissenschaftliche Erkenntnisse gut verständlich darzustellen.

- **Gehaltvolle Alternative zu Glücksratgebern**
- **Leicht lesbar, verständlich und fesselnd geschrieben**
- **Wissenschaftlich fundierte und alltagstaugliche Lebenshilfe**



1. Auflage  
16,99 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-091-8



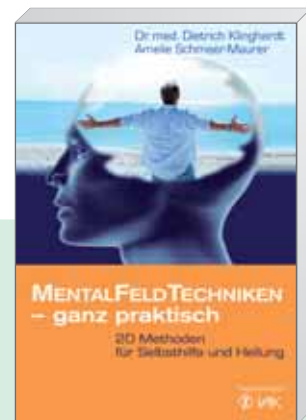
1. Auflage  
17,99 € (D) / 25,90 sFr\* / 18,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-093-2



Überarbeitete und stark erw. Neuauflage  
17,95 € (D) / 25,90 sFr\* / 18,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-086-4



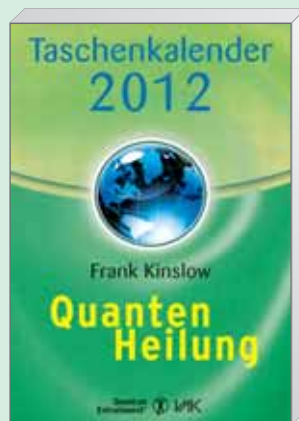
1. Auflage  
10,95 € (D) / 16,50 sFr\* / 11,30 € (A)  
ISBN 978-3-86731-090-1



1. Auflage  
15,50 € / 22,50 sFr\* / 16,- € (A)  
ISBN 978-3-86731-074-1



1. Auflage  
12,95 € / 18,90 sFr\* / 13,40 € (A)  
ISBN 978-3-86731-094-9



7,95 € / 11,90 sFr\* / 8,20 € (A)  
ISBN 978-3-86731-089-5



Aktualisierte und überarbeitete Neuaufl.  
19,95 € (D) / 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
ISBN: 978-3-86731-095-6



\*aktuelle Preisempfehlung bei Drucklegung in Abstimmung mit der Schweizer Auslieferung, Änderungen vorbehalten.



über 140.000 verkaufte Exemplare

15. Auflage  
12,95 € (D) / 18,90 sFr\* / 13,40 € (A)  
ISBN 978-3-86731-039-0



über 15.000 verkaufte Exemplare

2. Auflage  
14,95 € (D) / 21,90 sFr\* / 15,40 € (A)  
ISBN 978-3-86731-082-6



über 57.000 verkaufte Exemplare

5. Auflage  
16,95 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-058-1



über 8.000 verkaufte Exemplare

3. Auflage  
19,95 € (D) / 29,90 sFr\* / 19,95 € (A)  
G-TIN: 40-34115-20071-6



über 13.000 verkaufte Exemplare

3. Auflage  
13,95 € (D) / 21,50 sFr\* / 13,95 € (A)  
ISBN 978-3-86731-080-2



über 21.000 verkaufte Exemplare

4. Auflage  
16,95 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-045-1



über 11.000 verkaufte Exemplare

4. Auflage  
18,95 € (D) / 27,50 sFr\* / 19,50 € (A)  
ISBN 978-86731-060-4



über 82.000 verkaufte Exemplare

17. Auflage  
7,90 € (D) / 11,90 sFr\* / 8,20 € (A)  
ISBN 978-3-935767-53-8



über 5.000 verkaufte Exemplare

2. Auflage  
12,95 € (D) / 18,90 sFr\* / 13,40 € (A)  
ISBN 978-3-86731-075-8



8. Auflage  
7,90 € (D) / 11,90 sFr\* / 8,20 € (A)  
ISBN 978-3-932098-78-9

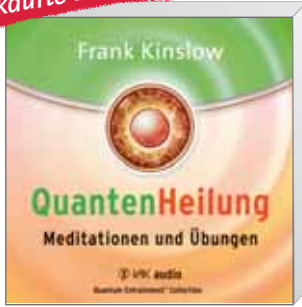


\*aktuelle Preisempfehlung bei Drucklegung in Abstimmung mit der Schweizer Auslieferung, Änderungen vorbehalten.

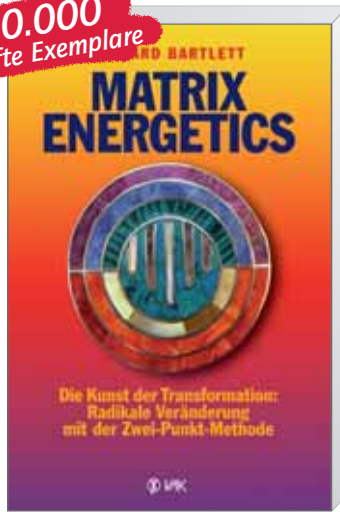
**über 23.000 verkaufte Exemplare**

**über 34.000 verkaufte Exemplare**

**über 50.000 verkaufte Exemplare**



8. Auflage  
13,95 € (D) / 21,50 sFr\* / 13,95 € (A)  
ISBN 978-3-86731-078-9



11. Auflage  
15,95 € (D) / 22,90 sFr\* / 16,40 € (A)  
ISBN 978-3-86731-069-7



3. Auflage  
19,95 € (D) / 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
ISBN 978-3-86731-073-4



**über 33.000 verkaufte Exemplare**

**über 21.000 verkaufte Exemplare**

**über 130.000 verkaufte Exemplare**



6. Auflage  
16,95 € / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-935767-85-9



5. Auflage  
12,95 € (D) / 18,90 sFr\* / 13,40 € (A)  
ISBN 978-3-86731-038-3

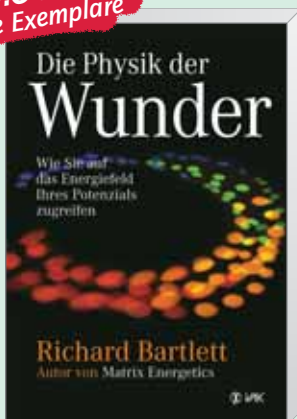


11. Auflage  
15,50 € (D) / 22,50 sFr\* / 16,- € (A)  
ISBN 978-3-935767-25-5



**über 16.000 verkaufte Exemplare**

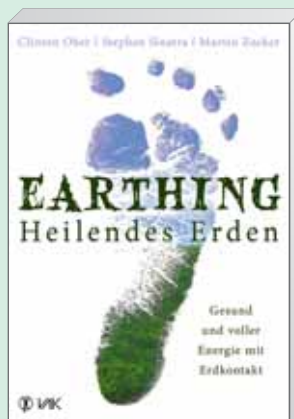
**über 88.000 verkaufte Exemplare**



4. Auflage  
19,95 € (D) / 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
ISBN 978-3-86731-056-7



20. Auflage  
21,80 € (D) / 31,50 sFr\* / 22,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-070-3

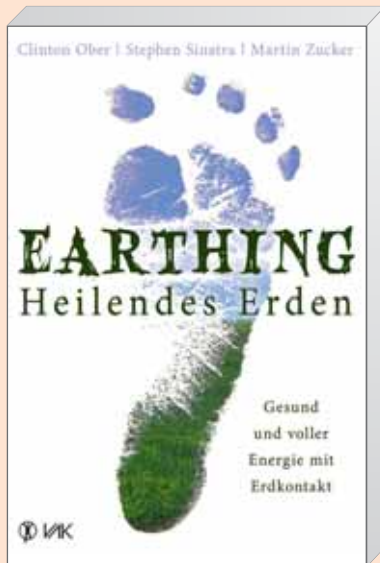


1. Auflage  
16,99 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-091-8



1. Auflage  
16,95 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-088-8





## Die Barfußrevolution!

*Earthing* zeigt, wie beruhigend, stärkend und heilend der direkte Kontakt unseres Körpers mit dem Erdboden ist. Wenn wir uns erden, werden elektrische Ladungen, die wir über Elektrosmog und andere elektrische Felder aufgenommen haben, sofort abgeleitet. Die Elektronen, die wir dabei aufnehmen, fangen freie Radikale ein und das Herz-Kreislaufsystem, die Atmung, der Verdauungstrakt und das Immunsystem werden reguliert. Das Erden erzielt erstaunliche Wirkungen – ganz ohne Anstrengung! Es wirkt nicht nur bei bereits bestehenden Gesundheitsproblemen, sondern ist auch die natürlichste Form einer Präventions- und Anti-Aging-Medizin. Der erste deutschsprachige Ratgeber zum Thema liefert praktische Tipps für den Alltag.



1. Auflage  
16,99 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-091-8

 [www.earthing-info.de](http://www.earthing-info.de)



## Wassertrinken wirkt Wunder!

Sie sind nicht krank, Sie sind durstig! Das meint Dr. Batmanghelidj wörtlich und liefert auch gleich 46 gute Gründe für ausreichendes Wassertrinken. Denn Wasser ist so wichtig, dass unser Körper nicht mehr richtig funktionieren kann, wenn er „auf dem Trockenen sitzt“. Die Folge: Der Körper stellt sich auf den Mangel ein und produziert Notlösungen, aus denen sich die verschiedensten Krankheiten entwickeln können – von Diabetes über chronische Müdigkeit bis hin zum Schlaganfall. Ausreichendes Wassertrinken und eine optimale Versorgung mit Salz und Mineralstoffen – das ist der Königsweg zu langer Gesundheit und Wohlbefinden.



11. Auflage  
15,50 € (D) / 22,50 sFr\* / 16,- € (A)  
ISBN 978-3-935767-25-5



## Das Standardwerk zu kolloidalem Silber

Kolloidales Silber – besonders fein verteiltes Silber – ist ein wahrer „Alleskönner“: Oral eingenommen wirkt es wie ein nebenwirkungsfreies Antibiotikum, äußerlich angewendet (z.B. in Silbertextilien) lindert es den Juckreiz bei Neurodermitis. Das Einsatzgebiet von kolloidalem Silber ist aber noch viel breiter. Dieses hochaktuelle Nachschlagewerk beantwortet Ihnen alle Fragen zu kolloidalem Silber und liefert wertvolle Tipps zur Herstellung und Anwendung bei mehr als 200 Krankheitsbildern.

Mehr Informationen zu kolloidalem Silber finden Sie hier:

 [www.silber-wasser.info](http://www.silber-wasser.info)



6. Auflage  
16,95 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-935767-85-9

## Das gesunde Plus der Kokosnuss

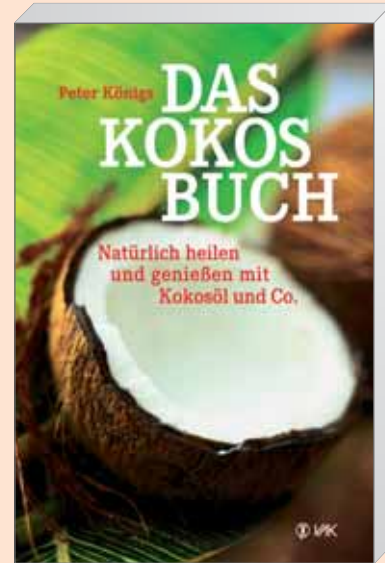
Kokosöl und Co. – wie Mehl, Milch, Flocken und Wasser aus der Kokosnuss – schmecken ausgesprochen gut und sind gesundheitsfördernd, immunstärkend und erleichtern das Abnehmen.

Denn Kokosöl ...

- erhöht das „gute“ HDL-Cholesterin
- bekämpft Bakterien, Viren und Pilze
- enthält die wichtigen mittelkettigen Fettsäuren

Der umfassende Ratgeber berücksichtigt aktuelle wissenschaftliche Studien, enthält alles Wissenswerte zum Thema Fettsäuren und erläutert verständlich, auf welche Gesundheitsprobleme Kokosöl sich positiv auswirkt. Mit praktischen Rezepttipps.

2. Auflage  
12,95 € (D) / 18,90 sFr\* / 13,40 € (A)  
ISBN 978-3-86731-075-8



## Gesund süßen!

Süßen ohne Reue! Alternativen zum Zucker sind heute gefragter denn je: Immer mehr Menschen leiden an Diabetes oder Übergewicht und müssen auf ihren Zuckerstoffwechsel achten. Andere wollen der Gesundheit zuliebe Haushaltszucker vermeiden. Dieses Buch gibt einen umfassenden Überblick über gesunde Zuckeralternativen und ihre Wirkungen auf den Stoffwechsel: Es beschreibt Vorteile und Anwendung der natürlichen, eindeutig positiven Zuckerersatzstoffe (im Vergleich zu *vermeintlich* gesunden Substanzen und Süßstoffen) und gibt Hinweise auf Bezugsquellen. Ein unentbehrlicher Ratgeber für alle, die Zucker meiden und sich trotzdem das Leben versüßen möchten!

1. Auflage  
10,95 € (D) / 16,50 sFr\* / 11,30 € (A)  
ISBN 978-3-86731-090-1

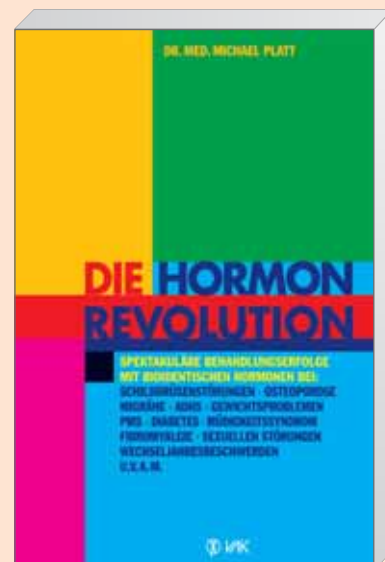


## Gesund mit bioidentischen Hormonen – risikofrei!

Bioidentische Hormone sind *der* Schlüssel zur Gesundheit, denn wenn unser Hormonstoffwechsel aus dem Gleichgewicht gerät, funktionieren viele Abläufe in unserem Körper nicht richtig und es kann zu Erkrankungen wie Diabetes, Depressionen, ADHS oder Schilddrüsenproblemen kommen. Bioidentische Hormone bringen den Hormonhaushalt ohne Nebenwirkungen wieder ins Lot!

Dieser Ratgeber bietet nicht nur anschauliche Fallbeispiele, die den – manchmal komplexen – Sachverhalt in puncto Hormone für jeden verständlich darstellen, sondern auch passende Empfehlungen zur richtigen Behandlung der verschiedenen Beschwerden. Das praktische Nachschlagewerk eignet sich auch hervorragend als erster Einstieg für Ärzte, die sich in das Behandlungskonzept einarbeiten möchten.

4. Auflage  
16,95 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-045-1





## Heilen aus dem Nichts

William Bengston kann zwar nicht genau erklären, *warum* sein „Heilen aus dem Nichts“ wirkt, doch die Beobachtung zeigt, dass die Methode funktioniert – und das lässt sich sogar unter standardisierten wissenschaftlichen Bedingungen belegen.

Der Autor zeigt die Anwendung seiner von jedem erlernbaren Heilmethode, bei der er heilende Energie aktiviert, während sein Bewusstsein ins „Nichts“ eintaucht und jede Intention loslässt. Seit vielen Jahren hat er diese Feldmethode höchst erfolgreich angewendet und unterrichtet. *Bengston Energy Healing* erwies sich gerade bei schweren Erkrankungen als besonders wirksam, etwa bei Herzerkrankungen, Diabetes, Parkinson, Arthritis und Tumorerkrankungen.

Das Buch bietet detaillierte Anleitungen zum Erlernen der Methode.



1. Auflage  
17,99 € (D) / 22,90 sFr\* / 18,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-093-2



## Befreien Sie sich von emotionalem Ballast!

Für manche Probleme findet man einfach keine Lösung – also sollte man sich selbst davon befreien – nicht durch Ignorieren oder Unterdrücken, sondern durch Loslassen. Die Sedona-Methode ist ein äußerst wirkungsvoller und angenehmer Weg, um Ballast abzuwerfen. In fünf einfachen Schritten kann jeder lernen, belastende Gedanken und Gefühle loszulassen. Wer die Methode regelmäßig anwendet, gewinnt innere Freiheit und Gelassenheit und ein völlig neues Lebensgefühl. Diese sanfte Methode erfordert nur, dass man sich auf sie einlässt, ist leicht und ohne Vorkenntnisse zu erlernen und kann überall und jederzeit angewendet werden. Hunderttausende Anwender in der ganzen Welt bestätigen die Wirksamkeit der Methode.



5. Auflage  
19,95 € (D) / 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
ISBN 978-3-935767-78-1



## So werden Sie krank machende Emotionen los

Wir kennen es alle: Unser Denken, Handeln und unsere Beziehungen werden von unseren Emotionen bestimmt, ob wir nun wollen oder nicht. Blockierte Emotionen können allerdings für Schmerzen und Funktionsstörungen verantwortlich sein. Der Chiropraktiker Bradley Nelson zeigt mit dem „Emotionscode“ Schritt für Schritt, wie sich jeder ganz einfach selbst von krank machenden Emotionen befreien kann. Die Technik kann ohne Vorwissen sofort umgesetzt werden – man braucht nur einen einfachen Magneten dazu.

Dieses leicht verständliche, umfassende Selbsthilfebuch vom Begründer der Methode beantwortet alle Fragen zum Einsatz und zur praktischen Anwendung der schnell wirkenden Selbsthilfemethode.



1. Auflage  
16,95 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-076-5

## Das umfassende Standardwerk

Hochsensitive Menschen nehmen sich und ihre Umwelt, aber auch Stimmungen übermäßig intensiv und detailliert wahr – und leiden oft unter den Folgen. Dabei ist Hochsensitivität auch eine besondere Begabung und durchaus von Vorteil – wenn man lernt, damit umzugehen und das positive Potenzial kreativ zu nutzen. Dieses Buch beleuchtet erstmals alle Aspekte der Hochsensitivität wie Hochbegabung, AD(H)S und Empathie. Es erklärt wissenschaftlich fundiert und dennoch leicht verständlich die Hintergründe von Hochsensitivität und wie es sich mit dieser ausgeprägten Empfindsamkeit ausgeglichen und zufrieden leben lässt. Das umfassende Standardwerk für alle Betroffenen, Berater und Therapeuten.

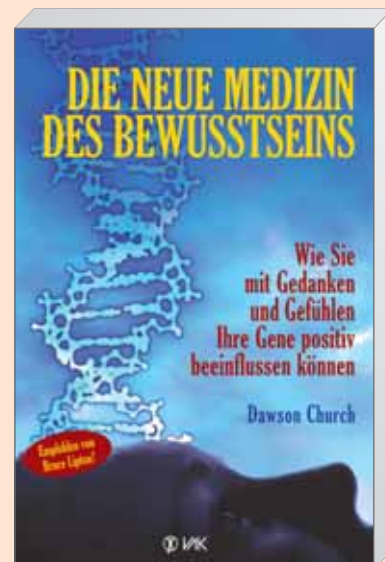
4. Auflage  
 18,95 € (D) / 27,50 sFr\* / 19,50 € (A)  
 ISBN 978-3-86731-060-4



## Werden Sie Meister Ihrer Gene! Und lernen Sie, wie das geht!

Unsere Gene sind kein Schicksal, im Gegenteil: Jedes Gen verfügt über „Schalter“, mit denen es „an- oder ausgeknipst“ werden kann. Die größte Überraschung aber ist: Diese „epigenetischen Marker“ lassen sich über unser Bewusstsein verändern und sogar vererben. Nicht die unveränderlichen Gene bestimmen also Aussehen, Persönlichkeit und Krankheitsrisiken, sondern die epigenetischen Schalter, die wir *selbst* positiv beeinflussen können. Die **überarbeitete und stark erweiterte Neuauflage** enthält u.a. zwei neue Kapitel über erfolgreiche Traumabehandlung und beantwortet die Frage, was es mit den „Glücksgenen“ auf sich hat.

Überarbeitete und stark erweiterte Neuauflage  
 17,95 € (D) / 25,90 sFr\* / 18,50 € (A)  
 ISBN 978-3-86731-086-4



## Ein Buch, das jede Frau besitzen sollte!

Ein unentbehrlicher Ratgeber, der ganz auf die gesundheitlichen Fragen von Frauen eingeht – und noch viel mehr: Das Buch bietet sanfte Lösungen für eine Reihe typisch weiblicher Beschwerden – wirkungsvoll, aber ganz ohne Nebenwirkungen. Vom prämenstruellen Syndrom (PMS) über Schwangerschaft bis zu den Wechseljahren, von Stoffwechselstörungen bis hin zu Depressionen: Hier finden Sie nicht nur alternative Therapieansätze und bewährte Methoden, die sich hervorragend als Ergänzung zur Schulmedizin eignen, sondern auch wirkungsvolle Übungen zu den einzelnen Beschwerden. Ein anwenderfreundliches Nachschlagewerk für Einsteiger und professionelle Anwender.

2. Auflage  
 19,95 € (D) / 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
 ISBN 978-3-86731-037-6





17. Auflage  
18,- € (D) / 25,90 sFr\* / 18,50 € (A)  
ISBN 978-3-924077-02-0



2. Auflage  
19,95 € (D) / 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
ISBN 978-3-86731-051-2



2. Auflage  
11,80 € (D) / 17,50 sFr\* / 12,20 € (D)  
ISBN 978-3-86731-061-1



Sonderausgabe  
18,- € (D) / 25,90 sFr\* / 18,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-066-6



4. Auflage  
19,95 € (D) / 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
ISBN 978-3-935767-51-4



1. Auflage  
16,95 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-076-5



19. Auflage  
14,95 € (D) / 21,90 sFr\* / 15,40 € (D)  
ISBN 978-3-924077-32-7



2. Auflage  
12,95 € (D) / 18,90 sFr\* / 13,40 € (D)  
ISBN 978-3-86731-055-0



3. Auflage  
7,95 € (D) / 11,90 sFr\* / 8,20 € (A)  
ISBN 978-3-86731-052-9



2. Auflage  
7,95 € (D) / 11,90 sFr\* / 8,20 € (A)  
ISBN 978-3-86731-029-1

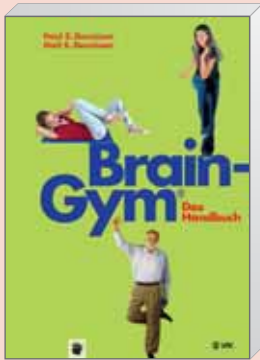


3. Auflage  
7,95 € (D) / 11,90 sFr\* / 8,20 € (A)  
ISBN 978-3-86731-028-4

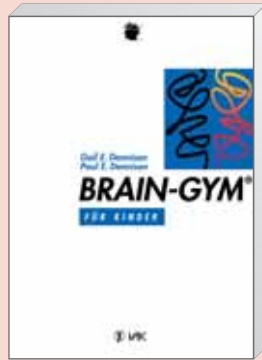


1. Auflage  
7,95 € (D) / 11,90 sFr\* / 8,20 € (A)  
ISBN 978-3-86731-063-5





Erweiterte Neuauflage  
19,95 € (D) / 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
ISBN 978-3-86731-071-0



20. Auflage  
10,90 € (D) / 16,50 sFr\* / 11,30 € (D)  
ISBN 978-3-924077-75-4



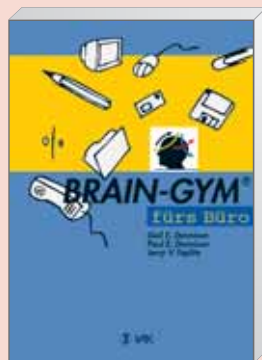
9. Auflage  
13,95 € (D) / 20,50 sFr\* / 14,40 € (A)  
ISBN 978-3-932098-17-8



6. Auflage  
15,50 € (D) / 22,50 sFr\* / 16,- € (A)  
ISBN 978-3-932098-21-5



2. Auflage  
14,95 € (D) / 21,90 sFr\* / 15,40 € (A)  
ISBN 978-3-935767-70-5



Sonderausgabe  
10,95 € (D) / 16,50 sFr\* / 11,30 € (A)  
ISBN 978-3-932098-09-3



7. Auflage  
16,95 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-932098-15-4



Überarbeitete Neuauflage  
19,95 € (D) / 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
ISBN 978-3-86731-027-7



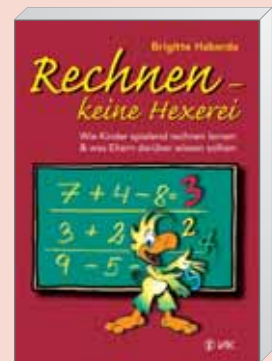
1. Auflage  
19,95 € (D) / 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
ISBN 978-3-86731-031-4



1. Auflage  
12,95 € (D) / 18,90 sFr\* / 13,40 € (A)  
ISBN 978-3-86731-057-4



2. Auflage  
15,95 € (D) / 22,90 sFr\* / 16,40 € (A)  
ISBN 978-3-935767-64-4



Sonderausgabe  
14,95 € (D) / 21,90 sFr\* / 15,40 € (A)  
ISBN 978-3-932098-40-6





17. Auflage  
15,50 € (D) / 22,50 sFr\* / 16,- € (A)  
ISBN 978-3-924077-83-9



5. Auflage  
12,95 € (D) / 18,90 sFr\* / 13,40 € (A)  
ISBN 978-86731-038-3



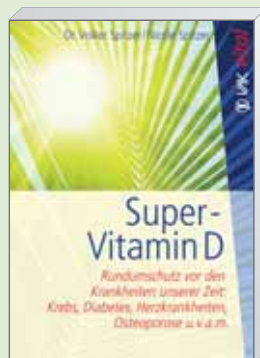
2. Auflage  
18,95 € (D) / 27,50 sFr\* / 19,50 € (A)  
ISBN 978-86731-020-8



3. Auflage  
12,95 € (D) / 18,90 sFr\* / 13,40 € (A)  
ISBN 978-3-935767-37-8



9. Auflage  
7,90 € (D) / 11,90 sFr\* / 8,20 € (A)  
ISBN 978-3-932098-78-9



3. Auflage  
9,95 € (D) / 14,90 sFr\* / 10,30 € (A)  
ISBN 978-3-86731-053-6



17. Auflage  
7,90 € (D) / 11,90 sFr\* / 8,20 € (A)  
ISBN 978-3-935767-53-8



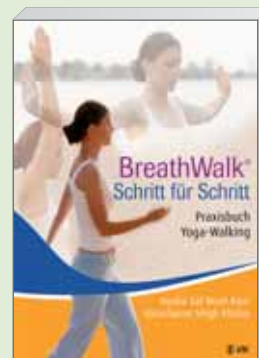
Überarbeitete Neuauflage  
9,95 € (D) / 14,90 sFr\* / 10,30 € (A)  
ISBN 978-3-86731-035-2



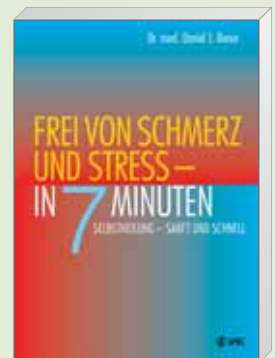
3. Auflage  
14,95 € (D) / 21,90 sFr\* / 15,40 € (A)  
ISBN 978-932098-97-0



3. Auflage  
16,95 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-002-4



1. Auflage  
22,- € (D) / 31,50 sFr\* / 22,70 € (A)  
ISBN 978-3-86731-016-1



2. Auflage  
17,95 € (D) / 25,90 sFr\* / 18,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-044-4



## Der Verlag



### VAK Verlags GmbH

Eschbachstraße 5  
D-79199 Kirchzarten  
Tel.: 0 76 61-98 71 50  
Fax: 0 76 61-98 71 99  
info@vakverlag.de  
www.vakverlag.de

### Ihre Ansprechpartner:

#### Vertrieb

Sigrid Hünnewinkel  
Tel.: +49 (0) 76 61- 98 71 56  
marketing@vakverlag.de

#### Presse / Veranstaltungen

Sophia Dörrbeck  
Tel.: +49 (0) 76 61- 98 71 53  
presse@vakverlag.de

Besuchen Sie uns im Internet:

[www.vakverlag.de](http://www.vakverlag.de)

Zusatzinfos zu unseren Büchern  
Leseproben • Veranstaltungen  
und Termine • Newsletter •  
Themenportale • Downloads

#### Impressum

Redaktion: Sophia Dörrbeck  
Satz u. Gestaltung: K.-H. Munding  
Druck: Divyanand Verlags GmbH, Herrischried  
Stand: November 2011  
Vorschau Best. Nr. 90052

### Baden-Württemberg

Verlagsvertretung  
**Yvonne de Laporte-Lüttringhaus**  
Am Hipperling 21, 67271 Battenberg  
Tel.: 0 63 59-8 15 33, Fax: 0 63 59-8 37 44  
E-Mail: de-la-lue@t-online.de

### Bayern

**Michael Dolles, Elke Hermann,  
Alexandra Hildner**  
c/o Verlagsbüro Dolles/Hörndl  
Kühschlagstraße 31, 93152 Nittendorf  
**Dolles:** vt-buero.dolles-hoerndl@t-online.de  
Tel: 0 94 04-95 47 48, Fax 95 47 49  
**Hermann:** elke-hermann@t-online.de  
Tel: 0 83 79-72 86 28, Fax 72 87 43  
**Hildner:** alexandra.hildner@buchdinge.de  
Tel: 0 80 31-2 20 01 61, Fax 2 20 01 62

### Berlin, Neue Bundesländer

Verlagsvertretung **Ina Kleinod**  
Preußnitz 12, 14806 Bad Belzig  
Tel.: 03 38 41- 44 10 09, Fax: 44 12 74  
Mobil: 01 73 / 60 77 412  
E-Mail: ina.kleinod@gmx.de

### Bremen, Hamburg, Niedersachsen, Schleswig-Holstein

Verlagsvertretung mit Herz  
**Ines und Walter Stolte**  
Limosenweg 27d, 22547 Hamburg  
Tel.: 0 40-55 77 93 01, Fax: 5 53 88 47  
E-Mail: info@walterstolte.de

### Nordrhein-Westfalen

Verlagsagentur Christiane Ginschel  
**Christiane Ginschel**  
**Hannelore Lindemann**  
Limburger Str. 71, 65611 Brechen  
Tel: 06438 - 922248, Fax: 928534  
E-Mail: christiane.ginschel@qboard.de

### Mengenpreis für Endkunden\*:

ab 20 Exemplaren: 5 %  
ab 50 Exemplaren: 10 %  
ab 100 Exemplaren: 15 %

\* Diese Mengenrabatte gelten ausschließlich  
in Deutschland und Österreich

### Oberösterreich, Salzburg, Kärnten, Tirol und Vorarlberg

**Michael Hipp**  
Mahrhöflweg 20/5/5, 9500 Villach  
Tel.: +43 (0) 6 64-3 91 28 37  
Fax: +43 (0) 6 64-77-3 91 28 37  
E-Mail: michael.hipp@mohrmorawa.at

### Wien, Niederösterreich, Burgenland, Steiermark

**Thomas Lasnik**  
Marangasse 8, 1220 Wien  
Tel: +43 (0) 664 221 72 92  
Fax: +43 (0) 1 25 33 033 4270  
E-Mail: thomas.lasnik@mohrmorawa.at

### Schweiz

**Claudia Gyr c/o Dessauer**  
Räffelstrasse 32, 8045 Zürich  
Tel.: +41 (0) 44-466 96 96  
Fax: +41 (0) 44-466 96 69  
E-Mail: dessauer@dessauer.ch

### Auslieferungen

**Deutschland:**  
Brockhaus/Commission  
Kreidlerstr. 9, 70806 Kornwestheim  
Tel.: 0 71 54-13 27 71, Fax: 13 27 13  
E-Mail: p.brandt@brocom.de

**Österreich:**  
Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH  
Sulzengasse 2, 1230 Wien  
Tel.: 01-680 14-0 Fax: 01-68 96 800 oder  
68 87 130  
E-Mail: momo@mohrmorawa.at

**Schweiz / Liechtenstein:**  
Buchzentrum AG  
Industriestr. Ost 10, 4614 Hägendorf  
Tel: 062-209 26 26, Fax: 062-209 26 27  
E-Mail: kundendienst@buchzentrum.ch

\*aktuelle Preisempfehlung bei Drucklegung in  
Abstimmung mit der Schweizer Auslieferung,  
Änderungen vorbehalten.

Der VAK Verlag ist Partner der  
**AURORA**  
Vertriebskooperation

- Die Programmvielfalt von zwölf Verlagen
- Eine Lieferung
- Eine Rechnung
- Gebündelte Auslieferung der Neuerscheinungen (BRD)

Koordination durch:  
Vertriebsbüro Alexander Herrmann  
Eversbuschstr. 40a  
80999 München  
Tel. 089-383 80 69-0  
Fax 089-383 80 69-10  
a.herrmann@vertriebundberatung.de  
www.vertriebundberatung.de

# Neues Denken bei VAK



15. Auflage  
12,95 € (D) / 18,90 sFr\* / 13,40 € (A)  
ISBN 978-3-86731-039-0



5. Auflage  
16,95 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-058-1



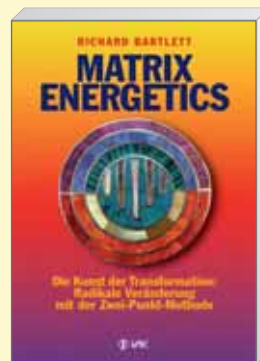
2. Auflage  
14,95 € (D) / 21,90 sFr\* / 15,40 € (A)  
ISBN 978-3-86731-082-6



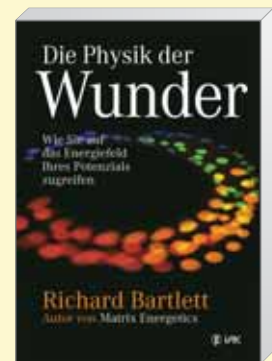
3. Auflage  
19,95 € (D) / 29,90 sFr\* / 19,95 € (A)  
G-TIN: 40-34115-20071-6



3. Auflage  
19,95 € (D) / 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
ISBN 978-3-86731-073-4



11. Auflage  
15,95 € (D) / 22,90 sFr\* / 16,40 € (A)  
ISBN 978-3-86731-069-7



4. Auflage  
19,95 € (D) / 28,50 sFr\* / 20,60 € (A)  
ISBN 978-3-86731-056-7



1. Auflage  
16,95 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-088-8



1. Auflage  
17,99 € (D) / 25,90 sFr\* / 18,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-093-2



3. Auflage  
16,95 € (D) / 24,50 sFr\* / 17,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-084-0



Überarbeitete und stark erw. Neuauflage  
17,95 € (D) / 25,90 sFr\* / 18,50 € (A)  
ISBN 978-3-86731-086-4

