

SPirit YOUR LIFE Das Leben lieben

Diana Johannsen

Karma Cooking

Koch dich glücklich

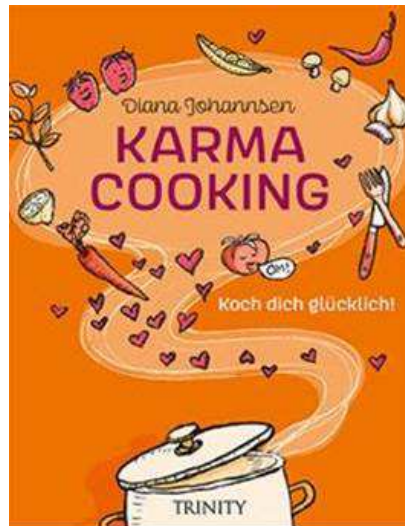
240 Seiten, durchgehend 4c, Pappband

ISBN 978-3-95550-225-6

€ 18,00 (D) / € 18,50 (A)*

Trinity Verlag

ET: 18. April 2017



**Karma Cooking: Koch dich glücklich
Der erste Kochkurs für die Seele**

**Von der Inhaberin der Koch-Community
Karma Cooking in Herrsching am Ammersee**

**Eine liebevolle Einladung zu einer Ernährung, die wirklich nährt
mit Ritualen, Übungen, Mantras, Gebeten und Rezepten.**

Wir machen uns heute unendlich viele Gedanken darüber, *was* wir essen. Mindestens ebenso wichtig für unser Wohlbefinden jedoch ist die Art und Weise, *wie* wir unsere Nahrung zubereiten. Diana Johannsen, Inhaberin der Koch-Community *Karma Cooking*, stellt eine Fülle von Ritualen, Gebeten, Mantras und Übungen vor, mit deren Hilfe wir unsere Nahrung energetisch positiv aufladen. Und nicht nur das: Wir können besondere Energien erwecken – Heilung, Vertrauen oder Schutz – und an Menschen verschenken, für die wir kochen.

**Achtsamkeits-Menü, Channel Cooking, mentale Würze,
sich friedlich kochen, Wasser aufladen & Küchenmeditation.**

Karma Cooking ist ein liebevolles Geschenk für sich selbst und andere - von Bolognese als Helfer in jeder Notlage über Curry Chutney als Symbol für den Geschmack der Liebe bis hin zu Mousse au chocolat für die Fülle des Lebens.

Karma Cooking bringt die Lebensenergie in der Nahrung zum Fließen.



Diana Johannsen ist Yoga-Lehrerin und Inhaberin der Koch-Community *Karma Cooking* in Herrsching am Ammersee. Sie gibt energetisch-vegane Kochkurse und betreibt einen veganen Cateringservice. Zusammen mit ihrem Mann Percy Johannsen organisiert sie das Namasté Yogafestival (namaste-yoga.de).

© privat

Die Übungen und Rezepte stehen nach Absprache zum Abdruck zur Verfügung.