

LebensART

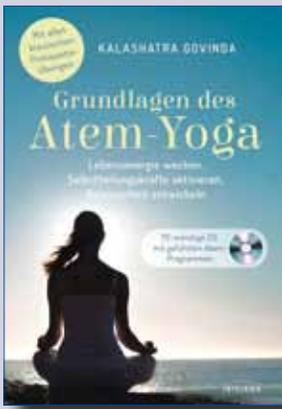
DAS MAGAZIN FÜR LEBENSKUNST

HANNOVERS WEGWEISER ZU · GESUNDHEIT · HEILUNG · NEUEN HORIZONTEN

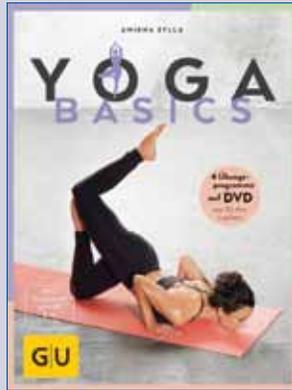


Jana Haas: Weil das Leben schön ist ...

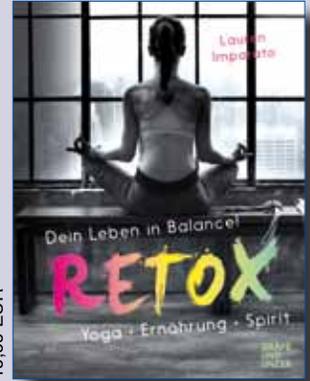
Gordon Smith: Du kannst nie sterben ...



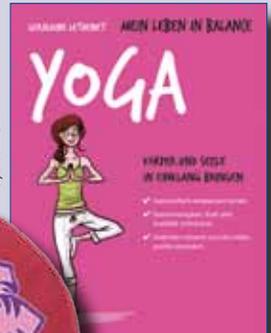
19,99 EUR



29,99 EUR



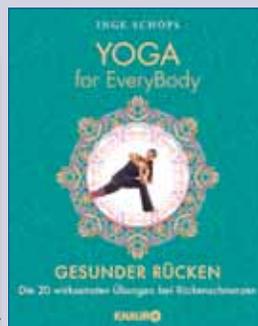
19,99 EUR



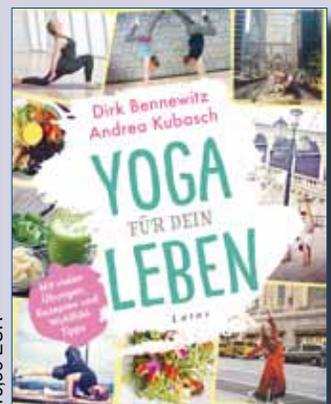
8,99 EUR



24,99 EUR



9,99 EUR



19,99 EUR

TAO Buchhandlung

Lister Meile 19 • 30161 Hannover

Telefon 0511/317954 • service@tao-buchhandlung.de



Weil das Leben schön ist ...

Wie wir in Gesundheit, Vitalität und Schönheit
das Leben genießen können!

VON JANA HAAS UND NIGORA NORMATOVA

© litise / pixello.de

Wir leben am Beginn eines neuen Zeitalters und das Bewusstsein des Menschen erwacht immer mehr. So kann auch die Selbstliebe sich zunehmend entwickeln. Es ist nun möglich, dass immer mehr Menschen sich immer bewusster wahrnehmen, ihre Gefühle immer mehr gestalten und sich Gedanken über ihren Lebenssinn, ihre Lebensaufgaben und ihren Lebensweg machen. Der Mensch erkennt sich als Schöpfer seines Lebens. Dabei merkt auch jeder unweigerlich, wie wichtig die psychische und die körperliche Gesundheit ist und wie untrennbar sie zusammenhängen. In unserer modernen Gesellschaft werden die Menschen immer älter und immer mehr erwacht auch das Bedürfnis, seinem Körper und seinem Ich mit liebevoller Zuneigung und Freude zu begegnen, sodass das Leben in jeder Lebensphase an Lebensqualität zunimmt und Kraft und

Begeisterungsfähigkeit stets vorhanden sind. Dafür ist es wichtig, achtsam in der Gegenwart zu leben, ein Leben lang sich stets weiter zu entwickeln und voller Offenheit in die Welt zu schauen.

Wir sollten uns niemals an den Gedanken gewöhnen, krank oder Opfer von Unpässlichkeiten gleich welcher Art zu sein. Unser Körper ist die komplizierteste und intelligenteste Maschine, die jemals geschaffen wurde. Er gedeiht, wenn er gut genährt, mit Aufmerksamkeit bedacht und pfleglich behandelt wird. Ein paar einfache Lebensstiländerungen reichen aus, um sich auf Antrieb um einiges besser zu fühlen. Und dieser grundlegende Wandel ermöglicht Ihnen, den Lohn der Mühen in Form einer merklichen Energiesteigerung, einer robusten Gesundheit und eines Rundum-Wohlgefühls zu ernten!

Jana Haas, die Begründerin von Cosmogetic Healing und Nigora Normatova, Yoga Lehrerin und spirituelle Ernährungsberaterin in Dubai, beschreiben in ihren Büchern „Heilen mit der Göttlichen Kraft“ und „Wake Up! Verpasse nicht dein Leben“ einen Weg in ein kreatives und freudvolles Leben, voller Kraft und Gesundheit! Denn so vieles liegt in unserer Hand, wir brauchen bloß die neuen Erkenntnisse, begleitet von einem guten Bauchgefühl und verbunden mit liebevollem Einfühlungsvermögen sowie einer Portion Geduld, individuell um zu setzen. In der heutigen Zeit stehen uns so viele wunderbare Möglichkeiten zur Verfügung und wir haben den freien Willen, uns daran zu bedienen und uns darin weiter zu entwickeln. Wir sollen das Leben in seiner ganzen Fülle genießen, eine liebevolle Beziehung zu uns selbst führen und die eigenen Träume verwirklichen.

15. März 2018

Erlebnisabend

Weil das Leben schön ist ...

**Jana Haas und Nigora Normatova
in Hannover**

Weitere Informationen auf Seite 14

TAO Buchhandlung Kristine Schrader,
Lister Meile 19, 30161 Hannover,
Telefon 0511/317954,
service@tao-buchhandlung.de

Die Auseinandersetzung mit der körperlichen Gesundheit ist ein Teil unseres Lebenssinns, denn gerade über die körperlichen Sinne und Bedürfnisse können wir uns am intensivsten auf dieser Welt wahrnehmen und entfalten. Denn im Jenseits können wir das schönste Licht, die schönste Schwingung sein, wir können uns dort aber nicht wahrnehmen. Wir alle kommen auf diese Erde, um uns hier in der Materie wahrzunehmen und uns von Inkarnation zu Inkarnation immer mehr in unserer Entwicklung der Göttlichen All-Liebe anzunähern und dieses Licht in uns selbst zu erkennen. Deshalb ist ein gutes Gespür dafür, was uns gut tut und unseren wunderbaren Körper fit und gesund erhält, unverzichtbar und liegt auch in unserer Natur. Glauben und vertrauen wir den Regenerationssystemen und Selbstheilungskräften unseres Körpers und unterstützen ihn dabei, diese in Gang zu setzen.

Die Zellen unseres Körpers regenerieren sich stetig. Je lichtvoller und ungehinderter dieser Prozess vonstatten gehen kann, desto jünger und vitaler werden wir uns fühlen. Ständig reinigt sich unser Körper und unsere Zellen erneuern sich. Der „Abfall“ wird beseitigt und in seine Grundbausteine zerlegt. Dieses Material wird dann zum Aufbau neuer Zellen genutzt. Dafür ist es wichtig, dass wir diesen so wesentlichen Prozess mit Bewusstheit und der Durchlichtung unseres Körpers sowie mit gesunder, aufbauender Kost unterstützen. Das Buch von Jana Haas ist seit zwei Jahren im Buchhandel. Das Buch von Nigora Normatova erscheint im Frühjahr 2018. Deshalb findet nun im deutschsprachigen Raum eine Tournee der beiden Autorinnen statt. Ziel der Tournee ist es, den Teilnehmern Erkenntnisse zu vermitteln, um ein gutes Bauchgefühl zu entwickeln und ihrer individuellen Intuition immer mehr zu vertrauen. Denn unser Körper zeigt uns deutlich, was er will und was nicht. Wir können unserer Körperweisheit vertrauen, indem wir lernen, die Sprache unseres Körpers durch unsere Befindlichkeit zu verstehen. Lassen Sie uns gemeinsam zu dieser spannenden Reise aufbrechen! Denn um das Leben voll und ganz auskosten zu können, benötigen wir einen gesunden Körper, dem ein gesunder Geist innewohnt und in dem die Seele sich wohlfühlt!



Erscheint am 21.02.2018



So wird Ihr Zuhause zu einem ORT DER KRAFT



Georg Huber

Das große Praxisbuch der energetischen Hausreinigung

224 Seiten | € 19,99 [D]

ISBN 978-3-7787-7530-1

Das umfassende Praxisbuch des führenden Experten für energetische Hausreinigung: So schaffen Sie Schritt für Schritt positive Energien und Schutz in allen Räumen. Mit vielen Räucher Ritualen, Visualisierungen, Meditationen und Anleitungen-CD.

Ansata

www.ansata.de

ich nur in der Schule etwas hörte. Als Kleinkind wurden uns Bibelgeschichten vorgelesen, aber zum ersten Mal, soweit ich mich erinnere, habe ich an das Nachleben gedacht, als mein Großvater starb. Ich war damals zehn Jahre alt und irgendetwas in mir wusste, dass er wirklich tot war. Ich besaß schon damals eine gewisse Wahrnehmung davon, dass sich sein Spirit von Zeit zu Zeit um mich herum aufhielt. Kurz danach starb mein Cousin Steven, der in meinem Alter war, an Krebs. Obwohl ich über seinen Tod viel trauriger war, wusste ich doch zugleich, dass seine Lebenskraft nicht ausgelöscht worden war.

In jungen Jahren erlebte ich so viele Gelegenheiten, bei denen mich Spirits besuchten - entweder im Traum oder tatsächlich in für mich sichtbarer Gestalt. Sie hatten mir immer etwas mitgeteilt, was bald passieren würde oder in manchen Fällen, was schon geschehen war, wovon meine Eltern aber noch nichts wussten.

Es waren solche Informationen, die sich immer als zutreffend herausstellten, die mich noch mehr in meiner Auffassung bestärkten, dass die sogenannten Toten in Wahrheit noch irgendwo existierten und dass sie das Leben jetzt besser übersehen und verstehen konnten, als wir es hier taten.

Seit meinen frühen zwanziger Jahren habe ich meine Gabe der Medialität systematisch weiter ausgebildet. Dadurch habe ich so viele Dinge mit der Geistigen Welt erfahren, dass es für mich mehr als nur reiner Glauben an ein Nachleben geworden ist. Ich würde heute vielmehr sagen: Ja, ich weiß, dass es Nachleben wirklich gibt!

Wie siehst Du den Tod?

Ich habe meine eigene Auffassung darüber, was passiert, wenn das Leben eines Menschen an sein Ende gelangt und der Spirit weiter auf die andere Seite geht. Ich muss jedoch sagen, dass es viele Jahre gebraucht hat und Tausende von Botschaften aus der Geistigen Welt, um diese Einsichten zu gewinnen.

Im Verlauf meines Erwachsenenlebens hat sich meine Ansicht darüber, was beim Tod und beim Sterben geschieht, zwar aufgrund von Erfahrungen verändert, die ich machen konnte. Aber ungeachtet der Veränderungen bleibt eine Erkenntnis für mich unumstößlich bestehen: Nachleben ist real und wir werden weiterleben. Einfach schon das Wissen, dass der Tod nicht unser Ende ist, hat so viel Furcht aus meinem Leben fortgenommen. Und noch mehr, als nur meine Angst vor dem Sterben auszulösen, hat mir dieses Wissen geholfen, meine Angst vor dem Leben fortzunehmen.

Sind in der Geistigen Welt immer liebe Spirits da, um uns auf der anderen Seite zu helfen?

Ja, es gibt wirklich für jeden Spirit, der in die Geistige Welt kommt, eine Willkommensfeier von bekannten Spirits, die dem zurückkehrenden Neuankömmling helfen, sich an die Schwingung anzupassen, bis sie ganz auf ihre neue Umgebung eingestimmt sind.

Der Geistführer ist ebenfalls immer da und weiß ganz genau, in welchem Augenblick ein Spirit zurückkehrt. Man ist dort

DAUERHAFT FIT, VITAL UND GESUND



Klappenbroschur | vierfarbig
208 Seiten | € 16,-(D) | erscheint im Februar

Gesundheitscoach Nigora Normatova motiviert in diesem Buch, sich von ungesunden Essgewohnheiten zu verabschieden, die Energie rauben und langfristig krank machen. Sie begleitet die Leser durch ein gut in den Alltag integrierbares 5-Wochen-Programm, das zu einem völlig neuen Ernährungs- und Lebensstil führt. Jede Menge Fragebögen, Checklisten, Mitmach-Seiten zum Ausfüllen, Tipps und Rezepte machen das Buch abwechslungsreich und das Programm leicht umsetzbar.

Vortragstour im März mit Jana Haas
in Deutschland & Österreich

L·E·O

www.leoverlag.de



15. März 2018

Weil das Leben schön ist ...

Wie wir in Gesundheit, Vitalität und Schönheit das Leben genießen können!

**Ein Erlebnisabend
mit Jana Haas und Nigora Normatova**

In einem gesunden Körper, dem ein gesunder Geist inne-wohnt, fühlt sich auch unsere Seele zu Hause. Jana Haas und Nigora Normatova erklären, dass es möglich ist, trotz aller Anforderungen in unserer modernen und stressbehafteten Zeit, ein lichtvolles, gesundes und freudvolles Leben zu gestalten. Die beiden Autorinnen nennen heilsame Konzepte für ein Leben in Gesundheit und Glück. Es geht auch darum, wie du deinen Körper durch bewusste „Durchlichtung“ in seiner fortlaufenden Zellerneuerung unterstützen kannst, um ihn zu verjüngen. Erkenne vor allem deine vorherrschenden Gedanken, welche ständig von unserem Unterbewusstsein gespeist werden. Denn diese hindern uns oftmals an einem positiv ausgerichteten und zufriedenen Leben und blockieren unseren Erfolg. Wenn es uns gelingt, diese kritischen, bewertenden und ängstlichen Gedanken umzuwandeln in positive, hilfreiche Energie, dann können wir beginnen, unsere durch Konditionierung geprägte Weltsicht zu verändern. Dann können wir wahrlich zum Schöpfer unseres Lebens werden und den Kurs korrigieren, hin zu Liebe, Zufriedenheit, Reichtum und Glück. Dann können wir unser Leben in vollen Zügen genießen!

Jana Haas wird ihren Schwerpunkt auf mentale Gesundheit und emotionale Energearbeit legen, während Nigora Normatova ein Programm vorstellt, das dem Zuhörer hilft, wieder ein gutes Bauchgefühl zu entwickeln und eine gesunde Beziehung zum Thema „Ernährung“ zu bekommen.

Weitere Informationen:

www.jana-haas.com, www.eatthesun.org

Weil das Leben schön ist...

Mit Jana Haas und Nigora Normatova

*am Donnerstag, den 15. März 2018, um 19.30 Uhr,
in der TAO Buchhandlung, Lister Meile 19, 30161 Hannover,
Tel. 0511/317954, service@tao-buchhandlung.de
Karten: Vorverkauf 20 EUR / ggf. Abendkasse 25 EUR*

24. + 25. März 2018

Rhythmus als Tor zu innerer Heimat



in Hannover

TaKeTiNa - diese spezifische Form von Körperrhythmik, einer Vernetzung von Stimm-, Hand- & Fußbewegungen, ist eine der effektivsten Methoden zur Förderung persönlicher Entwicklungen und musikalischer Kompetenzen. TaKeTiNa verbindet das „Rhythmus-Wissen“ alter Kulturen mit Erkenntnissen aus dem Bereich Musik, Rhythmusforschung, Kybernetik, Kommunikation, Gehirnforschung und Chaostheorie zu einer neuen Form menschlichen und musikalischen Lernens.



In den Ruhephasen wird es deutlich spürbar, wie ein Raum der inneren Stille zu wachsen beginnt. Ein Gefühl von Zeitlosigkeit, wacher Präsenz und zufriedenerem Da-Sein mit sich und anderen kann sich ausbreiten. So ist der TaKeTiNa Prozess, neben vielen anderen Erlebnisfeldern, vor allem auch eine tiefwirkende Meditation, die eine umfassende Regeneration einleitet.

Zu diesem Workshop benötigen Sie keinerlei musikalische Vorkenntnisse. Rhythmisch Unerfahrene und auch Fortgeschrittene können in dieser Vielschichtigkeit gleichzeitig voneinander und miteinander lernen.

Wir freuen uns auf Sie!

www.maximum-taketina.de
Manige.kiumarsi@t-online.de
Telefon: 0511-555477
Mobil: 0170 202 43 42

DEM WEG DES HERZENS FOLGEN

Antworten auf Fragen, die uns bewegen

In einer Zeit der Ratlosigkeit gibt Jana Haas Antworten auf alles, was uns heute bewegt: Wie gehen wir mit den großen Umwälzungen um, die unsere Sicherheiten in Frage stellen? Wird es uns möglich sein, Frieden zu schaffen? Welche Rolle kommt dem Einzelnen in diesem Prozess des Umbruchs zu? Wie können wir die Harmonie, nach der wir uns sehnen, in unserem Leben finden?

Zu den großen Themen des Lebens wie Berufung, Heilung, Partnerschaft und vielem mehr finden wir in diesem Buch Inspiration und praktische Hilfestellung. Vor allem ermutigt Jana Haas dazu, der Weisheit des eigenen Herzens zu folgen, denn das Herz kennt letztlich alle Antworten.



Jana Haas
Dem Weg des Herzens folgen
Trinity Verlag 18,00 EUR

Buch - Tipps

SOUL SURVIVOR

Ein Junge erinnert sich an ein Leben vor seiner Geburt

Seit seinem zweiten Lebensjahr hat James Leininger immer wieder denselben Albtraum: Er stürzt in einem brennenden Flugzeug vom Himmel. Seinen Eltern gegenüber erwähnt er Details - Namen und Orte -, die er eigentlich nicht kennen kann. Daraufhin beginnen diese eine aufwendige Recherche zum möglichen früheren Leben ihres Sohnes. Trotz ihrer eigenen Skepsis finden sie schließlich den Beweis, dass James tatsächlich schon einmal gelebt haben muss.



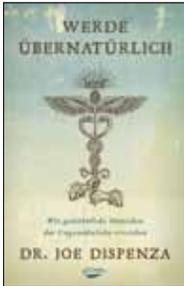
Bruce & Andrea Leininger
Soul Survivor
Allegria Verlag 16,00 EUR

WERDE ÜBERNATÜRLICH

Wie gewöhnliche Menschen das Ungewöhnliche erreichen

Wir können lernen, unsere schöpferischen Fähigkeiten auf einer höheren Ebene zum Ausdruck zu bringen; wir können uns in Frequenzen einschwingen, die unsere materielle Welt transzendieren, sowie unser Bewusstsein und unsere Energie auf mehr Ordnung und Kohärenz ausrichten. Durch regelmäßige Meditationspraxis ist es möglich, die chemischen Prozesse im Gehirn willentlich zu verändern und dadurch profunde mystisch-transzendente Erfahrungen auszulösen. Weiterhin profitieren wir von einem gesünderen Körper, einem Geist, der weniger Beschränkungen unterliegt, und gewinnen den Zugang zu spirituellen Wahrheiten.

Dr. Joe Dispenza, *Werde übernatürlich*, Koha Verlag 24,95 EUR



LEBE NACH DEINEN EIGENEN REGELN

10 Schritte zum unkonventionellen Denken

Was, wenn all unsere Ideen und Konzepte von Liebe, Spiritualität, Arbeit und Glück auf falschen Regeln basieren? Vishen Lakhiani, der Shootingstar im Bereich Persönlichkeitsentwicklung, zeigt, wie wir lernen können, unkonventionell zu denken. Er verbindet moderne Spiritualität, methodisches Denken, Ideenreichtum und Humor zu einem revolutionären 10-Punkte-Programm für ein neues, gesteigertes Verständnis des menschlichen Selbst.

So kann jeder sein volles Potential entfalten und ein glückliches und außergewöhnliches Leben führen. Dieses Buch stellt bestehende Normen auf den Kopf und erklärt, wie man ein Leben nach ganz eigenen Maßstäben führt. Es ebnet den Weg zu kreativer Selbstverwirklichung.

Vishen Lakhiani
Lebe nach deinen eigenen Regeln
Allegria Verlag 18,00 EUR



SPIRIT HEALER

Auch du bist ein Heiler.

Entdecke deine medialen und intuitiven Heilkräfte

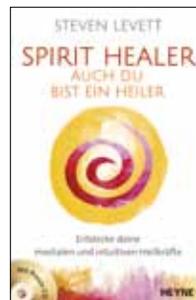
Jeder hat heilende Kräfte, man muss sie nur entdecken und fördern. Wie aber funktioniert geistiges Heilen konkret? Welche Methoden gibt es, um es selbst anwenden zu können?

Anhand seiner eigenen Entwicklung beschreibt Steven Levett den Weg zum Heiler. Mit 9 leicht anwendbaren Übungen kann jeder die eigene Sensitivität und Medialität entfalten. Schritt für Schritt wird man zum Kanal für

geistige Energien: Zusammen mit dem persönlichen Geisthelfer können wir unsere Heilkräfte stärken und mit heilenden Impulsen auch anderen Menschen helfen.

Die dem Buch beiliegende Meditations-CD unterstützt diese Prozesse.

Steven Levett
Spirit Healer
Heyne Verlag 14,99 EUR





20. Febr. + 20. März 2018
Kartenlegen
Kirsten + ROE Buchholzer



15. März 2018
Erlebnisabend mit
Jana Haas und
Nigora Normatova
Weil das Leben
schön ist...



26. April 2018
Vortrag mit
Stefanie Stahl
Das Kind in dir
muss Heimat finden



10. bis 13. Mai 2018
Neu: Kompaktkurs
Gordon Smith
Sensitivität - Heilung - Medialität



24. Mai 2018
Erlebnisabend mit
Kankyo Tannier
Stille

TAO Buchhandlung Kristine Schrader

Lister Meile 19 • 30161 Hannover
 Tel. 05 11 / 31 79 54 • Fax 31 63 19
 service@tao-buchhandlung.de



LebensART macht sprüche...

Die meiste Macht in einer Beziehung
 haben immer diejenigen,
 denen sie nicht soviel bedeutet.

Das Glück lässt sich nie erreichen,
 denn beim Erreichen einer Glücksstufe
 wird zugleich eine neue sichtbar.

Du brauchst keine Glücksfee,
 die dir drei Wünsche erfüllt.
 Sie steckt schon in dir.

Ein ruhiges Leben führt der, welcher nicht alles
 ausspricht, was er weiß, nicht alles glaubt,
 was ihm ins Ohr dringt und über alles andere
 einfach nur schmunzelt.

Wenn man in die falsche Richtung läuft,
 hat es keinen Zweck, das Tempo zu erhöhen.

Erfahrung bedeutet nichts, jeder kann etwas
 jahrelang falsch machen ohne es zu merken.

Das Leben ist wie eine Pustelblume;
 wenn die Zeit gekommen ist,
 muss jeder für sich alleine fliegen.

Du musst Wunder geschehen lassen,
 damit sie passieren.

Es bist nicht du selbst, der dich zurückhält,
 sondern der, der du nicht glaubst zu sein.

Im Leben geht es nicht darum,
 gute Karten zu haben, sondern auch
 mit einem schlechten Blatt gut zu spielen.

Schöne Worte sind nicht immer wahr,
 wahre Worte sind nicht immer schön.

Nächster Anzeigenschluss LebensART April/Mai ist am 10. März 2018