innenwelt verlag

EDITION OSHO

Vorschau Frühjahr 2024

Diana Richardson
Zeit für Liebe
978-3-942502-22-1 | 222-50222
€ 22,00 (D) · € 22,70 (A)

Diana Richardson
Zeit für Weiblichkeit
978-3-936360-12-7 | 222-00012
€ 22,00 (D) · € 22,70 (A)

D. + M. Richardson
Zeit für Männlichkeit
978-3-936360-40-0| 222-00040
€ 20,00 (D) · € 20,70 (A)

Sabine Schmidt
Wenn d. Körper Nein sagt
978-3-947508-62-4 | 222-50862
€ 20,00 (D) · € 20,70 (A)

OSHO
Das Orangene Buch
978-3-936360-70-7 | 222-00070
€ 12,00 (D) · € 12,40 (A)

D. + M. Richardson
Zeit für Gefühle
978-3-942502-51-1 | 222-50251
€ 15,00 (D) · € 15,40 (A)

OSHO
Body-Mind Balancing
978-3-947508-61-7 | 222-50861
€ 22,00 (D) · € 22,70 (A)

D. Richardson + W. Doeleman
Cooler Sex
978-3-942502-44-3 | 222-50244
€ 19,50 (D) · € 20,10 (A)

OSHO
LIEBE
978-3-947508-54-9 | 222-50854
€ 22,00 (D) · € 22,50 (A)

OSHO
3 Schritte zum Erwachen
978-3-947508-38-9 | 222-50838
€ 16,50 (D) · € 17,00 (A)

OSHO
Buch v. Leben & Sterben
978-3-947508-36-5 | 222-50836
€ 22,00 (D) · € 22,70 (A)

OSHO
Emotionen
978-3-947508-48-8 | 222-50848
€ 22,00 (D) · € 22,50 (A)

© Steffi Behrmann

Liebe Buchhändlerinnen und Buchhändler,

vor ca. 30 Jahren habe ich das erste Mal von Human Design gehört, das war damals neu und sehr »in« in der spirituellen Szene. Eine Bekannte von mir hatte die Ausbildung gemacht und mir eine Sitzung angeboten. Gesagt, getan. Nun, viel verstanden habe ich damals von dem System nicht. Ein Satz ist mir aber hängen geblieben: Ich muss warten, dass die Dinge, Aufgaben, Menschen auf mich zukommen. Das hat mich bewusst und unbewusst ab da begleitet.

Und dann kam das Human Design dieser Tage in Form eines Manuskripts von Barbara Peddinghaus im Verlag an. Beim Reinlesen bin ich auf so viel gestoßen, dass meiner Erfahrung mit meinem Typ entspricht (das Papier hatte ich noch von damals), dass ich dachte, das Buch machen wir. Die Autorin hat die Gabe, auf eine sehr ansprechende und direkte Weise Zugang zu diesem System zu vermitteln, das uns näher zu uns selbst bringen kann. Denn ihr ist es wichtig, dass man das Human Design über Körper, Geist und Seele »erfährt«, und es nicht nur als Theorie im Kopf wälzt! Ich lege Ihnen dieses Buch trotz vieler Titel zu diesem Thema ans Herz – sie werden Freude daran haben, sich selbst damit zu erforschen. Aha-Erlebnisse nicht ausgeschlossen.

Die andere Seite der Geschichte geht so: Frau Peddinghaus stand vor Ihrem Bücherregal und hat sich die Titel angeschaut, die sie besonders ansprachen. So ist sie auf »Das Buch vom Leben und Sterben« von Osho gestoßen und hat uns das Manuskript geschickt. Eine schöne Erzählung, wie Bücher und Verlage sich (auch) finden können.

Unser zweiter Titel geht um ein sehr aktuelles oder auch uraltes Thema: Wut. In der gestrigen Ausgabe der SZ ist ein Artikel dazu: »Nie mehr ausflippen – wie man lernt mit Wut, Angst und auch Trauer umzugehen.« Ich vermute, dass der Autor die Dynamische Meditation nicht kennt. Aber Osho hat für dieses Ausflippen ausgesprochen hilfreiche Techniken entwickelt. Er beschreibt die Katharsis, die man in seinen aktiven Meditationen ausleben kann, als ein Überfließen durch das alte Begrenzungen aufgelöst werden. Da können Wut, Beklemmungen, Angst und andere lang unterdrückte Emotionen freigesetzt werden – aber, ganz wichtig –, sie richten sich nicht gegen unsere Mitmenschen, sondern fließen in den freien Raum hinein, in die Weite der Existenz. Eine sehr praktikable Meditationstechnik, um mit dem Schmerz und der Ohnmacht dieser Tage umzugehen.

Ich wünsche uns allen einen friedlichen, entspannten Jahreswechsel.

Martina Jivana Werner

Entdecke dein Human Design

Ein Theorie- und Praxisbuch für alle, die Human Design wirklich (er-) leben wollen

Human Design verbindet alte Weisheitssysteme der Menschheit wie das I Ging, die Kabbala und die Astrologie mit aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen z.B. aus der Quantenphysik.

Aus dieser einzigartigen Kombination ist ein System entstanden, das uns hilft Zugang zu unserem Potenzial zu finden. Schon bei einem ersten Blick auf das persönliche Human Design Chart ergeben sich erstaunliche Übereinstimmungen mit dem persönlichen Erleben.

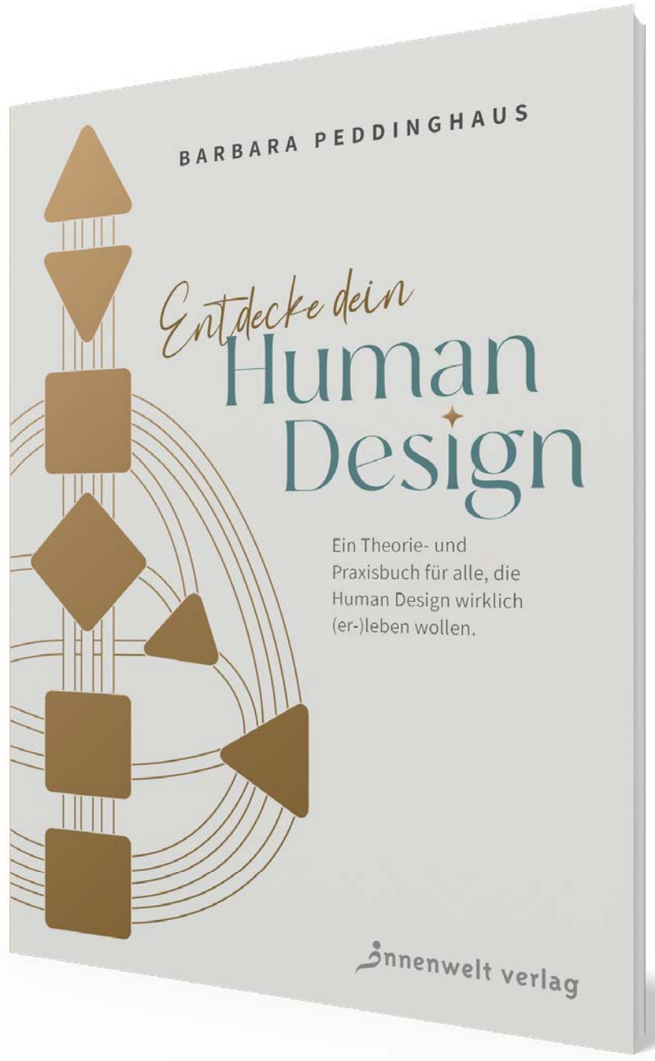
Dieses Buch der erfahrenen Human Design-Lehrerin Barbara Peddinghaus ist ein lebensfroher, inspirierender Easy-Access-Tourguide in die Welt des Human Designs. Sie macht das scheinbar komplizierte System des Human Designs für jede und jeden zugänglich. Mit ihren lebensnahen Übungen und Hinweisen macht sie das eigene Human Design erlebbar. So macht Selbsterkenntnis wirklich Freude.

Mit zahlreichen Übungen, Tipps und Inspirationen.

Barbara Peddinghaus ist ehemalige Managerin für Marketing, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Körperpsychotherapeutin. Sie arbeitet seit 2010 mit dem Human Design und hat 2015 in Frankfurt die *Human Design Academy* gegründet, die heute eine Institution für die Weitergabe des originalen Human Design Wissens ist sowie für die Ausbildung professioneller Human Design Analytiker. Der Schwerpunkt der Vermittlung liegt stets in der anwendungsorientierten Mischung aus fundierter Theorie und individueller Selbsterfahrung. Zudem macht sie einen Podcast zu Themen des Human Design.

human-design-system.com
instagram.com/humandesign_academy/
human-design-system.com/human-design-podcast/

- *Das ganz andere Human Design Buch: praktisch, klar, bodenständig*
- *Mehr Lebensfreude und Klarheit im Leben finden*

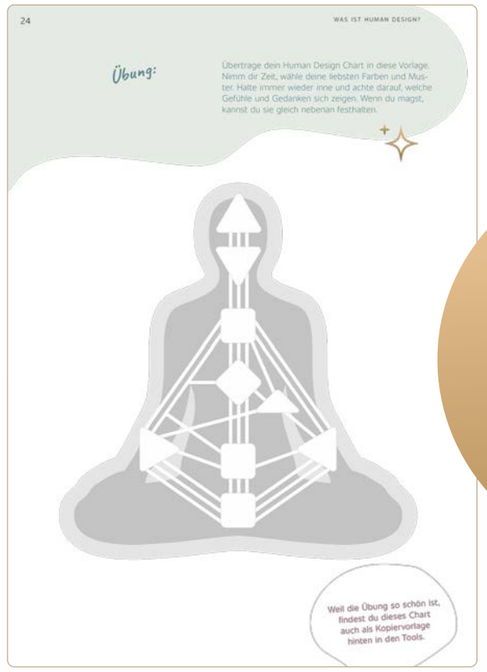


Barbara Peddinghaus
Entdecke dein Human Design
Ein Theorie- und Praxisbuch für alle, die Human ...
ca. 240 Seiten · 4-farbig, Broschur, fadengebunden
Format: 19,0 x 26,0 cm
ISBN 978-3-910856-02-8

Bestell-Nr.: 222-85602
WG 473, 470
Auslieferung: 18. März 2024
€ 28,00 (D) · € 28,80 (A)

ISBN 978-3-910856-02-8
9 783910 856028

»Wir sind nicht hier, um alle gleich zu sein.
Wir sind hier, um unsere Unterschiedlichkeit und
unsere Besonderheit zu erkennen und zu leben.«



Ein wunderbares Geschenk für sich und andere

OSHO
Wut, Ärger, Selbstzweifel? Das geht auch anders!

Impulse für eine entspannte, glückliche Lebensweise

Osho spricht in dieser bemerkenswerten Sammlung über all jene Aspekte, die unser alltägliches menschliches Leben betreffen. Er zeigt auf, wie krank der Mensch heute ist, wie er aber geheilt werden kann: einerseits durch Medizin, andererseits durch Meditation – beides ergänzt sich zu einer neuen wissenschaftlichen Erkenntnis.

Oshos Lehren widerstehen jeder Kategorisierung, sie reichen von der persönlichen Sinnsuche bis hin zu den dringendsten sozialen und politischen Fragen, mit denen die Welt heute konfrontiert ist.

Seine Bücher wurden aus zahllosen Tonband- und Videoaufnahmen transkribiert. Er hat über einen Zeitraum von 35 Jahren vor einer internationalen Zuhörerschaft stets aus dem Stegreif gesprochen. Der Londoner *Sunday Times* zufolge zählt Osho zu den »1000 Machern des 20. Jahrhunderts«. Vor allem seine revolutionären Ansätze zur Wissenschaft der inneren Transformation haben ihn berühmt gemacht.

www.osho.com

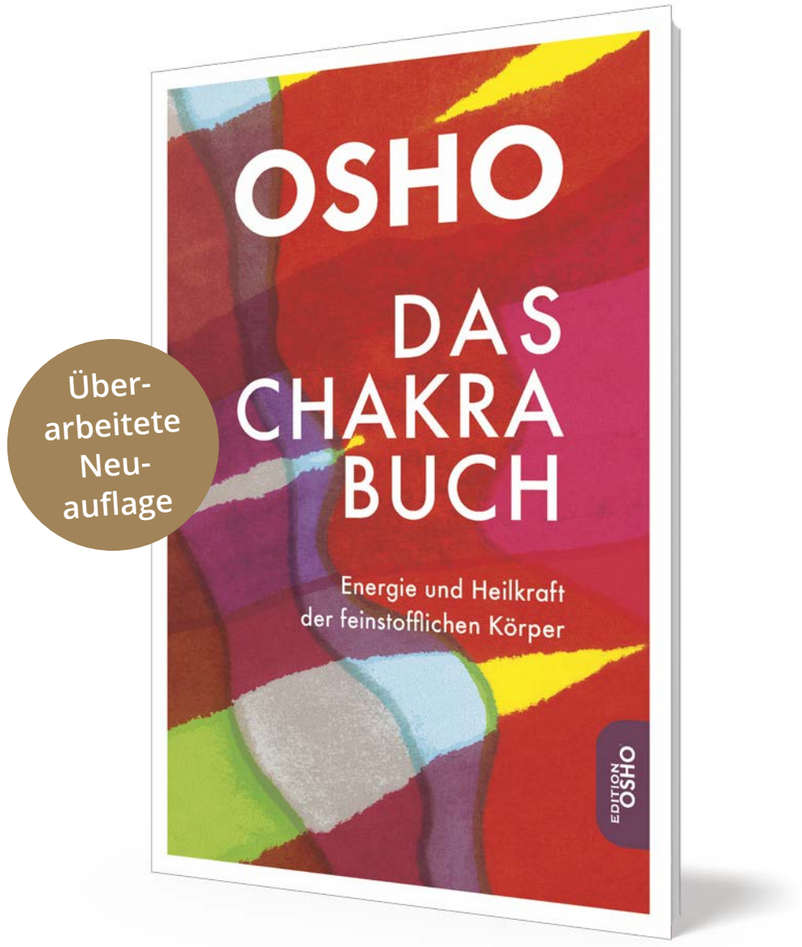
Osho erklärt, warum die kathartischen Techniken seiner Meditationen so essenziell für die neue Welt sind – und warum er sie für einen unverzichtbaren Bestandteil einer wirklichen Transformation hält. Er beschreibt Katharsis als ein Überfließen, eine Flut, durch die alte Begrenzungen aufgelöst werden. **So können Wut, Angst, Beklemmungen in uns und andere lange unterdrückte Emotionen freigesetzt werden – richten sich aber nicht gegen unsere Mitmenschen, sondern fließen in den freien Raum hinein, in die Weite der Existenz.** Haben wir das einmal erlebt, spüren wir eine grenzenlose Freiheit. Der Verstand ist dann von seinen Zwängen befreit und Bewusstheit entsteht wie von allein.

Osho antwortet auf Fragen und räumt mit vielen Irrtümern auf:
- über den Verstand
- über Bewusstsein
- über Meditation
- über wirkliche und falsche Religionen
- über die Begleiterscheinungen des Willens

• Roadmap für ein bewussteres Leben
• Aufgestaute Emotionen ausdrücken – ohne andere zu verletzen

OSHO
Wut, Ärger, Selbstzweifel? Das geht auch anders!
Impulse für eine entspannte, glückliche Lebensweise
Bestell-Nr.: 222-85601
ca .160 Seiten · Broschur
Format: 12,3 x 19,0 cm
ISBN 978-3-910856-01-1
WG 481
Auslieferung: 3. April 2024
€ 19,00 (D) · € 19,60 (A)
ISBN 978-3-910856-01-1

»Das Buch kann als Kommentar zu Patanjalis Yoga-Sutra aufgefasst werden und enthält mehr als nur eine Handvoll Perlen von Weisheit und Erkenntnis. Für Menschen mit echtem Interesse eine uneingeschränkte Empfehlung!«



OSHO
Das Chakra Buch
Energie und Heilkraft der feinstofflichen Körper
320 Seiten · Broschur

ISBN 978-3-910856-00-4
Bestell-Nr.: 222-85600 · WG 470, 462
€ 24,00 (D) · € 24,70 (A)
ISBN 978-3-910856-00-4

»Dieses Buch ist mir ein Juwel unter den Wechseljahre-Ratgebern. Es ist eines von diesen leisen Büchern, die lange nachhallen. Wann immer ich in dem Buch schmökere, antwortet mein Körper mit einem entspannten Weitwerden und meine Seele jubelt ein zustimmendes Ja.«

Diana Richardson | Janet McGeever
Wechseljahre
Mit Achtsamkeit sexuell und spirituell neustarten
272 Seiten · Broschur

ISBN 978-3-942502-92-4
Bestell-Nr.: 222-50292 · WG 483, 484
€ 24,00 (D) · € 24,70 (A)
ISBN 978-3-942502-92-4

»Tao ist die Absage an jeglichen Glauben und jeglichen Unglauben. Wenn du allen Glauben oder Unglauben aufgibst und unmittelbar mit dem Leben in Berührung bist, dann steigt in deinem Dasein ein großes Ja auf.«

Osho
Der weglose Weg
Das Tao des Loslassens
184 Seiten · Broschur
Format: 13,5 x 20,5 cm
ISBN 978-3-947508-68-6

Bestell-Nr.: 222-50868
WG 470, 476
€ 22,00 (D) · € 22,80 (A)

ISBN 978-3-947508-68-6
9 783947 508686

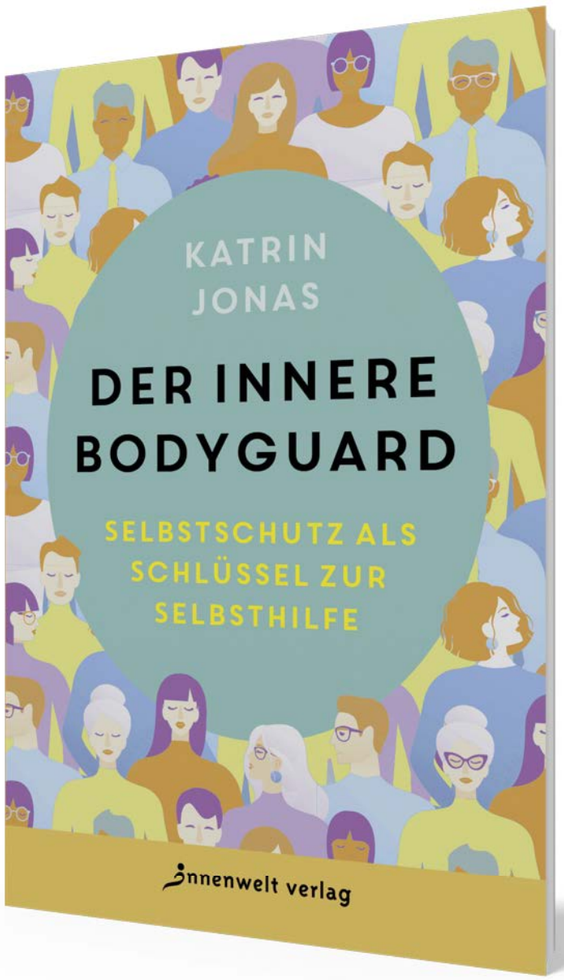
»Wenn du möchtest, dass eine Lüge Macht hat, dann musst du sie in die Kleider der Wahrheit kleiden. Dann muss sie ein Schild vor sich hertragen: ›Aufrichtigkeit ist unser oberstes Ziel!‹ Lügen sind in sich so schwach, so lebensunfähig, dass sie sich immer etwas von der Wahrheit ausborgen müssen.«

Osho
So weit – so gut
Über Licht & Dunkelheit, NonDoing, NoMind, …
296 Seiten · Broschur
Format: 13,5 x 20,5 cm
ISBN 978-3-947508-67-9

Bestell-Nr.: 222-50867
WG 480, 481
€ 24,00 (D) · € 24,80 (A)

ISBN 978-3-947508-67-9
9 783947 508679

»Das FÜR den Körper statt gegen Symptome,
›WIE geht es leichter‹ – das ist ein Perspektivenwechsel,
der vieles bewirkt. Die Ansätze und Übungen
von Katrin Jonas mit dem Ziel der Selbstbefähigung
jedes Einzelnen schätze ich sehr.«



Katrin Jonas
Der innere Bodyguard
Selbstschutz als Schlüssel zur Selbsthilfe
168 Seiten · Broschur
Format: 12,3 x 19,0 cm
ISBN 978-3-947508-64-8

Bestell-Nr.: 222-50864
WG 480, 481
€ 20,00 (D) · € 20,70 (A)

ISBN 978-3-947508-64-8
9 783947 508648

»Ich bin total begeistert von diesem Buch
und habe die halbe Nacht darin gelesen
und es richtig verschlungen. Es tut so gut, weil ich mich
darin so wiederfinde und verstanden fühle.«

Sabine Schmidt
Wenn der Körper Nein sagt
Vaginismus verstehen und heilen
176 Seiten · Broschur
Format: 13,5 x 20,5 cm
ISBN 978-3-947508-62-4

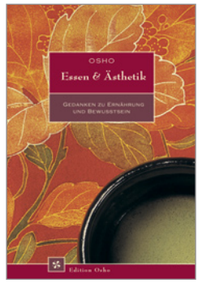
Bestell-Nr.: 222-50862
WG 481, 483
€ 19,00 (D) · € 19,60 (A)

Mit einfarbigen Abbildungen

ISBN 978-3-947508-62-4
9 783947 508624

Was nun?
978-3-947508-47-1 | 50847
€ 24,00 (D) · € 24,50 (A)

Verstehe dich selbst
978-3-942502-17-7 | 50217
€ 16,95 (D) · € 17,50 (A)



OSHO
Essen & Ästhetik
978-3-936360-63-9 | 00063
€ 9,80 (D) · € 10,10 (A)

Jenseits der ...
978-3-936360-88-2 | 00088
€ 12,00 (D) · € 12,50 (A)

Authentisch sein!
978-3-936360-50-9 | 00050
€ 16,80 (D) · € 17,30 (A)

Aus purer Lust am ...
978-3-942502-62-7 | 50262
€ 17,00 (D) · € 17,50 (A)

Verliebt in das Leben
978-3-942502-29-0 | 50229
€ 17,50 (D) · € 18,00 (A)

Leben, Lieben, Lachen
978-3-936360-83-7 | 00083
€ 12,00 (D) · € 12,40 (A)

Vertrauen
978-3-942502-63-4 | 50263
€ 17,50 (D) · € 18,00 (A)

Empathie
978-3-942502-58-0 | 50258
€ 17,95 (D) · € 18,50 (A)

Beziehungsdrama oder Liebesabenteuer
978-3-936360-81-3 | 00081
€ 8,50 (D) · € 8,80 (A)

Liebe beginnt nach den Flitterwochen
978-3-936360-80-6 | 00080
€ 7,80 (D) · € 8,10 (A)

Tantra, Spiritualität und Sex
978-3-936360-75-2 | 00075
€ 9,00 (D) · € 9,30 (A)

Tod – Der Höhepunkt des Lebens
978-3-936360-82-0 | 00082
€ 8,50 (D) · € 8,80 (A)

Vom Stress zur Entspannung
978-3-936360-76-9 | 00076
€ 7,80 (D) · € 8,10 (A)

Das Yoga Buch I
978-3-947508-35-8 | 50835
€ 18,00 (D) · € 18,60 (A)

Das Herz Sutra
978-3-942502-02-3 | 50202
€ 18,00 (D) · € 18,60 (A)

Weder leicht noch ...
978-3-942502-54-2 | 50254
€ 16,95 (D) · € 17,50 (A)

Schuhe auf dem Kopf
978-3-947508-43-3 | 50843
€ 24,00 (D) · € 24,70 (A)

Der Weg der weißen ...
978-3-942502-08-5 | 50208
€ 16,95 (D) · € 17,50 (A)

Das ZEN Prinzip
978-3-936360-96-7 | 60967
€ 18,00 (D) · € 18,50 (A)

Kein Wasser, kein Mond
978-3-942502-50-4 | 50250
€ 18,00 (D) · € 18,60 (A)

ZEN + die Freud'sche ...
978-3-942502-38-2 | 50238
€ 17,95 (D) · € 18,50 (A)

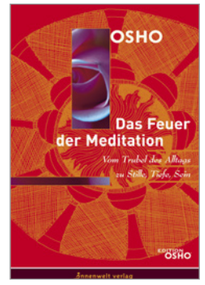
Nur ein kleiner ...
978-3-947508-65-5| 50865
€ 22,00 (D) · € 22,70 (A)

Osho
Tantra
978-3-936360-73-8 | 00073
€ 19,50 (D) · € 20,10 (A)

Morgen Meditationen
978-3-947508-44-0 | 50844
€ 22,00 (D) · € 22,70 (A)

Abend Meditationen
978-3-947508-51-8 | 50851
€ 22,00 (D) · € 22,70 (A)

Was ist Meditation?
978-3-936360-61-5 | 00061
€ 9,80 (D) · € 10,10 (A)



Das Feuer der ...
978-3-936360-66-0 | 00066
€ 12,80 (D) · € 13,20 (A)

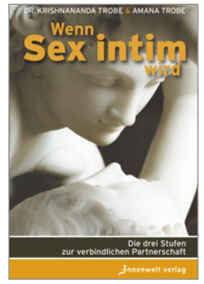
Lausche der Stille
978-3-947508-50-1 | 50850
€ 16,00 (D) · € 16,50 (A)

Katrin Jonas
NACKT.
978-3-947508-39-6 | 50839
€ 20,00 (D) · € 20,60 (A)

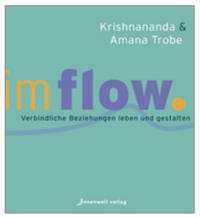
Katrin Jonas
Körpergeflüster
978-3-947508-53-2 | 50853
€ 18,00 (D) · € 18,50 (A)

Katrin Jonas
Der Weg des Wassers
978-3-942502-93-1 | 50293
€ 18,00 (D) · € 18,50 (A)

OSHO
Die Zukunft gehört ...
978-3-947508-55-6 | 50855
€ 18,00 (D) · € 18,50 (A)



K. & A. Trobe
Wenn Sex intim wird
978-3-936360-27-1 | 00027
€ 17,80 (D) · € 18,30 (A)



K. & A. Trobe
im flow.
978-3-947508-41-9 | 50841
€ 20,00 (D) · € 20,60 (A)

K. & A. Trobe
Liebe lernen. Band 1
978-3-942502-10-8 | 50210
€ 18,95 (D) · € 19,50 (A)

K. & A. Trobe
Liebe lernen. Band 2
978-3-942502-11-5 | 50211
€ 18,95 (D) · € 19,50 (A)

Notburga Fischer
Reifestufen d. sex. Liebe
978-3-942502-89-4 | 50289
€ 22,00 (D) · € 22,70 (A)

Nadeen E. Roessler
Über die Hingabe ...
978-3-947508-60-0 | 50860
€ 22,00 (D) · € 22,50 (A)

Diana Richardson
Zeit für Offenheit
978-3-942502-06-1 | 50206
€ 16,95 (D) · € 17,50 (A)

Diana Richardson
SLOW SEX
978-3-942502-14-6 | DVD
€ 24,50 (D) · € 25,50 (A)

Diana Richardson
Zeit für Berührung
978-3-936360-42-2 | 00042
€ 19,80 (D) · € 20,40 (A)

David Hey
Essenz + Enneagramm
978-3-947508-49-5 | 50849
€ 16,50 (D) · € 17,00 (A)

K. & A. Trobe
Vertrauen ist gut ...
978-3-936360-10-3 | 00010
€ 17,80 (D) · € 18,30 (A)

Thomas Geßner
Der blaue Fisch
978-3-947508-56-3 | 50856
€ 18,00 (D) · € 18,50 (A)

Thomas Geßner
Wie wir lieben
978-3-942502-88-7 | 50288
€ 16,50 (D) · € 17,00 (A)

P. Bourquin + C. Cortés
Der allein gebliebene ...
978-3-942502-40-5 | 50240
€ 18,95 (D) · € 19,50 (A)

Wilfried Nelles
Die Welt, in der wir ...
978-3-947508-42-6 | 50842
€ 25,00 (D) · € 25,70 (A)

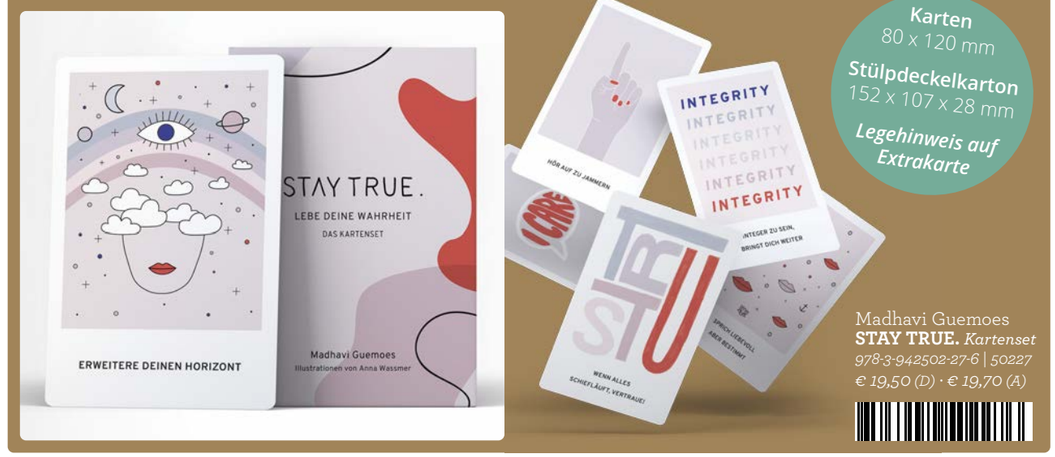
Wilfried Nelles
Das Leben hat ...
978-3-942502-59-7 | 50259
€ 16,80 (D) · € 17,30 (A)

W. Nelles
Umarme dein Leben
978-3-942502-16-0 | 50216
€ 16,50 (D) · € 17,00 (A)

Samarona Buunk
Der innere Buddha
978-3-947508-58-7 | 50858
€ 22,00 (D) · € 22,50 (A)

Unsere gesamte Backlist finden Sie auf **vlb-tix**

Kurz, klug, bündig, kompakt – und außergewöhnlich im Design



Madhavi Guemoes
STAY TRUE. *Kartenset*
978-3-942502-27-6 | 50227
€ 19,50 (D) · € 19,70 (A)

EDITION OSHO

innenwelt verlag

Innenwelt Verlag GmbH
Brabanter Str. 15 | 50674 Köln
fon +49 (0)2 21 . 550 03 29
eMail info@innenwelt-verlag.de
www. innenwelt-verlag.de

Wir sind Premium-Verlag bei
VLB-TIX

Auslieferung
Deutschland, Österreich, Schweiz

PROLIT VERLAGSAUSLIEFERUNG GmbH

PROLIT Verlagsauslieferung GmbH
Adrian Roskosch
Siemensstraße 16
35463 Fernwald
fon +49 (0)6 41 . 94 39 32 02
fax +49 (0)6 41 . 9 43 93 89
eMail a.roskosch@prolit.de

Vetretungen Deutschland

Schleswig-Holstein | Niedersachsen
Hamburg | Bremen
B.O.N. Verlagsvertretung
Rainer Röll
Harald Jösten
Bahrenfelder Kirchenweg 51
22761 Hamburg
fon +49 (0)40 . 4 39 15 08
fax +49 (0)40 . 4 39 45 15
eMail roell-hamburg@t-online.de

Nordrhein-Westfalen
Hannelore Lindemann
An der Fahrrinne 46
26553 Dornum
fon +49 (0)49 33 . 9 92 81 96
mobil +49 (0)1 73 . 7 26 35 26
eMail agentur.lindemann@t-online.de

Baden-Württemberg
Elchinger Bücherservice
Verlagsvertretung Corinne Pfitzer
Köhlerberg 5
89275 Elchingen

Corinne Pfitzer
fon +49 (0)73 08 . 922 816
fax +49 (0)73 08 . 922 817
eMail corinne.pfitzer@t-online.de

Gerda Heinzmann
fon +49 (0)71 45 . 93 60 60
fax +49 (0)71 45 . 57 67
eMail gerda.heinzmann1@t-online.de

Hessen | Rheinland-Pfalz
Saarland | Luxemburg
Margo Bohnenkamp
Klinkerstraße 56
66663 Merzig
fon +49 (0)68 61 . 79 16 30
fax +49 (0)68 61 . 79 16 32
eMail info@margo-bohnenkamp.de

Bayern
Dolles Vertriebsteam
An der Schlossmauer 21
93161 Sinzing
Elke Hermann
fon +49 (0)83 79 . 72 80 84
fax +49 (0)83 79 – 72 87 43
eMail elke.hermann@dolles-vertriebsteam.de

Michael Dolles, Petra Uffinger
Büro: Katja Neugirg
fon +49 (0)9 41 . 58 61 353
fax +49 (0)9 41 . 58 61 355
eMail bestellung@dolles-vertriebsteam.de

Berlin | Brandenburg
Mecklenburg-Vorpommern | Sachsen Sachsen-Anhalt | Thüringen
Direktbetreuung durch Verlag
fon +49 (0)2 21 . 5 50 03 29
eMail vertrieb@innenwelt-verlag.de

Vertretung Schweiz
Claudia Gyr
Räffelstraße 32
CH – 8045 Zürich
fon +41 (0)44 . 4 66 96 96
fax +41 (0)44 . 4 66 96 69
eMail claudia.gyr@dessauer.ch

Vertretungen Österreich
Ost (Wien, Niederösterreich,
Steiermark, Burgenland)
Verlagsvertretung G. Lintschinger
Auf der Sonnwiese 1b
A – 8600 Bruck/Mur
fon +43 (0)6 64 . 530 96 16
fax +43 (0)38 62 . 524 12
eMail lintschingerbruck@a1.net

West (Vorarlberg, Tirol, Salzburg,
Oberösterreich, Kärnten, Südtirol)
Verlagsvertretung Mario Seiler
Randersbergweg 239
A – 5084 Großgmain
fon +43 (0)66 4 . 3 32 09 96
eMail m.seiler@hoeller.at