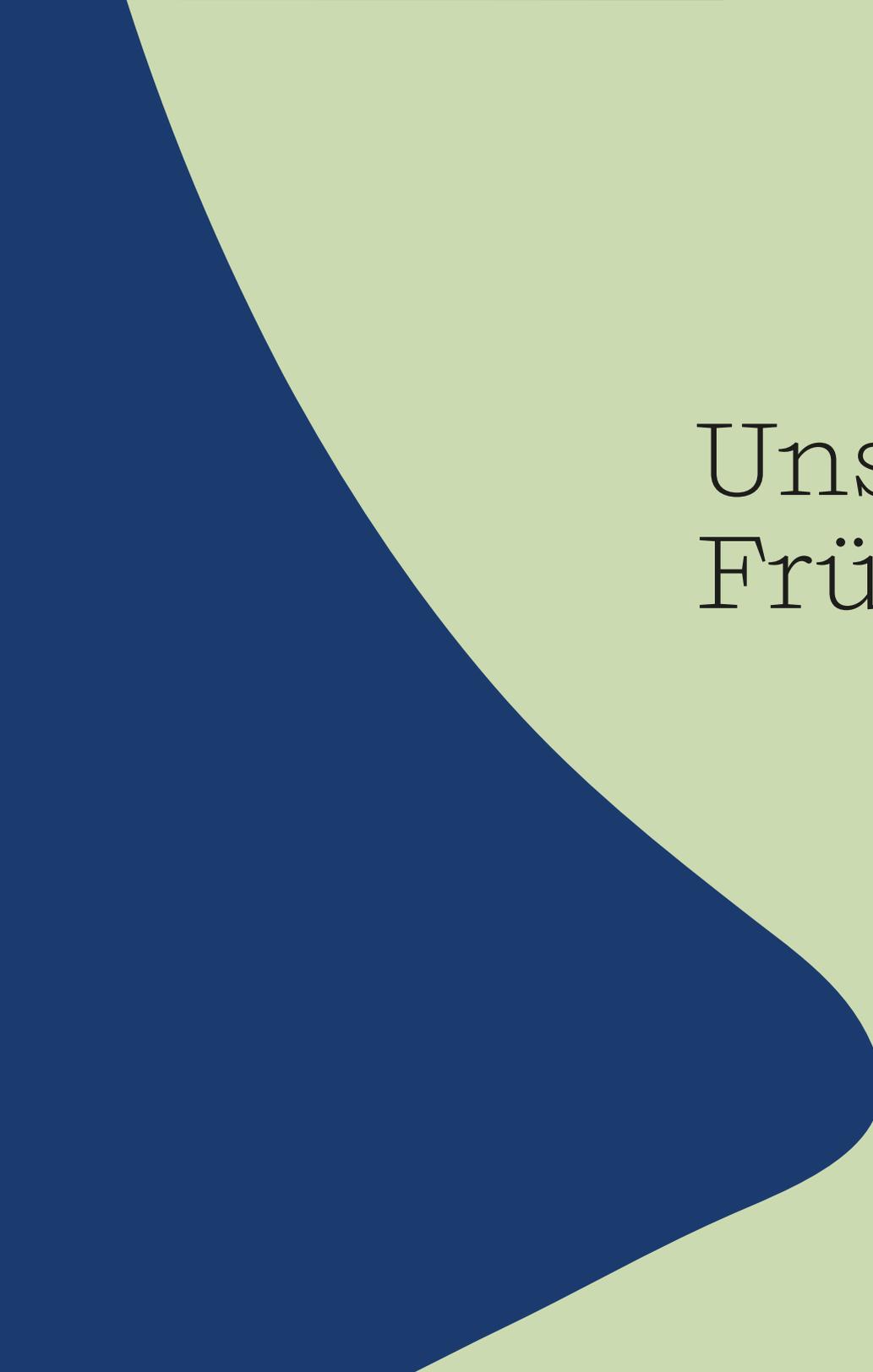


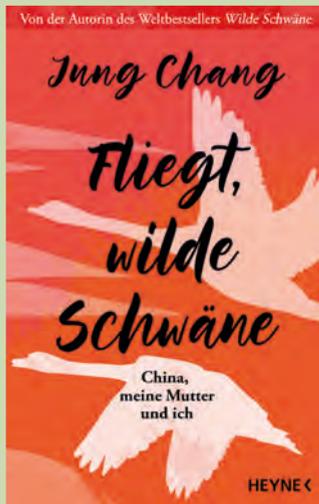


Sachbuch und
Ratgeber HC/TB
Frühjahr 2026

Heyne
Ariston
Ludwig
Integral
Lotos
Ansata



Unsere Highlights Frühjahr 2026



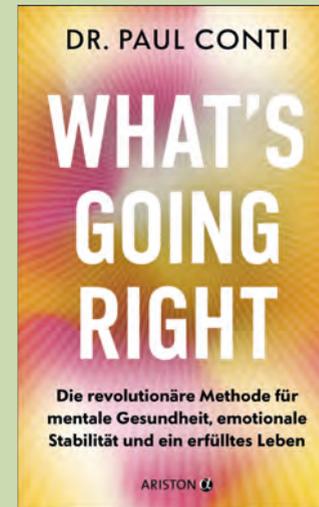
Seite 7



Seite 11



Seite 15



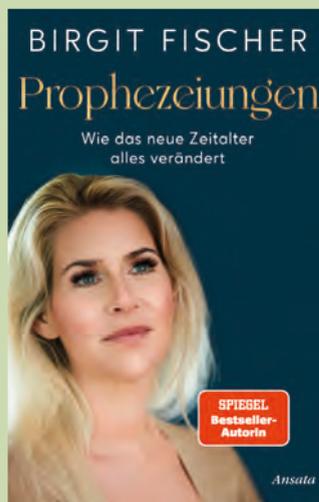
Seite 21



Seite 29



Seite 35



Seite 45



Seite 53



Seite 65



Seite 71

Heyne HC 5

Ariston 19

Ludwig 27

Integral | Lotos | Ansata 33

Heyne TB 51

Heyne TB | Körper, Geist und Seele 69

Hardcover

HEYNE <

HEYNE < Werbeschwerpunkt

35 Jahre nach dem
Weltbestseller „**Wilde Schwäne**“
erscheint die lange
erwartete **Fortsetzung**



Neuausgabe
im Heyne TB -
15 Millionen
Mal verkauft
und in über
40 Sprachen
übersetzt



Referenztitel



Jung Chang
Die drei Schwestern
Hardcover 25,00 € [D]
ET: 25.05.20



Jung Chang
Kaiserinwitwe Cixi
Hardcover 24,99 € [D]
ET: 22.09.14



**Erfolgreicher Start in England:
über 40.000 verkaufte Expl. in nur 4 Wochen
Sunday Times Bestseller**

Erste Quotes und Zitate:

»Nur wenige können mit Changs Fähigkeit mithalten, chinesische Geschichte und Politik durch tief empfundene persönliche Erzählungen zum Leben zu erwecken, und wenige haben das westliche Verständnis von China so umfassend geprägt.« (The Guardian)

»...vollgepackt mit eindringlichen Schnappschüssen aus der Familiengeschichte und pikanten Episoden aus dem literarischen Leben unter staatlicher Beobachtung« (Financial Times)

Urheberin

Jung Chang, geboren 1952 in China, lebt seit 1978 in London. Für ihr autobiografisches Buch »Wilde Schwäne«, das in über zwölf Ländern auf Platz 1 der Bestsellerlisten stand und sich weltweit mehr als 15 Millionen Mal verkaufte, erhielt sie zahlreiche Preise. Auch ihre aufsehenerregende Biografie »Mao« (Blessing, 2005) war ein internationaler und deutscher Bestseller. Zuletzt erschien von Jung Chang die Biografie »Kaiserinwitwe Cixi« (2014) sowie »Die drei Schwestern« (2020). Ihre Werke, die in über vierzig Sprachen übersetzt wurden, sind in der Volksrepublik China bis heute verboten.



Mai 2026

- Der Weltbestseller »Wilde Schwäne« wurde 15 Millionen Mal verkauft und in über 40 Sprachen übersetzt - 35 Jahre danach erscheint jetzt die lange erwartete Fortsetzung»
- Eine Familiensaga und zugleich ein kulturhistorisches Portrait Chinas, das uns die heutige politische Situation unter Xi Jinping erschließt
- Jung Chang schreibt eindrucksvoll über das Leben in einer kommunistischen Diktatur und zeigt, welche Herausforderungen das moderne China heute für die internationale Weltordnung darstellt.

WERBESCHWERPUNKT

40 Jahre nach dem Erscheinen ihrer chinesischen Familienchronik »Wilde Schwäne« legt Jung Chang die lange erwartete Fortsetzung des legendären Weltbestsellers vor: In »Fliegt, Wilde Schwäne« erzählt sie die Geschichte ihrer Familie – und damit auch die Geschichte Chinas – vom Ende der Mao-Ära und vom Beginn der Reformen unter Deng Xiaoping bis in die Gegenwart Xi Jinpings weiter: China hat sich von einem heruntergekommenen und isolierten Staat zu einer Weltmacht entwickelt, die die Vormachtstellung der Vereinigten Staaten herausfordert. Während dieser Jahrzehnte war Jung Changs Leben eng mit ihrem Heimatland verflochten. Ihre Erfahrungen waren reichhaltig und komplex – insbesondere, weil ihre Bücher in China verboten waren und immer noch sind. Eine ergreifende Familiengeschichte und zugleich ein bespiellooses Portrait des modernen Chinas.

Fliegt, Wilde Schwäne
von Jung Chang

€ (D) 24,00 / € (A) 24,70 / CHF 33,50
ca. 384 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm
Hardcover, Geb. mit SU, mit Bildteil
WG: 1941 Sachbücher/Geschichte/Biographien,
Autobiographien

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 13.05.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-21923-6



Weltbestseller-Marketing für die ergreifende chinesische Familiensaga



Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter



Online-Werbung

- Native Ads über outbrain
- Werbung auf perlentaucher.de
- Google Search Ads

Blickfang für Ihren Verkaufsraum

- Dekoplatat DIN A2

Radio/Podcast: Podcast-Werbung (programmatische Aussteuerung)

Große Print-, Online- und Social-Media-Kampagne mit optimalem Zielgruppenfokus



Print-Werbung

Anzeigen in *GEO*, *Brigitte*, *der Freitag*, *buchjournal*

Referenztitel



Tim Pröse
Wir Kinder des 20. Juli
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 15.05.24



9 783453 218758



Tim Pröse
Hans-Erdmann Schönbeck: "... und nie kann ich vergessen"
Hardcover 18,00 € [D]
ET: 02.02.22



9 783453 218307



Tim Pröse
Der Tag, der mein Leben veränderte
Quality Paperback 20,00 € [D]
ET: 14.09.22



9 783453 218277

Urheber



© Paul Fleming

Tim Pröse, geboren 1970 in Essen, ist Autor und freier Journalist (u. a. für den SPIEGEL) in München. Zwei seiner Bücher schafften es auf Platz 1 der SPIEGEL-Bestsellerliste. Tim Pröse studierte Kommunikationswissenschaften, Politik und Psychologie. Er war Reporter, Redakteur und Chefreporter, bekam den Katholischen Medienpreis. 2022 erschien sein Buch »Der Tag, der mein Leben veränderte«. Als Alexandra, die Protagonistin seines neuen Werks, dieses Buch las, schrieb sie Tim Pröse an und fragte ihn, ob sie sein neues Buch werden könnte. So kam es.



Paperback

April 2026

- Die bewegende Geschichte einer jungen Frau, die den Suizidversuch überlebt und sich zurück ins Leben kämpft
- Ehrlich, sensibel und verantwortungsvoll – Ein mutmachendes Buch, das mit dem Tabu Suizid bricht und den Fokus auf das Leben, die Heilung und die Kraft weiterzumachen, legt
- Erfolgsautor Tim Pröse begleitet Alexandra zwei Jahre lang auf ihrem Weg und führt Gespräche mit Ärzten, Therapeuten und Angehörigen

Mit nur 25 Jahren beschließt Alexandra, sich das Leben zu nehmen und gerät bis an die Schwelle des Todes. Wochen verbringt sie im Koma, aber Alexandra kämpft sich wieder zurück. SPIEGEL-Bestsellerautor Tim Pröse hat sie zwei Jahre lang auf ihrer Reise begleitet und immer wieder interviewt. Er hat mit ihrer Zwillingsschwester Katharina gesprochen, mit ihren Liebsten, Rettern, Ärzten und Therapeuten. Nun erzählt er gemeinsam mit Alexandra von dieser Zeit. In einem Buch, das nicht von einem Ende handelt, sondern von einem Anfang. Es erzählt von dem langen, schweren Weg der Heilung, von der Hoffnung und von dem Wunder, das Leben neu zu entdecken. In Alexandras Generation ist Suizid die häufigste Todesursache und dem möchte sie jetzt ihre Geschichte entgegensetzen.

Denn eins ist sicher: Das Schicksal hatte andere Pläne für Alexandra. Es schenkte ihr doch noch einen neuen Tag, eine neue Chance und mit ihr die Frage: Was lässt einen Menschen, der alles verloren glaubt, wieder leben wollen?

Doch noch ein neuer Tag

von Tim Pröse

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50

ca. 208 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Quality Paperback, Klappenbroschur

WG: 1921 Sachbücher/Philosophie, Religion/Biographien, Autobiographien

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 16.04.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-21909-0



9 783453 219090

Spitzentitel-Marketing für die lebende Legende

Zum ersten Mal erzählt sie
ihre eigene Geschichte,
wie man sie noch nicht kennt



Foto: © Rick Day Photographer



Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter

Online-Werbung

- Meta Ads
- Programmatic Ads
- Spotify Ads



Aufmerksamkeitsstarke Marketing-Kampagne mit **Millionenreichweite**



Print-Werbung

Anzeigen in People-Magazine wie *Gala*, *arte Magazin*, *GALORE*



Blickfang für Ihren Verkaufsraum

- Dekoplatat DIN A2



Referenztitel



Barbra Streisand
Mein Name ist Barbra
Taschenbuch ca. 24,00 € [D]
ET: 16.04.26



9 783442 776283

Urheberin

Liza Minnelli, geboren am 12. März 1946, ist eine US-amerikanische Schauspielerin und Sängerin. Die Tochter der Schauspielerin Judy Garland und des Regisseurs Vincente Minnelli gewann einen Oscar für "Cabaret" und zahlreiche andere Auszeichnungen. Bekannt für ihre kraftvolle Stimme und beeindruckenden Bühnenauftritte, ist sie eine Ikone des Showbusiness.



März 2026

- **Life is a Cabaret – Liza Minnelli ungeschminkt, mitreißend und ganz persönlich**
- **Schon zu Lebzeiten eine Legende: Zum ersten Mal erzählt Liza Minnelli ihre eigene Geschichte, wie man sie noch nicht kennt**
- **Glanz und Schatten des Lebens im Rampenlicht – ein ehrlicher Blick hinter die Kulissen von Hollywood und des Broadways**

SPITZENTITEL

In ihrer mit Spannung erwarteten Autobiografie gewährt die legendäre Schauspielerin und Sängerin einen einzigartigen Einblick in ihr aufregendes Leben, das von Glamour und unvergesslichen Erfolgen aber auch von großen Herausforderungen geprägt ist. Ihre glanzvolle Karriere, von »Cabaret« bis »New York, New York!« und zahlreiche Auszeichnungen, darunter Oscar, Grammy und Golden Globe, machten sie bereits zu Lebzeiten zur Legende - doch für all dies zahlte sie einen hohen Preis.

Liza erzählt von den Höhen und Tiefen des Lebens im Rampenlicht, von persönlichen Kämpfen und dem unerschütterlichen Willen, sich immer wieder neu zu erfinden. Ihre Autobiografie ist mehr als nur eine Rückschau hinter die Kulissen von Hollywood und des Broadways – sie ist eine Hommage an die Kraft der Musik, die Magie des Theaters und die unendliche Stärke, die in jedem von uns schlummert.

Liza - Kids, Wait Till You Hear This!
von Liza Minnelli; Michael Feinstein

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 11.03.2026

€ (D) 26,00 / € (A) 26,80 / CHF 35,90

ca. 512 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm

Hardcover, Geb. mit SU, 16-seitiger Farbbildteil

WG: 1963 Sachbücher/Musik, Film, Theater/Klassik, Oper, Operette, Musical

ISBN/GTIN: 978-3-453-21920-5



9 783453 219205

Referenztitel



Joachim Bauer
Realitätsverlust
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 17.05.23



9 783453 218536



Joachim Bauer
Wie wir werden, wer wir sind
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 27.05.19



9 783896 676207



Joachim Bauer
Fühlen, was die Welt fühlt
Taschenbuch 12,00 € [D]
ET: 18.01.23



9 783453 606395



Joachim Bauer
Wie wir werden, wer wir sind
Taschenbuch 13,00 € [D]
ET: 08.03.22



9 783453 605633

Urheber



© Thomas Hedrich/ Fotostudio Charlottenburg

Prof. Dr. med. Joachim Bauer ist Neurowissenschaftler, Arzt und Psychotherapeut. Nach erfolgreichen Jahren an der Universität Freiburg lehrt und arbeitet er heute in Berlin. Für seine Forschungsarbeiten erhielt er den renommierten Organon-Preis. Er veröffentlichte zahlreiche Sachbücher, u. a. »Warum ich fühle, was du fühlst«.



April 2026

- Ein leidenschaftlicher Appell zur Stärkung der Menschlichkeit in einer technisierten Welt
- Der preisgekrönte Psychologe und Bestsellerautor warnt: Ohne Verankerung in einer sozialen Realität werden Menschen manipulierbarer und verletzlicher
- Über 800.000 verkaufte Bücher von Joachim Bauer im deutschsprachigen Raum

Hinter den digitalen Technologien, welche unser Zeitalter prägen, stehen die Visionen des Silicon Valley, die auf eine immer stärkere Vereinnahmung des Menschen, vor allem unserer Kinder und Jugendlichen zielen. Die analoge Welt soll den Erlebnissräumen des Internets weichen. Joachim Bauer beleuchtet die Kluft zwischen digitaler Technik und den biologischen und sozialen Bedürfnissen des Menschen. Er zeigt, warum sich menschliche Begabungen nicht an der Fähigkeit zur Datenverarbeitung messen lassen, warum wahre Intelligenz ihren Ursprung in körperlichen Erfahrungen hat und welche Konsequenzen sich daraus für unsere Bildungseinrichtungen ergeben. Der Arzt, Neurowissenschaftler und Bestseller-Autor Joachim Bauer begründet die unverzichtbare Bedeutung der analogen Welt als einzigartigen Ort zwischenmenschlicher Zuwendung und sozialer Resonanz.

Menschlichkeit in digitalen Zeiten
von Joachim Bauer

€ (D) 24,00 / € (A) 24,70 / CHF 33,50
ca. 224 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm
Hardcover, Geb. mit SU,
WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 16.04.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-21914-4



9 783453 219144

Urheber



© Thomas Duffé

Dirk Laabs beschäftigt sich seit vielen Jahren mit der Welt des Terrors. Er hat die Motive und Biografien der Attentäter des 11. Septembers recherchiert, eine preisgekrönte Dokumentation über islamistische Terroristen gedreht („Die Fremden im Paradies“), viele Jahre zum linken Terrorismus und lange in der rechten Terrorszene recherchiert. Er hat darüber mehrere Bücher geschrieben, u.a. „Heimatschutz – der Staat und die Mordserie des NSU“, sowie Filme und Serien zum Thema Terrorismus verantwortet. Er hat für verschiedenen Terrorismus-Studien als Berater gearbeitet und als Sachverständiger im Bundestag und in diversen anderen Landesparlamenten ausgesagt.



Paperback

April 2026

- Der neue Terror – warum Minderjährige töten
- Wie sich junge Männer online und alleine radikalisieren und zu Terroristen werden – eine hochaktuelle Analyse des weltweiten Phänomens
- Dirk Laabs ist gefragter Terrorismus-Experte und Berater in Politik und Medien

PRESSESCHWERPUNKT

Immer mehr Anschläge werden von jungen frustrierten Männern verübt. Sie radikalisieren sich im Internet, propagieren Hass und Gewalt und rekrutieren neue Anhänger über die Sozialen Medien, Gamingplattformen oder verschlüsselte Dienste. Viele Täter sind Teil der Incel-Szene, in der Frauenhass, rechtsextreme Ideologien und ungezügelter Wut kultiviert werden. Und sie werden immer jünger – in vielen Fällen sind es Teenager, die zur Waffe werden und Unschuldige töten. Dieser neue Extremismus bildet gemeinsam mit radikalen Parteien, alternativen Medien und einflussreichen Influencern ein geschlossenes System, das nur schwer zu bekämpfen ist. Es ist kein überschaubares Problem mehr, mit dem man sich arrangieren kann, sondern hat sich zu einer pandemischen gesellschaftlichen Herausforderung entwickelt.

Dirk Laabs, angesehener Terrorismus-Experte, beschreibt, wie sich junge Männer vor allem online radikalisieren und erklärt, wie Politik und Gesellschaft auf diese wachsende Bedrohung reagieren müssen – eine hochaktuelle Analyse eines Phänomens, das gerade außer Kontrolle gerät.

Armee der Einzeltäter
von Dirk Laabs

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 16.04.2026

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50

ca. 272 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Quality Paperback, Klappenbrochur

WG: 1973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-21921-2



9 783453 219212

Bestseller-Marketing für die Ikone des Feminismus

**Ihre Sicht
auf die Welt
fordert**

ihre Leser*innen zu
eigenen Stand-
punkten auf



Foto: © bettinafilmer.de

Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter

Online-Werbung

- Programmatic Ads



Zielgruppen-
genaue
**Marketing-
Kampagne**
mit hoher
Reichweite

Radio/ Podcast:

Podcast-Werbung
(programmatische
Aussteuerung)



**Bewerbung
von Diskussions-
beiträgen** von ihr und
jungen Feministinnen

**Themenkampagne
Feminismus** mit weiteren
Novis & passenden
Backlist-Titeln



Print-Werbung

Anzeigen in *Brigitte*, *GALORE*



- Inspirierend und provozierend: Alice Schwarzer entwirft ein Mosaik des modernen Feminismus
- Die Ikone des Feminismus regt in 99 Streiflichtern über Themen unserer Zeit zur Diskussion an
- Basierend auf objektiven Fakten – und radikal subjektiv: Alice Schwarzers Sicht auf die Welt fordert ihre Leser*innen zu eigenen Standpunkten auf

Ihre Welt in 99 Worten – Alice Schwarzer zieht Bilanz.

Anhand von 99 Begriffen – von A wie Arbeit und Alter, I wie Influencer, K wie Krieg und Frieden, M wie MeToo, O wie Ostdeutschland, R wie Rassismus oder S wie Sexualität – greift sie Themen der Zeit auf, die uns alle angehen. Die Basis sind Klassiker des Feminismus ebenso wie Persönliches aus Alice Schwarzers bewegtem Leben. Sie zeigt, auf welchen Errungenschaften der heutige Feminismus aufbaut und welche Herausforderungen uns ganz aktuell beschäftigen. So steckt Alice Schwarzer ein Mosaik des modernen Feminismus, das dessen Entwicklung, seine Erfolge und Irrungen, über die Jahrzehnte mit erzählt. Ein inspirierendes Buch, das zum Weiterdenken anregt, Raum für eigene Überlegungen bietet und die heutige Relevanz der Frauen- und Menschenrechte eindrucksvoll darlegt.

Feminismus pur. 99 Worte.
von Alice Schwarzer

€ (D) 22,00 / € (A) 22,70 / CHF 30,90
ca. 208 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm
Hardcover, Pappband
WG: 1970 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 25.02.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-21906-9



Urheberin

Alice Schwarzer, geboren 1942 in Wuppertal, ist Journalistin, Gründerin und Chefredakteurin der *EMMA* und Autorin von über 40 Büchern. Sie setzt sich seit Jahrzehnten mit gleichbleibender Leidenschaft und kämpferischem Elan für die Emanzipation von Frauen (und damit auch Männern) ein. Alice Schwarzer lebt heute in Köln und Paris.



April 2026



- **Stets zu Diensten – aus dem Leben eines royalen Butlers**
- **Ein Blick hinter die verschlossenen Türen des britischen Hochadels – darunter überraschende Geschichten über Queen Elizabeth II und King Charles III**
- **Für alle Fans von »Downton Abbey«, »The Queen« und Leser:innen von Ishiguros »Was vom Tage übrig blieb«**

Urheber

Grant Harrold ist ehemaliger Butler von König Charles III. und Großbritanniens führender Experte für Etikette. Er war Mitglied des königlichen Haushalts von Charles und Camilla und war auch in deren Landsitz Highgrove House in den Cotswolds tätig. Zu seinen Aufgaben gehörte die Betreuung des Königs und der Königin, des Prinzen und der Prinzessin von Wales sowie des Herzogs von Sussex. Gelegentlich hatte Grant Harrold auch die Ehre, als Butler für die verstorbene Königin Elizabeth II. und ihren Ehemann, den verstorbenen Prinzen Philip, Herzog von Edinburgh, zu arbeiten.

2014 eröffnete er The Royal School of Etiquette und bringt seither Kunden auf der ganzen Welt die hohe Schule des guten Benehmens sowie die Kunst des Butlerns bei.

Loyal und diskret, immer im Hintergrund und doch stets zur Stelle: Butler gehören zu unserem Bild der englischen Oberschicht wie five o'clock tea, Whiskey und feiner Humor. Die Beziehung zwischen den britischen Royals und ihren Bediensteten war dabei schon immer ganz besonders geheimnisumwittert. Was geschieht hinter den verschlossenen Türen der feinen Herrenhäuser und Schlösser? Wie sieht der Alltag eines royalen Butlers aus?

Grant Harrold, der ehemalige Butler von König Charles III., enthüllt in dieser fesselnden Biografie zum ersten Mal seine Geschichte und berichtet aus erster Hand über seine Zeit im Dienste der Königsfamilie. Er erzählt zugleich die Geschichte eines kleinen Jungen, der mit einer Leidenschaft für das Königshaus aufwuchs und schließlich seinen Traum verwirklichen konnte. Ein mitreißendes Memoir, geschrieben von einem der führenden britischen Königshaus-Experten. Mit einem extra Kapitel zum 1 x1 der guten Manieren.

Der königliche Butler
von Grant Harrold

€ (D) 24,00 / € (A) 24,70 / CHF 33,50

ca. 320 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm
Hardcover, Geb. mit SU

WG: 1971 Sachbücher/Politik, Gesellschaft,
Wirtschaft/Biographien, Autobiographien

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 16.04.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-21922-9



9 783453 219229

HEYNE <

Unsere aktuellen Toptitel



Quality Paperback
978-3-453-21907-6
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Hardcover
978-3-453-21911-3
 € 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



Hardcover
978-3-453-21915-1
 € 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



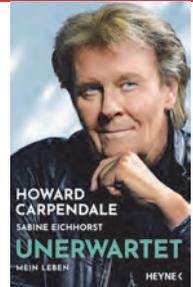
Hardcover
978-3-453-21913-7
 € 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



Hardcover
978-3-453-21876-5
 € 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



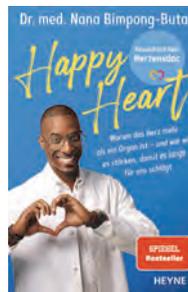
JUBILÄUMSTOUR 2026



Hardcover
978-3-453-21916-8
 € 25,00 [D] | € 25,70 [A] CHF 34,50*



Hardcover
978-3-453-21908-3
 € 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Quality Paperback
978-3-453-21904-5
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Hardcover
978-3-453-21881-9
 € 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



Quality Paperback
978-3-453-21900-7
 € 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*

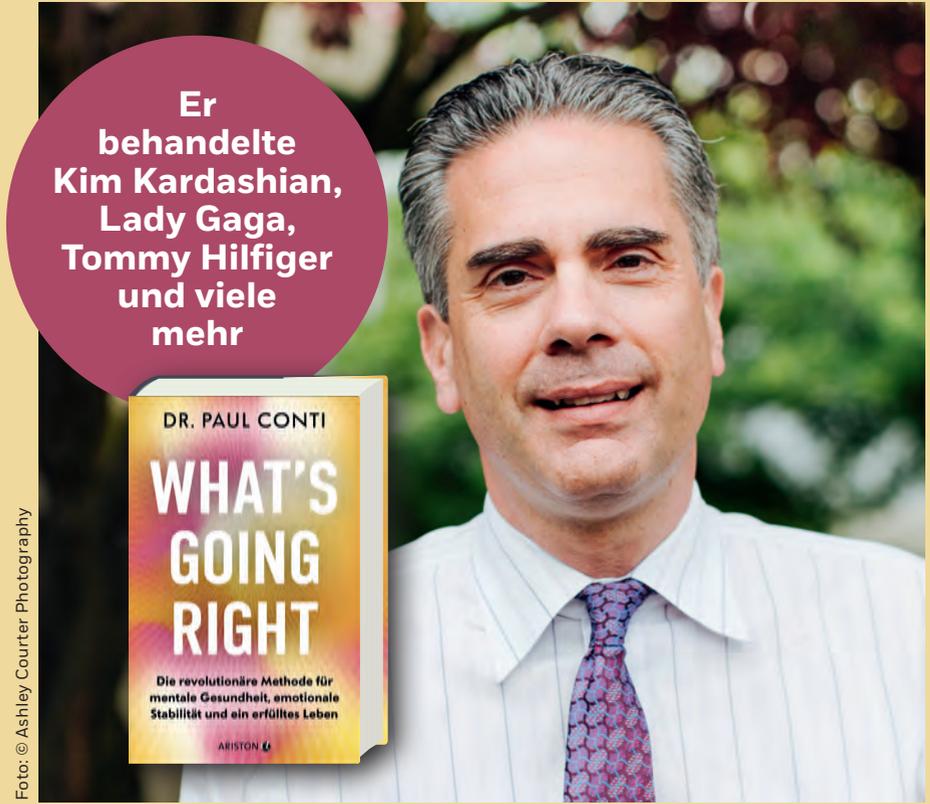




ARISTON 

Spitzentitel-Marketing

für den bekanntesten Promi-Psychiater der USA



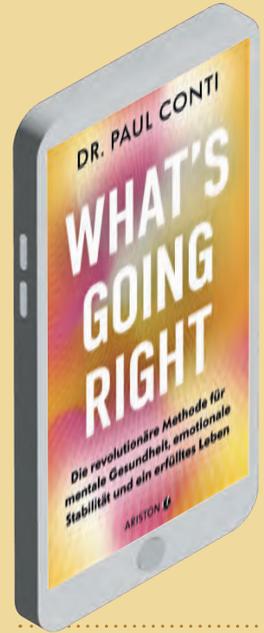
Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter



Online-Werbung

- Meta Ads
- TikTok Ads
- Google Demand Gen

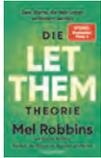


Große Print-, Online- und Social-Media-Kampagne mit **hoher Reichweite**

Print-Werbung

Anzeigen in: *Psychologie Heute*, *Emotion*, *bewusster leben*, *Petra*, *FÜR SIE*

Referenztitel



Mel Robbins; Sawyer Robbins
Die LET THEM Theorie
Paperback 20,00 € [D]
ET: 01.05.25



James Clear
Die 1%-Methode – Minimale Veränderung, maximale Wirkung
Paperback 15,00 € [D]
ET: 27.04.20

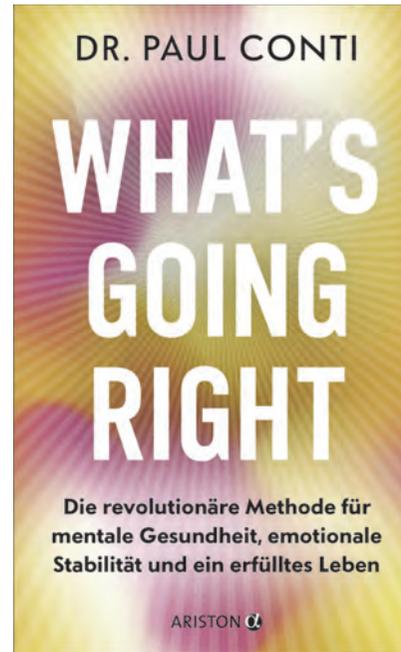


James Clear
Die 1%-Methode – Das Erfolgsjournal
Paperback 15,00 € [D]
ET: 17.08.22



Urheber

Dr. Paul Conti ist der Psychiater der Stars und Präsident der Pacific Premier Group, einer Klinik für mentale Gesundheit mit Therapie- und Beratungsangeboten für Einzelpersonen, Familien und Unternehmen. Er studierte Medizin an der University of Pennsylvania, an der Stanford University School of Medicine und in Harvard. 2021 veröffentlichte er sein erstes Buch *Trauma: Die unsichtbare Krankheit, die uns alle betrifft*.



Mai 2026

- **Das neue 1x1 der mentalen Gesundheit**
- **Der Psychiater Paul Conti zeigt, was der Fokus aufs Positive in uns bewirkt**
- **Der bekannteste Promi-Psychiater der USA behandelte Kim Kardashian, Lady Gaga, Tommy Hilfiger und viele mehr**

SPITZENTITEL

Dr. Paul Conti ist der Psychiater der Stars, der schon halb Hollywood aus schwierigen Lebensphasen herausgeholfen hat. Nun verrät er seinen erfolgreichen Therapieansatz: Statt sich auf die Probleme seiner Klienten zu konzentrieren, analysiert er, was bereits gut läuft, und überträgt diese Erkenntnisse auf alle anderen Lebensbereiche.

Das Buch ist ein Wegweiser zu tiefer Selbsterkenntnis und zeigt, wie jeder Mensch die Kontrolle über sein Leben zurückgewinnt. Damit wir schnell wieder auf der richtigen Route zu mentaler Gesundheit, Lebensfreude, Ruhe und Gelassenheit sind und ganz nebenbei entdecken, was unserem Leben einen Sinn verleiht. Denn wenn wir ehrlich sind, läuft schon Vieles ganz schön gut - nach der Lektüre noch mehr!

What's Going Right
von Paul Conti

€ (D) 22,00 / € (A) 22,70 / CHF 30,90

ca. 288 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm

Hardcover, Pappband

WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 13.05.2026

ISBN/GTIN: 978-3-424-20322-6



Referenztitel



Esther Duflo; Abhijit V. Banerjee
Gute Ökonomie für harte Zeiten
Quality Paperback 16,00 € [D]
ET: 24.05.21



9 783570 554470



Esther Duflo; Abhijit V. Banerjee
Gute Ökonomie für harte Zeiten
Hardcover 26,00 € [D]
ET: 28.01.20

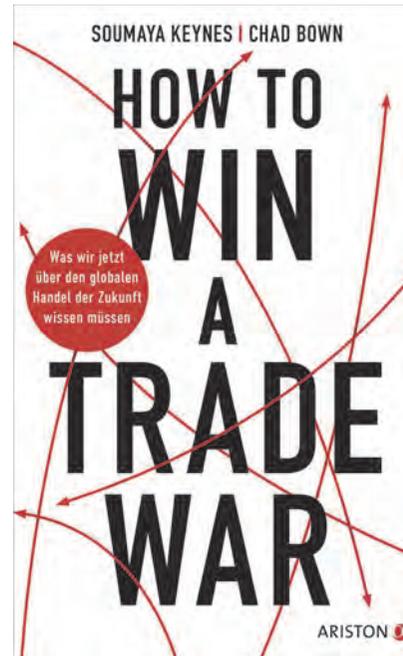


9 783328 601142

Urheber*in

Soumaya Keynes schreibt als Wirtschaftskolumnistin für die *Financial Times* und ist Gastgeberin des Podcasts *The Economics Show with Soumaya Keynes*. Bevor sie im Juli 2023 zu *Financial Times* wechselte, schrieb sie für *The Economist*, wo sie einen Preis der Association of Business Journalists für ihren Kommentar zur Handelspolitik der ersten Amtszeit von Donald Trump gewann. Sie gründete zusammen mit Chad P. Bown den Podcast *Trade Talks* und war Co-Moderatorin des Podcasts *Money Talks* von *The Economist*. Ihre Karriere begann sie als Ökonomin, zunächst im britischen Finanzministerium und dann als Forscherin am Institute for Fiscal Studies. Sie ist Nachfahrin von John Maynard Keynes und Charles Darwin.

Chad P. Bown ist Senior Fellow am Peterson Institute for International Economics und Gastgeber des Podcasts *Trade Talks*. Während der Regierungszeit von Joe Biden war er Chefökonom im US-Außenministerium und saß davor als leitender Ökonom im Wirtschaftsberatungsgremium von Barack Obama. Darüber hinaus war Bown als Mitglied des Forschungsteams bei der Weltbank und der Welthandelsorganisation tätig und lehrte zwölf Jahre lang als Professor für Wirtschaftswissenschaften an der Brandeis University. Seine Texte sind in *The New York Times*, *The Atlantic*, *Foreign Affairs*, *Financial Times* und im *Wall Street Journal* erschienen.



April 2026

- **Gefahr oder Chance: Warum der globale Handelskrieg der Beginn einer besseren Zukunft sein könnte**
- **Das einmalige Expertenduo aus den USA und Europa bietet eine kritische Analyse des internationalen Handelssystems**
- **Wie weltweite Handelsbeziehungen sich entwickelt haben, wessen Interessen sie wirklich dienen und welche Strategien die globale Sicherheit in Zukunft bewahren werden**

Zwei Drittel des globalen Bruttoinlandsprodukts werden jährlich durch den internationalen Handel erwirtschaftet. Was passiert, wenn diese Stabilität ins Wanken gerät? Der ehemalige Chefökonom des US-Außenministeriums Chad P. Bown und die renommierte britische Wirtschaftskolumnistin Soumaya Keynes geben in diesem Buch einen spannenden Überblick über die Ursprünge der globalen Handelsabkommen. Sie gehen der Frage nach, wo und warum in den letzten Jahrzehnten Risse im System entstanden sind. Und sie erklären, welche Mittel international eingesetzt werden, um eigene Handelsinteressen durchzusetzen, von staatlichen Subventionen bis hin zu Einfuhrzöllen wie denen, die im März 2025 von der US-Regierung angekündigt wurden und einen globalen Handelskrieg auslösten. Auf eindrückliche Weise zeigen die Autoren, dass mit den richtigen Strategien nun die einmalige Möglichkeit besteht, ein völlig neues internationales Handelssystem aufzubauen, das internationalen Frieden und Wohlstand begünstigt und damit zukunftsfähig ist.

How to Win A Trade War
von Soumaya Keynes; Chad Bown

€ (D) 24,00 / € (A) 24,70 / CHF 33,50
ca. 256 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm
Hardcover, Geb. mit SU
WG: 1972 Sachbücher/Politik, Gesellschaft,
Wirtschaft/Politik

Deutsche Erstausgabe
Erscheinungstermin: 16.04.2026

ISBN/GTIN: 978-3-424-20329-5



9 783424 203295

Referenztitel



Ulrich G. Strunz junior
Von normal zu genial
Quality Paperback 14,00 € [D]
ET: 29.03.21



9 783424 202441



Martin Wehrle
Wer wärst du ohne deine Sorgen?
Paperback ca. 20,00 € [D]
ET: 22.04.26



9 783442 394227



Dirk Steffens
Hoffnungslos optimistisch
Hardcover 20,00 € [D]
ET: 12.11.25



9 783328 604693



Paperback

Februar 2026

- Der Verhaltensökonom Dr. Ulrich G. Strunz zeigt auf, wie wir toxische Erwartungen überwinden und zu einem erfüllten Leben gelangen
- So etablieren Sie neue positive Glaubenssätze auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse aus Forschung und Neurologie
- Mit praxisnahen Lösungen für Selbsthilfe suchende Menschen und Leser*innen von Dirk Steffens, Hans Rosling und Ronja von Wurmb-Seibel

Urheber

Dr. Ulrich G. Strunz, geboren 1987, hat als Autor bisher im Ariston Verlag die unterhaltsamen Sachbücher *Arsch hoch beginnt im Kopf* und *Von normal zu genial* veröffentlicht. Seine Doktorarbeit verfasste er im Bereich der Verhaltensökonomie. Er war Dozent für Entscheidungsorientiertes Management an der FOM München und ist seit 2020 in der Geschäftsführung der Strunz GmbH tätig. Kurz vor dem Beginn der Arbeit an seinem dritten Buch wurde bei dem Marathonläufer und Familienvater eine schizophrene affektive Störung diagnostiziert. In großer Offenheit legt der Autor dar, wie ihm die Auseinandersetzung mit seiner psychischen Krankheit dabei geholfen hat, zwischen empfundener Realität und der vermeintlich objektiven Realität zu navigieren – einem Kernthema seines dritten Buchs.

Die Welt ist freundlich! Wenn Sie diesen Satz für falsch halten, sind Sie Opfer Ihrer eigenen Erwartungen geworden und gefangen in einem Gedankengebäude aus Ängsten, Zweifeln und empfundener Ausweglosigkeit. Das Ergebnis dieser Selbsttäuschung ist das Gefühl der Resignation, wo wir doch nichts dringender bräuchten, als radikale Zuversicht. Dr. Ulrich G. Strunz weist nach, dass dieser Glaube auf einem Hirngespinnst namens »Erwartungen« basiert. Er zeigt anhand neuester neurologischer Erkenntnisse, wie unser Gehirn auf Basis der individuellen Physiologie, gemachten Erfahrungen und negativen Nachrichten diese toxischen Erwartungen formt. Er zeigt aber auch, dass diese Erwartungen sehr wenig mit der Realität und dafür sehr viel mit weit verbreiteten und lähmenden Ängsten vor der Zukunft zu tun hat. Sein Buch zeigt einen Weg aus dieser gefühlten Hoffnungslosigkeit.

Du musst nicht mit den Haien tanzen
von Dr. Ulrich G. Strunz junior

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50
ca. 224 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Quality Paperback, Klappenbroschur
WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 25.02.2026

ISBN/GTIN: 978-3-424-20328-8



9 783424 203288

Referenztitel



Klaus Bernhardt
Der KI-Therapeut
Quality Paperback 20,00 € [D]
ET: 11.09.24



9 783424 203028

Urheber*in

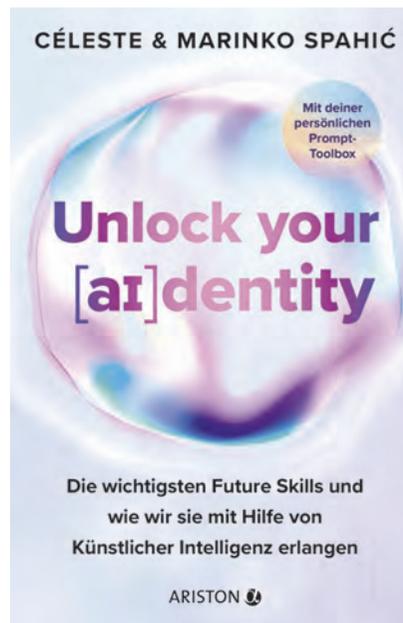


© MINDZEIT®

Céleste und Marinko Spahić sind die Köpfe und Gründer hinter dem preisgekrönten Health-Start-up MINDZEIT® und dem Bildungsprogramms [ai]fluencer®, das gezielt Zukunftskompetenzen für die digitale Welt fördert.

Céleste Spahić gilt als eine der führenden HealthTech-Expertinnen Deutschlands. Als Technik-Philosophin, Top-Speakerin (u. a. OMR, Bits & Pretzels, FIBO) und Business Influencerin wurde sie mehrfach ausgezeichnet – unter anderem als „Female Founder of the Year 2023“. In Zusammenarbeit mit renommierten Forschungseinrichtungen wie Fraunhofer FIT, TU Berlin, Charité oder dem Max-Planck-Institut erforscht sie, wie Technologien gestaltet sein müssen, um das Leben von Menschen positiv zu beeinflussen – und welche Kompetenzen wir brauchen, um in einer digitalen Welt gesund und erfolgreich zu bleiben.

Marinko Spahić ist Experte für Film, Experience Design und Digital Behavioral Design. Er studierte an der renommierten Filmakademie Baden-Württemberg und war als Concept Writer, Regisseur und Hochschuldozent tätig. An der ifs internationale filmschule Köln entwickelte und leitete er den Studiengang „Visual Arts“ und unterrichtete international in den Bereichen Digital Storytelling und Producing.



Paperback

März 2026

- **Persönlichkeitsentwicklung und Selbstoptimierung mithilfe von KI fördern und stärken**
- **Mit großem Praxisteil: hilfreiche Übungen, alltagsnahe Anleitungen und gezielte Prompts für persönliche und berufliche Herausforderungen**
- **Die Health-Tech-Expertin forscht u.a. mit dem Fraunhofer Institut, der Charité und dem Max-Planck-Institut an der Schnittstelle von Mensch und Technologie**

TRENDTHEMA

Ob schnelle Hilfe beim Schreiben einer Mail oder Suche nach Rezeptideen – ChatGPT und andere KI-Tools sind längst fester Bestandteil unseres Alltags. Doch ihr wahres Potenzial ist viel größer: Sie können helfen, uns selbst besser zu verstehen und gezielt weiterzuentwickeln. *Unlock your identity* zeigt, wie man mit KI eigene Future Skills, wie Selbstreflexion, Empathie, Kreativität, Resilienz und viele mehr stärken und ausbauen kannst.

Mit praktischen Übungen, alltagsnahen Beispielen und cleveren Prompts lernt man KI sinnvoll zu nutzen, um sich in einer komplexen Welt besser zurecht zu finden und dabei fokussiert und zufrieden zu bleiben. Für alle, die ihre persönliche Entwicklung selbst in die Hand nehmen wollen.

Unlock your identity
von Céleste Spahić; Marinko Spahić

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50
ca. 256 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Quality Paperback, Klappenbroschur
WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 25.03.2026

ISBN/GTIN: 978-3-424-20324-0



9 783424 203240

Referenztitel



Miriam Stein
Die gereizte Frau
Quality Paperback 14,00 € [D]
ET: 26.04.22



Urheberinnen



© Sina Dauernhein



© Frank Thiele

Claudia Rieß hat sich als Journalistin und Buchautorin auf gesundheitliche und gesellschaftliche Themen spezialisiert. Sie berät Mitarbeitende und Führungskräfte umfassend über die physischen und psychischen Auswirkungen der Wechseljahre und beschreibt, wie Arbeitgeber gezielt ein unterstützendes Arbeitsumfeld schaffen. So wird nicht nur die Gesundheit der Mitarbeiterinnen gefördert, sondern auch die Unternehmenskultur gestärkt. Claudia Rieß möchte Tabus brechen und den Dialog über die Wechseljahre in der Arbeitswelt verbessern.

Dr. Ute Brambrink ist Pressesprecherin bei einem großen Konzern und hat über die Jahre tiefe, interne wie externe Einblicke in das Thema Wechseljahre im Job gewonnen. Hierzu ist sie vielzitierte Fachfrau in Medien wie der Apotheken Umschau, Handelsblatt, Stuttgarter Zeitung, SWR, tagesschau.de und vielen mehr. Sie steht in engem Austausch mit Vertreter*innen aus Medizin, Wissenschaft, Wirtschaft und Politik. Im November 2024 war sie zum „runden Tisch“ in den Bundestag eingeladen, um über eine gesamtpolitische Wechseljahres-Strategie für Deutschland zu diskutieren.



Paperback

Februar 2026

- **Menopause als Chance:** Mit praxisnahen Tipps und Strategien starten Frauen beruflich neu durch im Job
- **Gefragte Expertinnen in Medien und Politik:** von *Apotheken-Umschau*, *Handelsblatt* und *Tagesschau* bis zum Runden Tisch im Bundestag
- **Für Leserinnen von Sheila de Liz, Miriam Stein und Mimi Lawrence**

PRESSESCHWERPUNKT

Frauen sind »on fire« und die Wechseljahre angeblich ein Neustart, nur in der Arbeitswelt wird das Thema immer noch ausgeklammert. »Das Menopower-Buch« enttabuisiert die Wechseljahre im Beruf und unterstützt Frauen mit konkreten Tipps und Strategien für den Arbeitsalltag und gegen einen ungerechten Karriereknick. Ein Viertel der Frauen reduziert Arbeitsstunden, ein Drittel wird wegen typischer Symptome krankgeschrieben und fast jede fünfte möchte früher in den Ruhestand gehen. Darf das so sein? Ute Brambrink und Claudia Rieß finden: Nein! Sie lassen betroffene Frauen zu Wort kommen und zeigen Wege auf, wie Frauen Gehör finden, ihre Bedürfnisse im Job endlich ernst genommen werden und sie sogar den Karriereturbo zünden. Denn sie sind hochmotiviert, erfahren und die hormonellen Veränderungen machen sie oft sogar noch durchsetzungsstärker.

Das Menopower-Buch
von Dr. Ute Brambrink; Claudia Rieß

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50
ca. 240 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Quality Paperback, Klappenbroschur
WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 25.02.2026

ISBN/GTIN: 978-3-424-20325-7



ARISTON

Unsere aktuellen Toptitel



Hardcover
978-3-424-20313-4
€ 25,00 [D] | € 25,70 [A] CHF 34,50*



Hardcover
978-3-424-20319-6
€ 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



Hardcover
978-3-424-20323-3
€ 23,00 [D] | € 23,70 [A] CHF 31,90*



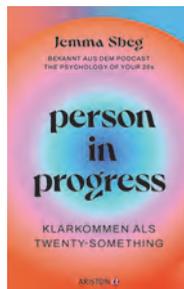
Hardcover
978-3-424-20284-7
€ 26,00 [D] | € 26,80 [A] CHF 35,90*



Hardcover
978-3-424-20318-9
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Quality Paperback
978-3-424-20315-8
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Quality Paperback
978-3-424-20314-1
€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*



Quality Paperback
978-3-424-20317-2
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



ÜBER 150.000 VERKAUFTE EX.



Hardcover
978-3-424-20166-6
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



ÜBER 280.000 VERKAUFTE EX.



Quality Paperback
978-3-424-20177-2
€ 19,00 [D] | € 19,60 [A] CHF 26,90*





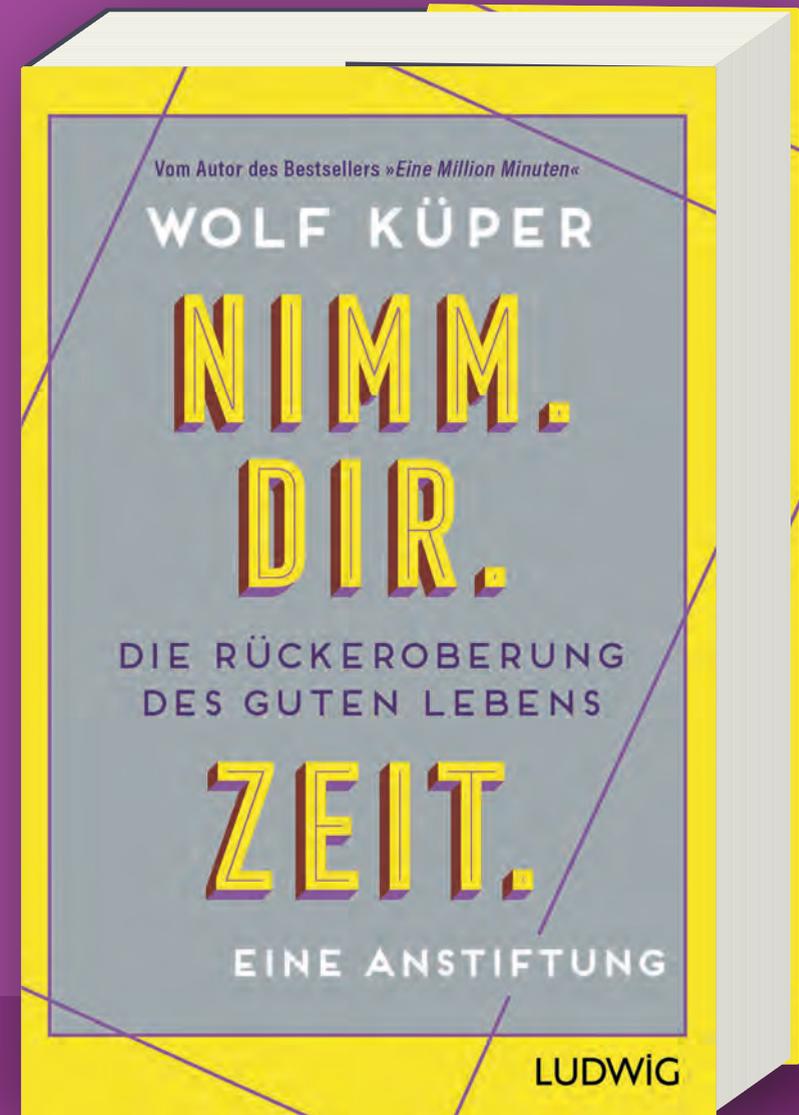
LUDWIG

LUDWIG Presseschwerpunkt

Die Wiederbelebung unseres
Traums vom Glück beginnt
mit der **Rückeroberung**
unserer Zeit



Wolf Küper
ist Autor des
SPIEGEL-
Bestsellers „Eine
Million Minuten“,
der 2024 verfilmt
wurde



Referenztitel



Wolf Küper
Eine Million Minuten
Taschenbuch 12,00 € [D]
ET: 12.03.18



James Clear
Die 1%-Methode – Minimale Veränderung, maximale Wirkung
Paperback 15,00 € [D]
ET: 27.04.20



Urheber

Wolf Küper arbeitete als Biologe und als wissenschaftlicher Gutachter für die Vereinten Nationen, bevor er seine vielversprechende Karriere aufgab, um sich und seiner Familie den Traum von mehr gemeinsamer Zeit zu erfüllen. Zusammen begaben sie sich auf eine mehrjährige Reise um die Welt, von der Wolf Küper in seinem humorvollen und nachdenklichen Reisetagebuch *Eine Million Minuten* erzählte. Ein Bestseller, der in mehrere Sprachen übersetzt wurde und 2024 als Kinofilm mit Karoline Herfurth und Tom Schilling in den Hauptrollen die deutschen Kinocharts eroberte. Die Entscheidung für eine radikale Veränderung in seinem Umgang mit Zeit veränderte Wolf Küpers Leben und das seiner Familie für immer. Nach weiteren Familienreisen durch Asien und Australien und --laut Familie- durchwachsenem Erfolg als Hausmann war er 6 Jahre lang Lehrer in Südafrika. Zurzeit arbeitet er als Berater für Zeitqualität und Coach für Biografische Transformation. Wolf Küper lebt in Kapstadt, Bonn und Aix-En Provence.



Paperback

März 2026

- **Wolf Küper ist Autor des SPIEGEL-Bestsellers *Eine Million Minuten*, der 2024 mit Tom Schilling und Karoline Herfurth in den Hauptrollen verfilmt wurde**
- **Eine tiefgründige und doch humorvolle Anleitung für die Rückeroberung unserer Zeit und die Wiederbelebung unseres Traums vom Glück**
- **Vom Hamsterradläufer zum Glücksmillionär: Wie wir endlich wieder durchatmen und die schönsten Momente im Leben genießen können**

PRESSESCHWERPUNKT

Angeblich haben wir in unserer Wohlstandsgesellschaft alles, was wir brauchen. Statistiken zeigen jedoch: Wir versinken zwar im Überfluss, aber das Glück stagniert. Wie kann es also anders gehen? Wolf Küper untersucht in diesem Buch, was wir für ein glückliches Leben wirklich brauchen. Basierend auf der aktuellen Glücks- und Zeitforschung und seinen persönlichen Begegnungen zeigt er: Was uns wirklich fehlt, ist Zeit. Ohne Zeit kein Glück. Aber wie geht das, wenn Zeit längst zur knappsten Ressource geworden ist? *Nimm. Dir. Zeit.* ist ein scharfsinniges, mutmachendes Plädoyer für ein Umdenken zum Thema Zeit. Klug und humorvoll zeigt Wolf Küper, wie wir Zeit gestalten können, damit sie zu unserem Glück beiträgt. Denn ein wirklich gutes Leben versteckt sich weder hinter einer Paywall noch im Überfluss, sondern ist viel näher, als wir denken.

Nimm. Dir. Zeit.
von Wolf Küper

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50
ca. 240 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Quality Paperback, Klappenbroschur
WG: 1933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 18.03.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-28181-3



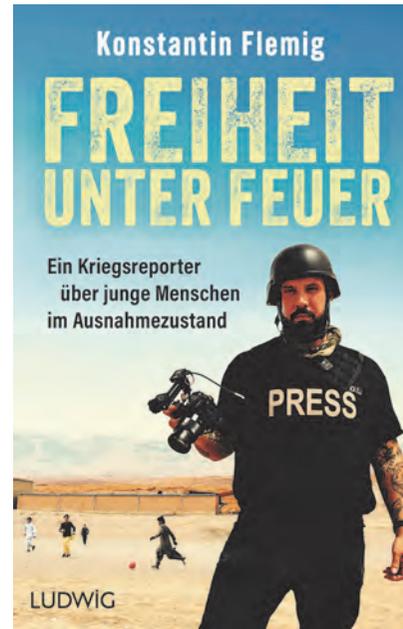
Urheber



© privat

Seit 2024 ist Flemig festangestellter Redakteur beim ZDF, seit vier Jahren Krisenreporter beim ZDF und Mitgründer des erfolgreichen ZDF-Online-Auslegers „FUNK“ und beteiligt an dem speziell auf ein junges Publikum ausgerichteten Format „Crisis“/ZDF Digital mit zwischen 500.000 bis 1.000.000 Abrufen pro Reportage. Er unterrichtet Kriegs- und Krisenjournalismus an der Deutschen Journalistenschule München und lehrt als Dozent bei der Offiziersweiterbildung der Bundeswehr "Mindset Landes- und Bündnisverteidigung" in Leipzig sowie an der Universität der Bundeswehr in München.

Sein YouTube-Kanal mit Kurzreportagen aus Kriegs- und Krisengebieten und Aufklärung zu Zusammenhängen und Hintergründen der Weltpolitik hat schnell über 200.000 Abonnenten (60.000 neue seit Januar) gewonnen.



Paperback

April 2026

- »Es ist unglaublich schwer, sich Krieg vorzustellen, wenn man nur Frieden kennt« Konstantin Flemig
- Kriegsreporter Konstantin Flemig erklärt auf seinem schnell wachsenden YouTube-Kanal (234.000 Abonnenten) Nachrichten aus Krisen- und Kriegsgebieten
- Mädchen mit Waffen in Syrien, Tiktokker in Afghanistan, Transsexuelle Menschen in Kenia, Träume hinter Stacheldraht auf Lesbos - Geschichten persönlicher Begegnungen mit besonderen Menschen, die doch so viel mit uns gemeinsam haben

Kriegsreporter und YouTuber Konstantin Flemig beleuchtet die Auswirkungen militärischer Konflikte auf das tägliche Leben in den betroffenen Regionen. Erzählerisch gibt er Einblicke in die Realitäten junger Menschen, die er auf seinen Reisen hinter die Frontlinien und in Krisengebiete trifft. Flemig teilt seine Erlebnisse und Begegnungen und zeichnet ein lebhaftes Bild eines Alltags, der von den Wünschen und Herausforderungen geprägt ist, die junge Frauen und Männer auf der ganzen Welt verbinden, kontrastiert durch die Extremsituationen ihrer Umgebung und die beeindruckende Art und Weise, wie sie damit umgehen. Konstantin Flemig erzählt einfühlsam und mit Expertise, nahbar und unterhaltsam von seinen Erfahrungen in der Ukraine, Afghanistan und weiteren Krisengebieten in kurzen, teils anekdotenhaften Kapiteln.

Freiheit unter Feuer
von Konstantin Flemig

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 16.04.2026

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

ca. 240 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Quality Paperback, Klappenbroschur

WG: 1970 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-28186-8



9 783453 281868

LUDWIG

Unsere aktuellen Toptitel



Hardcover
978-3-453-28169-1
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Hardcover
978-3-453-28183-7
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Quality Paperback
978-3-453-28175-2
€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*



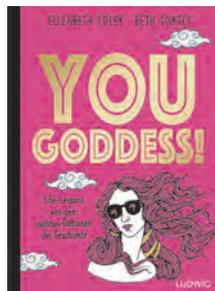
ÜBER 200.000 VERKAUFTE EX.



Taschenbuch
978-3-453-60432-2
€ 13,00 [D] | € 13,40 [A] CHF 18,50*



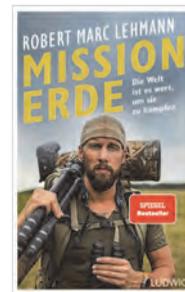
Hardcover
978-3-453-28151-6
€ 23,00 [D] | € 23,70 [A] CHF 31,90*



Hardcover
978-3-453-28185-1
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Hardcover
978-3-453-28120-2
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Hardcover
978-3-453-28141-7
€ 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



Hardcover
978-3-453-28176-9
€ 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*



Hardcover
978-3-453-28173-8
€ 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*





INTEGRAL
L o t o s
Ansata

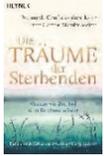
INTEGRAL Spitzentitel

**Was im Leben wirklich zählt:
Berührende Geschichten
von Menschen
am Lebensende, **die uns
die Augen öffnen****

**Mit
Reflexions-
fragen und
praktischen
Übungen**



Referenztitel



Christopher Kerr; Carine Mardorossian
Die Träume der Sterbenden
Taschenbuch 13,00 € [D]
ET: 09.11.22



Gladys McGarey
Was ein gutes Leben ausmacht
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 27.09.23



Urheberin



© Jane Richey

Diane Button ist Autorin, Unternehmerin und zertifizierte End-of-Life-Doula, die sich seit mehr als zwei Jahrzehnten intensiv mit Themen rund um das Lebensende und die persönliche Sinnfindung beschäftigt. Ein großer Teil ihrer Arbeit besteht darin, Menschen am Ende ihres Lebens dabei zu helfen, in Kontakt mit sich selbst zu treten und Sinn, Freude und letztlich Frieden in der letzten Lebensphase zu erfahren. Diane Button lebt mit ihrem Mann und ihren drei Kindern in Nordkalifornien.



März 2026

- **Was im Leben wirklich zählt: Wahre Geschichten von Menschen am Lebensende, die Herz und Seele berühren und uns die Augen öffnen**
- **Der Kompass, um Prioritäten neu zu setzen und voller Freude, Dankbarkeit und Leidenschaft zu leben**
- **Mit Reflexionsfragen und praktischen Übungen, um die gewonnenen Erkenntnisse direkt ins eigene Leben zu integrieren**

SPITZENTITEL

Seit vielen Jahren begleitet Diane Button als **Sterbebegleiterin** Menschen in ihrer letzten Lebensphase – sie sitzt bei ihnen am Bett, regelt mit ihnen die wichtigen Dinge und unterhält sich über das Leben, das nun hinter ihnen liegt. Was sie von den Sterbenden erfährt, birgt in sich einen Schatz an berührenden Einsichten darüber, was ein **»gutes Leben«** ausmacht. Denn oft werden sie uns erst im Rückblick bewusst: die Momente, Dinge und Entscheidungen, durch die wir **wahres Glück** und **tiefe Erfüllung** empfunden haben. Diane Buttons Buch öffnet uns die Augen für das, **was wirklich zählt**. Es lädt dazu ein, Ziele und Prioritäten zu überdenken, Beziehungen zu pflegen und unsere Begabungen zu entfalten – um das Beste aus der kostbaren Zeit zu machen, die uns gegeben ist. **Denn es ist nie zu spät, ein gutes Leben zu leben!**

Was am meisten zählt – Die Geheimnisse eines guten Lebens
von Diane Button

€ (D) 24,00 / € (A) 24,70 / CHF 33,50

272 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm

Hardcover, Geb. mit SU

WG: 1930 Sachbücher/Psychologie, Esoterik, Spiritualität, Anthroposophie

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 25.03.2026

ISBN/GTIN: 978-3-7787-9341-1



Referenztitel



Roxie Nafousi
Manifestiere!
Hardcover 20,00 € [D]
ET: 29.03.23



9 783778 793220



Chani Nicholas
Astro-Power - Es steht in deinen Sternen
Paperback 14,00 € [D]
ET: 19.04.21



9 783442 223244

Urheberin



© frei

Debbie Frank ist eine weit über die Grenzen Großbritanniens hinaus bekannte Astrologin, Lehrerin und Lebensberaterin. Seit mehr als vier Jahrzehnten deutet sie die Sterne für ihre persönlichen Klienten ebenso wie für Prominente und Royals. Ihre maßgeschneiderten astrologischen Ratschläge sind weltweit gefragt. Sie schreibt unter anderem die wöchentliche Astrologie-Kolumne des Online-Magazins *HELLO* sowie das Horoskop der vierteljährlich erscheinenden Royals-Ausgabe der Zeitschrift *People*.



Paperback

Juni 2026

- Die einzigartige Verbindung von Astrologie und Manifestation
- Im Flow mit den Sternen Träume wahr werden lassen – mit zahlreichen Übungen, Affirmationen und Ritualen
- Mit einem Vorwort von Bestsellerautorin Roxie Nafousi

TRENDTHEMA

Bist du bereit, das Leben zu erschaffen, von dem du schon immer geträumt hast – voller Erfüllung, Magie und Selbstbestimmung? Star-Astrologin Debbie Frank zeigt, wie du mit der **Energie der Sterne** deine **Manifestationskräfte** entfalten und entscheidend verstärken kannst. Mit deinem persönlichen Geburtshoroskop als Schlüssel lernst du, die verborgenen Kräfte deines Sternzeichens und der Planeten gezielt einzusetzen. *StarPower* ist mehr als ein Buch – es ist dein **Tor zu einer neuen Wirklichkeit**. Eindrucksvolle Fallbeispiele, inspirierende Rituale und praktische Übungen öffnen dir die Augen für das, was möglich ist, wenn du im Einklang mit dem Universum lebst. Entdecke die Schöpferkraft, die in dir schlummert. Für ein erfülltes und glückliches Leben, das nicht nur geträumt, sondern wirklich *gelebt* wird!

StarPower – Manifestieren mit der Kraft der Sterne
von Debbie Frank

€ (D) 19,00 / € (A) 19,60 / CHF 26,90
272 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Quality Paperback, Klappenbroschur
WG: 1472 Ratgeber/Spiritualität/Esoterik

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 24.06.2026

ISBN/GTIN: 978-3-7787-9344-2



9 783778 793442

Zielgruppengenaues Marketing

im Bereich Lebenshilfe und Persönlichkeitsentwicklung



Online-Werbung
Reichweitenstarke Anzeigenkampagnen auf Facebook, Instagram und Amazon mit hohem Zielgruppenpotenzial



Print-Werbung
in Magazinen wie:
• bewusst leben
• moment by moment
• Psychologie heute



Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:

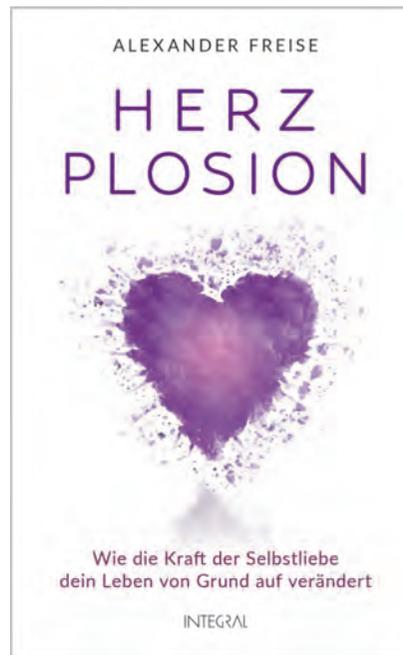
Social Media:  Website/Newsletter: 

Urheber



© Ina Bohnsack

Alexander Freise, Jahrgang 1988 ist Musiker Podcaster und Podcast-Coach u. a. für den Radiosender WDR/1LIVE. Er unterstützt Menschen dabei, ein bewussteres Leben zu führen und wieder in ihrer Mitte anzukommen. Dabei arbeitet er mit Musik und dem gesprochenen Wort, u. a. über Meditationen, Soundscapes und Affirmationen. Sein Ziel ist es, dass jeder Mensch in unserer immer stressiger werdenden Gesellschaft das Wissen und die Fähigkeiten besitzt, um mit sich selbst sowie seiner Umwelt ausbalancierter, achtsamer, bewusster und gesünder umgehen zu können. Alexander Freise lebt in Köln.



Mai 2026

- Die Liebe zu sich selbst entdecken und authentisch leben: Durch emotionale Offenheit, Verletzlichkeit und Selbstannahme zu echter Stärke finden
- Das Praxisprogramm mit kraftvollen Meditationen, Affirmationen und Übungen – direkt anwendbar durch interaktiven Zusatzcontent zum Download
- Autor mit stetig wachsender Community: 53.000 Follower*innen auf Instagram, monatlich 10.000 Podcast-Hörer*innen

TRENDTHEMA

Was wäre, wenn du dich selbst voll und ganz annehmen könntest – jenseits aller Masken, mit all deinen Sehnsüchten, Gefühlen und den Ecken und Kanten, die dich einzigartig machen? Dieses Buch ist eine Einladung, dich selbst neu zu entdecken und dabei eine liebevolle Verbindung zu dir aufzubauen. Es nimmt dich mit auf eine innere Reise zu deinem wahren Wesen, zu dem Menschen, der du bist, wenn du alle äußeren Erwartungen loslässt. Alexander Freise – Lifecoach, Musiker und Gründer des Podcasts *Bewusst leben* – begleitet dich auf deinem **Weg zur Selbstliebe**. Mit berührenden Geschichten, ehrlichen Einblicken und praktischen Übungen zeigt er, wie du emotionale Blockaden lösen, deine Schatten liebevoll annehmen und die Kraft deines Herzens voll entfalten kannst. Denn Selbstliebe ist ein lebendiger Prozess – ein tägliches Erinnern daran: **Du bist bereits genug. Genau so, wie du bist.**

HerzPlosion
von Alexander Freise

€ (D) 20,00 / € (A) 20,60 / CHF 28,50

240 Seiten, Format 12,5 x 20,0 cm

Hardcover, Pappband

WG: 1481 Ratgeber/Lebenshilfe, Alltag/Lebensführung, Persönliche Entwicklung

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 27.05.2026

ISBN/GTIN: 978-3-7787-9342-8



9 783778 793428

Musterkarten



Referenztitel



Yasmin Boland
Moonology – Das Wünsche-Orakel
Non-Book 23,00 € [D]
ET: 23.05.22



4 250939 600055



Yasmin Boland
Moonology - Botschaften des Mondes
Non-Book 24,00 € [D]
ET: 30.05.24



4 250939 600086



Yasmin Boland
Moonology – Das Mond-Orakel
Non-Book 23,00 € [D]
ET: 31.08.20



4 250939 600031



Kartenset

Mai 2026

- **Das erste Orakelset, um die Kraft des Dunkelmondes zu nutzen – von der Erfolgs-Astrologin Yasmin Boland**
- **Toxische Gedankenmuster loslassen, Antworten auf Lebensfragen erhalten, klar und mutig neue Intentionen umsetzen**
- **Ein inspirierendes Geschenk für alle Mondsüchtigen: 48 kraftvolle Karten in rundem Format, liebevoll illustriert**

Urheberin



© privat

Yasmin Boland ist Journalistin, TV-Produzentin und Astrologin. Ihre große Leidenschaft: der Mond und seine magischen Kräfte. Seit fast 20 Jahren beschäftigt sie sich mit dem Sternenhimmel, mittlerweile zählt sie zu den bekanntesten Astrologinnen weltweit. Auf ihrer international populären Webseite veröffentlicht sie tägliche Moon-Messages und informiert Menschen über ihr Wochen-, Monats- und Jahreshoroskop. Sie wird regelmäßig im Fernsehen als Expertin herangezogen, gibt Workshops und bildet Astrologen aus. Yasmin Boland ist in Deutschland geboren, in Tasmanien aufgewachsen und lebt in Großbritannien.

Entdecke die **geheimnisvolle Kraft des Dunkelmonds** und wachse über dich hinaus! Der Dunkelmond markiert die Phase kurz vor dem Neumond – eine Zeit der Stille, Reflexion und der Vorbereitung auf einen Neubeginn. Erfolgs-Astrologin Yasmin Boland lädt dich mit diesem außergewöhnlichen, zauberhaft gestalteten Kartenset auf eine magische Reise zu dir selbst ein. Einfach intuitiv eine Karte ziehen – jede der 48 runden Karten ist ein **Schlüssel zu deiner inneren Weisheit** und ermöglicht dir den Zugang zu **mehr Klarheit, Heilung und persönlicher Neuausrichtung**. Das begleitende Orakelbuch hilft dir, blockierende Denkmuster zu erkennen und liebevoll loszulassen. So entsteht Raum für **Selbstakzeptanz, innere Stärke** und die **Erfüllung deiner tiefsten Herzenswünsche**.

Das Dunkelmond-Orakel
von Yasmin Boland

€ (D) 24,00 / € (A) 24,00 / CHF 34,90

160 Seiten, Format 8,9 x 12,8 cm
Non-Book, Stülpedeckelschachtel,
48 farbige runde Karten

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 27.05.2026

WG: 9473 Ratgeber/Spiritualität/Astrologie, Kosmos

ISBN/GTIN: 4250939600093

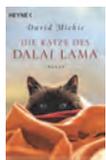


4 250939 600093

Musterkarten



Referenztitel



David Michie
Die Katze des Dalai Lama
Taschenbuch 13,00 € [D]
ET: 11.11.19
Band 1



9 783453 703810



David Michie
Die Katze des Dalai Lama und der Zauber des Augenblicks
Taschenbuch 12,00 € [D]
ET: 08.03.21
Band 3



9 783453 704077



David Michie
Die Katze des Dalai Lama und die Kunst des Schnurrens
Taschenbuch 11,00 € [D]
ET: 14.09.20
Band 2



9 783453 703926



David Michie
Die Katze des Dalai Lama und die vier Geheimnisse des Glücks
Taschenbuch 11,00 € [D]
ET: 12.04.23
Band 4



9 783453 704466



Kartenset

April 2026

- Das erste Orakelset der »Katze seiner Heiligkeit« – über 180.000 verkaufte Bücher der beliebten Romanreihe rund um die sympathische Protagonistin
- 31 bezaubernd illustrierte Erleuchtungskarten vermitteln die Geheimnisse des Buddhismus, um im Alltag zu Gelassenheit und innerer Klarheit zu finden
- Die Katze des Dalai Lama begeistert Katzenliebhaber, Meditationsfans und Buddhismus-Interessierte gleichermaßen

Inmitten der stillen Klosterwelt, wo der Duft von Himalaya-Kiefern durch die Fenster zieht und Mantras wie ein leiser Strom durch die Gänge fließen, lebt sie: **die Katze des Dalai Lama**. Als stille Beobachterin an der Seite seiner Heiligkeit hat sie über Jahre hinweg die **Weisheit des tibetischen Buddhismus** auf ihre ganz eigene Weise verinnerlicht. Dieses liebevoll gestaltete Kartenset lädt dazu ein, in die Stille zu gehen und der Stimme der »kleinen Schneelöwin« zu lauschen, die mit katzentypischer Neugier einen wahren Wissensschatz angehäuft hat und nun **Antworten auf die großen und kleinen Fragen des Lebens** bereithält. Ob als tägliche Inspiration oder Begleiter in herausfordernden Zeiten: Jede Karte schenkt uns wertvolle Impulse für mehr **innere Ruhe, Gelassenheit und Lebensfreude**. Ein zauberhaftes Geschenk – an uns selbst oder einen lieben Menschen.

Die Katze des Dalai Lama. Weisheitsorakel
von David Michie
Übersetzer: Kristof Kurz

€ (D) 22,00 / € (A) 22,00 / CHF 31,90
80 Seiten, Format 6,9 x 12,0 cm
Non-Book, Kartenset,
WG: 9474 Ratgeber/Spiritualität/Lebensdeutung

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 29.04.2026

ISBN/GTIN: 4250939500041



4 250939 500041

Urheber



© Hay House Publishers

David Michie, geboren in Zimbabwe, lebt heute in Australien. Ursprünglich Thriller-Autor, gelingt es dem praktizierenden Buddhisten und Meditationslehrer mit Bravour, buddhistische Gedanken in moderner, verständlicher Form einem breiten Publikum nahezubringen. David Michies Bücher wurden in 25 Sprachen übersetzt, die Romane über die Abenteuer der Katze des Dalai Lama sind internationale Bestseller.

Referenztitel



Shunmyo Masuno
Lass los – das Leben darf leicht sein
Hardcover 20,00 € [D]
ET: 01.05.25



9 783778 783221

Urheber



© Kevin Painchaud

Lee Holden ist ein weltweit renommierter und von der *International Qigong Association* anerkannter Qigong-Meister. Mit seiner TV-Präsenz erreicht er allein in den USA über 50 Millionen Haushalte. Der Vater von vier Töchtern wirkt als Qigong-Lehrer, zugelassener Akupunkteur und Mitbegründer des *Santa Cruz Integrative Medicine and Qi Center* in Santa Cruz, Kalifornien.



Paperback

Mai 2026

- **Nie war Entschleunigung so einfach: mit modernem Qi-Gong zur Ruhe kommen und sich und seine Beziehungen neu spüren**
- **Die *Slow-Methode* vereint zeitlose Prinzipien östlicher Weisheit mit kraftvollen Übungen und einfachen Achtsamkeits-Praktiken – inkl. Video-Anleitungen zum kostenlosen Download**
- **Vom weltbekannten Qigong-Lehrer mit 306.000 YouTube-Abonnenten und 86.000 Instagram-Followern**

Wie finden wir zurück zu unserem natürlichen, gesunden Lebensrhythmus? Und was braucht es wirklich, um echtes Glück und wahre Liebe zu empfinden? Lee Holden – Qigong-Meister und inspirierender Lifecoach – lädt uns ein zu einer lebensverändernden **Reise der Entschleunigung**. Sein ganzheitlicher Weg ist eine **Rückkehr zu innerer Balance und lebendiger Präsenz**.

Die **Slow-Methode** vereint jahrtausendealte östliche Weisheit mit modernen Erkenntnissen und leicht anwendbaren Techniken für Körper, Geist und Seele. Sie zeigt, wie wir durch einfache Qigong-Übungen (auch als kostenlose Videos abrufbar) und bewährte Life-Hacks neue Energiequellen erschließen können – mitten im Alltag.

Der praktische Leitfaden für alle, die nicht mehr funktionieren, sondern endlich wirklich leben wollen: für spürbar mehr Resilienz, innere Ruhe und Tiefe im Umgang mit sich selbst und anderen.

Slow. Nutze die Kraft der Langsamkeit
von Lee Holden

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

288 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Quality Paperback, Klappenbroschur
WG: 1462 Ratgeber/Gesundheit/Entspannung, Yoga,
Meditation, Autogenes Training

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 27.05.2026

ISBN/GTIN: 978-3-7787-8328-3



9 783778 783283

Zielgruppengenaues Marketing

Im Bereich Buddhismus und Meditation



© Getty Images / Jona Lutz Gallig, Anika

mit U25 ansehen
Gegen U25 ansehen

Online-Werbung

Facebook, Instagram und Amazon mit Facebook
Zielgruppenreifeiten

Print-Werbung

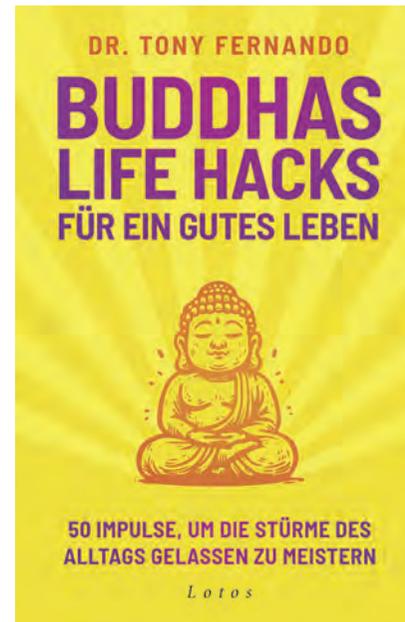
Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:

Social Media

Website / Newsletter

In Magazinen wie:

- Buddhismus aktuell
- Inspirit by Inspirit
- Mensch & Welt

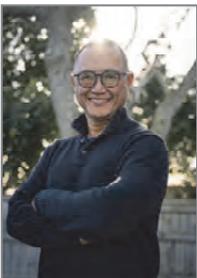


Paperback

Juni 2026

- Die zeitlose Weisheit Buddhas in 50 alltagsnahen Life Hacks – für mehr Gelassenheit, Glück und inneren Frieden in einer hektischen Welt
- Spirituelle Tiefe trifft praktische Lebenshilfe – inspirierend, unterhaltsam und direkt umsetzbar
- Dr. Tony Fernando verbindet all seine Erfahrung als Psychiater und buddhistischer Mönch

Urheber



© Makoto Takaoka

Dr. Tony Fernando ist Psychiater und renommierter Schlafmediziner mit philippinischen Wurzeln. Er absolvierte seine Facharztausbildung in Psychiatrie und Schlafmedizin an der University of Pennsylvania / USA. Später promovierte er in Auckland mit einer Arbeit über Mitgefühl in der Medizin – ein Thema, das seither im Zentrum seiner wissenschaftlichen und praktischen Tätigkeit steht. 2017 ließ er sich für einige Zeit als buddhistischer Mönch in Myanmar ordinieren – eine Erfahrung, die seine Arbeit und sein Leben nachhaltig prägte. In seiner Lehre, für die er mehrfach ausgezeichnet wurde, beschäftigt sich der Mediziner mit der Integration buddhistischer Weisheiten in den Alltag. Dr. Fernando lebt in Neuseeland und ist leidenschaftlicher Cellist und Feinschmecker.

Wie können wir in einer Welt voller Hektik und Unsicherheit **Liebe, Glück** und **inneren Frieden** finden? Was kann uns dabei helfen, Stress und emotionale Blockaden nachhaltig zu lösen und mehr **Gelassenheit im Alltag** zu entwickeln? **Buddha hatte die Antworten** auf diese essenziellen Lebensfragen – und der renommierte Psychiater und frühere buddhistische Mönch Dr. Tony Fernando erschließt sie mit seinen **50 Life Hacks auf die denkbar klarste und zugänglichste Weise**. Und zwar ganz im Sinne des »Erfinders« selbst: lebensnah, humorvoll, auf den Punkt gebracht – um **innere Kraft- und Glücksquellen** zu erschließen und die **kleinen und großen Stürme des Alltags erfolgreich zu meistern**.

Ein **inspirierender Kompass** für alle, die mithilfe buddhistischer Weisheit zu innerer Ruhe, Klarheit und echter Gelassenheit finden wollen.

Buddhas Life Hacks für ein gutes Leben
von Dr. Tony Fernando

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

304 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Quality Paperback, Klappenbroschur
WG: 1476 Ratgeber/Spiritualität/Östliche Weisheit

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 24.06.2026

ISBN/GTIN: 978-3-7787-8330-6



9 783778 783306

Zielgruppengenaues Marketing

im Bereich Esoterik und Spiritualität



Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website / Newsletter



Online-Werbung

Reichweitenstarke
Anzeigenkampagnen auf
Facebook, Instagram und
Amazon mit hohem
Zielgruppenpotenzial



Print-Werbung

in Magazinen wie:

- Pulsar
- Visionen
- Engelmagazin
- Welt der Spiritualität



Referenztitel



Birgit Fischer
Starseeds
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 28.09.22



Birgit Fischer
Starseeds-Contact
Hardcover 32,00 € [D]
ET: 12.02.25



Birgit Fischer
Starseeds-Healing
Hardcover 23,00 € [D]
ET: 27.09.23



Birgit Fischer
Starseeds-Love
Hardcover 23,00 € [D]
ET: 24.04.24



Urheberin



© Michael Liebert

Birgit Fischer ist Medium, Heilerin und Spiritual Teacher. Schon seit ihrer Kindheit spürt und sieht die vierfache SPIEGEL-Bestsellerautorin Energien, spricht mit Engeln, hört ihre persönlichen Geistführer und verfügt über eine ausgeprägte Hellsichtigkeit. Im Laufe ihres Lebens ging sie durch einen tiefen Transformations-Prozess, der sie diese übersinnlichen Gaben als großes Geschenk erkennen ließ und für ihr berufliches Wirken zu nutzen lehrte. Die Österreicherin ist bekannt durch ihre zahlreichen YouTube-Videos und als Speakerin über die aktuellen Zeitqualitäten und kollektiven Chancen. Sie forscht intensiv zum Thema *Starseeds* (galaktische Intelligenzen), ist gefragte Referentin auf großen Channeling-Kongressen und bietet mediale Ausbildungen und Workshops an.

Februar 2026



- Das erste große Prophezeiungsbuch der SPIEGEL-Bestsellerautorin
- Faszinierende Vorhersagen und praktischer Rat: Der spirituelle Begleiter für den Übergang in ein Neues Zeitalter
- Aufwendig gestaltet und durchgehend vierfarbig, mit 20 einzigartigen Lichterscheinungs-Fotografien

SPITZENTITEL

Etwas Großes verändert sich – in uns und um uns herum. Dieser Wandel betrifft alle wichtigen Lebensbereiche: unser Selbstverständnis, unsere Partnerschaften, Werte, Finanzen, Bildung, Spiritualität. Welche Rolle spielen wir dabei, und worauf kommt es jetzt wirklich an?

Birgit Fischers gechannelte Botschaften und **wegweisende Prophezeiungen** sind ein Schlüssel zur Erinnerung an unsere mehrdimensionalen Qualitäten. Sie schaffen ein zeitgemäßes Verständnis dafür, was der Mensch in seiner Tiefe wirklich ist und bewirken kann. Das bekannte Medium erklärt körperliche, mentale und spirituelle Aufstiegsymptome und zeigt, wie wir uns von alten Energien lösen können, um die Frequenzen und Energiefelder der Neuen Zeit gezielt zu nutzen.

Prophezeiungen
von Birgit Fischer

€ (D) 26,00 / € (A) 26,80 / CHF 35,90

256 Seiten, Format 13,5 x 21,5 cm

Hardcover, Pappband

durchgehend 4-farbig

WG: 1930 Sachbücher/Psychologie, Esoterik, Spiritualität, Anthroposophie

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 25.02.2026

ISBN/GTIN: 978-3-7787-7612-4

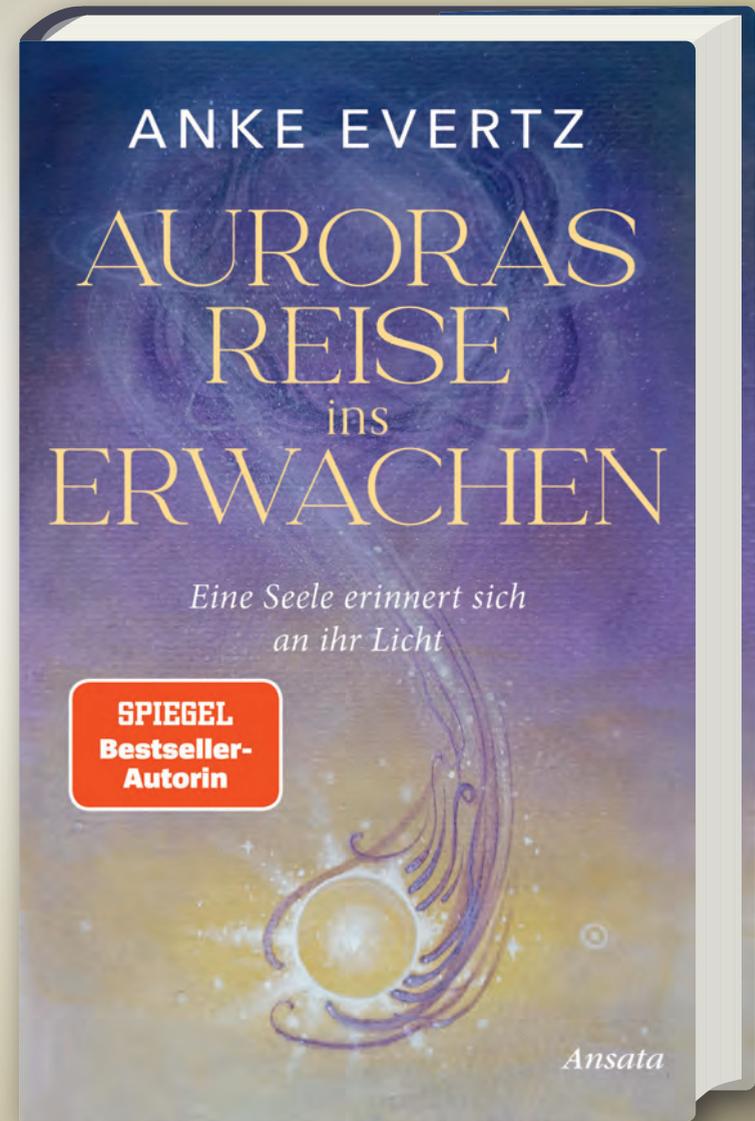


Ansata Spitzentitel

Dieser
spirituelle Roman
öffnet das Herz
und berührt
die Seele



Über
130.000
verkaufte
Bücher der
Autorin



Referenztitel



Anke Evertz
Die Unendlichkeit in dir
 Hardcover 23,00 € [D]
 ET: 25.10.23



9 783778 775721



Christiane Hansmann GmbH
Mosaphir - Die Reise zu deinem inneren Licht
 Hardcover 20,00 € [D]
 ET: 28.09.22



9 783778 775837



Anke Evertz
Neun Tage Unendlichkeit
 Taschenbuch 13,00 € [D]
 ET: 13.09.23



9 783453 704718



Anke Evertz
Neun Tage Unendlichkeit
 Hardcover 20,00 € [D]
 ET: 01.04.19



9 783778 775462

Zielgruppengenaues Marketing
 im Bereich Lebenshilfe und Persönlichkeitsentwicklung

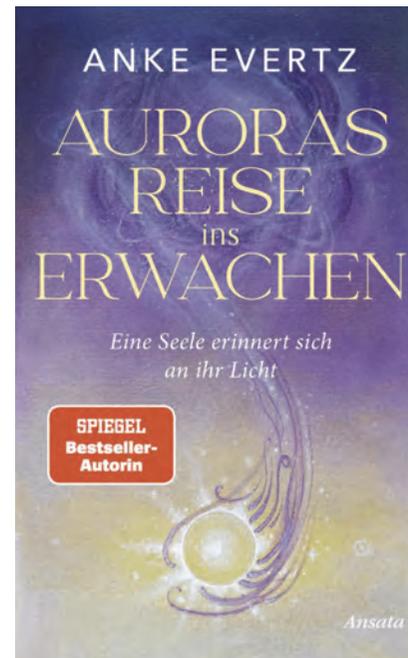
Online-Werbung
 Reichweitenstarke Anzeigenkampagnen auf Facebook, Instagram und Amazon mit hohem Zielgruppenpotenzial

Print-Werbung
 in Magazinen wie:
 • bewusster leben
 • moment by moment
 • Psychologie heute

Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:
 Social Media | Weblogs / Newsletter

Urheberin

Schon seit frühester Kindheit stellte sich **Anke Evertz** tiefgehende Fragen über den Sinn des Lebens, die ihr niemand wirklich beantworten konnte. Das änderte sich schlagartig: Im September 2009 erlebte sie infolge eines Brandunfalls eine außergewöhnlich umfassende Nahtoderfahrung. Die beeindruckenden Erkenntnisse aus dieser Zeit veränderten ihren Blick auf das Leben und den menschlichen Körper von Grund auf. Nachdem sie ihr eigenes, unerschöpfliches Potenzial erst einmal erfahren hatte, war es ihr nicht mehr möglich, in ihre frühere, begrenzte Denk- und Lebensweise zurückzukehren. Seither erfährt Anke Evertz das Leben als ein einziges Wunder und teilt ihre Erfahrung in Kursen, Seminaren, als Top-Speakerin auf spirituellen Kongressen sowie in ihrem Podcast Seelencafé mit anderen Menschen.



April 2026

- **Bist du bereit, dir ganz zu vertrauen? Dieser spirituelle Roman öffnet das Herz und berührt die Seele**
- **Das inspirierende Leserlebnis für alle, die ihr wahres Selbst und ihre ureigene Bestimmung wiederfinden wollen**
- **Über 130.000 verkaufte Bücher der SPIEGEL-Bestsellerautorin Anke Evertz**

SPITZENTITEL

Das Mädchen Aurora entscheidet sich, erneut zu inkarnieren – mit dem festen Vorsatz, sich und ihren **Seelenauftrag** diesmal nicht zu vergessen: Sie möchte als Brücke zwischen der irdischen und der **seelischen Welt** wirken. Doch um zu überleben, muss Aurora lernen, sich in immer engere Rollen zu zwingen. Schicht um Schicht wird ihr **natürliches Strahlen** gedimmt, bis sie kapituliert und beschließt, »normal« zu werden – um jeden Preis. Erst ein körperlicher Zusammenbruch bringt die **Wende** – und führt sie zurück in ihr **wahres Selbst** und zur Entfaltung ihres **unerschöpflichen inneren Potenzials**. Diese **berührende Erzählung** von **Bestsellerautorin Anke Evertz** ist eine liebevolle Erinnerung für alle, die bereit sind, auf die **Stimme ihrer Seele** zu hören und auf den Weg zurückzufinden, der wirklich für sie bestimmt ist.

Auroras Reise ins Erwachen
 von Anke Evertz

€ (D) 23,00 / € (A) 23,70 / CHF 31,90
 256 Seiten, Format 12,5 x 20,0 cm
 Hardcover, Geb. mit SU,
 7 s/w-Schmuckelemente
 WG: 1937 Sachbücher/Spiritualität

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 29.04.2026

ISBN/GTIN: 978-3-7787-7614-8



9 783778 776148

Zielgruppengenaues Marketing

im Bereich Esoterik und Spiritualität



Online-Werbung
Reichweitenstarke Anzeigenkampagnen auf Facebook, Instagram und Amazon mit hohem Zielgruppenpotenzial



Print-Werbung
in Magazinen wie:

- Pulsar
- Visionen
- Engelmagazin
- Welt der Spiritualität



Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:

Social Media: 

Website/Newsletter: 

Urheber



© privat

Robin Kaiser studierte Psychologie und Philosophie in Berlin und arbeitet seither als selbstständiger Berater, Körpertherapeut und Künstler. Nach einer Reihe intensiver Meditationserfahrungen in einem buddhistischen Kloster in Thailand begannen sich Texte durch ihn wie von selbst zu schreiben. Robin Kaiser versteht sich selbst als Botschafter des Kosmos, Brückenbauer zwischen den Welten und Inspirationsgeber. Er ist Autor mehrere Bücher, Speaker auf spirituellen Kongressen und Veranstaltungen, gibt Seminare und betreibt den Podcast »Eine Neue Erde«.



Februar 2026

- Das tiefgehende Selbsterfahrungsbuch des beliebten spirituellen Lebenslehrers
- 112 wahrnehmungsverändernde Techniken für ein völlig neues Lebensgefühl: Wie wir den schöpferischen Gottesfunken in uns entfachen und zu vollem Bewusstsein erwachen
- Zahlreiche Veranstaltungen von Robin Kaiser im deutschsprachigen Raum, 40.000 Follower*innen auf YouTube

Über Jahrtausende hinweg wurden wirkmächtige Wahrnehmungs- und Bewusstseinspraktiken überliefert, die auch in der heutigen Zeit neue Dimension innerer Klarheit und seelischer Entfaltung eröffnen können: Robin Kaiser teilt dieses tiefgründige Einweihungswissen – einen Schatz, den er geistig empfangen und über viele Jahre hinweg gesammelt hat.

Der **Begriff »Sutra«** bedeutet **Faden**, **»Deva«** steht für **Gott** – und so ist jedes der 112 Deva-Sutras wie ein feiner innerer Leitfaden, der uns mit unserem **wahren Selbst** in Kontakt bringt und zu unserem **göttlichen Ursprung** zurückführt. Die **bewusstseinsweiternden Übungen**, die der bekannte spirituelle Lehrer präsentiert, lassen uns in faszinierende Welten eintauchen. Sie entfachen den göttlichen Funken in uns und weisen uns den Weg.

Deva Sutra. Erwecke deine göttliche Schöpferkraft
von Robin Kaiser

€ (D) 24,00 / € (A) 24,70 / CHF 33,50
ca. 400 Seiten, Format 15,0 x 21,5 cm
Hardcover, Pappband,
mit Schmuckillustrationen und s/w Vignetten
WG: 1472 Ratgeber/Spiritualität/Esoterik

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 25.02.2026

ISBN/GTIN: 978-3-7787-7613-1

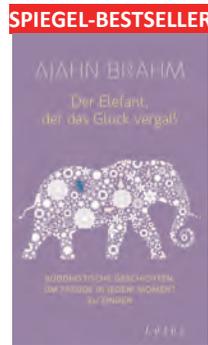


9 783778 776131

Unsere Top-Titel bei Integral, Lotos und Ansata



Ajahn Brahm
Die Kuh, die weinte
Hardcover, 240 S., 13,5 x 21,5 cm
978-3-7787-8183-8
€ 19,00 [D] | € 19,60 [A] CHF 26,90*



Ajahn Brahm
Der Elefant, der das Glück vergaß
Hardcover, 240 S., 13,5 x 21,5 cm
978-3-7787-8251-4
€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*



Shunmyo Masuno
Lass los – das Leben darf leicht sein
Hardcover, 240 S., 12,5 x 20,0 cm
978-3-7787-8322-1
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Wim Hof
Die Wim-Hof-Methode
Quality Paperb., 320 S., 13,5 x 20,6 cm
978-3-7787-9308-4
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 27,90*



Isabelle Hof; Laura Hof
Die Wim-Hof-Methode für Frauen
Quality Paperb., 352 S., 13,5 x 20,6 cm
978-3-7787-9337-4
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Maya Raichoora
Visualisiere
Hardcover, 352 S., 13,5 x 21,5 cm
978-3-7787-9339-8
22,00 € [D] 22,70 € [A] 30,90 CHF*



Roxie Nafousi
Manifestiere!
Hardcover, 208 S., 12,5 x 20,0 cm
978-3-7787-9322-0
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Roxie Nafousi
Selbstvertrauen.
Hardcover, 336 S., 12,5 x 20,0 cm
978-3-7787-9338-1
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Sandra Weber
Seelenkraft – Entdecke dich selbst
Hardcover, 304 S., 13,5 x 21,5 cm
978-3-7787-7607-0
€ 23,00 [D] | € 23,70 [A] CHF 31,90*



Lucy Claire Dunbar
Was das Leben dir schenkt
Hardcover, 160 S., 18,9 x 23,0 cm
978-3-7787-9335-0
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*





Taschenbuch

HEYNE <

Bestseller-Marketing für das wichtige Frühwarnsystem in Buchform

„Sie ist
**Demokratie-
Therapeutin.**
Eine, die ihren
Job ziemlich
gut macht.“
ZDF



Foto: © Daniel Dittus

Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter



Online-Werbung

- Programmatic Ads



Große
Print-, Online-
und Social-Media-
Kampagnemit
**Millionen-
reichweite**



Print-Werbung

Anzeigen in *DIE ZEIT*, *SZ*, *FAS*,
der Freitag „Buch der Woche“
(inkl. Online-Advertorial auf *freitag.de*)



Referenztitel



Sally Lisa Starken
Zu Besuch am rechten Rand
Paperback 16,00 € [D]
ET: 19.02.25



9 783453 607057



Leonie Plaar
Meine Familie, die AfD und ich
Paperback 18,00 € [D]
ET: 10.09.25



9 783442 320035

Urheberin

Sally Lisa Starken, geboren 1990, ist freie Journalistin, Autorin, Podcasterin und Content Creatorin. Mit ihrem präzisen Blick auf gesellschaftliche und politische Dynamiken beleuchtet sie aktuelle Herausforderungen und als gefragte Stimme in der öffentlichen Debatte hat sie sich insbesondere mit den Themen Rechtsextremismus, -populismus, politische Proteste und soziale Ungerechtigkeit einen Namen gemacht. Ihr Ziel: Politik neu erzählen und zugänglicher machen, damit jede*r sie besser verstehen kann.

Auf Instagram und als Podcast-Host erklärt sie täglich Politik – aktuell in ihrem Format »Die Informantin«. Sie ist Autorin dreier Kinderbücher über Demokratie, Klimaschutz und Frieden. Bei Heyne erschien 2025 ihr Buch "Zu Besuch am rechten Rand", das auf Platz 1 der Spiegel-Bestsellerliste stand.



Was, wenn wir eines Tages feststellen, dass sich das politische Klima endgültig nach rechts verschoben hat? Dass Populismus nicht mehr nur Wahlkampfrhetorik ist, sondern Regierungsstrategie. Genau das passiert bereits in anderen Ländern – weltweit. Es ist kein deutsches Einzelphänomen und folgt wiederkehrenden Mustern, die zeigen, wie Demokratien unter Druck geraten. Autoritäre Kräfte sind überall dort erfolgreich, wo Demokraten und Demokratinnen nicht rechtzeitig mit überzeugenden Zukunftsvisionen gegensteuern. Und internationale Erfahrungen zeigen: Wir können voneinander lernen, uns gegenseitig stärken und gemeinsam neue Wege finden. Politikaufklärerin und Bestsellerautorin Sally Lisa Starken zeigt anhand von drei Fallstudien – die USA, Italien und Polen - welche Fehler Demokratien machen und welche Strategien tatsächlich helfen. Ein Frühwarnsystem in Buchform!

Wenn der rechte Rand regiert
von Sally Lisa Starken

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 18.03.2026

Paperback

- Das neue Buch der bekannten Politikaufklärerin und Spiegel-Bestseller-Nummer-1-Autorin
- USA, Polen, Italien: Die bekannte Moderatorin, Journalistin und Podcasterin zeigt, welche Lehren wir jetzt aus dem globalen Rechtsruck für Deutschlands Zukunft ziehen müssen
- Desinformation, gesellschaftliche Spaltung, Erosion der Demokratie: Sally Lisa Starken macht deutlich, was passieren wird, wenn wir alles hinnehmen – aber auch, was möglich wird, wenn wir jetzt etwas verändern

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50
ca. 288 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Paperback, Klappenbroschur
WG: 2973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/
Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60735-4



März 2026

SPITZENTITEL

Referenztitel



Dan Schreiber
Waschbären, die im Dunkeln leuchten
Paperback 16,00 € [D]
ET: 11.09.24



9 783453 606852



Jo Hedwig Teeuwisse
Fake History – Hartnäckige Mythen aus der Geschichte
Paperback 18,00 € [D]
ET: 15.11.23



9 783453 606616

Urheberin

Annie Rauwerda ist Komikerin, Autorin und fleißige Shitposterin. Als Journalistin und Expertin für die Untiefen des Internets hat sie für Magazine wie *Slate*, *Vice* und *Input* geschrieben und präsentiert ihre Show »Depths of Wikipedia Live!« vor ausverkauften Sälen. In den sozialen Medien haben ihre Posts über die »Depths of Wikipedia« weltweit Fans. Rund 1,2 Millionen folgen ihr allein auf Instagram und teilen ihre Freude an Rabbitholes und unnützem Wissen.



Annie Rauwerda liefert Antworten auf Fragen, von denen mit Sicherheit niemand zugeben würde, sie je gestellt zu haben: Wer ist buchstäblich vor Lachen gestorben? Wann wurde das Ciabatta erfunden? Warum haben Tiere Hochschulabschlüsse? Und wer entscheidet überhaupt, was bemerkenswert genug für einen Wikipedia-Artikel ist? Sie unterfüttert die lustigsten, skurrilsten und spannendsten Wikipedia-Inhalte mit Interessantem über die Mitwirkenden und die Geschichte der Enzyklopädie. Sie gibt den Menschen hinter den Artikeln ein Gesicht, wie dem Mann im Artikel »Achselzucken« oder dem Paar im »High Five«-Artikel. Urkomisch und doch lehrreich.

Spaghetti-Bäume liefern eine besonders ergiebige Ernte

von Annie Rauwerda

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 10.06.2026

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40 / CHF 20,50

ca. 240 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur

WG: 2910 Sachbücher/Lexika, Nachschlagewerke

ISBN/GTIN: 978-3-453-60709-5



9 783453 607095

June 2026

- **Unnützes Wissen auf Speed - Kurioseste Einträge, skurrilste Fakten und was hinter dem beliebtesten Lexikon der Welt steht**
- **Depths of Wikipedia: Das erste Rabbithole in Buchform**
- **Annie Rauwerda ist der Wikipedia-Nerd hinter dem Account depths-of-wikipedia mit über 2 Mio. Followern auf Instagram und X**

EMPFEHLUNGSTITEL

Referenztitel



Aeneas Rooch
Die Entdeckung der Unendlichkeit
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 08.03.22



9 783453 218185

Urheber



© andreas ren photography

Aeneas Rooch, geboren 1983, hat Mathematik und Physik studiert. Er arbeitet in der Softwarebranche und ist als freier Wissenschaftsjournalist tätig. Er spielt gerne Klavier und Badminton (aber selten gleichzeitig).



März 2026

- Von Genies, Lügern, Wahnsinn und gekrümmten Welten – auf den Spuren erstaunlicher Persönlichkeiten, die die moderne Mathematik und Physik bis heute prägen
- Als Wissenschaftsjournalist, studierter Mathematiker und Physiker versteht es der Bestsellerautor, die höhere Mathematik auch für Laien zu enträtseln
- Die Faszination der Unendlichkeit – für die Leser von Andrea Wulf, Wolfram Eilenberger, Simon Singh und Ian Stewart

Was ist die Unendlichkeit? Gibt es verschiedene Unendlichkeiten? Vielleicht sogar in unterschiedlichen Größen? Wächst die Unendlichkeit immer weiter und ist niemals abgeschlossen? Oder gibt es auch eine Unendlichkeit, die nicht mehr größer wird? Diese Fragen haben enorme praktische Bedeutung: Erst durch sie konnte geklärt werden, was Zahlen wie 7 oder Pi genau sind und dass elementare Rechentechniken, etwa zum Bestimmen eines Flächeninhalts oder der Steigung einer Kurve, tatsächlich präzise und ohne böse Überraschungen funktionieren. Letztlich beruht die gesamte heutige Mathematik darauf.

Aeneas Roochs spannend erzählte Entdeckungsreise in die Welt der Unendlichkeit ist nicht nur eine anregende Erkundung eines der größten Rätsel von Mathematik und Philosophie, sondern zugleich eine Liebeserklärung an die präziseste und logisch strengste Wissenschaft, die wir kennen.

Die Entdeckung der Unendlichkeit
von Aeneas Rooch

Originalverlag: Heyne HC

Erscheinungstermin: 11.03.2026

€ (D) 16,00 / € (A) 16,50 / CHF 22,90
ca. 416 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm
Taschenbuch, Broschur
38 s/w Strichzeichnungen im Text
WG: 1620 Mathematik

ISBN/GTIN: 978-3-453-60742-2



9 783453 607422

Weltbestseller-Marketing für die ergreifende chinesische Familiensaga



Begleitung auf den Plattformen der Verlagsgruppe:



Social Media



Website/Newsletter



Online-Werbung

- Native Ads über outbrain
- Werbung auf perlentaucher.de
- Google Search Ads

Blickfang für Ihren Verkaufsraum

- Dekoplatat DIN A2

Radio/Podcast: Podcast-Werbung (programmatische Aussteuerung)

Große Print-, Online- und Social-Media-Kampagne mit optimalem Zielgruppenfokus



Print-Werbung

Anzeigen in GEO, Brigitte, der Freitag, buchjournal

Referenztitel



Jung Chang
Die drei Schwestern
Hardcover 25,00 € [D]
ET: 25.05.20

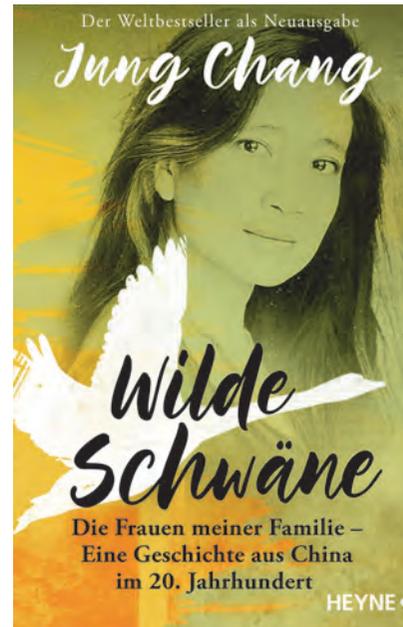


Urheberin



© Jung Chang

Jung Chang, geboren 1952 in China, lebt seit 1978 in London. Für ihr autobiografisches Buch »Wilde Schwäne«, das in über zwölf Ländern auf Platz 1 der Bestsellerlisten stand und sich weltweit mehr als 15 Millionen Mal verkaufte, erhielt sie zahlreiche Preise. Auch ihre aufsehenerregende Biografie »Mao« (Blessing, 2005) war ein internationaler Bestseller. Zuletzt erschien von Jung Chang die Biografie »Kaiserinwitwe Cixi« (2014) sowie »Die drei Schwestern« (2020). Ihre Werke, die in über vierzig Sprachen übersetzt wurden, sind in der Volksrepublik China bis heute verboten.



März 2026

Paperback

- Die überarbeitete Neuausgabe des Weltbestsellers: 15 Millionen verkaufte Exemplare, in über 40 Sprachen übersetzt
- Eine ergreifende Familiensaga, die zugleich die Geschichte Chinas im 20. Jahrhundert widerspiegelt: ein inspirierendes Zeugnis von Mut und Überlebenskraft
- Ein Klassiker der Weltliteratur und Must-read für alle, die das China von heute verstehen wollen

WELTBESTSELLER

Wer das moderne China von heute verstehen möchte, kommt an diesem Buch nicht vorbei: Jung Changs Weltbestseller »Wilde Schwäne« hat seit seinem Erscheinen im Jahr 1991 weit über 15 Millionen Leser begeistert und die Geschichte Chinas von der Kaiserzeit bis zur Herrschaft Maos und seiner Nachfolger in einer Art und Weise zugänglich gemacht, die es bis dahin nicht gegeben hat: Anhand der Geschichte von drei Generationen von Frauen aus ihrer eigenen Familie – der Großmutter, die als Konkubine an einen Kriegsherrn gegeben wurde, der kommunistischen Mutter und der Tochter selbst – enthüllt Jung Chang die epische Geschichte Chinas im 20. Jahrhundert.

Atemberaubend in seinem Umfang und unvergesslich in seinen Beschreibungen ist dieses Buch Klassiker des erzählenden Sachbuchs.

Wilde Schwäne
von Jung Chang

Neuausgabe

Erscheinungstermin: 11.03.2026

€ (D) 18,00 / € (A) 18,50 / CHF 25,50

ca. 744 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

WG: 2941 Sachbücher/Geschichte/Biographien,
Autobiographien

ISBN/GTIN: 978-3-453-60743-9



9 783453 607439

Referenztitel



Joachim Bauer
Realitätsverlust
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 17.05.23



9 783453 218536



Joachim Bauer
Fühlen, was die Welt fühlt
Taschenbuch 12,00 € [D]
ET: 18.01.23



9 783453 606395

Urheber



© Thomas Hedrich/ Fotostudio Charlottenburg

Prof. Dr. med. Joachim Bauer ist Neurowissenschaftler, Arzt und Psychotherapeut. Nach erfolgreichen Jahren an der Universität Freiburg lehrt und arbeitet er heute in Berlin. Für seine Forschungsarbeiten erhielt er den renommierten Organ-Preis. Er veröffentlichte zahlreiche Sachbücher, u. a. »Warum ich fühle, was du fühlst«. Zuletzt erschienen bei Blessing/Heyne der SPIEGEL-Bestseller »Selbststeuerung – Die Wiederentdeckung des freien Willens« (2015), »Wie wir werden, wer wir sind – Die Entstehung des menschlichen Selbst durch Resonanz« (2019) und »Fühlen, was die Welt fühlt« (2020).



April 2026

- **Empathie, Vertrauen, Kooperation – warum wir unser Fühlen, Denken und Handeln nicht den Internetkonzernen überlassen dürfen**
- **Der preisgekrönte Psychologe und Bestsellerautor über Sehnsucht, Selbstbestimmung und Verbundenheit im digitalen Zeitalter**
- **Über 800.000 verkaufte Bücher von Joachim Bauer im deutschsprachigen Raum**

Die Menschlichkeit ist in Gefahr. Künstliche Intelligenz wird unsere Lebenswelt radikal verändern – ob am Arbeitsplatz, in Schulen, in der Medizin oder in vielen anderen Bereichen. Ihre Schöpfer verkaufen KI als dem Menschen ebenbürtig, ja überlegen. Gleichzeitig fliehen wir vor der Realität immer öfter in die virtuellen Welten der sozialen Netzwerke, Apps und Games.

In diesem Buch mahnt der Arzt, Neurowissenschaftler und Bestseller-Autor Joachim Bauer: Reale Begegnungen, zwischenmenschliche Resonanz und analoge Präsenz sind für die Entwicklung des menschlichen Selbst, für unsere Gesundheit und den gesellschaftlichen Zusammenhalt unverzichtbar. Ein Plädoyer für ein neues Zeitalter der Aufklärung, für ein Aufgehen gegen digitale Unmündigkeit.

Realitätsverlust
von Joachim Bauer

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40 / CHF 20,50

ca. 240 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm
Taschenbuch, Broschur

WG: 2933 Sachbücher/Angewandte Psychologie

Originalverlag: Heyne HC

Erscheinungstermin: 16.04.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-60732-3



9 783453 607323

Referenztitel



Sally Lisa Starken
Zu Besuch am rechten Rand
Paperback 16,00 € [D]
ET: 19.02.25



9 783453 607057



Daniel Wolff
Allein mit dem Handy: So schützen wir unsere Kinder
Paperback 17,00 € [D]
ET: 16.10.24



9 783453 607019

Urheber*in



© Carolin Stecklina



© privat

Laura Nickel und **Max Teske** veröffentlichten im Frühjahr 2023 einen Brandbrief über rechtsextreme Zustände an ihrer Schule in Brandenburg, der bundesweit Schlagzeilen machte. Sie wurden einerseits vom Bundespräsidenten dafür eingeladen und andererseits als Nestbeschmutzer beschimpft. Mit anderen Engagierten aus der Region gründeten die beiden das Bündnis »Schule für mehr Demokratie«.



Paperback

März 2026

- **Rassistische Beschimpfungen, Holocaustleugnung, Gewalt - an deutschen Schulen ist das rechte Gedankengut erschreckend präsent**
- **Ein aufrüttelndes Zeugnis der zunehmenden Radikalisierung von Schülern in ganz Deutschland - Der Rechtsruck in der Gesellschaft hat die Pausenhöfe erreicht**
- **Die Lehrer Laura Nickel und Max Teske lösten mit ihrem Brandbrief eine deutschlandweite Debatte aus**

PRESSESCHWERPUNKT

Rassismus, Hetze, Gewalt gegen »linke Zecken«, Homosexuelle und Migranten, offene Holocaust-Leugnung – so erlebten die Lehrkräfte Laura Nickel und Max Teske den Alltag an ihrer Schule. Entsetzt und zum Handeln entschlossen veröffentlichten sie einen Brandbrief, in dem sie »eine Mauer des Schweigens« anprangerten sowie die fehlende Unterstützung für Schulen durch Ämter, Politik und Eltern. Nach der Veröffentlichung erlebten die beiden Solidarität und Lob, aber auch heftige Anfeindungen. Ihre Geschichte, ihre Erfahrungen und die eindrücklichen Berichte von anderen Lehrern und Schülern zeigen, wie sehr Kinder in der Schule inzwischen der Gefahr rechtsradikaler Ideologisierung und Bedrohungen aufgrund ihrer Herkunft, Sexualität oder ihrer politischen Meinung ausgesetzt sind. Ein immer noch unterschätztes, brandaktuelles Problem, das Schulen in ganz Deutschland betrifft. Dieses Buch rüttelt auf und ermutigt zugleich, aktiv zu werden und die Lebenswelt für unsere Kinder so zu gestalten, dass sie auch zukünftig Demokratie leben können.

Rechtsruck im Klassenzimmer
von Laura Nickel; Max Teske

€ (D) 16,00 / € (A) 16,50 / CHF 22,90

ca. 224 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

WG: 1970 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft

Originalausgabe

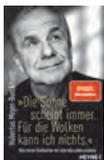
Erscheinungstermin: 11.03.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-60738-5



9 783453 607385

Referenztitel



Hubertus Meyer-Burckhardt
"Die Sonne scheint immer. Für die Wolken kann ich nichts."
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 26.03.25



9 783453 218888

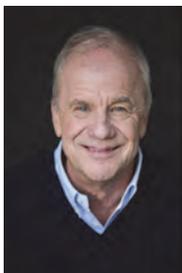


Hubertus Meyer-Burckhardt
Diese ganze Scheiße mit der Zeit
Taschenbuch 12,00 € [D]
ET: 16.08.21



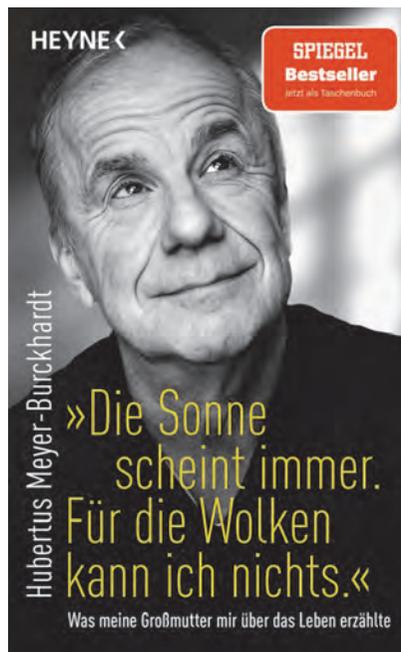
9 783442 142668

Urheber



© Sebastian Fuchs

Hubertus Meyer-Burckhardt, 1956 in Kassel geboren, betrat bereits im Alter von 15 Jahren die Bühne des dortigen Staatstheaters. Seitdem wusste er, dass er einmal »irgendetwas mit Unterhaltung« machen wollte, und besuchte die Hochschule für Fernsehen und Film in München. Er gewann zahlreiche Preise als TV-Produzent, verbrachte einige Jahre im Vorstand von Axel Springer sowie von ProSiebenSat.1Media und hatte eine Professur an der Hamburg Media School inne. Einem Millionenpublikum ist er als Gastgeber der »NDR Talk Show« bekannt. 2021 erschien sein SPIEGEL-Bestseller *Diese ganze Scheiße mit der Zeit: Meine Entdeckung des Jetzt*. Meyer-Burckhardt lebt in Hamburg.



Juni 2026

- Der SPIEGEL-Bestseller jetzt als Taschenbuch zum 70. Geburtstag von Hubertus Meyer-Burckhardt im Juli 2026
- Das Vorbild einer starken, unangepassten Frau und was sie ihrem Enkel mitgab - eine persönliche Spurensuche von Moderator und Bestseller-Autor Hubertus Meyer-Burckhardt
- Dennis Scheck: "Dieser Großmutter, einer anarchistischen Provokateurin, in die man sich verlieben muss, setzt er hier ein Denkmal."

Stark, mutig, unangepasst, ja fast rebellisch und voller Lebensfreude: So erinnert sich Hubertus Meyer-Burckhardt - TV-Produzent, Bestsellerautor und Gastgeber der NDR-Talkshow - an seine geliebte Großmutter, die ihn wie kein anderer Mensch geprägt hat. Wie ging sie mit der Welt um, die zweimal vor ihren Augen zerbrach? Was gab sie ihrem Enkel mit auf seinen Lebensweg? Und wäre es nicht wunderbar, hätten wir in der heutigen Zeit wieder mehr Menschen ihres Kalibers? Menschen mit Charakter, Witz, Widerspruchsgeist - und vor allem einer unbändigen Liebe zum Leben.

In autobiographischen Episoden erzählt Hubertus Meyer-Burckhardt von einer Frau, die ihrer Zeit voraus war: eine Liebeserklärung und eine Spurensuche nach den Antriebsfedern des eigenen Lebens.

"Die Sonne scheint immer. Für die Wolken kann ich nichts."

von Hubertus Meyer-Burckhardt

Originalverlag: Heyne HC

Erscheinungstermin: 24.06.2026

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40 / CHF 20,50

ca. 208 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur, mit s/w Fotos

WG: 2961 Sachbücher/Musik, Film, Theater/Biographien, Autobiographien

ISBN/GTIN: 978-3-453-60740-8



9 783453 607408

Referenztitel



Gaby Guzek
Die Suchtlüge
Taschenbuch 14,00 € [D]
ET: 15.11.23



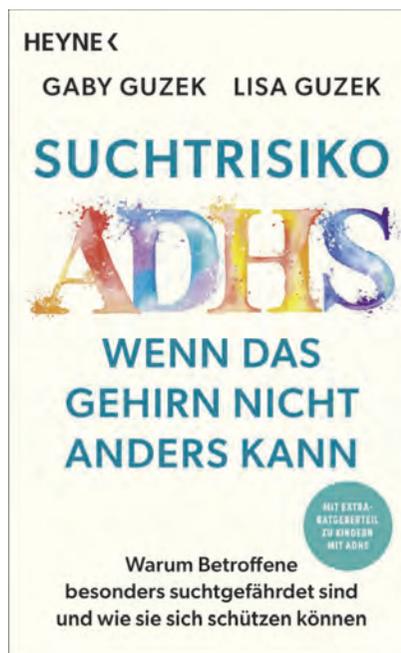
Meredith Carder
Den Alltag meistern mit ADHS
Quality Paperback 20,00 € [D]
ET: 11.06.25



Urheberinnen

Gaby Guzek, geboren 1967, ist seit mehr als 30 Jahren Fachjournalistin für Wissenschaft und Medizin. Jahrelang selbst von schwerer Alkoholsucht betroffen und mit den Therapiemöglichkeiten unzufrieden, begann sie, sich zusammen mit ihrem Mann, Dr. med. Bernd Guzek, intensiv mit dem Phänomen Sucht auseinanderzusetzen. Heute steht Gaby Guzek als Coach Alkoholsüchtigen zur Seite und hilft ihnen dabei, ihre Sucht nachhaltig zu besiegen. Sie lebt in Kärnten.

Lisa Guzek, geboren 1996, ist ausgebildete Schauspielerin. Mit 26 Jahren wurde ihr ADHS diagnostiziert, sie hat sich intensiv mit diesem neurodiversen Phänomen beschäftigt und engagiert sich in der ADHS-Selbsthilfe in Wien.



Mai 2026

- **Wenn ADHS süchtig macht: Warum diese Diagnose oft in die Sucht führt**
- **Wie sich Betroffene schützen können und wie Suchterkrankungen trotz ADHS heilbar sind – Mit Extra-Ratgeberanteil zu Kindern mit ADHS**
- **Gaby Guzek ist von den Medien gefragte Sucht-Expertin, Lisa Guzek ist selbst von ADHS betroffen und engagiert sich in der ADHS-Selbsthilfe**

Jeder zweite mit anhaltenden ADHS-Symptomen entwickelt im Laufe des Lebens eine Sucht. Umgekehrt gibt es unter Süchtigen viele Menschen mit einer nicht diagnostizierten ADHS. Gaby und Lisa Guzek erklären die neurobiologischen Zusammenhänge zwischen ADHS und Sucht und warum Menschen mit ADHS so leicht abhängig werden. Der Schlüssel liegt in den Hirnbotenstoffen, die aus der Balance sind, sowie einer etwas anderen Verdrahtung der einzelnen Hirnregionen. Was bedeutet: Die üblichen Suchtprogramme müssen bei Menschen mit ADHS scheitern. Die beiden Expertinnen für Suchterkrankungen und ADHS zeigen, wie erfolgreiche Therapien aussehen, wie Betroffene erst gar nicht süchtig werden und wie Eltern verhindern können, dass aus den Suchttendenzen ihrer mit ADHS diagnostizierten Kinder eine fatale Abhängigkeit wird.

Suchtrisiko ADHS – Wenn das Gehirn nicht anders kann

von Gaby Guzek; Lisa Guzek

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40 / CHF 20,50

224 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur

WG: 2465 Ratgeber/Gesundheit/Erkrankungen, Heilverfahren

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 13.05.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-60736-1



Referenztitel



Eric Wrede
The End
Quality Paperback 16,00 € [D]
ET: 29.10.18

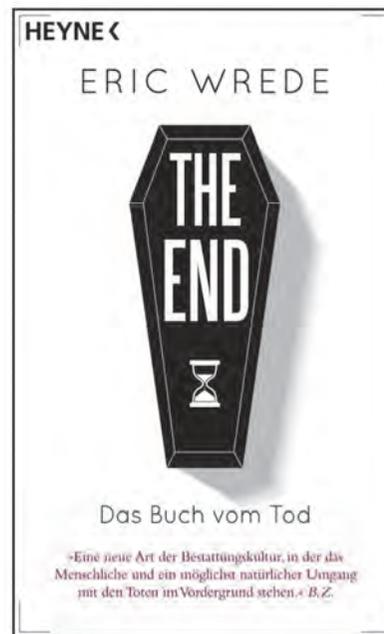


Urheber



© Fabian Schellhorn

Eric Wrede ist Bestatter bei lebensnah. Er ist aus seinem alten Beruf als Musikmanager ausgestiegen, um seine Idee von einem persönlichen Bestattungsinstitut umzusetzen. Sein Handwerk erlernte er in einem traditionellen Berliner Bestattungshaus. Er arbeitet und lebt in Berlin.



September 2026

- **Bestatten, Eric Wredes »The End« – Jetzt als Taschenbuch**
- **Ein junger Mann steigt aus, um das Bestatten zu verändern**
- **Eric Wrede schreibt offen über das, worüber die meisten nicht zu sprechen wagen: den Tod**

Der Tod. Er erwischt uns irgendwann alle. Aber wer weiß, wie das geht? Sterben, beerdigen und trauern. Erklärt hat es uns niemand. Im schlimmsten Fall treten die Kirche und die Bestattungsbranche als Gralshüter einer „Kultur“ auf, die vor allem ihnen selbst nützt.

Eric Wrede war Musikmanager und wurde Bestatter. Er will etwas ändern an der gängigen Trauerkultur. Er begleitet Menschen auf ihrem letzten Weg frei von Konventionen. In seinem Buch zeigt er anhand vieler Beispiele aus der Praxis, wie die Alternative aussehen kann.

The End
von Eric Wrede

Originalverlag: Heyne Encore
Erscheinungstermin: 16.09.2026

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40 / CHF 18,50
ca. 192 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm
Taschenbuch, Broschur
WG: 2481 Ratgeber/Lebenshilfe, Alltag/Lebensführung,
Persönliche Entwicklung

ISBN/GTIN: 978-3-453-60522-0



9 783453 605220

Referenztitel



Rebekka Reinhard
Die Kunst, gut zu sein
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 13.09.23



9 783453 281660



Rebekka Reinhard
Die Zentrale der Zuständigkeiten
Quality Paperback 18,00 € [D]
ET: 14.06.22



9 783453 281479

Urheberin



© Sung-Hee Seewald

Dr. Rebekka Reinhard promovierte an der Freien Universität Berlin über Gegenwartsphilosophie. Sie ist SpeakerIn und berät EntscheiderInnen zu den Themen Führung, Künstliche Intelligenz und Diversity. Die Chefredakteurin des Magazins „human“ über Mensch und KI ist u. a. bekannt durch den Podcast »Was sagen Sie dazu?« der Wissenschaftlichen Buchgesellschaft wbg und als Autorin zahlreicher Sachbücher, darunter der »Spiegel«-Bestseller »Die Sinn-Diät« und »Die Zentrale der Zuständigkeiten«, beides im Ludwig-Verlag erschienen.



Paperback

Mai 2026

- **Wie behalte ich die Hauptrolle in meinem eigenen Leben, welche Fragen sollte ich mir stellen, wie positioniere ich mich in dieser Welt?**
Ein Buch voller kluger Antworten
- **15 kompakte Kapitel liefern konkrete Impulse, um Unsicherheit, Druck und digitale Überforderung souverän zu meistern**
- **Rebekka Reinhard, Bestsellerautorin, Philosophin und KI-Expertin, schärft den Blick auf die Zukunft, baut Ängste ab und schafft innere Stärke**

Wie gelingt ein freies, gutes Leben in einer Welt, die uns immer surrealer und fremder erscheint – besonders für Frauen? Dieses Buch liefert 15 Lösungsstrategien für zentrale Fragen und Herausforderungen unserer Zeit. Es zeigt, wie Selbstbehauptung jenseits männlicher Muster gelingt, wie wir Haltung und Leichtigkeit bewahren, unsere Würde schützen und echte Beziehungen gestalten. Dabei bieten die erzählerischen Elemente eines fiktiven Narrativs eindringliche emotionale Perspektivwechsel hin zu einer neuen Lebensweise: empathisch, kraftvoll und mutig. Für Frauen, die für sich und ihre Kinder eine Zukunft jenseits der globalen „Bro Culture“ gestalten und mit Soft Power, Zivilcourage und klarem Fokus eine neue Realität schaffen wollen – leicht, statt schwer.

Zukunft ist kein Männerding
von Rebekka Reinhard

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 13.05.2026

€ (D) 16,00 / € (A) 16,50 / CHF 22,90

ca. 160 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

WG: 2973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft,
Wirtschaft/Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60745-3



9 783453 607453

dr. med. ulrich strunz

seit über 20 jahren
bestsellergarant bei heyne

NEU NEU NEU



Taschenbuch

978-3-453-60722-4

€ 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*



9 783453 607224



Paperback

978-3-453-60687-6

€ 15,00 [D] | € 15,50 [A] CHF 21,50*



9 783453 606876



Taschenbuch

978-3-453-60669-2

€ 13,00 [D] | € 13,40 [A] CHF 18,50*



9 783453 606692

ÜBER 75.000 VERKAUFTE EX.



Taschenbuch

978-3-453-60675-3

€ 15,00 [D] | € 15,50 [A] CHF 21,50*



9 783453 606753

ÜBER 50.000 VERKAUFTE EX.



Taschenbuch

978-3-453-60632-6

€ 13,00 [D] | € 13,40 [A] CHF 18,50*



9 783453 606326



Quality Paperback

978-3-453-21900-7

€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



9 783453 219007



Quality Paperback

978-3-453-21896-3

€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



9 783453 218963



Quality Paperback

978-3-453-21887-1

€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



9 783453 218871



Quality Paperback

978-3-453-21839-0

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



9 783453 218390



Quality Paperback

978-3-453-20279-5

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



9 783453 202795

Referenztitel



Dr. med. Ulrich Strunz
**88 Tipps gegen Depressionen
und Burnout**
Paperback 15,00 € [D]
ET: 14.08.24



Urheber



© Helmut Bauer

Dr. med. Ulrich Strunz ist Internist, Molekularmediziner und Gastroenterologe. Schwerpunkt seiner ärztlichen und publizistischen Tätigkeit ist die präventive Medizin. In Vorträgen, Seminaren und TV-Auftritten begeisterte er viele Jahre lang Zehntausende von Menschen – und führte sie in ein neues, gesundes Leben.



Juli 2026

- Über 300.000 verkaufte Exemplare der Tipps-Reihe von Dr. med. Ulrich Strunz
- Krebsvorbeugung – Heilung – Nachsorge: Mit wirkungsvollen Strategien, Praxistipps und Selbstchecks die Heilung unterstützen und das persönliche Krebsrisiko senken
- Dr. med Ulrich Strunz: Seit über 20 Jahren Bestsellergarant bei Heyne - Über 11 Millionen verkaufte Bücher

Fast jeder Zweite erhält im Laufe seines Lebens eine Krebsdiagnose, insbesondere bei Kindern, Jugendlichen und jüngeren Erwachsenen nehmen Krebserkrankungen zu. Bestsellerautor Dr. med. Ulrich Strunz erklärt, wie Krebs überhaupt entsteht und zeigt anhand neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse, wie sich das persönliche Krebsrisiko senken lässt und die Heilung aktiv unterstützt werden kann. Ob vorbeugend, während oder nach der Therapie: Mit der richtigen Ernährung, regelmäßiger Bewegung, gezielter Entspannung und ausreichend Schlaf lassen sich die Selbstheilungskräfte wirksam aktivieren. Mit vielen Selbst-Checks, Praxistipps und wirkungsvollen Strategien: Dr. Strunz zeigt, wie wir dem Krebs aktiv entgegensteuern können.

77 Tipps gegen Krebs
von Dr. med. Ulrich Strunz

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 15.07.2026

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40 / CHF 20,50

ca. 224 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Taschenbuch, Broschur, durchg. 2c
WG: 2973 Sachbücher/Politik, Gesellschaft,
Wirtschaft/Gesellschaft

ISBN/GTIN: 978-3-453-60717-0



Referenztitel



Gaby Guzek; Lisa Guzek
Suchtrisiko ADHS – Wenn das Gehirn nicht anders kann
Taschenbuch 14,00 € [D]
ET: 13.05.26



9 783453 607361



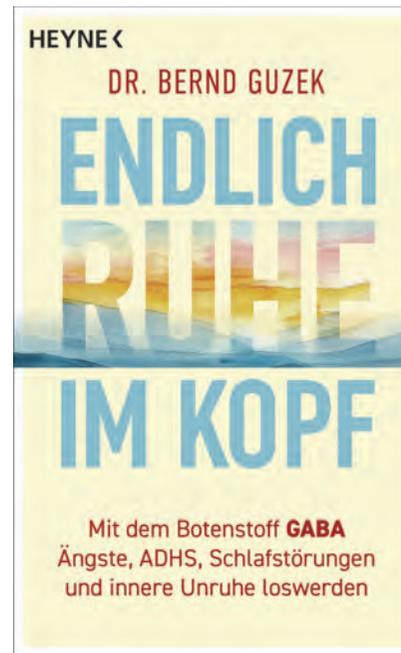
Gaby Guzek
Die Suchtlüge
Taschenbuch 14,00 € [D]
ET: 15.11.23



9 783453 606708

Urheber

Dr. med. Bernd Guzek, geboren 1955, ist gelernter Krankenpfleger und approbierter Arzt. Nach dem Medizinstudium schlug er den Weg in den Wissenschafts- und Medizinjournalismus ein, er ist Autor diverser Fachbücher u.a für Medizinstudenten.



Jun 2026

- Das erste Buch über den beruhigenden Nervenbotenstoff GABA – warum wir ihn brauchen und wie wir unseren Körper ganz leicht damit versorgen können
- Schlafstörungen, Depressionen, Burnout, ADHS, Stress, Angststörungen, Suchterkrankungen – all diesen Beschwerden liegt oft ein GABA-Mangel zugrunde
- Dr. Bernd Guzek ist Arzt und GABA-Experte

Allein im deutschsprachigen Raum leiden Millionen Menschen unter psychischen Belastungen und Erkrankungen: Schlafstörungen, krankmachender Stress, Angst- und Panikstörungen, Depressionen, Burnout, ADHS, Suchterkrankungen. All diese Krankheiten und Beschwerden haben eines gemeinsam: Einen Mangel an GABA – ein immens wichtiger beruhigender Nervenbotenstoff, den unser Körper zwar selbst produzieren kann, von dem er aber oft mehr benötigt, als vorhanden ist. GABA sorgt für Entspannung und fördert guten Schlaf, reduziert Angst und Stress, verbessert die Konzentration und beeinflusst Stimmungen positiv. Mit der richtigen Ernährung, effektiver Bewegung und Nahrungsergänzungsmitteln kann man einem GABA-Mangel gegensteuern. Der Mediziner Bernd Guzek erklärt erstmals in einem Buch, was GABA ist, wie es wirkt und wie man den Körper damit ganz leicht versorgen kann.

Endlich Ruhe im Kopf

von Dr. Bernd Guzek

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 10.06.2026

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40 / CHF 18,50

ca. 144 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur

WG: 2465 Ratgeber/Gesundheit/Erkrankungen, Heilverfahren

ISBN/GTIN: 978-3-453-60739-2



9 783453 607392

Referenztitel



Barbara Pacht-Eberhart
Vier minus drei
Taschenbuch 11,00 € [D]
ET: 09.04.12



Urheberin



© privat

Carolina Baldin (geb. 1989) studierte Modemanagement und Rechtswissenschaft in Hamburg. 2017 sammelte sie erste Erfahrungen in der Online-Redaktion der Cosmopolitan. Dort schrieb sie über Themen rund um Mode und Beauty. Seit 2019 arbeitet sie als freie Redakteurin und widmet sich vor allem Inhalten rund um Mutterschaft und Familie. 2021 wurde ihre Tochter geboren, die sie seit dem plötzlichen Unfalltod ihres Mannes im September 2023 allein großzieht. Ihre Trauerreise und ihren Alltag als alleinerziehende Witwe teilt sie als @liniundthilda auf Instagram, mit über 50.000 Followern.



Paperback

August 2026

- **Der Moment, in dem alles zerbricht: eine bewegende Erzählung über das Leben als jung verwitwete Mutter**
- **Eine emotionale und kraftvolle Stimme, ein Zeugnis von Verletzlichkeit und Mut - für alle, die Orientierung und Trost suchen**
- **Als @liniundthilda teilt Carolina Baldin ihre Trauerreise und ihre Erfahrungen als verwitwete Mutter mit einer stark wachsenden Community auf Instagram (50.000 Follower, 09/25)**

Sie ist jung, Mutter – und plötzlich allein. Carolina Baldin erzählt ungeschönt und emotional davon, wie es ist, wenn das Schlimmste an einem gewöhnlichen Nachmittag einfach passiert. Wie macht man weiter ohne den geliebten Partner, wie ist Mutter-Sein im „Danach“? Die eigene Trauer, die Trauer mit dem kleinen Kind, Mutterschaft ohne Backup und die Frage, wie man weiterlebt, wenn alles anders ist: Die Autorin teilt ihre Geschichte offen, nachfühlbar, mit Haltung – und spricht damit vielen aus der Seele, die sich selbst in der Stille nach einem Verlust oder einem Schicksalsschlag wiederfinden. Ein Buch voller Kraft und Hoffnung - trotz allem.

Jung, Mama, Witwe
von Carolina Baldin

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 26.08.2026

€ (D) 16,00 / € (A) 16,50 / CHF 22,90

ca. 224 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Klappenbroschur

WG: 2971 Sachbücher/Politik, Gesellschaft, Wirtschaft/Biographien, Autobiographien

ISBN/GTIN: 978-3-453-60744-6



HEYNE <

Unsere aktuellen Toptitel



Paperback
978-3-453-60731-6
 € 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*



Taschenbuch
978-3-453-60710-1
 € 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*



ERSCHEINT JANUAR 2026



Paperback
978-3-453-60727-9
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



ERSCHEINT FEBRUAR 2026



Paperback
978-3-453-60677-7
 € 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*



Paperback
978-3-453-60711-8
 € 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*



Taschenbuch
978-3-453-60724-8
 € 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*



Paperback
978-3-453-60730-9
 € 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*



Paperback
978-3-453-60701-9
 € 17,00 [D] | € 17,50 [A] CHF 24,50*



ÜBER 500.000 VERKAUFTE EX



Taschenbuch
978-3-453-60599-2
 € 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*



Taschenbuch
978-3-453-60713-2
 € 15,00 [D] | € 15,50 [A] CHF 21,50*



Körper, Geist und Seele

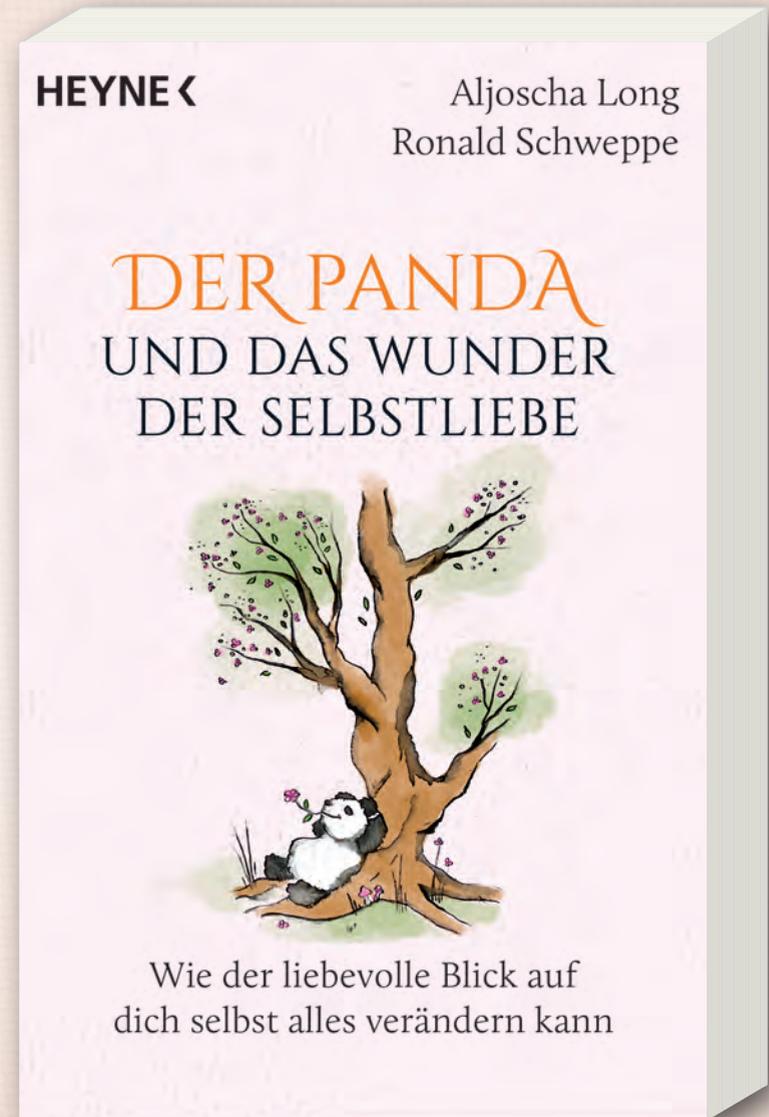
HEYNE <

HEYNE < Spitzentitel

Ein **inspirierendes**
Leseerlebnis voller
Lebensweisheit



Bereits
über 120.000
verkaufte
Bücher mit
Panda
Bao



HEYNE <

Aljoscha Long
Ronald Schweppe

DER PANDA
UND DAS WUNDER
DER SELBSTLIEBE



Wie der liebevolle Blick auf
dich selbst alles verändern kann

Referenztitel



A. Long; R. Schwappe
Der Panda und das Geheimnis der Gelassenheit
 Taschenbuch 13,00 € [D]



A. Long; R. Schwappe
Der Panda und der Schatz der Achtsamkeit
 Taschenbuch 12,00 € [D]



A. Long; R. Schwappe
Gelassen wie ein Panda. 44 Achtsamkeits-Karten für jeden Tag
 Non-Book 20,00 € [D]



A. Long; R. Schwappe
Mit dem kleinen Panda durch das Jahr 2027
 Kalender 12,00 € [D]



Urheber

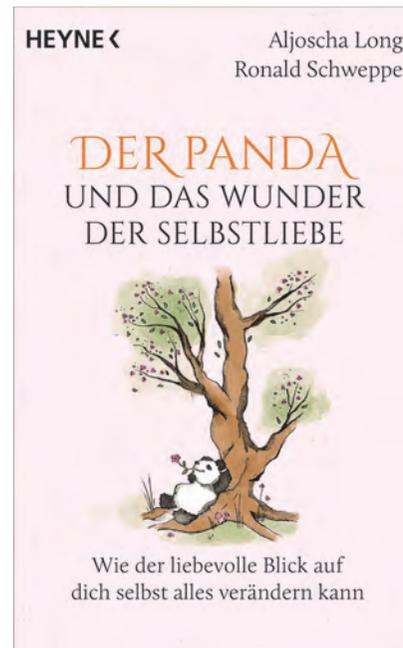


© Dominik Rößler/
 Penguin Random House GmbH



© Dominik Rößler/
 Penguin Random House GmbH

Aljoscha Long und **Ronald Schwappe** sind international bekannte Bestsellerautoren, die ganzheitliche Lebenskunst auf leicht verständliche Art und Weise kompetent zu vermitteln verstehen. Moderne Psychologie, zeitgemäße Philosophie und östliche Spiritualität fließen in ihren Werken harmonisch zusammen. Aljoscha Long ist Psychologe, Therapeut und Kampfkunstlehrer, Ronald Schwappe ist Orchestermusiker und Meditationslehrer.



April 2026

- Die Fortsetzung der Bestseller mit Panda Bao: über 120.000 verkaufte Exemplare
- Wie wir gut für uns sorgen und Freundschaft mit uns selbst schließen
- Ein inspirierendes Leseerlebnis voller Lebensweisheit – mit praktischen Selbstliebe-Ritualen für jeden Tag und stimmungsvollen Illustrationen

SPITZENTITEL

Panda Bao trägt eine tiefe Sehnsucht in seinem Herzen: Er wünscht sich, **geliebt und angenommen** zu werden – genau so, wie er ist, mit all seinen Licht- und Schattenseiten. Doch immer wieder schleichen sich Selbstzweifel und das Gefühl ein, nicht genug zu sein. So begibt sich Bao auf eine berührende Reise zu sich selbst, im Gepäck die große Frage: **Wie gelingt es, Freundschaft mit sich selbst zu schließen?** Auf seinem abenteuerlichen Weg begegnet er dem weisen Elefanten Floriander, der ihn mit sanfter Klarheit begleitet. Gemeinsam entdecken sie die Kraft des Selbstmitgefühls und Bao lernt, die eigene Verletzlichkeit nicht zu verstecken, sondern liebevoll zu umarmen. Ein **inspirierendes Leseerlebnis voller Witz und Weisheit** – mit einfachen Übungen für alle, die das Wunder der Selbstakzeptanz erfahren und eine erfüllende Beziehung zu sich selbst entfalten möchten.

Der Panda und das Wunder der Selbstliebe

von Aljoscha Long; Ronald Schwappe

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 16.04.2026

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40 / CHF 18,50

256 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm
 Taschenbuch, Klappenbroschur
 15 s/w-Illustrationen
 WG: 2937 Sachbücher/Spiritualität

ISBN/GTIN: 978-3-453-70519-7



Referenztitel



Diana Cooper
Die Goldene Zukunft in der 5. Dimension
Hardcover 24,00 € [D]
ET: 11.04.24



9 783778 775950



Diana Cooper
Die Goldene Zukunft – Das Orakel
Non-Book 24,00 € [D]
ET: 16.10.24



4 250939 400129

Urheberin



© Wayne Lawes

Die Heilerin und mediale Schriftstellerin **Diana Cooper** machte während einer Lebenskrise eine transformierende Erfahrung mit einem engelhaften Wesen, das sie auf eine innere Reise ins Universum mitnahm. Dieses Erlebnis bewog sie, ihr Leben der Heilung und dem Dienst an der Menschheit zu widmen und sich dabei von den Engeln und anderen Wesenheiten der Geistigen Welt unterstützen zu lassen. Diana Cooper hat zahllosen Menschen geholfen, ihre Berufung im Leben zu finden, ihr Potenzial auszuschöpfen und ihrem Dasein mehr Sinn zu geben. Als Bestsellerautorin hat sie über dreißig Bücher geschrieben, die in achtundzwanzig Sprachen veröffentlicht wurden.

März 2026



- **Faszinierende Prophezeiungen und praktischer Rat: der spirituelle Begleiter für den Aufbruch in das neue Goldene Zeitalter**
- **Mit zahlreichen Meditationen, Tools und Techniken für die eigene spirituelle Entwicklung**
- **Über 1,6 Millionen verkaufte Bücher und Kartensets von Diana Cooper im deutschsprachigen Raum**

Auch wenn unser gegenwärtiges Leben von zahlreichen Krisen und Unwägbarkeiten geprägt ist – die weltbekannte spirituelle Lehrerin Diana Cooper ist überzeugt: Es liegt eine ganz besondere, lichtvolle Zeit vor uns, von der wir nicht einmal zu träumen wagen! Die Botschaften von Engeln und weisen Wesen aus der Geistigen Welt, die Diana Cooper empfängt, führen klar vor Augen, dass wir uns inmitten einer kollektiven Transformationsreise befinden, die in ein neues Zeitalter führt – in die »**Goldene Zukunft**«. Diana Coopers Vorhersagen zeichnen ein faszinierendes Bild davon, was wir während dieses Aufstiegs erleben werden und wie diese **Ära des Friedens und des Glücks** aussehen wird. Ein Buch, das eine völlig neue Sicht auf Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft eröffnet und die Gewissheit vermittelt: **Die Welt wird sich zum Guten wandeln!**

Die Goldene Zukunft in der 5. Dimension
von Diana Cooper
Übersetzer: Juliane Molitor

Originalverlag: Hay House

Erscheinungstermin: 25.03.2026

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40 / CHF 20,50
368 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm
Taschenbuch, Broschur
WG: 2937

ISBN/GTIN: 978-3-453-70521-0



9 783453 705210

Referenztitel



Daniel Goleman; Tsoknyi Rinpoche
Meditieren
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 24.05.23



9 783778 783061



Peter Beer
Meditation
Quality Paperback 20,00 € [D]
ET: 19.04.21



9 783442 342778



Mai 2026

- **So gelingt Meditation wirklich jedem: Das ultimative Praxisprogramm für geistige Klarheit, Gelassenheit und mentale Stärke**
- **Zwei weltbekannte Experten verbinden moderne Wissenschaft mit der uralten Weisheit des tibetischen Buddhismus**
- **»Tsoknyi Rinpoche ist ein kraftvoller Brückenbauer zwischen den großen Meistern des alten Tibet und unserem hektischen 21. Jahrhundert.«
Richard Gere**

Urheber



© Frank Ward



© Fred Allmen

Tsoknyi Rinpoche, geboren 1966 in Nepal, ist einer der bekanntesten und beliebtesten Lehrer einer neuen Generation von tibetisch-buddhistischen Meditationsmeistern. Er unterrichtet seit über 25 Jahren Schüler auf der ganzen Welt und wurde mehrfach von prominenten buddhistischen Lehrern ausgezeichnet, u.a. von Seiner Heiligkeit dem Dalai Lama.

Daniel Goleman ist Psychologe, erfahrener Meditationspraktiker und Autor erfolgreicher Sachbücher, darunter die internationalen Bestseller *EQ – Emotionale Intelligenz* und *Die Macht des Guten*, das er zusammen mit seinem langjährigen Freund, dem Dalai Lama, verfasste. Als Wissenschaftsjournalist für die *New York Times* wurde er zweimal für den Pulitzer-Preis nominiert und erhielt den *American Psychological Association's Lifetime Achievement Award*.

Mit klarem Kopf und unerschütterlicher Ruhe die Herausforderungen des Alltags meistern: **Meditation ist ein kraftvolles Mittel gegen Stress und innere Unruhe** – und jede*r kann es nutzen! In einer einzigartigen Verbindung von östlicher Weisheit und moderner Forschung erschließen Bestsellerautor Daniel Goleman und der tibetisch-buddhistische Meditationslehrer Tsoknyi Rinpoche die heilsame Kraft der Meditation. Mithilfe ihrer verblüffend einfachen Übungen werden Stress und mentale Blockaden überwunden, und der unruhige Geist findet zu der **Klarheit, Stärke und Gelassenheit**, die wir in unserem hektischen Leben so sehr benötigen.

Ein praktischer Leitfaden, der völlig neue Möglichkeiten der Meditation eröffnet – **für Einsteiger ebenso wie für erfahrene Meditierende**.

Meditieren

von Daniel Goleman; Tsoknyi Rinpoche
Übersetzer: Stephan Schuhmacher;
Maike Schuhmacher

Originalverlag: Atria Books

Erscheinungstermin: 13.05.2026

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40 / CHF 18,50 256 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm
Taschenbuch, Broschur
WG: 2462 Ratgeber/Gesundheit/Entspannung, Yoga, Meditation, Autogenes Training

ISBN/GTIN: 978-3-453-70524-1



9 783453 705241

Referenztitel



Anna Ferguson
Superkraft Vagusnerv
Quality Paperback 20,00 € [D]
ET: 25.09.24



9 783778 793312



Deb Dana
Der Vagus-Nerv als innerer Anker
Quality Paperback 18,00 € [D]
ET: 26.04.22



9 783466 347865

Urheberin



© privat

Anna Ferguson ist eine führende Expertin für psychische Gesundheit und somatische Therapeutin. Sie hat eine engagierte Community von 250.000 Follower*innen auf Instagram, wo sie praktische und ganzheitliche Geist-Körper-Tools teilt und Barrieren und Stigmatisierung im Zusammenhang mit psychischer Gesundheit abbaut. In ihrer Arbeit als Beraterin, Speakerin und Autorin stellt sie wertvolle Ressourcen für Menschen bereit, die unter Ängsten und inneren Blockaden leiden. Anna Ferguson lebt in Australien.



Mai 2026

- **Die heilsame Kraft des Vagusnervs: für besseren Schlaf, mehr Resilienz und Angst- und Stressbewältigung**
- **Einfach in den Alltag integrierbar und sofort wirksam – zahlreiche Übungen, um Körper und Psyche ins Gleichgewicht zu bringen**
- **Anna Ferguson ist eine der führenden Expertinnen für Angsttherapie und Mental Health mit über 250.000 Follower*innen auf Instagram**

Der Vagusnerv spielt eine zentrale Rolle für unser Wohlbefinden: Wird er durch Stress, Ängste oder Trauma blockiert, gerät unser gesamtes autonomes Nervensystem aus dem Gleichgewicht. **Psychische und körperliche Beschwerden** wie Depressionen, Schlaflosigkeit, Migräne, chronische Schmerzen u.v.m. können die Folge sein. Anna Ferguson bietet **effektive Soforthilfe**: Sie zeigt, wie wir die heilsame Kraft des Vagusnervs nutzen können, um auf jede Art von Herausforderung wirksam zu reagieren. Mit gezielten Übungen wird es möglich, den **Vagusnerv sanft zu trainieren** und die verborgenen Ursachen für das aufzulösen, was uns belastet, innerlich blockiert oder aus der Bahn wirft. So wird dieses Praxisprogramm inmitten des alltäglichen Chaos! zu einem Anker der emotionalen Sicherheit, um befreit und in innerer Balance zu leben.

Superkraft Vagusnerv
von Anna Ferguson
Übersetzer: Sabine Zürn

Originalverlag: Vermillion

Erscheinungstermin: 13.05.2026

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40 / CHF 18,50

288 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur

WG: 2466 Ratgeber/Gesundheit/Alternative Heilverfahren

ISBN/GTIN: 978-3-453-70530-2



9 783453 705302

Referenztitel



Rhonda Byrne
**The Secret – Liebe, Gesundheit
und Geld**
Paperback 18,00 € [D]
ET: 21.06.23



9 783442 223732



Roxie Nafousi
Manifestiere!
Hardcover 20,00 € [D]
ET: 29.03.23



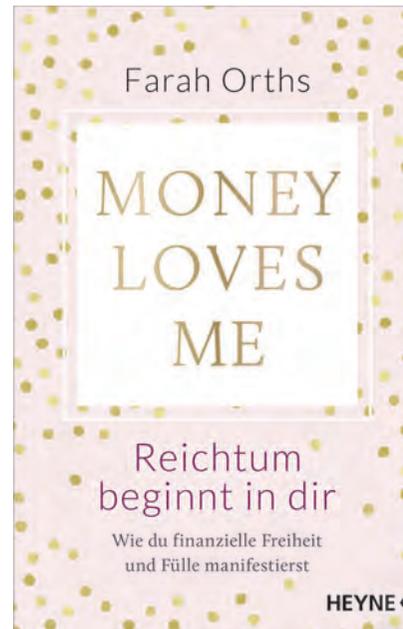
9 783778 793220

Urheberin



© José Meza

Farah Orths ist Life Coach und bietet Workshops für Frauen an, die ihre Beziehung zu Geld positiv verändern und mehr finanzielle Fülle in ihr Leben ziehen möchten. Als Medium, Energieheilerin und spirituelle Lehrerin begleitet sie Menschen auf ihrem Weg zu Selbstakzeptanz, Selbstmitgefühl und der Ahnenheilung. Farah Orths lebt in London.



Paperback

Juni 2026

- **Der spirituelle Geld-Guide: Wie wir uns von negativen Glaubenssätzen zum Thema Geld befreien und finanzielle Freiheit manifestieren**
- **Mit heilenden Ritualen, Meditationen, Reflexionsfragen und praktischen Übungen**
- **Female Empowerment für alle, die in Fülle leben wollen**

Dieses Buch ist mehr als ein Ratgeber für dein Money Mindset: Es ist eine heilende Reise zurück zu deinem wahren Selbst. Mit einfühlsamer Klarheit zeigt dir Farah Orths, wie du deine **Beziehung zu Geld von Grund auf positiv veränderst**. Denn Wohlstand ist kein ferner Traum, sondern ein natürlicher Zustand, der bereits in dir angelegt ist. Indem du Schuld- und Schamgefühle, veraltete Glaubenssätze und familiäre Geldwunden erkennst und liebevoll transformierst, öffnest du dich für ein neues Selbstwertgefühl. **Lerne, dich mit der Energie des Geldes zu verbinden** und finanzielle Fülle und Freiheit zu manifestieren – für ein Leben voller Selbstvertrauen, Leichtigkeit und Lebensfreude. Mit zahlreichen inspirierenden Impulsen, einfachen Übungen und bereichernden Meditationen.

**Money Loves Me –
Reichtum beginnt in dir**
von Farah Orths
Übersetzer: Karin Weingart

€ (D) 16,00 / € (A) 16,50 / CHF 22,90
288 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm
Paperback, Broschur
WG: 2470 Ratgeber/Spiritualität

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 10.06.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-70528-9



9 783453 705289

Referenztitel



Sahvanna Arienta
Lichtarbeiter
Hardcover 20,00 € [D]
ET: 30.08.21



9 783778 775653



Diana Cooper
Die Goldene Zukunft in der 5. Dimension
Hardcover 24,00 € [D]
ET: 11.04.24



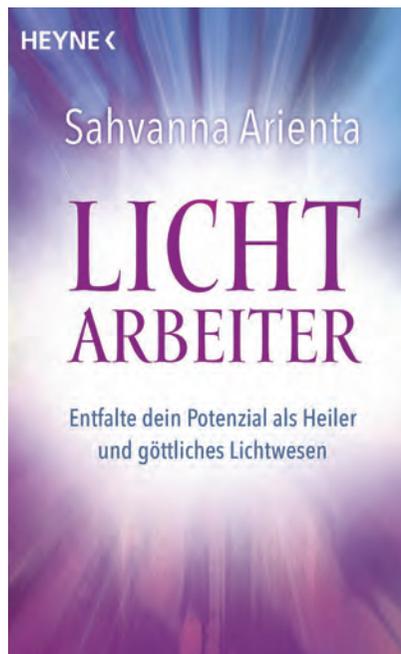
9 783778 775950

Urheberin



© privat

Sahvanna Arienta berät und begleitet als praktizierendes hellichtiges Medium und intuitive Beraterin ratsuchende Menschen aus aller Welt. Sie ist Radiomoderatorin und hat mehrere renommierte Preise für ihre spirituelle Tätigkeit erhalten. Seit über zwanzig Jahren studiert und erforscht sie metaphysische und übersinnliche Themen. Als Gründerin von »Soul's Journey Media« übermitteln sie seit vielen Jahren Menschen auf der ganzen Welt spirituelle Botschaften.



Juli 2026

- **Der erfolgreiche Longseller zum spirituellen Kernthema »Lichtarbeit«**
- **Die innere Göttlichkeit erkennen und unsere einzigartigen Gaben in die Welt bringen**
- **Immer mehr Menschen erfahren ihr spirituelles Erwachen – hier finden sie Unterstützung und Bestätigung**

Bist auch du ein **Lichtarbeiter**? Sie sind Kanal für lichtvolle Energien und transformieren dunkle Schwingungen mit der Kraft der Liebe: Lichtarbeiter verfügen über ganz besondere Gaben. Wie Leuchtfeuer wirken sie für die Menschheit, denn schon ein einziger von ihnen kann Tausende von Menschen erleuchten und in ihre ureigene Kraft führen. Anhand eigener Erfahrungen, berührender Fallgeschichten und vieler **hilfreicher Tipps und Übungen** zeigt die erfahrene Lichtarbeiterin Sahvanna Arienta, wie du dein eigenes Leuchten mutig und voller Vertrauen in die Welt bringen, deine Sensitivität schulen und deine göttlichen Gaben noch gezielter nutzen und einsetzen kannst. Der spirituelle Begleiter für alle, die ihre **Bestimmung** ganz **bewusst leben** und erfüllen möchten, weil sie spüren, dass sie einen **lichtvollen Seelenauftrag** mit in diese Inkarnation gebracht haben.

Lichtarbeiter

von Sahvanna Arienta
Übersetzer: Sabine Zürn

Originalverlag: New Page Books

Erscheinungstermin: 15.07.2026

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40 / CHF 18,50

240 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm
Taschenbuch, Broschur

WG: 2472 Ratgeber/Spiritualität/Esoterik

ISBN/GTIN: 978-3-453-70523-4



9 783453 705234

Referenztitel



Marko C. Lorenz
Das große Mysterium
Hardcover 23,00 € [D]
ET: 24.04.24



Urheber



© privat

Marko C. Lorenz ist ein bekannter YouTuber, Bewusstseinsforscher, Unternehmer und Gründer des Brainwave Entertainment Research Instituts. Schon in jungen Jahren war er von der Kraft des Geistes und der Meditation fasziniert. Er begann sich intensiv mit Themen wie Astralreisen, Seelenreisen und Bewusstseins-Erweiterung auseinanderzusetzen und entwickelte eine besondere Leidenschaft für die Erforschung von Frequenzen und deren Auswirkungen auf Geist und Körper. Neben seiner Tätigkeit als Forscher und Unternehmer leitet er auch Seminare und Workshops zu den Themen »Außerkörperliche Erfahrung« und »Bewusstseins-erweiterung«. Hier teilt er sein Wissen mit anderen Menschen und hilft, ihre geistigen Fähigkeiten zu erweitern und ihr volles Potenzial zu entfalten.



Paperback

Juni 2026

- Endlich Schluss mit ewigem Grübeln und innerer Unruhe – so wirst du zum Meister über deine Gedanken
- Gelassen und fokussiert in nur 5 bis 10 Minuten täglich: Das innovative 21-Tage-Praxisprogramm
- SPIEGEL-Bestsellerautor mit über 190.000 YouTube-Abonent*innen und 65.000 Follower*innen auf Instagram

PRESSESCHWERPUNKT

Kennst du das? Die Gedanken rasen, die innere Stimme plappert unaufhörlich – und raubt dir Schlaf, Energie und Lebensfreude. »Verflixt im Kopf!« ist dein **Ausweg aus dem Gedankenchaos!**

Der Bewusstseinsforscher und SPIEGEL-Bestsellerautor Marko C. Lorenz zeigt dir, wie du mit nur 5 bis 10 Minuten täglich dein Grübelmonster zähmst und echte Gedankenstille findest. Sein vielfach erprobtes *ClearMindCode*-Programm schenkt dir Klarheit, Fokus und emotionale Stärke. Spüre, wie Stress nachlässt, Kreativität zurückkehrt und du ungeahnte innere Freiheit gewinnst. Denn ein ruhiger Geist ist nicht nur Entspannung – er ist der Schlüssel zu mehr Lebensenergie, persönlicher Entfaltung und wahrer Gelassenheit.

Verflixt im Kopf!
von Marko C. Lorenz

€ (D) 15,00 / € (A) 15,50 / CHF 21,50

176 Seiten, Format 13,5 x 20,6 cm

Paperback, Broschur

WG: 2481 Ratgeber/Lebenshilfe, Alltag/Lebensführung,
Persönliche Entwicklung

Originalausgabe

Erscheinungstermin: 10.06.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-70517-3



Innenabbildungen

THINGS THAT YOU DESERVE:

- ♥ Feeling safe
- ♥ Healing
- ♥ A home within yourself
- ♥ A love that doesn't require you to shrink
- ♥ The beauty of imperfection

- ♥ Moments of unfiltered joy
- ♥ The freedom to change your mind
- ♥ A second chance (or a third, or a fourth)
- ♥ Friendships that help you grow
- ♥ An environment that honours your individuality

Mental rest

Mental rest means giving your mind the chance to relax and recharge. It can mean stepping away from distractions, taking a moment to breathe or letting go of overwhelming thoughts. It's not about shutting off completely, it's about creating space in your head for clarity and focus. By giving your mind the time that it needs to unwind, you set yourself up to feel calmer, more refreshed and ready to take on the day with a clear head.

Goal: To give the mind a break from constant thinking, planning and mental tasks.

22

SELF-CARE IDEAS FOR MENTAL REST

Cognitive recharge Use apps like Headspace or Calm to help you clear your mind for a few minutes each day.

Free pages Write freely in a journal, expressing your thoughts, dreams or just random ideas without any expectations.

Colouring or doodling Use adult colouring books or simply doodle to let your mind relax and engage in a creative, non-demanding activity.

Digital Detox Take a break from all electronic devices for a few hours – or even an entire day – to give your mind space to decompress.

Self-care ideas for rest

In this chapter, we'll gently explore self-care ideas that support each type of rest. Each one offers a different way to restore your energy – whether you need stillness, creativity, quiet, or connection. You can find small, meaningful ways to care for yourself that fit what you're really needing.

SELF-CARE IDEAS FOR SENSORY REST

DARK ROOM MEDITATION Find a quiet, dark space, sit comfortably, then focus on your breathing or sensations, allowing your senses to take a break from external stimuli.

EYE REST SESSION Lie down with a soft blindfold or eye mask on and relax in a quiet environment to reduce sensory input.

SOOTHING MUSIC OR NATURE SOUNDS Listen to calming music, ocean waves or rainfall to gently stimulate your senses without overwhelming them.

AROMATHERAPY Use calming scents like lavender or sandalwood to help you to draw your focus to your sense of smell and create a peaceful environment.

Gratitude Pause

A gratitude pause is a simple yet powerful way to shift your focus to the positive aspects of your life. This exercise takes only a few moments but can make a meaningful difference to how you feel.

82

A SIMPLE GUIDE TO A GRATITUDE PAUSE

- ♥ Take a deep breath and bring your awareness to the present moment.
- ♥ Think of three things you're grateful for – they can be big or small, from a supportive friend to a warm cup of tea.
- ♥ Say them out loud or write them down, fully appreciating each one.
- ♥ Pause for a moment to reflect on how these things add joy, comfort or meaning to your life.

Tip: Try this practice daily – morning, night or whenever you need a boost. Ask yourself:

- ♥ How does expressing gratitude shift my mindset?
- ♥ Did I notice something today that I might usually take for granted?
- ♥ How does gratitude feel in my body?

By taking a quick pause for gratitude, you can bring more joy, appreciation and positivity into your everyday life.

83

Referenztitel



Ashley Davis Bush
Das kleine Buch der Ruhe und Gelassenheit
Taschenbuch 9,99 € [D]
ET: 09.10.17
Band 2



9 783453 703452



Carolyn Boyes
Das kleine Buch vom bewussten Leben
Taschenbuch 8,99 € [D]
ET: 11.05.20
Band 12



9 783453 703964



September 2026

- **10 Minuten am Tag – nur für dich: Kleine Auszeiten für spürbar weniger Stress, mehr Gelassenheit und Lebensfreude**
- **Selbstfürsorge schenken: mit wirksamen Übungen, Affirmationen und Stimmungs-Barometer für jeden Tag – liebevoll illustriert, hochwertig ausgestattet**
- **@MySelfLoveSupply: 3 Mio. Follower*innen auf Instagram, davon 80.000 im deutschsprachigen Raum**

TRENDTHEMA



© My Self Love Supply

@MySelfLoveSupply ist der erfolgreiche InstagramAccount von **Sofia Pellaschiar**. Sie studiert Psychologie mit Schwerpunkt Psychische Gesundheit und inspiriert auf ihrem Kanal über 3 Millionen Follower*innen mit wertvollen Impulsen für mehr Selbstfürsorge, Wohlbefinden und Stressabbau.

Durchatmen, zur Ruhe kommen, **Kraft tanken!** Ob ein erholsamer Spaziergang in der Natur, ein entspannendes Bad, ein schönes Gespräch mit einer guten Freundin oder einfach die Wolken am Himmel beobachten – manchmal sind es die kleinen Momente, die dich **zurück zu dir selbst** führen. In diesem Selfcare-Guide findest du leicht umsetzbare Mini-Auszeiten, wie du jeden Tag etwas Gutes für dich tun kannst. Mit spürbarem Effekt: Denn bereits ganz kleine Veränderungen können Großes bewirken und unser Leben erfüllter, glücklicher und leichter werden lassen! Wunderschön gestaltet und mit zahlreichen inspirierenden Impulsen, bestärkenden Affirmationen, beruhigenden Meditationen und kraftpendenden Übungen.

Calm – Mini-Auszeiten nur für dich
von @MySelfLoveSupply;
Sofia Pellaschiar
Übersetzer: Karin Weingart

Deutsche Erstausgabe

Erscheinungstermin: 16.09.2026

€ (D) 12,00 / € (A) 12,40 / CHF 17,50

160 Seiten, Format 10,5 x 15,5 cm
Taschenbuch, Flexobroschur,
durchgehend 4farbig
WG: 2481 Ratgeber/Lebenshilfe, Alltag/Lebensführung,
Persönliche Entwicklung

ISBN/GTIN: 978-3-453-70527-2



9 783453 705272

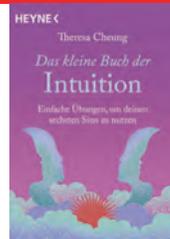
Unsere kleinen Bücher – Die Backlist (jeweils 96 S., Format 10,5 x 14,7 cm)



978-3-453-70382-7
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



NEU-NEU-NEU-NEU



978-3-453-70514-2
€ 10,00 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



ÜBER 620.000 VERK. EX.



978-3-453-70310-0
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



978-3-453-70359-9
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



ÜBER 130.000 VERK. EX.



978-3-453-70345-2
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



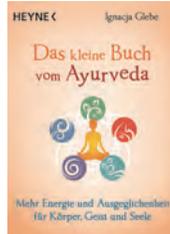
ÜBER 45.000 VERK. EX.



978-3-453-70355-1
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



978-3-453-70464-0
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



978-3-453-70430-5
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



978-3-453-70470-1
€ 10,00 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



978-3-453-70431-2
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



978-3-453-70468-8
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



978-3-453-70383-4
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



978-3-453-70503-6
€ 10,00 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



978-3-453-70364-3
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



ÜBER 40.000 VERK. EX.



978-3-453-70344-5
€ 9,99 [D] | € 10,30 [A] CHF 14,50*



978-3-453-70376-6
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



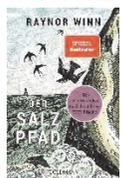
978-3-453-70419-0
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



978-3-453-70442-8
€ 8,99 [D] | € 9,30 [A] CHF 13,50*



Referenztitel



Raynor Winn
Der Salzpfad
Taschenbuch 13,00 € [D]
ET: 21.06.21



9 783442 142682

Kinostart

Österreich: 6. März 2026
Deutschland: 16. April 2026
Dekoplatk zur Filmausgabe
Bestell-Nr. 397/89092

Urheberin



© Nina Goldnagl

Barbara Pacht-Eberhart studierte Querflöte an der Hochschule für Musik und darstellende Kunst in Wien. Als Clowndoctor brachte sie neun Jahre lang kranke Kinder zum Lachen. Durch eine dramatische Wende in ihrem Leben kam sie schließlich zum Schreiben: 2008 verunglückten ihr Mann und ihre zwei Kinder bei einem Autounfall tödlich. Ihre beiden SPIEGEL-Bestseller *Vier minus drei* und *Warum gerade du?* zeugen von der Kraft, die das Schreiben selbst inmitten einer existenziellen Lebenskrise erwecken kann. Diese Kraft gibt die Autorin heute, nach einer Ausbildung in Poesie- und Bibliothherapie, an andere weiter.



Februar 2026

- Der SPIEGEL-Bestseller mit über 200.000 verkauften Exemplaren – jetzt verfilmt von Erfolgsregisseur Adrian Goiginger, mit Valerie Pachner und Robert Stadlober
- Ein Schicksal, das erschüttert. Ein Buch, das Mut macht.
- »Ein bewegendes Buch, das sehr viel über Leben und Tod erzählt und darüber, wie man aus einer solchen tiefen Krise am Ende dennoch etwas Positives machen kann.« *Markus Lanz*

BUCH ZUM FILM

Es gibt wohl nichts Tragischeres, als von einem Moment auf den anderen seine Familie zu verlieren. Barbara Pacht-Eberhart hat es erlebt: Im März 2008 starben ihr Mann und ihre beiden kleinen Kinder bei einem Verkehrsunfall. In diesem Buch schildert die Autorin, wie sie sich ihrem Schicksal stellte. Wie sie mit Mut und bedingungsloser Offenheit den Weg in ein neues Leben fand. Und wie das starke innere Band zu ihren verstorbenen Lieben ihr die Kraft dazu gab. Ihr ergreifender Bericht zeugt von menschlicher Größe und einem unerschütterlichen Glauben an den Sinn des Lebens.

Der SPIEGEL-Bestseller – jetzt verfilmt von Erfolgsregisseur Adrian Goiginger, mit Valerie Pachner, Robert Stadlober und Stefanie Reinsperger.

Vier minus drei (Filmausgabe)

von Barbara Pacht-Eberhart

Originalverlag: Integral

Erscheinungstermin: 11.02.2026

€ (D) 13,00 / € (A) 13,40 / CHF 18,50

352 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm
Taschenbuch, Broschur

144 farb. Abb., 8-seitiger Bildteil
WG: 2971 Sachbücher/Politik, Gesellschaft,
Wirtschaft/Biographien, Autobiographien

ISBN/GTIN: 978-3-453-70506-7



9 783453 705067

Referenztitel



Satya Marchand
Wege in die Freiheit
Hardcover 22,00 € [D]
ET: 25.10.23



9 783778 793190



Deb Dana
Der Vagus-Nerv als innerer Anker
Quality Paperback 18,00 € [D]
ET: 26.04.22



9 783466 347865

Urheberin



© privat

Satya Marchand wurde 1962 in Hamburg geboren. Sie durchlebte eine äußerst schwierige, traumatische Kindheit. Nach unterschiedlichsten Ausbildungen, intensiven Studien und tiefen Lernerfahrungen ist es Satya Marchand gelungen, zu einem glücklichen und erfüllten Leben zu finden. Heute begleitet sie als spirituelle Lehrerin und Trauma-Expertin zahlreiche Menschen mit einer unvergleichlichen Kombination aus körper- und praxisorientierter Arbeit auf dem Weg zu Erkenntnis und Heilung.



August 2026

- **Warum wir alle unbewusste Traumata in uns tragen – und wie wir uns davon befreien können**
- **Ganzheitliche Methoden zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte: eine innovative Verbindung von Psychologie und Spiritualität**
- **Die Trauma-Expertin Satya Marchand ist durch ihre Talks auf *mystica.tv* einem breiten Publikum bekannt – über 300.000 Aufrufe bei YouTube**

Auch wenn es uns oft nicht bewusst ist – nahezu jeder Mensch hat in der **Kindheit traumatische Erfahrungen** gemacht. Solche Entwicklungs- und Bindungstraumata können unser Leben, unsere Gesundheit und unsere Beziehungen in höchstem Maße negativ beeinflussen: Wir leiden und finden keine Lösung, da die wahren Ursachen unserer Probleme im Verborgenen liegen.

Die bekannte **Trauma-Expertin** Satya Marchand präsentiert hier ihren ebenso **sanften wie nachhaltigen Weg der Selbstheilung**. Dabei verbindet sie spirituelle Erkenntnisse, ganzheitliche Körperarbeit und neurobiologische Forschung mit ihrer jahrelangen therapeutischen Erfahrung. Dank ihrer **einfachen, wirkungsvollen Impulse und Techniken** wird es möglich, **unbewusste Traumata zu erkennen**, mit der **Vergangenheit Frieden zu schließen** und **innerlich befreit** in die Zukunft zu gehen.

Wege in die Freiheit
von Satya Marchand

€ (D) 14,00 / € (A) 14,40 / CHF 20,50

272 Seiten, Format 11,8 x 18,7 cm

Taschenbuch, Broschur

WG: 2481 Ratgeber/Lebenshilfe, Alltag/Lebensführung,
Persönliche Entwicklung

Erscheinungstermin: 12.08.2026

ISBN/GTIN: 978-3-453-70525-8



9 783453 705258

Unsere Top-Titel Heyne TB Körper, Geist und Seele

SPIEGEL BESTSELLER



Taschenbuch

978-3-453-70485-5

€ 13,00 [D] | € 13,40 [A]

CHF 18,50*



9 783453 704855

SPIEGEL BESTSELLER



Taschenbuch

978-3-453-70504-3

€ 13,00 [D] | € 13,40 [A]

CHF 18,50*



9 783453 705043

50.000 VERK. EXEMPLARE



Taschenbuch

978-3-453-70443-5

€ 13,00 [D] | € 13,40 [A]

CHF 18,50*



9 783453 704435



Taschenbuch

978-3-453-70497-8

€ 13,00 [D] | € 13,40 [A]

CHF 18,50*



9 783453 704978

ET 11.03.2026



Taschenbuch

978-3-453-70512-8

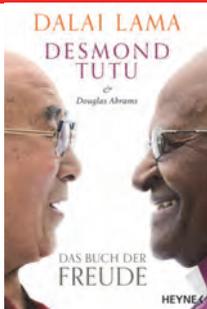
€ 13,00 [D] | € 13,40 [A]

CHF 18,50*



9 783453 705128

150.000 VERK. EXEMPLARE



Paperback

978-3-453-70368-1

€ 16,00 [D] | € 16,50 [A]

CHF 22,90*



9 783453 703681



Taschenbuch

978-3-453-70501-2

€ 12,00 [D] | € 12,40 [A]

CHF 17,50*



9 783453 705012



Paperback

978-3-453-70515-9

€ 15,00 [D] | € 15,50 [A]

CHF 21,50*



9 783453 705159

SPIEGEL BESTSELLER



Taschenbuch

978-3-453-70456-5

€ 12,00 [D] | € 12,40 [A]

CHF 17,50*



9 783453 704565



Paperback

978-3-453-71000-9

€ 16,00 [D] | € 16,50 [A]

CHF 22,90*



9 783453 710009

Hochwertiges Kartenmöbel für die optimale Präsentation am POS

Auslieferung:
**Ab
Mai 2026**

Attraktive Konditionen!

Sprechen Sie mit Ihren Ansprechpartner*innen
im Außen- und Innendienst

Aktionspakete **frei bestückbar**

Mögliche Bestückung:

60 – 65 Kartensets

Maße:

ca. 48,6 x 48,6 x 80 cm



Unsere Kartensets



Amend L.,Imagine Kartenset
52 Karten, 10,4 x 3,3 x 13,9 cm
4250939900247
€ 16,00 [D] | € 16,00 [A] CHF 23,90*



4 250939 900247



Anderson/Diaz,Witchcraft Frühling
44 Kt., Buch, 8,9 x 12,8 cm
4250939900117
€ 25,00 [D] | € 25,00 [A] CHF 37,90*



4 250939 900117



Anderson/Diaz,Witchcraft Samhain
44 Kt., Buch, 8,9 x 12,8 cm
4250939900124
€ 25,00 [D] | € 25,00 [A] CHF 37,90*



4 250939 900124



Anderson/Diaz,Witchcraft Winter Orakel
44 Kt., Buch, 8,9 x 12,8 cm
4250939900070
€ 25,00 [D] | € 25,00 [A] CHF 37,90*



4 250939 900070



Bernstein G.,Leben Wunder Karten
52 Kt., 8,9 x 12,8 cm
4250939900025
€ 18,00 [D] | € 18,00 [A] CHF 27,50*



4 250939 900025

20.000 VERK. EXEMPLARE



Bernstein G.,Das Universum (Kartenset)
52 Kt., 8,9 x 12,8 cm
978-3-424-15351-4
€ 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 29,50*



9 783424 153514



Bernstein G.,Universum schenkt Karten
52 Kt., 8,9 x 12,8 cm
978-3-424-15392-7
€ 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 29,50*



9 783424 153927



Boland Y.,Mondbotschaften
48 Karten, Buch, 8,9 x 12,8 cm
4250939600086
€ 24,00 [D] | € 24,00 [A] CHF 34,90*



4 250939 600086

20.000 VERK. EXEMPLARE



Boland Y.,Moonology, das Mond-Orakel
44 Kt. & Buch, 128 Seiten, 8,9 x 12,7 cm
4250939600031
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 34,90*



4 250939 600031



Boland Y.,Moonology Wünsche-Orakel
48 Kt. & Buch, 176 S., 8,9 x 12,7 cm
4250939600055
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 34,90*



4 250939 600055



Brower E., Entdecke dich Kartenset
54 inspirierende Kt., 8,9 x 12,8 cm
978-3-424-15372-9
€ 9,99 [D] | € 9,99 [A] CHF 14,90*



9 783424 153729

90.000 VERK. EXEMPLARE



Bürger, E.; Tarot SET
Buch u. 78 Waite-Tarotkt, 12,1 x 18,1 cm
978-3-453-70075-8
€ 14,99 [D] | € 15,50 [A] CHF 21,50*



9 783453 700758



Chopra D., Meditationskarten
64 Karten, 10,0 x 10,0 cm
978-3-424-15425-2
€ 9,99 [D] | € 9,99 [A] CHF 14,90*



9 783424 154252



Chopra D., Mein Yoga Kartenset
50 Übungen, 10,0 x 13,2 x 3,9 cm
4250939900261
€ 22,00 [D] | € 22,00 [A] CHF 31,90*



4 250939 9900261

45.000 VERK. EXEMPLARE



Chris-Anne, Licht und Schatten Tarot
78 Karten mit Begleitbuch, 6,9 x 12,0 cm
978-3-424-15424-5
€ 25,00 [D] | € 25,00 [A] CHF 36,50*



9 783424 154245

IN PRAKTISCHER TASCHENBOX



Chris-Anne, Licht Schatten Taschen-Tarot
78 Karten, Buch, 6,0 x 5,0 x 10,0 cm
4250939900209
€ 15,00 [D] | € 15,00 [A] CHF 22,50*



4 250939 9900209



Chris-Anne, Musen Tarot
78 Karten mit Buch, 6,9 x 12,0 cm
4250939900056
€ 25,00 [D] | € 25,00 [A] CHF 37,90*



4 250939 9900056



Cooper D., Einhörner-Orakelkarten
44 Kt. & Buch mit 160 S., 8,9 x 12,7 cm
4250939400105
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 34,90*



4 250939 400105

375.000 VERK. EXEMPLARE



Cooper D., Engel-Karten
9,5 x 14,0 cm
978-3-7787-7185-3
€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*



9 783778 771853



Cooper D., Engelkarten f. Kinder
10,5 x 14,8 cm
4250939400020
€ 15,00 [D] | € 15,00 [A] CHF 22,50*



4 250939 400020



Cooper D., Das Engel-Tier-Orakel
44 Kt. & Buch mit 156 S., 8,9 x 12,7 cm
4250939400051
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 33,50*



4 250939 400051



Cooper D., Erzengel Weisheits-Orakel
44 Kt. & Buch, 156 Seiten, 8,9 x 12,7 cm
4250939400075
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 33,50*



4 250939 400075



Cooper D., Goldene Zukunft – Orakel
44 Karten und Buch, 8,9 x 12,8 cm
4250939400129
€ 24,00 [D] | € 24,00 [A] CHF 34,90*



4 250939 400129



Cooper D., Die Weisheit d. Drachen
44 Kt. & Buch mit 128 S., 8,9 x 12,7 cm
4250939400013
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 32,50*



4 250939 400013



Croos-Müller C.; Ich schaf(f) das!
50 KT., und Booklet, 8,9 x 12,8 cm
978-3-466-34762-9
€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,50*



9 783466 347629

SONDERPREIS 15,99 €



Currott P., Das Tarot der Hexenweisheit
78 Tarotkt, Buch, 176 S., 13,5 x 19,0 cm
4250939400099
€ 15,99 [D] | € 15,99 [A] CHF 23,50*



Dale C.,Energiekörper-Karten
52 Kt., Buch (96 Seiten), 9,5 x 14,0 cm
4250939500010
€ 24,00 [D] | € 24,00 [A] CHF 34,90*



Dellagrottaglia J.,Kitchen Witch Orakel
10,0 x 14,0 x 2,0 cm
4250939900308
€ 25,00 [D] | € 25,00 [A] CHF 36,50*



Demarco S.,Queen of the Moon Orakel
44 Karten und Buch, 10,0 x 14,0 x 3,0 cm
4250939900254
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 33,50*



Dhaibi S.,Das Orakel Kartenset
44 Kt. und Buch, 8,9 x 12,8 cm
4250939400143
€ 24,00 [D] | € 24,00 [A] CHF 34,90*



Dohler C.,Weibl Energie d Rauh Karten
48 Kt., 10,4 x 13,9 cm
4250940200312
€ 18,00 [D] | € 18,00 [A] CHF 26,50*



Dohler C.,Rauhächte mit Kindern
48 Kt., Begleitheft, 10,4 x 13,9 cm
4250940200077
€ 16,00 [D] | € 16,00 [A] CHF 23,90*



Fischer B.,Starseeds- Dimensionen
44 Energiekt. mit Buch, 8,9 x 12,7 cm
4250939400136
€ 24,00 [D] | € 24,00 [A] CHF 34,90*



Fischer B.,Starseeds-Kartenset
44 KT., Buch (208 Seiten), 8,9 x 12,7 cm
4250939400112
€ 24,00 [D] | € 24,00 [A] CHF 34,90*



Gill A.,Glückselefant-Karten
44 Karten mit Booklet, 8,9 x 12,7 cm
4250939500027
€ 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 29,50*



Gogerty C.,Witchcraft f.d.g. Jahr Karten
52 Kt., Begleitbuch, 9,2 x 14,7 x 3,5 cm
4250938600025
€ 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 29,50*



Govinda K.,Kamasutra Karten
50 Kt. und Begleitheft, 11,0 x 11,0 cm
4250939900032
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 34,90*



Gray K.,Energie-Portale Karten
44 Orakelkarten mit Buch, 8,9 x 12,8 cm
4250939900049
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 34,90*



Gray K.,Engel Aktivierungskarten
44 Kt. mit Buch, 10,0 x 13,2 x 3,2 cm
4250939900285
€ 24,00 [D] | € 24,00 [A] CHF 34,90*



Gray K.,22 Erzengel Orakel
22 Kt. mit Buch, 10,0 x 14,0 x 2,0 cm
4250939900278
€ 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 29,50*





Gray K.,Orakel Aufgestiegenen Meister
44 Kt. mit Buch 8,9 x 12,8 cm
4250939900162
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 33,50*



Gray K.,Schutzengel-Orakelkarten
, 8,9 x 12,8 cm
978-3-424-15410-8
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 33,50*



Griebert/Muri,Rauhnächte-Kalender
14 Klappkarten, Buch, 11,5 x 16,2 cm
4250939900223
€ 18,00 [D] | € 18,00 [A] CHF 26,50*



Griebert/Muri,Rauhnächte-Orakelkarten
49 Kt., Buch, 8,9 x 12,8 cm
978-3-424-15368-2
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 33,50*



Grosser/Appel J.,Wilder Weiser Wald
Fantasiesgesch. 12,5 x 17,5 x 2,8 cm
4250938600049
€ 26,00 [D] | € 26,00 [A] CHF 37,50*



Grüber I.,Resilienz Kartenset
50 Karten, 8,9 x 12,8 cm
4250939900131
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 33,50*



Haas J.,Ein Engel für dich - Kartenset
52 Karten, 8,9 x 12,8 cm
4250938600001
€ 16,00 [D] | € 16,00 [A] CHF 24,50*



Harris R.,Umdenken Kartenset
50 Karten, 11,0 x 16,5 x 2,5
4250940300050
€ 18,00 [D] | € 18,00 [A] CHF 26,50*



Hay L.,Herzenskarten
64 Affirmationskarten, 9,5 x 9,5 cm
4250939600017
€ 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 28,50*



Hay L.,Liebe deinen Körper-Karten
44 Affirmationskarten, 9,5 x 9,5 cm
4250939600079
€ 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 30,50*



Hay L.,Liebe dich selbst-Karten
64 Affirmationskarten, 9,5 x 9,5 cm
4250939600024
€ 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 30,50*



Heckmann I.,Morgenrituale Karten
8,9 x 12,8 cm
4250939900087
€ 9,99 [D] | € 9,99 [A] CHF 14,90*



Heller J.,So bleib ich stark Kartenset
52 Karten mit Booklet, 8,9 x 12,8 cm
4250940300012
€ 16,00 [D] | € 16,00 [A] CHF 23,90*



Hypnarowski A.,Magic Mind Tarot
78 Tarotkarten, 8,2 x 13,3 x 3,1 cm
4250938600063
€ 25,00 [D] | € 25,00 [A] CHF 36,50*



Kattilathu B.,Die Fragen deine Kartenset
52 Karten, 10,4 x 3,3 x 13,9 cm
4250939900315
€ 18,00 [D] | € 18,00 [A] CHF 26,50*



ÜBER 40.000 VERK. EXPL.



Kirschgruber V., Das Wunder d Rauhn.
48 magische Karten, 10,4 x 3,3 x 13,9 cm
4250939900063
€ 18,00 [D] | € 18,00 [A] CHF 26,50*



Klindert V., Tarotkarten
Tarotkarten mit Buch, 11,8 x 18,7 cm
978-3-517-30316-1
€ 26,00 [D] | € 26,00 [A] CHF 37,50*



König V., Verbinde dich mit dir se Karten
56 Karten, 9,8 x 13,8 x 3,0 cm
4250938600032
€ 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 29,50*



Lardon T., Himmliche Mächte
48 vierfarbige Kt., Booklet, 8,9 x 12,8 cm
978-3-579-05813-9
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Lardon T., Starke Frauen, Kartenset
48 vierfarbige Kt., Booklet, 8,9 x 12,8 cm
978-3-579-06148-1
€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*



Long A./Schweppe R., Panda-Kartenset
44 Karten mit Booklet, 8,9 x 12,8 cm
4250939500034
€ 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 29,50*



Schweppe/Long, Wolf Kartenset
52Kt. mit Booklet, 8,9 x 12,8 cm
4250940300005
€ 16,00 [D] | € 16,00 [A] CHF 23,90*



Matteoni F., Tarot Landschaften
78 Karten und Buch, 8,2 x 13,3 x 3,1 cm
4250938600056
€ 25,00 [D] | € 25,00 [A] CHF 36,50*



Noctua A., Krafttiere Runen Orakel
24 Karten mit Begleitbuch, 6,4 x 8,9 cm
4250939900216
€ 12,00 [D] | € 12,00 [A] CHF 17,90*



Noctua A., Taschen-Liebesorakel
13 Kt., Begleitheft, 7,5 x 10,1 x 1,8 cm
4250939900339
€ 12,00 [D] | € 12,00 [A] CHF 17,90*



Noctua A., Taschen-Orakel
13 Kt., Begleitheft, 7,5 x 10,1 x 1,8 cm
4250939900155
€ 10,00 [D] | € 10,00 [A] CHF 15,50*



Norbury J., Panda und Drache Karten
53 Karten, 10,2 x 14,6 x 3,8 cm
4250939900353
€ 22,00 [D] | € 22,00 [A] CHF 31,90*



Orr G., Akasha-Chronik-Orakel
44 Karten & Buch, 160 S., 8,9 x 12,7 cm
4250939400068
€ 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 30,50*



Pierce C., The Wandering Star Tarot
80 Tarotkt mit Buch, 8,2 x 13,3 x 3,1 cm
4250938600018
€ 20,00 [D] | € 20,00 [A] CHF 30,50*



Riegger-K. W., Jin Shin Jyutsu-Karten-Set
Buch mit 48 Karten, 11,0 x 21,0 cm
978-3-424-15185-5
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*





Rose S.,Yoga Spirit
54 Karten mit Begleitbuch, 8,9 x 12,8 cm
4250939900193
€ 28,00 [D] | € 28,00 [A] CHF 39,90*



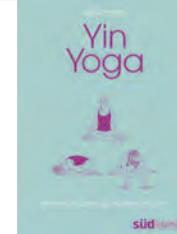
Scheffer M.,Bachblütentherapie
Mit 50 Karten, 12,3 x 8,5 cm
978-3-7205-2668-5
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Schwandt D.,Made for more. Kartenset
54 Karten, 8,9 x 12,8 cm
4250939600048
€ 18,00 [D] | € 18,00 [A] CHF 27,50*



KARTENSET MIT BEGLEITBUCH



Schwarz I.,Yin-Yoga-Kartenset
40 Karten., 22,8 x 15,5 cm
978-3-517-09366-6
€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*



Segal I.,Heilendes Herz Orakel
36 Karten mit Buch, 12,4 x 16,2 x 5,1
4250939900186
€ 28,00 [D] | € 28,00 [A] CHF 39,90*



Stahl S.,So bin ich eben! Kartenspiel
36 Karten + Booklet, 9,8 x 13,8 x 3,0 cm
4250939900018
€ 12,00 [D] | € 12,00 [A] CHF 17,90*



Stelzner-Mürköster S.,Zurück nach Hause
70 Kraftkarten, 8,9 x 12,8 cm
978-3-579-06149-8
€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*



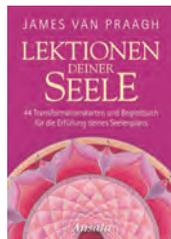
Stephenson T.,Cocktail-Box (Kartenset)
50 Rezeptkarten 17,4 x 14,7 x 3,5 cm
4250940200206
€ 25,00 [D] | € 25,00 [A] CHF 36,50*



Taylor L.,Yoga Kartenset
60 Karten , 10,0 x 15,0 cm
4250940200145
€ 22,00 [D] | € 22,00 [A] CHF 31,90*



Van Praagh J.,Botschaften d.Geistführer
44 Kt., Begleitbuch, 8,9 x 12,7 cm
4250939400044
€ 23,00 [D] | € 23,00 [A] CHF 34,90*



Van Praagh J.,Lektionen deiner Seele
44 Kt. und Buch, 8,9 x 12,7 cm
4250939400006
€ 22,00 [D] | € 22,00 [A] CHF 31,90*



ÜBER 120.000 VERK. EX.



Villoldo A.,Das schaman.Seelen-Orakel
64 Karten & Buch, 13,4 x 19,0 x 6,4 cm
4250939400037
€ 30,00 [D] | € 30,00 [A] CHF 42,50*



30.000 VERK. EX.



Villoldo A./Baron-Reid,Schaman.Traum
64 Karten, Anleitungsbuch, 8,9 x 12,7 cm
4250939400082
€ 25,00 [D] | € 25,00 [A] CHF 35,90*



Virtue D.,Engel-Heilsteine-Orakel
44 Karten, Anleitungsbuch, 8,9 x 12,8 cm
978-3-424-15341-5
€ 24,00 [D] | € 24,00 [A] CHF 34,90*



Yoshitani Y.,Tarot Mythen Märchen
78 Karten und Buch, 6,9 x 12,0 cm
4250939900094
€ 25,00 [D] | € 25,00 [A] CHF 37,90*



Zeit für **mehr** Umsatz

Erfolgreich durch das Ratgeber-Jahr

- + Verlässliche und hochverkäufliche Titelauswahl
- + Attraktive Konditionen, hochwertiges POS-Material und digitale Werbepakete
- + Sorgenfreie Jahresplanung



Die neuesten Trends, Bestseller und Empfehlungen für Ihre Thementische und Schaufenster finden Sie jederzeit auf:
penguinrandomhouse.de/handel-ratgeber



Ab heute:
achtsam, aktiv,
gesund

Jahresstart-
Aktion
ab Januar 2026

Aktion
schon
bestellt?



**Female
Empowerment**

Female
Empowerment
ab Februar 2026



Spirituelle
Wegweiser

Spirituelle
Wegweiser
ab März 2026



**Inspirierende
Karten**
für jeden Tag

Aktionspaket,
Kartensets und
Möbel
ab Mai 2026



**Aktion
schon
bestellt?**

Female Empowerment

„STRONG is the new pretty“

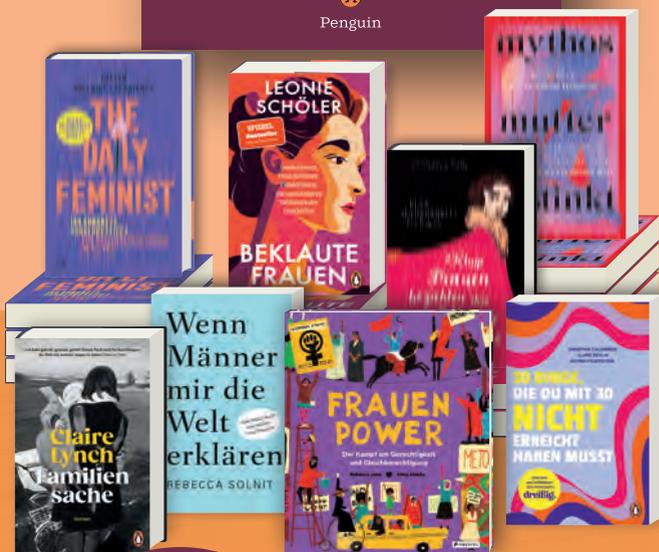


Female Empowerment

„STRONG is the new pretty“



Penguin



Auslieferung:
17.02.2026

Menge	ISBN 978-3	Autor, Titel	Ausg.	AT	€ [D]	€ [AT]	CHF*
Basissortiment Female Empowerment							
3	466-31241-2	Fröhlich, Ich bin nicht eure Feelgood-Managerin! NEU!	HC	25.02.2026	18,00	18,50	25,50
3	466-37364-2	Duong Kieu, Im Herzen bist du unbesiegbar NEU!	HC	11.03.2026	22,00	22,70	30,90
3	453-21906-9	Schwarzer, Feminismus pur. 99 Worte. NEU!	HC	25.02.2026	22,00	22,70	30,90
3	442-30242-0	Roden Winter, Mehr mehr mehr NEU!	HC	16.02.2026	20,00	20,60	28,50
2	7913-7573-1	Ólafsdóttir, Der Tag an dem die Frauen streikten	HC	28.02.2024	16,00	16,50	22,90
2	328-60446-4	Calaminus, Declin, Feuerstein, 30 Dinge	HC	15.10.2025	22,00	22,70	30,90
2	466-34854-1	Höllrigl/Tschaikner, The Daily Femininist	HC	24.09.2025	20,00	20,60	28,50
2	328-11256-3	Sporkmann, Wolf, Wer heiratet, muss nicht zu allem Ja sagen	TB	10.12.2025	18,00	18,50	25,50
2	466-31202-3	Rösler, Höllrigl/Tschaikner, Mythos Mutterinstinkt	HC	11.05.2023	18,00	18,50	25,50
2	442-76264-4	Karl, Kluge Frauen bezahlen ihre Kleider selbst	HC	15.10.2025	25,00	25,70	34,50
2	442-17998-5	Arroll, Wenn sich nichts richtig anfühlt	TB	19.06.2024	18,00	18,50	25,50
2	7913-7588-5	June, Abadia, Frauenpower	HC	26.02.2025	20,00	20,60	28,50
2	421-07030-2	Hara, Empathische Führung	HC	01.05.2025	24,00	24,70	33,50
2	328-11304-1	Kleen, Zusammenkommen	TB	11.06.2025	16,00	16,50	22,90
2	328-11294-5	Schöler, Beklaute Frauen	HC	25.02.2026	16,00	16,50	22,90
1	442-71439-1	Solnit, Wenn Männer mir die Welt erklären	TB	09.01.2017	14,00	14,40	19,90
1	328-11234-1	Biener, Wir SuperHeldinnen	TB	12.03.2025	18,00	18,50	25,50
1	442-76307-8	Breen, Ich bin nicht aufbrausend	HC	01.05.2025	15,00	15,50	21,50
1	328-60426-6	Lynch, Familiensache	HC	24.09.2025	24,00	24,70	33,50
Freie Bestückung Basissortiment							
1	1	Deckenhänger/Aufsteller					
1	1	Wendeplakat A2					
Großes Paket mit 36 Exemplaren					743,00	765,20	1050,00
Freie Bestückung mit 15 Exemplaren					ca. 300,00	ca. 300,00	ca. 400,00

Die neuesten Trends, Bestseller und Empfehlungen für Ihre Thementische und Schaufenster finden Sie jederzeit auf:
penguinrandomhouse.de/handel-ratgeber



DVA | Goldmann | Heyne | Kösel | Penguin | Prestel

**Aktion
schon
bestellt?**

Spirituelle Wegweiser



Menge	ISBN 978-3	Autor, Titel	Ausg.	AT	€ [D]
Basissortiment Spirituelle Wegweiser					
3	442-34352-2	Nhat Hanh, T., Frei sein, wo immer du bist NEU!	HC	23.03.2026	16,00
3	442-34353-9	Kornfield, J., Das weise Herz NEU!	HC	23.03.2026	24,00
3	442-34326-3	Tolle, E., Jetzt! Die Kraft der Gegenwart	HC	28.08.2024	20,00
3	442-34325-6	Hay, L. Heile Deinen Körper	HC	28.08.2024	16,00
3	442-34328-7	Nhat Hanh, T., Das Wunder der Achtsamkeit	HC	28.08.2024	18,00
3	442-34327-0	Tolle, E., Eine neue Erde	HC	26.02.2025	20,00
3	442-34329-4	Suzuki, S., Zen Geist - Anfänger Geist	HC	26.02.2025	18,00
3	442-34289-1	Katie, B., Lieben was ist	HC	26.02.2025	22,00
3	442-34341-6	Patanjali, Das Yogasutra	HC	01.09.2025	22,00
3	442-34342-3	Brown, B., Die Gaben der Unvollkommenheit	HC	01.09.2025	20,00
Freie Bestückung Basissortiment					
1	1	Tisch-Leuchte			
1	1	Wendeplakat			
Großes Paket mit 30 Exemplaren					588,00
Freie Bestückung mit 22 Exemplaren (Novi 3x, BL 2x)					ca. 430,00



Werbemittel solange der Vorrat reicht. Preis- und Programmänderungen vorbehalten. Tagesaktuelle Informationen und Ansprechpartner*innen finden Sie unter www.vlb-tix.de.

Die neuesten Trends, Bestseller und Empfehlungen für Ihre Thementische und Schaufenster finden Sie jederzeit auf: penguinrandomhouse.de/handel-ratgeber

**Auslieferung:
24.03.2026**

Arkana



Die Schatten der Vergangenheit überwinden



Taschenbuch
978-3-328-11406-2
 € 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*
 16.09.2026



Hardcover
978-3-8275-0207-0
 € 26,00 [D] | € 26,80 [A] CHF 35,90*
 27.05.2026



Hardcover
978-3-453-21869-7
 € 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*
 16.04.2025



Hardcover
978-3-421-07042-5
 € 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*
 01.05.2025



Paperback
978-3-442-32002-8
 € 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
 16.04.2025



AUSLIEFERTERMIN 02.01.2024



Hardcover
978-3-453-21875-8
 € 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*
 15.05.2024



Hardcover
978-3-453-21867-3
 € 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*
 11.01.2024



Hardcover
978-3-453-21841-3
 € 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*
 18.01.2023



Hardcover
978-3-453-21830-7
 € 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
 02.02.2022



Hardcover
978-3-453-60601-2
 € 12,00 [D] | € 12,40 [A] CHF 17,50*
 10.01.2022



Die Bedrohung von **RECHTS**



Hardcover

978-3-8275-0213-1

€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*
27.05.2026



9 783827 502131



Hardcover

978-3-442-30244-4

€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*
13.05.2026



9 783442 302444



Paperback

978-3-453-60738-5

€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*
16.04.2026



9 783453 607385



Quality Paperback

978-3-453-21921-2

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*
16.04.2026



9 783453 219212



Paperback

978-3-453-60735-4

€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
18.03.2026



9 783453 607354



Hardcover

978-3-442-30240-6

€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*
11.03.2026



9 783442 302406



Paperback

978-3-579-06202-0

€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
11.03.2026



9 783579 062020



Hardcover

978-3-579-06295-2

€ 22,00 [D] | € 22,70 [A] CHF 30,90*
25.02.2026



9 783579 062952

SPiegel BESTSELLER



Paperback

978-3-442-32003-5

€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
10.09.2025



9 783442 320035



Hardcover

978-3-453-21915-1

€ 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*
10.09.2025



9 783453 219151

KI & Digitalisierung



Paperback

978-3-453-32428-2

€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
16.09.2026 Band 2



9 783453 324282



Paperback

978-3-453-32429-9

€ 16,00 [D] | € 16,50 [A] CHF 22,90*
15.07.2026 Band 1



9 783453 324299



Taschenbuch

978-3-453-60732-3

€ 14,00 [D] | € 14,40 [A] CHF 20,50*
16.04.2026



9 783453 607323



Hardcover

978-3-453-21914-4

€ 24,00 [D] | € 24,70 [A] CHF 33,50*
16.04.2026



9 783453 219144



Quality Paperback

978-3-424-20324-0

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*
25.03.2026



9 783424 203240



Paperback

978-3-442-14324-5

€ 18,00 [D] | € 18,50 [A] CHF 25,50*
19.11.2025



9 783442 143245



Hardcover

978-3-424-20284-7

€ 26,00 [D] | € 26,80 [A] CHF 35,90*
05.11.2025



9 783424 202847



Quality Paperback

978-3-453-21907-6

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*
30.09.2025



9 783453 219076



Quality Paperback

978-3-453-21856-7

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*
13.09.2023



9 783453 218567



Quality Paperback

978-3-453-20730-1

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] CHF 28,50*
14.10.2019



9 783453 207301

Das Penguin Random House Veranstalterportal

Lassen Sie sich inspirieren und finden Sie Ihr passendes Autor*innen-Event



Aktuelle Veranstaltungsangebote

Alle wichtigen Infos und Checklisten

Individuelle Filtermöglichkeiten

Exklusive Werbematerialien

**Alle Kontaktpersonen
zu unseren Autor*innen**

Unser Handels-Service für die Warengruppe Ratgeber

Hier finden Sie monatlich:

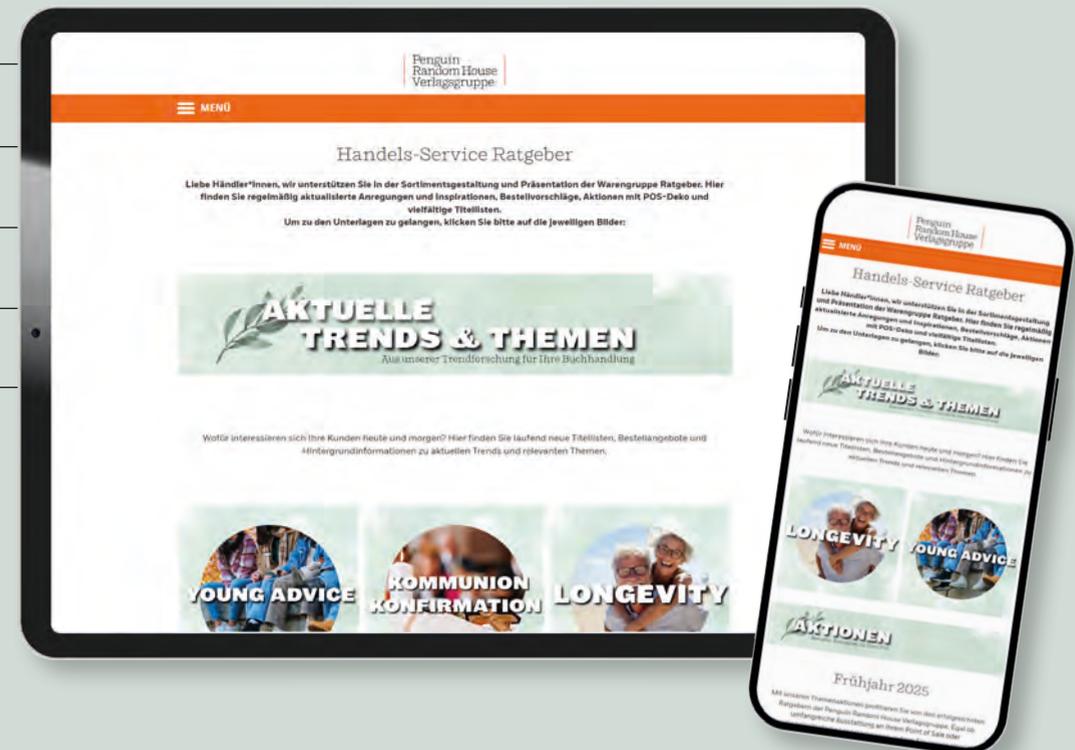
Aktuelle Trends und Themen

Bestseller

Aktionen mit PoS-Deko

Monatliche Empfehlungen

**Jahreskalender mit aktuellen
Titellisten**



Das gesamte Service-Angebot auf einer Website

Tagesaktuelle Informationen

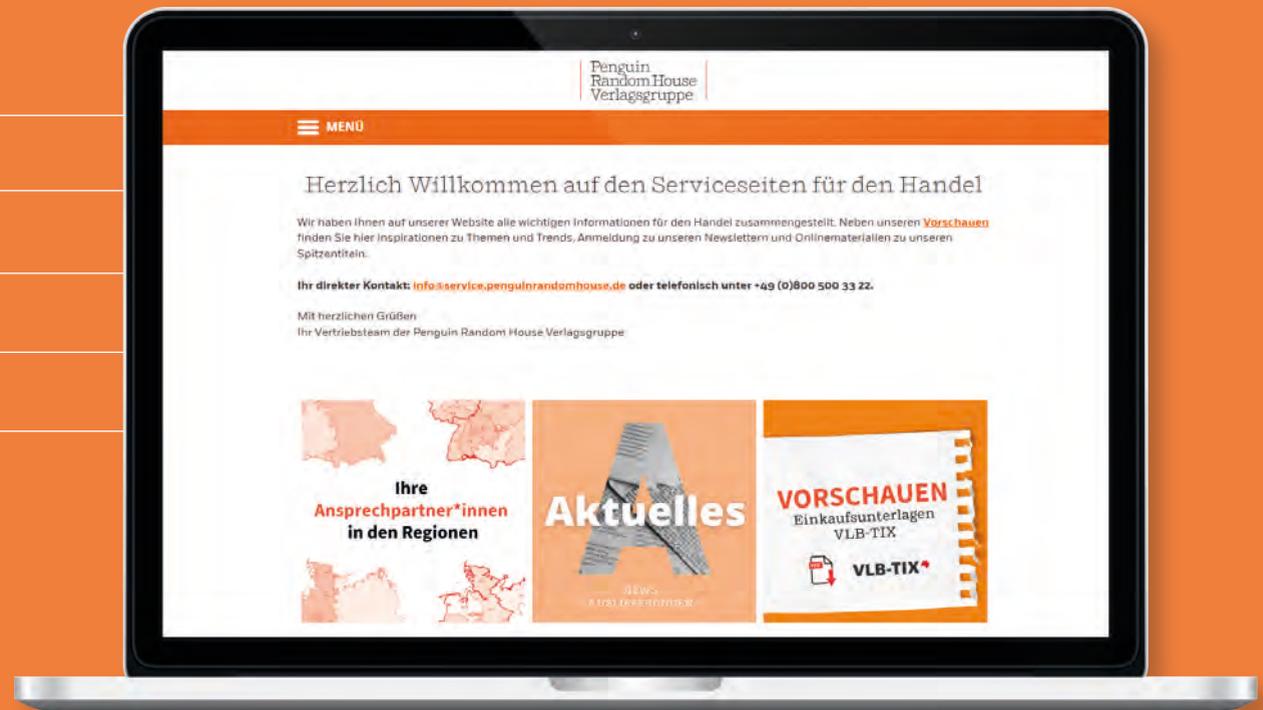
Zusatzmaterial

Vorschauen

Leseexemplare

Veranstaltungsangebote

Newsletter



Bestellungen, Informationen und Reklamationen

Wenden Sie sich bitte an unsere Kundenbetreuung Innendienst:

Montag bis Freitag: 9:00 bis 15:00 Uhr
Tel. 0800 5003322 (kostenlos)
Fax 089 4136-3333
info@service.penguinrandomhouse.de

Ihre persönlichen Ansprechpartner*innen im Verkauf (Innen- und Außendienst) sowie für den Presse- und Veranstaltungsbereich finden Sie unter:
service.penguinrandomhouse.de.

Zusatzmaterial

Grafiken für Ihren Webshop und Social Media, aktuelle Themen und Trends mit Titellisten und Ideen zur Gestaltung in Ihrer Buchhandlung:
penguinrandomhouse.de/handel

Cover, Fotos, Leseproben, digitale Werbepakete zum Download und tagesaktuelle Informationen: **vlbtix.de**

Stand: 05. November 2025

produktsicherheit@penguinrandomhouse.de
(Vorstehende Angaben sind zugleich
Pflichtinformationen nach GPSR)

Titelbild: © Harper Collins UK

Penguin
Random House
Verlagsgruppe

Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Auslieferung

Deutschland

VVA-Arvato Media GmbH
Reinhard-Mohn-Straße 100, 33333 Gütersloh

Bestellungen und transportbedingte
Reklamationen bitte direkt an die VVA

Kundenbetreuung

Fax 05241 5273304

Orte A-D

Diana Bauer | Tel. 05241 80-79638

Orte E-J

Anne Krohn | Tel. 05241 80-73465

Orte K-O

Paula Nolte | Tel. 05241 80-88428

Orte P-R

Simone Pfeiffer | Tel. 05241 80-73034

Orte S-Z

Anja Brunnert | Tel. 05241 80-42107

Österreich

Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2, A-1230 Wien

Tel. 01 680-14-0

Fax 01 688-71-30 oder 689-68-00

bestellung@mohrmorawa.at

Schweiz

Buchzentrum AG
Industriestraße Ost 10, CH-4614 Hägendorf

Tel. 062 2092626

Fax 062 2092627

kundendienst@buchzentrum.ch

* empfohlener Verkaufspreis in der Schweiz

© 2025 Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH