

Nr. 1/23 – Winter

Wendezeit

Wer - Was - Wann - Wo - Warum - Wie - Wozu?

- *Kleider Machen Leute*
- *«Ghosts» – Wanderer durch Raum und Zeit*
- *Gaia und der Floh*
- *Neue Orchideenart*



William J. Peters
Mit Dr. Michael Kinsella

An der Schwelle zur Unendlichkeit

Geteilte Todeserfahrungen. Wie Menschen den Tod ihrer Lieben miterleben

Wie fühlt es sich an zu sterben? Ein Mensch stirbt – und ein anderer Mensch erfährt das innere Erleben des Sterbenden wie am eigenen Leib mit: solche «geteilten Sterbe-Erfahrungen» sind gar nicht selten und dennoch ein scheinbar unerklärliches Phänomen ...

William Peters ist Psychotherapeut; als Gründer des «*Shared-Crossing-Projects*» leitet er die damit verbundene Forschungsinitiative. Er gilt als weltweit führend auf dem Gebiet der Studien zum gemeinsamen Sterben und beschäftigt sich seit Jahrzehnten mit Erfahrungen am Lebensende.

Zuvor arbeitete Peters als ehrenamtlicher Hospizhelfer beim Zen-Hospice-Project in San Francisco sowie als Lehrer und Sozialarbeiter in Mittel- und Südamerika. Er ist praktizierender Trauertherapeut und hat Abschlüsse der *Graduate School of Education in Harvard* und der *UC Berkeley*. Sein Werk zum Thema Lebensende ist geprägt von seiner therapeutischen Arbeit mit Einzelpersonen und Familien, von seinen persönlichen Erfahrungen

mit Tod & Sterben in verschiedenen Kulturen und von den Erfahrungen seiner Familie damit

Über achthundert dieser geteilten Sterbe-Erfahrungen hat er bisher dokumentiert und detailliert untersucht und erforscht. Hier beschreibt er seine spannendsten Fälle und teilt die verblüffenden Erkenntnisse, die sich über die Natur des menschlichen Bewusstseins, über das Sterben und ein mögliches Weiterleben nach dem Tod ergeben.

Ganz ähnlich wie Nahtoderfahrungen eröffnen auch geteilte Sterbe-Erfahrungen einen völlig neuen Blick auf das Mysterium des Todes. William Peters faszinierende Forschungen machen Mut und helfen uns zu verstehen, was uns alle irgendwann am Ende unseres irdischen Lebens erwartet ...

Geb., 304 S., CHF 31.90 / € 19,16, ISBN 978-3-7787-7579-0; eBook CHF 23.90, EAN 9783641289928; Kindle € 14,99, ASIN B09KVLGRWM, Ansata ◆



Safi Nidiaye

Probleme sind zum Lösen da **Wie du dich von belastenden Lebensthemen befreist**

Warum werden wir in unserem Leben immer wieder mit denselben Problemen konfrontiert? Schwierigkeiten in Partnerschaft oder Beruf, Ängste und

Selbstzweifel oder mangelnde Resilienz ... In ihrem neuen Buch bietet Safi Nidiaye Strategien für den Umgang mit den unterschiedlichsten Lebensthemen. Darunter versteht sie die oft destruktiven Verhaltens-, Denk- und Fühlmuster, die unsere Persönlichkeit prägen und aus denen wir nicht herauskommen, weil sie sich im Laufe der Jahre tief in uns verankert haben und von dort ihre negative Wirkung entfalten. Ein praktisches Handbuch, um endlich loszulassen, was uns belastet.

Der Ratgeber beinhaltet zahlreiche Fallbeispiele sowie Tipps und Tricks für den Umgang mit Themen wie Stressreduktion oder Konflikte in der Partnerschaft. Auch wird darauf eingegangen, wie man emotionale Abhängigkeit überwindet, Wünsche richtig umsetzt und mit alten Idealen und Denkmustern aufräumt. Die Autorin erläutert, wie man mit Hilfe der von ihr entwickelten Methode der «Körperzentrierten Herzensarbeit» und anderen einfachen Techniken die verborgenen Ursachen von problematischen Lebensthemen durch bewusstes Fühlen aufspüren

und in ihre emotionalen und gedanklichen Bestandteile zerlegen kann, um sie letztlich aufzulösen.

Safi Nidiaye ist eine der meistgelesenen deutschen Autorinnen im Bereich psychospiritueller Lebenshilfe. Aus der Praxis der Meditation heraus entwickelte sie zu Beginn der 1990er-Jahre die «Körperzentrierte Herzensarbeit», eine in Laien- und Therapeutenkreisen populäre Methode der Selbstwahrnehmung, mit deren Hilfe die Lösung von Lebensproblemen, die Befreiung von körperlichen Symptomen und das Erwachen aus falschen Identifikationen möglich werden. Safi Nidiaye lebt mit ihrem Mann, dem Maler Francis Gabriel, in Südfrankreich. Sie vermittelt die Körperzentrierte Herzensarbeit in 5-Tage-Intensiv- und Ferien-Seminaren in verschiedenen Sprachen. Ausserdem bildet sie interessierte Laien und Therapeuten zur Weitergabe der Methode aus.

Geb., 320 S., CHF 34.90 / € 21,07, ISBN 978-3-7787-9314-5; eBook CHF 24.90, EAN 9783641286781; Kindle € 15,99