

Verlag Ludwig
Holtenauer Str. 141
D 24118 Kiel

Telefon: +49(431) 85464
Telefax: +49(431) 8058305
Email: info@verlag-ludwig.de
Internet: www.verlag-ludwig.de

05.11.2026

Kurt Vanselow

Die Psychotherapie des Mantra-Yoga

Mit einem Anhang über Autogenes Training

216 Seiten, 2 S/W-Abbildungen,
Broschur, 14,8 x 21 cm,
ISBN: 978-3-86935-492-7,
EUR 22,00

Kurztext

Der Sinn des Lebens liegt in der Seele – in ihrer ureigenen, genetisch verankerten Form. Im Sinne der Evolution verlangt er nach Wachstum und Weiterentwicklung. Dieses Ziel wird durch optimales Handeln erreicht. Doch der Zugang zur Seele ist im Alltag oft durch Stress, Ablenkung und äußere Reize verschüttet, sodass dieses Handeln nur eingeschränkt möglich ist.
Die indische Yogaphilosophie bietet einen Weg, den ursprünglichen Zustand der Seele und damit den Sinn des Lebens wiederzuentdecken. In diesem Buch wird sie mit naturwissenschaftlichem Denken in Verbindung gebracht.
Der Physiker Vanselow versetzt sich in die jahrhundertealte Gedankenwelt eines indischen Brahmanen und übersetzt die Yogalehre in eine Sprache, die der moderne Mensch versteht. Mit anschaulichen Beispielen, persönlichen Erfahrungen und praktischen Anleitungen zu Transzen-dentaler Meditation sowie einem Anhang zu Autogenem Training bringt er die Weisheit des Yoga in die Gegenwart.

Verlag Ludwig
Holtenauer Str. 141
D 24118 Kiel

Telefon: +49(431) 85464
Telefax: +49(431) 8058305
Email: info@verlag-ludwig.de
Internet: www.verlag-ludwig.de

Verlag Ludwig
Holtenauer Str. 141
D 24118 Kiel

Bestellung:

9 783869 354927

Kurt Vanselow
Die Psychotherapie des Mantra-Yoga
ISBN: 978-3-86935-492-7,
EUR 22

☐ Anzahl

Rechnungsanschrift:

Name, Vorname

Firma / Institution

Straße

PLZ Ort

Tel. Fax

E-Mail

Datum / Unterschrift

Lieferanschrift:
(wenn abweichend)

Name, Vorname

Firma / Institution

Straße

PLZ Ort

Tel. Fax

☐ Bitte senden Sie mir regelmäßig Ihren Verlagsprospekt.

☐ Bitte senden Sie mir regelmäßig Ihren Newsletter per E-Mail.

Wir liefern ausschließlich auf Grundlage unserer AGB. Es gilt das Widerrufsrecht nach dem Fernabgabegesetz.
Unsere AGB und die Widerrufsbelehrung finden Sie unter www.verlag-ludwig.de