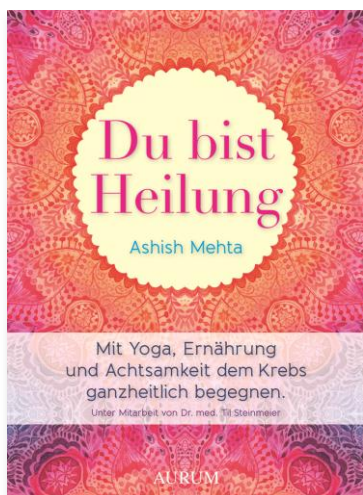


ASHISH MEHTA

Du bist Heilung**Mit Yoga, Ernährung und Achtsamkeit dem Krebs ganzheitlich begegnen**

- ❖ Das neue Buch des Erfolgsautors
- ❖ Voller Praktischer Tipps zu Ernährung, Yoga und Achtsamkeit
- ❖ Vorwort von Dr. med. Til Steinmeier



ASHISH MEHTA
Du bist Heilung
180 Seiten, 16,95 €
Erscheinungstermin: März 2017
ISBN: 978-3-95883-142-1

DU KANNST DIR HELFEN

Die Erkrankung an Krebs ist für viele Menschen angsteinflößend, vor allem die Aussicht auf eine aggressive Chemotherapie. Betroffene zweifeln, ob sie die Krankheit wirklich besiegen können. Das Buch des Yoga- und Wellness-trainers Ashish Mehta – selbst ein positives Hoffnungswerkzeug gegen die lähmende Furcht - zeigt auf, wie Betroffene ihre Selbstheilungskräfte stärken und aktivieren können. Alternative Methoden wie die Kombination von Yoga, Akupressur, Meditation, Selbstdialog und Ernährung haben – neben der medizinischen – eine große Bedeutung beim Kampf gegen die Krankheit, denn Krebs ist auch eine Blockade, der durch Rückbesinnung auf uraltes Wissen begegnet werden kann. Ermutigende Heilungsansätze und viele praktische Tipps, Übungen und Rezepte geben Betroffenen und Angehörigen Zuversicht und bieten Alternativmedizinern, Ärzten und Therapeuten einen ganzheitlichen Ansatz. Es lohnt sich, die Verantwortung für das eigene Leben wieder voll und ganz zu übernehmen.

ÜBER DEN AUTOR**ASHISH MEHTA**

Der Autor wurde 1974 in Indien geboren und wuchs in einer spirituellen Familie auf. Bereits mit 11 Jahren begann er mit dem Yoga-Unterricht. In Indien arbeitete er neben der Schauspielerei als „Energy worker“ und begleitete Menschen auf ihrer spirituellen Reise. Heute lebt und arbeitet er in Deutschland und beschäftigt sich seit ungefähr 10 Jahren mit der Forschung in der alternativen Krebstherapie.