

Das schönste Erlebnis ist das Geheimnisvolle

happinez

DAS MINDSTYLE MAGAZINE

Exklusiver Vorabdruck
„Hippie“
 Der neue Bestseller von Paulo Coelho

PASION POR LA VIDA

Selbstachtung

Zeit für uns. Auf unser Herz hören. Befreien und ankommen

Lilith – Vermächtnis der wilden Frau | Die Kraft der Imagination

Alain de Botton – „Lebt eure Verrücktheit!“

Test: Bin ich, wer ich wirklich sein will?

4 191887 005908 07

happinez
das Herz

Workshops Trends Achtsamkeit
Kultur Blogs Adressen

GESUNDER HOCHGENUSS

Wer einmal den Wohlgeschmack, das feine Aroma und den betörenden Duft von frisch gekochtem japanischem Reis erlebt hat, weiß, dass ein Unterschied zwischen dieser und anderen Reissorten besteht. Kein Land ist vom Reisanbau so geprägt wie Japan, nirgends ist der Reis so verwoben mit Mythologie und Kultur wie hier. So geben die Reisbauern über viele Jahre ihr Wissen an jede Generation weiter, ein Wissen, das die Einzigartigkeit der KOMOKO-Mehle erklärt. In einer Präfektur im Süden Deutschlands wird in einem Familienbetrieb eine Auswahl japanischer Kömer gemischt und nach altem Brauch zu hochwertigen Mehlen vermahlen. Die Extraklasse der Verarbeitung zeigt sich auch in dem geringen Schalenanteil. Das glutenfreie Reismehl ist damit besonders sauber. „Komeko Knusperlust-Reismehl Mischung“, 500 g, 4,99 €, www.komeko.de



FÜR EINE LEBENSWERTE WELT

Wie wir morgen leben werden, entscheidet sich schon heute. Denn die Erkenntnis hat sich durchgesetzt, dass wir nur dann noch in der Zukunft unsere Ressourcen nutzen können, wenn wir sie nicht heute schon verbrauchen oder zerstören. Dieses Bewusstsein motivierte Anna und Sophie, die Gründerinnen von „hejhej-mats“, Yogamatten ausschließlich mit recycelten Materialien herzustellen: In einer hejhej-mat finden 1 kg Schaumstoff-Reste neue Verwendung. Und jede Matte ist am Ende ihres Lebenszyklus wieder recycelbar. Ein sinnvoller Rohstoff-Kreislauf für eine lebenswertere Welt. „hejhej-mat“, zwei Farbvarianten: eher dunkel und eher hell, Maße: 186 cm x 65 cm x 0,5 cm, 129 € zzgl. Vers., www.hejhej-mats.com

„Nur ein Künstler kann den Sinn des Lebens erraten.“

NOVALIS



AUF DER SUCHE NACH DEM LEBENSSINN

Was verleiht dem Leben Bedeutung? Gibt es Phänomene jenseits des naturwissenschaftlich Erklärbaren? Folgt die Welt einer höheren Bestimmung? Die Suche nach Erfüllung und Glück bringt uns dazu, immer bewusster auf unser Leben zu schauen und uns dabei auch mit spirituellen Inhalten auseinanderzusetzen. Der britische Biologe, Autor und Vordenker Rupert Sheldrake stellt uns dafür bei seinem Seminar „Die Wiederentdeckung der Spiritualität“ die sieben wichtigsten spirituellen Praktiken aller Religionen vor, deren bedeutender Wert für unser Leben inzwischen wissenschaftlich erforscht ist. Termine: Vortrag Sa. 6.10., Kosten: 26,19 €; Seminar Sa. 6.10. – So. 7.10., Kosten: 126,19 €, Ort: 20146 Hamburg, Tel.: 040/41 32 97 15, www.wrage.de