

VIISAS  ELÄMÄ

KEVÄT 2025

KATALOGI

LAURA VOUTILAINEN

Laura Voutilainen on suomalaisen viihdetähtöiden kiintotähti. Hän on monialainen, viihteeseen painottunut estraditaiteilija, musiikintekijä sekä levyttävä artisti vuodesta 1993 lähtien. Laura on julkaissut urallaan useita kulta- ja platina-albumeita ja hänet on palkittu kahdesti vuoden nais-solistina Emma Gaalassa. Lauran pitkän uran kohokohtiin kuuluvat mm. Mamma Mia- suurmusikaalin päärooli ja Suomen Euroviisuedustus. Hän on on suomalaisille tunnettu kasvo myös useista tv-produktioista ja ääninäyttelijän rooleista. Lauran suosittuja hittejä vuosien varrelta ovat mm. Kerran, Miks ei ja En mielestäin sua saa.



KATJA FRANGE

Katja Frange on kirjailija, taiteilija, henkinen valmentaja sekä kahden tyttären äiti. Hän on tunnettu intuitiivisen elämän sekä feminiinin viisauden ja voiman sanansaattajana. Katjalta on aikaisemmin ilmestynyt neljä suosittua kirjaa: *Intuitiolla - kuuletko sisäisen äänesi?* (2016), *Intuitiolla -harjoituskirja* (2017), *Kuunsilta - feminiinin tietoisuuden matka* (2018) sekä *Pohjolan naisen voimakirja* (2022). Katja on julkaissut myös rakastettuja voimapakkoja: *Intuitiokortit* (2016), *Naisen Voimapakka* (2019), *Ilon kortit* (2020), *Sisäinen lapsi -voimakortit* (2024) sekä *Rakkauden voimakortit* (2024).

Laura Voutilainen – Enemmän kuin ääni

Katja Frange

Kuka on nainen kolmekymmentä vuotta kestäneen menestyksensä uran takana?

Valovoimainen artisti Laura Voutilainen kertoo avoimesti matkastaan ja elämän kasvukoulussa syntyneistä opeistaan. Artistiksi hän on kasvanut sisäisen matkan kautta. Miten elämä on vaikuttanut siihen, kuka hän on artistina ja miten artistin elämä on vaikuttanut siihen, kuka hän on ihmisenä?

Taitavana nuorena laulajana julkisuuteen nousut, monipuolinen artisti ja rohkeasti äänen johdattamana omaa polkuaan kulkenut Laura avaa kirjassa sydäntään. Hän antaa äänensä oman elämänsä tärkeille teemoille ja niille tapahtuneille asioille, jotka ovat opettaneet häntä ja jalostaneet häntä ihmisenä. Kirjassa voimme kuulla ihmisen ilon ja surun hetkiä sekä rehellisiä ajatuksia naisen elämästä, ihmisyydestä ja rakkaudesta.

Kirjailija Katja Frange on kirjoittanut haastatteluiden pohjalta inspiroivan kirjan, joka on teemoiltaan syvenevä matka lahjakkaan artistin ja naisen elämään. *Enemmän kuin ääni* on myös visuaalisesti kaunis ja puhutteleva teos.



Kannen kuva ja kansi: Julia Alakulju

192 s. / sidottu / nelivärinen
17,3, 84,2 / ISBN 978-952-384-193-2
Ovh 42,00 €

**ILMESTYY
MAALISKUUSSA**

Vuosi Italiassa – 12 oivallusta vapaudesta

Anu Pensola

Mitä tapahtuu, kun asuinpaikka, rutiinit ja arki muuttuvat? Tuoko uusi alku elämälle suunnan ja löytyykö kadonnut luovuus? Mitä vapaus oikeastaan on?

Vuosi Italiassa – 12 oivallusta vapaudesta on matkakertomus, joka kuljettaa lukijan Euroopan halki Pohjois-Italian vuorille pienen kylän arkeen. Kirja avaa tien myös mielenmaisemaan, joka muotoutuu suuren muutoksen keskellä.

Matka kohti uutta elämäntapaa on sekä kaunis että kipeä, kun mielen syövereistä tarjoutuu käsiteltävää kokonaisen ihmiselämän edestä. Uusien tilanteiden edessä on opittava nöyrytmään. Myös epävarmuus kulkee sitkeästi mukana, vaikka kuinka yrittäisi ravistaa sen tiehensä.

Anu Pensola käsittelee elämänmuutosprosessiaan rehellisesti, oivaltavasti ja hyvin henkilökohtaisesti matkan varrella tekemiensä havaintojen kautta. 12 oivallusta viitoittavat myös lukijalle tietä vapaudteen oman kultaisen häkin kahleista.



Kannen kuva: Maria Kalmi. Kansi: Jaana Racero.

272 s. / nidottu /
mustavalkoinen + värillinen kuvaliite 16 s.
17,3, 84,2 / ISBN 978-952-384-192-5
Ovh 39,00 €

**ILMESTYY
MAALISKUUSSA**

ANU PENSOLA

Anu Pensola on kuvataiteilija, kuvittaja, kirjailija ja joogaopettaja. Hän on kahden jo aikuisen sekä yhden kouluikäisen lapsen äiti. Anu työskenteli vuosia medialalla toimittajana, sisällöntuottajana ja visuaalisena suunnittelijana, kunnes päätti keskittyä kokonaan omaan luovaan työhönsä. Keväällä 2023 Anu luopui kaikesta omaisuudestaan Suomessa ja muutti perheensä kanssa Pohjois-Italiaan. Anu Pensolan (ent. Harkki) aiemmat teokset: *Puikoissa!* (Otava 2006), *Viritetty* (Otava 2007), *Unelmien kesäkoti* (Tammi 2009). Yhdessä Rasaliina Jänön kanssa: *Lulu ja Piko – Yön äänet* (Kustannus-Mäkelä 2020), *Lulu ja Piko – Merenneitopulveri* (Kustannus-Mäkelä 2021) ja *Lulun ja Pikon Taikapuutarha* (Kustannus-Mäkelä 2024).



Naisen toinen kevät – Kaikki vaihdevuosista

Emilia Vasko-Kujala & Noora Mustajoki

Miten kohdata vaihdevuodet viisaasti?

Menopausi on luonnollinen, tärkeä ja monelle hämmäntävä tai jopa kivulias elämänvaihe, jota kukaan ei kykene ohittamaan tai selittämään pois. Se on yhtä vavisuttava kuin murrosikä, ja nainen käykin läpi suuria muutoksia niin fyysisesti kuin henkisesti.

Naisen monimuotoisessa elämänkaaressa vaihdevuosilla on aivan erityinen, uutta potentiaalia avaava merkitys. Se on mahdollisuus uuteen kevääseen, aiempaa laajempaan ja syvempään naiseuteen. Kasvu ei kuitenkaan tapahdu itsestään, vaan edellyttää tietoista asettumista muutoksen äärelle.

Naisen toinen kevät on ennen muuta kehoitus tähän kasvuun. Kirja on kartta sisäisessä muutoksessa navigoivalle naiselle ja kutsu suuren elämänvaiheen syvälliseen ymmärtämiseen ja hyväksymiseen. Kirja kertoo esivaihdevuosista ja vaihdevuosista kokonaisvaltaisesti. Se painottaa menopausiin liittyvää henkistä ja psykologista kasvupotentiaalia fyysisiä oireita unohtamatta. Se sisältää monenlaisia vinkkejä hyvinvointiin niin ruokavalion, liikkumisen, henkisten harjoitusten kuin lääketieteellisen hoidonkin osalta.

Teos on tarkoitettu aikuisille naisille ja heidän läheisilleen. Sen on tarkoitus vapauttaa keskustelua vaihdevuosista ja tuoda vaihdevuosien keskellä elävälle naiselle lisää tilaa, voimaa ja ymmärrystä.



Kannen kuva: Katja Frange. Kansi: Taivo Org.

288 s. / nidottu / mustavalkoinen
17,3, 59,57 / ISBN 978-952-384-188-8
Ovh 34,00 €

**ILMESTYY
HELMIKUUSSA**

NOORA MUSTAJOKI

Noora Mustajoki on 46-vuotias, Kittilässä asuva kirjastonjohtaja, tietokirjailija, äiti ja kundaliinijoogan opettajakouluttaja. Häneltä on aiemmin ilmestynyt teokset *Viihdy omassa arjessasi* (Otava, 2017), *Selviytymisopas elämän kriiseihin* (Otava, 2020) ja *Manuela Bosco: Yhteys luontoomme* (Viisas Elämä, 2024). Mustajoki on pitänyt lukuisia retiriittejä ja kursseja. Esivaihdevuodet on hänen elämässään ajankohtainen ja syvä tutkimuksen kohde.

EMILIA VASKO- KUJALA

Emilia Vasko-Kujala on 52-vuotias, Helsingissä asuva henkinen valmentaja, valtiotieteiden maisteri, harrastajabiologi, äiti ja kundaliinijoogan opettajakouluttaja. Hän on toiminut aikuiskoulutusalan tehtävissä 20 vuotta, ja sittemmin hyvinvointialan kouluttajana ja yrittäjänä perustamassaan Kehto Koulussa.

Vasko-Kujalalta ja Mustajoelta on aiemmin ilmestynyt yhdessä kirjoitetut kirjat *Nainen omassa voimassaan* (Viisas Elämä, 2022), *Naisen elämänkaari* (Viisas Elämä, 2022) sekä *Naisen syklit* (Viisas Elämä, 2023)



Kesyttä levoton mieli – Keskittymisen käsikirja

Pasi Hänninen

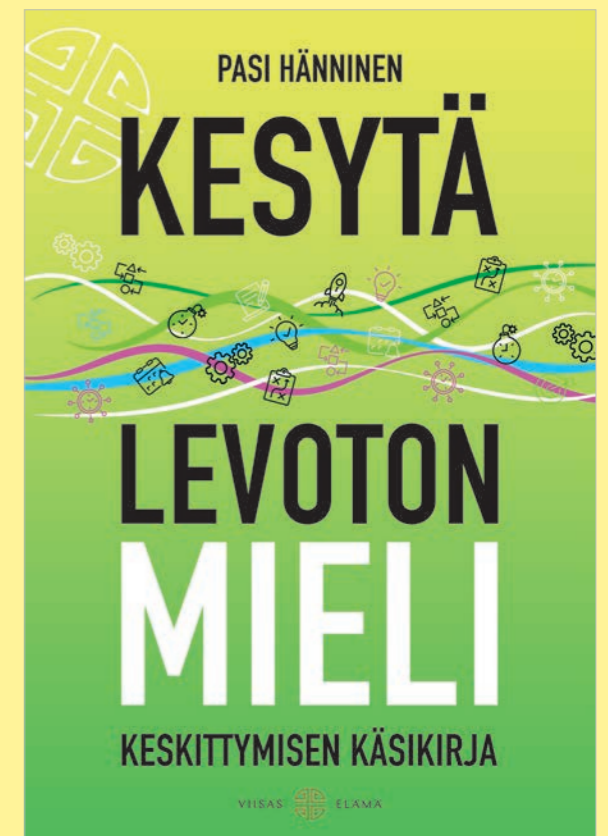
Kattava opas keskittyneempään elämään.

Kesyttä levoton mieli on kattava opas keskittymiskyvyn kehittämiseen ja huomionhallintaan arjen haasteiden keskellä. Se on suunniteltu kaikille, jotka haluavat parantaa keskittymistään. Teos tarjoaa konkreettisia ratkaisuja yleisimpiin keskittymisen esteisiin.

Kirjan sivuilla tutkitaan keskittymisen anatomiaa aivojen rakenteista psykologisiin mekanismeihin. Kirjassa lähestytään haasteita kuten ympäristöhäiriöitä, stressiä ja heikkoa ajanhallintaa, ja annetaan käytännön vinkkejä niiden voittamiseksi.

Lukijalle esitellään monipuolisia työkaluja ja menetelmiä keskittymisen parantamiseksi. Kirja tarjoaa käytännön työkalut arjen keskittymisen tehostamiseen muun muassa Pomodoro-tekniikasta mindfulness-harjoituksiin ja flow-tilaan pääsemiseen.

Kirjan lukija oppii hallitsemaan huomiotaan paremmin, lisäämään tuottavuuttaan ja vähentämään stressiä. *Kesyttä levoton mieli* kannustaa lukijaa löytämään tasapainon työn ja levon välillä sekä kehittämään pitkäjänteisyyttä kohti tavoitteitaan.



Kansi: Jonna Nisu

128 s. / nidottu / mustavalkoinen
14.1, 17.3 / ISBN 978-952-384-196-3
Ovh 32,00 €

**ILMESTYY
TAMMIKUUSSA**

PASI HÄNNINEN

Pasi Hänninen on kokenut yläkoulun ja lukion aineenopettaja, joka on omistautunut auttamaan oppilaitaan ja opiskelijoita saavuttamaan täyden potentiaalinsa. Lisäksi Hänninen on toiminut pitkään opettajana Jyväskylän yliopistossa. Koulutukseltaan hän on filosofian maisteri, teologian kandidaatti ja tradenomi. Hänninen tuo kirjaansa monipuolista asiantuntemusta ja käytännön kokemusta keskittymisen ja huomionhallinnan alueilta.

Tunneseksi – Löydä yhteys aitoon nautintoon

Susanna Syld

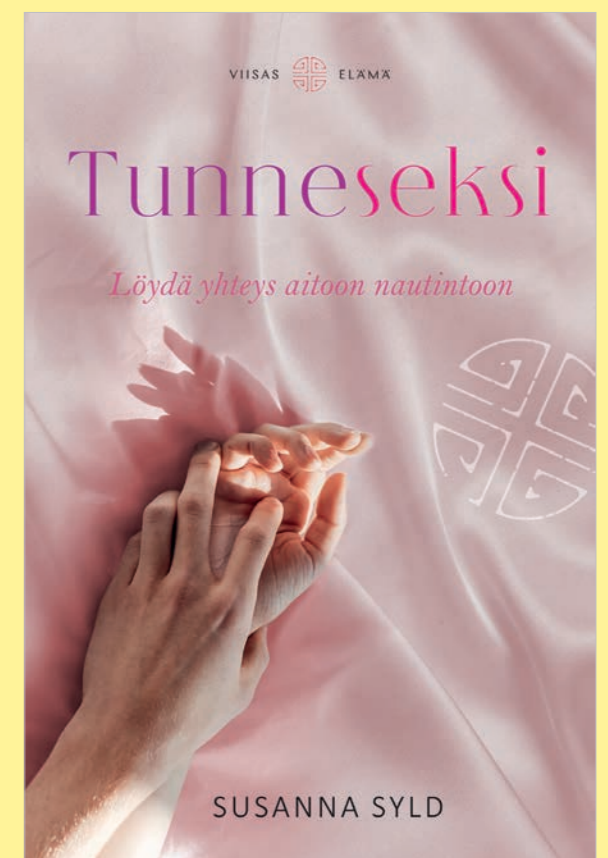
Koe aitoa tunneyhteyttä suhdeseksissä.

Emotionaalinen yhteys kumppaniimme tuottaa meille aidon tyydytyksen. Tunneyhteydellinen seksi on viipyilevää, läsnäolevaa, ravitsevaa ja turvallista. Kohtaamme siinä ydinminämme rehellisesti ilman suojamuureja.

Tunneseksi on suunnattu naisille ja pareille, jotka yrittävät löytää vastausta siihen, miksi he eivät nauti seksistä tai kokevat haluttomuutta, yksinäisyyttä ja yhteyden puutetta seksissä. Kirjan on tarkoitus lohduttaa sekä auttaa ymmärtämään tunneyhteyden merkitystä seksissä.

Kirja koskettaa ja auttaa etenkin herkkiä ihmisiä, joille tunneköyhä seksi tekee nautinnon mahdottomaksi. Se herättelee keskustelemaan kumppanin kanssa asioista, jotka rakentavat turvallista tunneyhteyttä. Kirja sisältää pohdintatehtäviä ja tunneyhteyttä avaavia kosketus- ja mielenhallintaharjoituksia niin yksilöille kuin pareillekin.

Tunneseksi on tehty vapauttamaan nautintoa ja vahvistamaan tunteiden voimaa, kosketusta sekä sanatonta yhteyttä, jota on kauneimmillaan mahdollista kokea, kun uskallamme olla auki toiselle ihmiselle elämän herkimmissä hetkissä.



Kansi: Pauliina Sirkeinen

160 s. / nidottu / mustavalkoinen
59.35 / ISBN 978-952-384-187-1
Ovh 34,00 €

**ILMESTYY
TAMMIKUUSSA**

SUSANNA SYLD

Susanna Syld on erityistason seksuaaliterapeutti ja parisuhdeterapeutti (paripsykoterapian koulutus), joka tekee terapiaa ja nautintovalmennusta yksilöiden ja parien kanssa. Syld on mentaali- ja rentoutusvalmentaja- sekä positive psychology practitioner™. Hän kouluttaa seksologeja ja parisuhdeohjaajia sekä luennoi tunneyhteydestä ja nautinnosta. Suhteita ja seksuaalisuutta Syld tarkastelee tunnekeskeisestä viitekehystä, niin mentaalisesti kuin kehollisestikin.

Kriisistä kasvuun

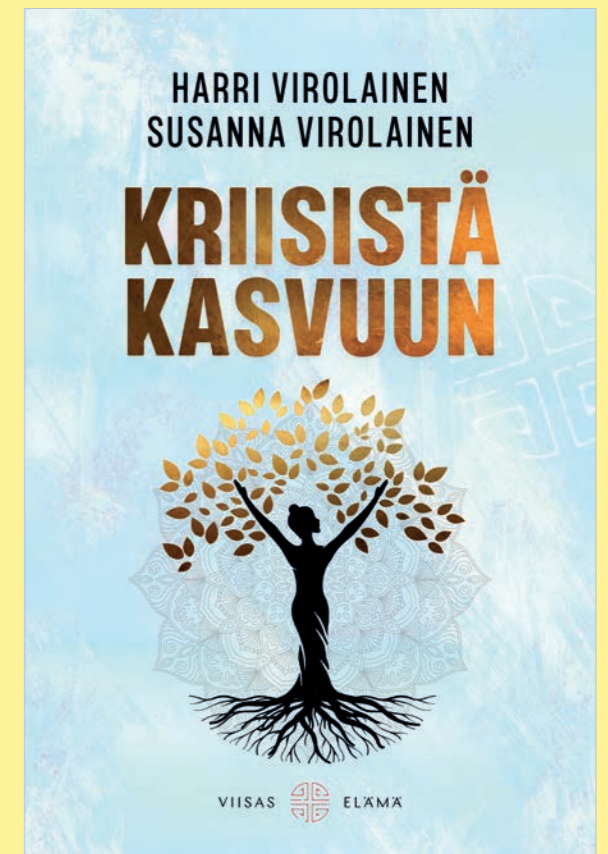
Susanna Virolainen & Harri Virolainen

Miten vakava elämänkriisi tai voimakas kipu kääntyy kasvuksi?

Kriisistä kasvuun -kirja avaa ihmisen selviytymiskykyä sekä toipumista henkisen kasvun perspektiivistä. Kirjan vahvana ytimenä on näkökulman muuttamisen taito: kuinka kriisi voikin muuttua kasvutarinaksi. Kirjaa varten on haastateltu ihmisiä, jotka ovat kohdanneet elämässään erilaisia elämänkriisejä, vastoinkäymisiä ja ääriolosuhteita. Koetut vastoinkäymiset ovat muuttaneet heidän elämänsä suuntaa myönteisesti.

Kriisistä toipuminen voi toisinaan vaatia uudenlaista elämisen taidon opettelua, jossa omat ajatukset, uskomukset ja toimintamallit uudistuvat osana toipumisprosessia. Kokemustarinoiden lisäksi kirja antaa konkreettisia vinkkejä vastoinkäymisistä toipumisen tueksi sekä esittelee erilaisia harjoituksia, joita kuka tahansa voi hyödyntää omalla kasvun matkallaan ja näin parantaa niin henkistä kuin fyysistä hyvinvointiaan.

Kriisistä kasvuun -kirja on suunnattu kaikille, jotka pohtivat, kuinka erilaisista kriiseistä on mahdollista toipua tai jotka miettivät, kuinka tukea kriisin kohdannutta läheistä. Samalla kirja luo toivoa ja inspiroi lukijoita, jotka ovat kiinnostuneita omasta henkisestä kasvusta ja kehityksestä.



Kansi: Taivo Org

192 s. / nidottu / mustavalkoinen
17.3 / ISBN 978-952-384-191-8
Ovh 34,00 €

**ILMESTYY
TOUKOKUUSSA**

SUSANNA VIROLAINEN

Susanna Virolainen on hyvinvointialan yrittäjä, ratkaisukeskeinen terapeutti ja ryhmänohjaaja. Lisäksi hän on opiskellut erilaisia kehollisia menetelmiä sekä kouluttanut luontoyhteysohjaajaksi. Ennen yrittäjän uraansa Virolainen työskenteli muun muassa kriisityöntekijänä akuuttien traumaattisten kriisien parissa. Susannaa inspiroi ihmisyyden kokonaisvaltaisuuden tutkiminen ja aidon, elävän yhteyden kokeminen elämässä.

HARRI VIROLAINEN

Harri Virolainen on nelinkertainen maisteri, tohtori, kirjailija, hyvinvointivalmentaja ja ratkaisukeskeinen terapeutti. Hän on perehtynyt monipuolisesti ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Terapeutina hän on syventynyt näkökulman muuttamisen taidon lisäksi erilaisiin kehollisiin menetelmiin. Virolainen on kirjoittanut useita kirjoja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, mielen voimaan ja tunnetyöskentelyyn liittyen.

Valitse viisaammin, päätä paremmin!

Isa Merikallio

Pitäisikö jäädä vai lähteä? Tarttua tilaisuuteen vai jättää väliin?

Ihmisen elämänlaatu riippuu usein siitä, millaisia valintoja ja päätöksiä hän tekee. Emme voi valita tapahtumia ympärillämme, tunteitamme tai ajatuksiamme, mutta voimme valita, miten toimimme niiden pohjalta.

Valitse viisaammin – päätä paremmin! auttaa ymmärtämään, miten ihmismieli toimii ja miten voi oppia tekemään parempia valintoja. Itsensä johtaminen on taito, jossa kehittyminen on innostavaa ja palkitsevaa kaikenikäisille, ammatista ja elämänvaiheesta riippumatta.

Kirja tarjoaa inspiroivia, käytännöllisiä vinkkejä ja harjoituksia sekä havainnollisia esimerkkejä, jotka auttavat ymmärtämään ihmisen toimintaa ja kehittymään paremmaksi päättäjäksi koko elämässä – työssä, ihmissuhteissa tai vaikkapa jääkaapilla. Kirja on tarkoitettu kaikille, jotka haluavat kohentaa elämänsä laatua ymmärtämällä ja petraamalla päätöksentekoaan.



Kansi: Jonna Nisu

128 s. / nidottu / mustavalkoinen
14.1, 17.3 / ISBN 978-952-384-185-7
Ovh 32,00 €

**ILMESTYY
TAMMIKUUSSA**

ISA MERIKALLIO

Isa Merikallio on toiminut johtajuusvalmentajana ja tutkinut yli 20 vuotta ihmisten käyttäytymistä, kokemuksia ja odotuksia. Tekstissään Merikallio yhdistää sujuvasti uusinta tiedettä samaistuttaviin arjen tilanteisiin. Hänen aiempia kirjojaan ovat *Suorituselämästä merkityselämään* (Viisas Elämä, 2013), *Vilpittömästi välinpitämätön* (Viisas Elämä, 2014) *Jaksaa, jaksaa* (Viisas Elämä, 2015) ja *Tänään valitsen elämän* (Viisas Elämä, 2021).

Herkullista hyvinvointia

Julia Ahvenus

Terveellisen ruokailun ei tarvitse olla yksitoikkoista, tylsää tai mautonta – päinvastoin.

Oletko miettinyt, miltä maistuisi syödä aamupuu-ro mokkapalan muodossa? Tai napata kahvin kaveriksi puuroa, joka muistuttaa maultaan aivan korvapuustia?

Herkullista hyvinvointia -kirjan reseptit yllättävät terveellisen ruokavalion konkarinkin iloisesti. Kirja pitää sisällään toinen toistaan herkullisempia aamu- ja välipalareseptejä, jotka tekevät hyvää niin keholle kun mielelle. Ohjeet on suunniteltu sopimaan osaksi jokapäiväistä arkea, jotta parempien valintojen tekeminen olisi helppoa päivästä riippumatta.

Ahvenuksen kehittämät ja satoja kertoja testatut reseptit ovat keränneet runsaasti positiivista palautetta sosiaalisessa mediassa ja sen ulkopuolella. Tämä kirja pitää sisällään hänen rakastetuimpia reseptejään sekä kattauksen täysin uusia herkullisia vaihtoehtoja.

Reseptien myötä tulet huomaamaan, miten terveellinenkin ruokailu voi olla hauskaa, helppoa ja ennen kaikkea hyvän makuista!

JULIA AHVENUS

Julia Ahvenus on liikunta-alan yrittäjä, korkeakoulutettu liikunnanohjaaja, henkilökohtainen valmentaja ja hyvinvointivaikuttaja. Useiden vuosien valmennus- ja sometyön myötä Ahvenus on nähnyt läheltä terveelliseen ruokailuun ja hyvinvointia tukevaan elämäntapaan liittyvät haasteet. Hänen tavoitteenaan on laajentaa toisinaan melko mustavalkoisia näkemyksiä hyvinvointiin ja terveelliseen ravitsemukseen liittyen.

**KANSI
TULOSSA**

Kannen kuva: Milla Haakana. Kansi: Taivo Org.

64 s. / sidottu, pehmeäkantinen
59.34, 68.2 / ISBN 978-952-384-201-4
Ovh 32,00 €

**ILMESTYY
HUHTIKUUSSA**

Matka omaan kehoon

Essi Määttä & Reetta Enroos

Ymmärrä kehon ja mielen viestit ja niiden taustalla olevat juurisyyt.

Matka omaan kehoon tuo lukijalleen tietoisuutta ja ymmärrystä kehomieli-yhteydestä, hermostosta, energiajärjestelmästä sekä tunteiden vaikutuksesta psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Kirja käsittelee kehollisuutta länsimaisen tieteen sekä luontaisten hoitomuotojen näkökulmasta, tuoden näitä kahta maailmaa yhteen, täydentämään toisiaan.

Kirjassa esitellään erilaisia kehollisia menetelmiä, kuten osteopatiaa, energiahoitoa, kehollisia tunnetaitoja, rosen-terapiaa, kehopsykoterapiaa ja vyöhyketerapiaa. Kirjassa on myös harjoituksia, joiden avulla lukija voi itse laskeutua oman kehollisuuden äärelle ja tunnistamaan tunteita kehossa.

Matka omaan kehoon lisää ymmärrystä fyysisten ja psyykkisten haasteiden taustalla olevista juurisyyistä. Kirja tuo esiin kehollisia menetelmiä ja mahdollisuuksia tukea terveyttä ja vahvistaa lääkkeettömien hoitomuotojen asemaa ihmisten terveydenhoidossa.

Kirja on suunnattu ihmisille, jotka ovat kiinnostuneita kehomieli-yhteydestä sekä työskentelystä kehollisten menetelmien ja tunteiden kanssa. Teos tuo näkökulmaa ihmisten kokonaisvaltaiseen kohtaamiseen ja hoitamiseen niin luontaishoitajien kuin länsimaisen terveydenhuollon ammattilaisille.



Kansi: Jaana Racero

256 s. / nidottu / mustavalkoinen
14.16, 17.3 / ISBN 978-952-384-186-4
Ovh 36,00 €

**ILMESTYY
HELMIKUUSSA**

REETTA ENROOS

Reetta Enroos on koulutukseltaan sairaan- ja terveydenhoitaja (AMK) sekä energiahoitaja. Enroos ohjaa ihmisiä keho-tietoisuuden äärelle energiahoitamisen ja ohjaustyön avulla sekä erilaisissa tapahtumissa. Yrityksessään hän myös kouluttaa uusia energiahoitajia. Enroos on toiminut yrittäjänä kuusi vuotta ja taustalla on työkokemusta terveydenhuollossa 15 vuoden ajalta. Ihmisten terveyden edistämiseksi Enroos yhdistää länsimaisen lääketieteen sekä holistisen kokonaisvaltaisen hoitotyön osaamista.

ESSI MÄÄTTÄ

Essi Määttä on keholliseen tunnetyöskentelyyn perehtynyt terapeutti ja kouluttaja. Hän on toiminut hyvinvointialan yrittäjänä 16 vuotta. Tällä hetkellä Määttä kouluttaa Natural bodymind working -koulutusta hyvinvointialan osaajille sekä vetää työyhteisöille tunne- ja vuorovaikutuskoulutuksia. Tämän lisäksi hän järjestää erilaisia hyvinvointitapahtumia ja verkkokursseja. Koulutukseltaan Määttä on sosionomi (AMK) ja opiskellut erilaisia terapiamuotoja, muun muassa tunnelukkoterapiaa, psykofyysisen psykoterapian ja psykoterapeuttisia valmiuksia, energiahoitoa, meditaatio-, rentoutus- ja yinjoogaohjausta. Lisäksi hän on myös NLP-valmentaja, personal trainer ja liikunnanohjaaja.

Kuuden kuun valtakunta 2 – Vaaran verso

Rasaliina Jänö

Fantasiaseikkailun toisessa osassa tuhon siemenestä kasvaa vaaran verso.

Kylvetystä tuhon siemenestä alkoi itämään vaaran verso, joka puski itseään ylöspäin mustana ja voimakkaana. Tuhattuotisen myrskyn selättäneet nuoret yrittävät palata arkeen, mutta myrskylle menetetyt läheiset ja kodit tekevät siitä vaikeaa. Uusien ystävien ja eläinoppaiden tuoman turvan merkitys kasvaa. Laburnumin ennuskirja on vaiennut pahaenteisesti, ja Belin sisällä jäytävä musta vieras ottaa yhä enemmän valtaa.

Tarkkakatseinen Yösilmä vaistoaa tuntemattoman vaaran, ja Belin ja Eran ystävineen on lähdettävä ennen kokemattomalle matkalle kohti maapalloa. Löytyykö Maasta keino parantaa pahuuden puremaa? Onko paluu omalle planeetalle enää edes mahdollista? Nuoret yllättyvät uuden vehreän planeetan vieraanvaraisista asukkaista. Kuka on Sampo Siu, ja voiko menetettyä voimakeivä korvata?

Tervetuloa mukaan seikkailuun Kuuden kuun valtakuntaan!



Kannen kuva: Rasaliina Jänö. Kansi: Jonna Nisu.

128 s. / nidottu
mustavalkoinen + 4-värinen kuvaliite
L84.2 / ISBN 978-952-384-203-8
Ovh 33,50 €

**ILMESTYY
HUHTIKUUSSA**

RASALIINA JÄNÖ

Rasaliina Jänö on järvenpäälainen lastenkirjailija ja kuvataiteilija, jonka teokset ovat lumonneet niin lapset kuin aikuisetkin. Hänen kirjoitustyyliinsä yhdistää maagisen realismin ja lämpimän huumorin, mikä tekee hänen tarinoistaan unohtumattomia. Jänön sydäntä lähellä on kirjoittaa tarinoita lapsille ja aikuisille, jotka kaipaavat seikkailua elämäänsä. Hänen aikaisempaa tuotantoaan ovat *Viimeisen munasolun maailmanvalloitus* (Viisas Elämä, 2024) *Kuuden kuun valtakunta – Tuhon siemen* (Viisas Elämä, 2024) sekä lasten fantasiaseikkailut *Taikakello* (Kustannus-Mäkelä, 2022) ja *Hehkumaa* (Kustannus-Mäkelä, 2023). Pienemmille lukijoille Jänö on kirjoittanut *Lulun ja Pikon kuvakirjaseikkailut* (Kustannus-Mäkelä, 2021, 2022, 2024).



MERJA KÄRKKÄINEN

Merja Kärkkäinen kasvatustieteiden tohtori. Hän on opiskellut kirjoittamista Jyväskylän avoimessa yliopistossa. Kärkkäinen on toiminut muun muassa yritysten henkilöstöhallinnossa sekä tutkijana Helsingin yliopistossa. Hänen väitöskirjansa käsitteli vuorovaikutusta, oppimista ja ongelmanratkaisua. Kärkkäisen intohimoja ovat vuorovaikutus koiran kanssa sekä koiran käyttäytymisen arviointi ja oppimisen tutkiminen.

Lue koirasi mieltä – Opas palkitsevaan vuorovaikutukseen

Merja Kärkkäinen

**Tuo koirasi parhaat puolet esiin
positiivisen psykologian keinoin.**

Lue koirasi mieltä tuo esiin positiivisen kasvatuksen ja psykologian keinoja ihmisen ja koiran väliseen vuorovaikutukseen sekä viimeaikaisen koiratutkimuksen antia ymmärtää koiraa. Koiran hyvinvointiin ja kasvuun soveltuvat paljolti samat positiivisen kasvatuksen lainalaisuudet kuin ihmistenkin hyvinvointiin.

Älykkäänä eläimenä koira havainnoi ja oppii nopeasti kotinsa elämisen tavoille. Vasta kun omistaja oppii huomioimaan koiran oman näkökulman ja persoonan voi vuorovaikutuksesta tulla aitoa ja palkitsevaa molemmille osapuolille.

Koiran omistajan kannattaa tiedostaa, että hänen omat ajatustapansa ja asenteensa vaikuttavat siihen, mitä hän ajattelee koiransa älykkyydestä, kyvyistä ja persoonasta ja kuinka toimii koiransa kanssa. Kirja havainnollistaa esimerkein millaisia hyötyjä positiivisen kasvatuksen keinoista ja myönteisen tunneilmapiirin luomisesta on ihmisen ja koiran välisessä suhteessa.

Kirja on tarkoitettu kaikille koiramielisille ihmisille, joilla on haaveena ottaa oma koira tai joilla on jo koira. Kirja sopii hyvin perheessä yhdessä luettavaksi ja keskusteltavaksi.



Kansi Taivo Org.

128 s. / nidottu / mustavalkoinen
17.3., 67.451 / ISBN 978-952-384-190-1
Ovh 32,00 €

**ILMESTYY
HELMIKUUSSA**



© Julia Alakulju

HENRI JÄRVINEN

Henri Järvinen on spiritualiteetin kouluttaja, jooga- ja meditaatio-opettaja sekä pappi. Järvinen on erikoistunut mystiikan teologiaan ja erilaisten henkisten perinteiden ohjaukseen. Hän on vuosien ajan perehtynyt syvästi myös Tarot-korttien historiaan ja mysteereihin niin teoriassa kuin käytännössä. Luterilaisessa kirkossa Järvinen on ollut avoimissa keskusteluissa näistä teemoista ja hänen Tarot-koulutuksensa ovat hyvin suosittuja.

JAANA RACERO

Jaana Racero on helsinkiläinen graafikko, valokuvaaja ja kuvittaja, joka saa inspiraatiota luonnosta ja kohtaamistaan ihmisistä. Raceroa on kiehtonut jo pienestä pitäen visuaaliset yksityiskohdat sekä ympäröivän kauneuden löytäminen. Työssään visuaalinen tarinankerronta on hänelle kaikki kaikessa, koska se luo keskustelua ja ajatuksia katsojissa. Jaana on julkaissut oman keittokirjan *Borssia ja sarlotkaa* (Atena, 2019) ja luonut visuaaliset ilmeet yli 40 eri kirjalle.



Tarot: Elämänviisauden kortit (78 korttia ja opaskirja)

Henri Järvinen & Jaana Racero

Löydä vastauksia elämän suuriin kysymyksiin.

Tarot: Elämänviisauden kortit yhdistävät perinteisiä Tarot-teemoja raikkaan nykyaikaisiin tulkintoihin. Korttien satojen vuosien historia kutoutuu yhteen vanhan kristillisen mystiikan, taianomaisten eurooppalaisten ja itämaisten perinteiden, esoteerisen syväkulttuurin, syvyyspsykologian ja nykypäivän henkisen kulttuurin kanssa. Tuloksena on kiehtova kudelma henkilökohtaista elämänviisautta ja syvällistä mystiikkaa.

Henri Järvisen kirjoittamat ja Jaana Raceron upeasti kuvittamat kortit ovat rikas kirjasto, joka nostaa esiin alitajunnan viestejä, menneisyyden kätkettyjä muistoja, tulevaisuuden näköaloja ja pohdintoja totuttujen ajatusmallien ulkopuolelta. Ne sopivat apuvälineiksi antamaan näköaloja rakkauselämään, perheen ja ihmissuhteiden haasteisiin, elämänvalintoihin ja mihin tahansa elämäkysymyksiin.

Tarot: Elämänviisauden kortit sopivat kaikille oman elämän kysymyksiin perehtyville ja elämän risteyskohdissa oleville. Voit käyttää kortteja virikkeinä elämän ihmeiden ja myyttien maailmaan sukeltamiseen sekä syvällisten keskustelujen herättäjinä.

Korttipaketti sisältää myös vinkkejä korttien käyttöön yksin tai yhdessä toisten kanssa.



Kansi: Jaana Racero.

78 korttia (nelivärinen)
ja opaskirja (160 s., nidottu, mustavalkoinen)
15.93, 17.3 / ISBN 978-952-384-159-8
Ovh 73,00 €

**ILMESTYY
TOUKOKUUSSA**



VIISAS  ELÄMÄ

Viisas Elämä Oy
Mekaanikonkatu 19 A
00880 Helsinki

myynti@viisaselama.fi
www.viisaselama.fi

