



Leseprobe

Dr. Ruediger Dahlke

Angstfrei leben

Selbstheilungsprogramm

Bestellen Sie mit einem Klick für 6,95 €



ca.

Erscheinungstermin: 01. Januar 2006

Lieferstatus: Lieferbar

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.randomhouse.de

Inhalte

- [Buch lesen](#)

- [Mehr zum Autor](#)

Zum Buch

Geführte Audio-Meditationen mit Musikuntermalung

Angst lebt von der Enge, ja sie ist Enge, im Atem, im Hals und im Leben. Meditation bietet über die Ausweitung des Bewusstseins die ideale Antwort. In einem Zustand von weiter Offenheit, wie er auf dieser Reise entsteht, hat Angst keine Chance. In ihm kann man bedenkenlos auf die Suche nach den eigenen Ängsten gehen und lernt, ganz nebenbei, sie zu meistern. In der Weite lösen sie sich auf wie Dunkelheit im Licht.



© Angelika Silber

Autor

Dr. Ruediger Dahlke

Dr. med. Ruediger Dahlke arbeitet seit 40 Jahren als Arzt, Autor und Seminarleiter. Mit Büchern von »Krankheit als Weg« bis »Krankheit als Symbol« begründete er seine ganzheitliche Psychosomatik, die bis in mythische und spirituelle Dimensionen reicht. Die Buch-Trilogie »Die Schicksalsgesetze«, »Das Schatten-Prinzip« und »Die Lebensprinzipien« bildet die philosophische und praktische Grundlage seiner Arbeit. Ruediger Dahlke nutzt seine Seminare und Vorträge, um die Welt der Seelenbilder zu beleben und zu eigenverantwortlichen Lebensstrategien anzuregen.

Sein Ziel, ein Feld ansteckender Gesundheit aufzubauen, spiegelt sich in Büchern wie »Peace Food« und »Die Hollywood-Therapie« wieder, aber auch in der Verwirklichung des Seminarzentrums TamanGa in der Südsteiermark.

