



Leseprobe

Dr. Ruediger Dahlke

Naturmeditation

Der Mensch und die Erde sind eins

Bestellen Sie mit einem Klick für 11,95 €



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 Meditationen mit Musikuntermalung

Bei diesen Visualisierungen geht es um das Neuentdecken der äußeren Natur in Verbindung mit unserer eigenen inneren Natur. Wir lernen uns in die Naturelemente hineinzusetzen und die Natur zu erspüren und zu genießen:

Wasser aus Quellen, Bächen, Seen, Flüssen, Strömen und Meeren – wir erfahren, wie nah der Kreislauf des Wassers mit unserem eigenen inneren Lebenskreislauf in Beziehung ist.

Das Erdreich als Quelle von Nahrung und Kraft, Stabilität und Verlässlichkeit – wir spüren Mutter Erde unter unseren Füßen und erleben, wie sehr wir ihre Kinder sind.

Die Leichtigkeit der Luft in uns fühlen und sich tragen lassen – wir lernen unsere inneren Flügel zu nutzen, um auf den Schwingen der Gedanken und Träume ins Land der Fantasie zu fliegen. Die so gewonnenen inneren Bilder bringen wir mit zurück zur Erde. – Sie werden zur Quelle von Inspirationen.

Das Feuerelement im Inneren der Erde und in unserer Mitte erleben und seiner Macht vertrauen – seine reinigende und entflammende Kraft genießen.

Indem wir die äußere Natur in uns wiederfinden, werden wir die Natur als Teil unseres eigenen Wesens neu entdecken und ihr wacher, offener und bewusster begegnen.



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.

