

Die Notfallapotheke für die Seele

Heilende Übungen und Meditationen

Taschenbuch

Ruediger Dahlke

16,00 €

inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)



- Der Schnellhelfer bei psychischen Belastungen und akuten Problemen.
- Mit vielen Übungen und Meditationen.

214x161x11mm (LxBxH)

2. Auflage 2019

Umschlag/Ausstattung: 20

Farbfotos, 18 Farbzeichnungen,

Seiten: 128

EAN: 9783485029957

Art.-Nr.: 32995

KOSMOS

Produktinformationen "Die Notfallapotheke für die Seele"

Die Botschaften der Seele sind ein Hilfeschrei, etwas im Leben zu verändern. Der bekannte Arzt und Therapeut Ruediger Dahlke zeigt Entspannungstechniken, heilende Übungen und Meditationen, die praktische Hilfe bei den wichtigsten seelischen Beschwerden wie Angst, Burn-out oder Trauer bieten. Feine Wahrnehmungsübungen vermitteln Vertrauen und Lebensfreude, helfen, Neues über sich zu erfahren, und eröffnen Schritte in Richtung Heilung. So gelingt es, alte Verletzungen zu heilen, Belastendes loszulassen, die eigenen Lebensthemen zu erkennen und ein freierer Mensch zu werden.

Autoren und Autorinnen

Ruediger Dahlke

Dr. Ruediger Dahlke studierte Medizin in München und spezialisierte sich dann auf Naturheilweisen und Homöopathie. Seit 1978 ist er als Reinkarnationstherapeut und Fastenarzt tätig. Als Autor, Vortragender und Seminarleiter zählt er zu den prominentesten Persönlichkeiten im Bereich der Psychosoma...

[Mehr zur Person](#)