



Leseprobe

Dr. Ruediger Dahlke

Tiefenentspannung

zur Synchronisierung beider
Gehirnhälften -
Heilmeditationen

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 Meditationen mit Musikuntermalung

Das Ziel dieser Entspannung ist, sich von Vergangenheit und Zukunft zu lösen und ganz den gegenwärtigen Augenblick zu leben. Das wird erreicht, wenn linke und rechte Gehirnhälfte in Einklang kommen.

Uns westlichen Menschen, die wir fast ausnahmslos die linke (männliche) Seite des Gehirns überbetonen, fällt das Loslassen von den Ansprüchen dieser linken, logisch denkenden Gehirnhälfte besonders schwer. Auf der CD wird sie deshalb absichtlich und gezielt verwirrt, während die meist vernachlässigte rechte, archetypisch weibliche Seite durch entsprechend gefühlsbetonte Sprache und Musik Unterstützung erfährt. Das konkrete Ergebnis verbessert sich mit jeder Wiederholung, wobei Entspannung und die eigene Heilkraft sich gegenseitig befruchten und verstärken.



© 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 »Schicksalsgesetze«, »Schattenprinzip« und

»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.

Leseprobe

