

Dr. med. Rüdiger Dahlke

Tagesseminar am 25. Mai 2024 in Luzern



Dr. med. Ruediger Dahlke arbeitet seit über 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. Seine »Peace Food«-Buchreihe half dabei, den pflanzlich-vollwertigen Lebensstil populär zu machen. Ruediger Dahlke nutzt Live- und Online-Veranstaltungen, um die Welt der Seelenbilder zu beleben und zu eigenverantwortlichen Lebensstrategien anzuregen.

Thema: "Voller Energie, statt müde + erschöpft" Lebenskraft aktivieren – Vitalität zurückgewinnen

Immer müde, ständig ausgelaugt, Akku leer. Jede(r) Zweite ist von Symptomen betroffen, die von leichtem Unwohlsein bis zum Burn-out reichen. Die große Erschöpfung hat viele Gründe: Die äußeren Bedrohungen durch Pandemien, Kriege, die Klimakrise und die Inflation. Ein hektischer, zu schneller Lifestyle mit ständiger Erreichbarkeit und vielen Stunden online. Eine einseitige Ernährung, zu wenig Bewegung und Mangel an Liebe.

Ruediger Dahlke zeigt, wie differenziert und vielschichtig die Faktoren sind, die uns täglich Kraft rauben. Sein umfassendes Revitalisierungs-Programm enthält Empfehlungen für eine lebendige Ernährung, energetisierende Atemübungen, Impulse zur Weckung der Kundalini-Energie und Strategien für tiefe Entspannung und erholsamen Schlaf. Der Schlüsselfaktor bei der Rückeroberung der eigenen Energiequellen ist es, sich von Fremdbestimmung zu befreien und sein Leben zu beseelen - damit wir endlich zurück zu Kraft und Vitalität finden.

Mithilfe von Übungen und Meditationen lenkt der Seminarleiter unseren Blick nach innen und hilft, ganzheitliches Bewusstsein zu entwickeln.

Ort: 6038 Gisikon bei Luzern
Hotel an der Reuss, Tellstr. 12 (an der Autobahn)

Beginn: 09.30 - 17.00 Uhr

Seminarkosten: CHF 180.-- (Verpflegung individuell)



Weitere Infos und Anmeldung: 041 - 220 19 19

www.mentalstark.ch