Blog

23

Mai

Buchvorstellung: Sara Gottfried - 10 Jahre jünger!

window.respimage && window.respimage({ elements: [document.images[document.images.length - 1]] });

Dass wir unsere Gesunderhaltung und Alterung selbst beeinflussen können ist hinreichend bekannt, aber in welchem Masse das möglich ist, erläutert Sara Gottfried beispielhaft gut. Krankheiten wie Alzheimer und Krebs und auch andere Zivilisationskrankheiten sind vermeidbar. Wir sind in der Lage, die Wahrscheinlichkeit an einer schwerwiegenden Krankheit zu leiden, drastisch zu senken. Das ist möglich, in dem wir unsere Gene gezielt beeinflussen, durch gesunde Ernährung, sowie Nahrungsergänzungen und Antioxidantien und selbstverständlich durch das Weglassen von schlechten Nahrungsmitteln.

Weiterlesen … Buchvorstellung: Sara Gottfried - 10 Jahre jünger!

2019 von Anna Ulrich (Kommentare: 0)

20

Mai

Buchvorstellung: Mike Lingenfelter und David Frei - Der Engel an meiner Seite

window.respimage && window.respimage({ elements: [document.images[document.images.length - 1]] });

Mike Lingenfelter ist schwer krank und hat sein Leben satt! Er ist seinem geschwächten Herz hilflos ausgeliefert. Ohne Medikamente und mit Einvernehmen seines Herzspezialisten kann er nichts mehr tun. Weder etwas Schweres tragen, noch alleine Auto fahren. Die Ärzte teilten ihm mit, dass sein Gesundheitszustand sich nie mehr bessern, sondern immer schlechter werde. In diesem Stadion rät ihm seine Psychiaterin Dr. Attar dazu, einen Therapie - Hund anzuschaffen. Sie war daran gewöhnt, dass Mike jeden ihrer Vorschläge niederschmetterte, auch diesen! „Was soll ich mit einem Hund?“ fragte er sie, denn er wusste, dass sein Ende naht und wollte es sogar. Kurz: er hatte sein Leben satt und seine Wut und Gleichgültigkeit halfen ihm dieser Tatsache ins Auge zu sehen.

Weiterlesen … Buchvorstellung: Mike Lingenfelter und David Frei - Der Engel an meiner Seite

2019 von Anna Ulrich (Kommentare: 0)

18

Apr

Buchvorstellung: Dr. Wayne Jonas - Heilung geschieht von selbst

window.respimage && window.respimage({ elements: [document.images[document.images.length - 1]] });

Den höheren Sinn einer Ursache zu erkennen, Glaube und Zuversicht an einen guten Ausgang sind unter anderem wegweisend. Wenn wir verstehen wie Heilung wirklich funktioniert, können wir Genesung leichter selbst in die Hand nehmen und vielen chronischen Krankheiten vorbeugen.

Weiterlesen … Buchvorstellung: Dr. Wayne Jonas - Heilung geschieht von selbst

2019 von Anna Ulrich (Kommentare: 0)

19

Mär

Buchvorstellung: Marybelle Kaufmann - Lausche der Stille

window.respimage && window.respimage({ elements: [document.images[document.images.length - 1]] });

Wer möchte nicht aus seinem Gedanken-Karussell aussteigen, zur Ruhe kommen und darauf zu vertrauen, dass wir jeden Moment unseres Lebens selbst gestalten können? Dieses Buch erinnert uns, worum es hier auf Erden wirklich geht. Es enthält eine große Sammlung von Lebensweisheiten und Worten der Liebe, die uns daran erinnern, dass Freude und Glück in jedem Moment allgegenwärtig sind. Wir dürfen immer mehr lernen in der Hektik des Alltags auch mal innezuhalten, ungünstige Gedanken und Muster zu erkennen und die unendlichen Chancen jederzeit zu nutzen, um unser Leben zu bereichern und erfüllen.

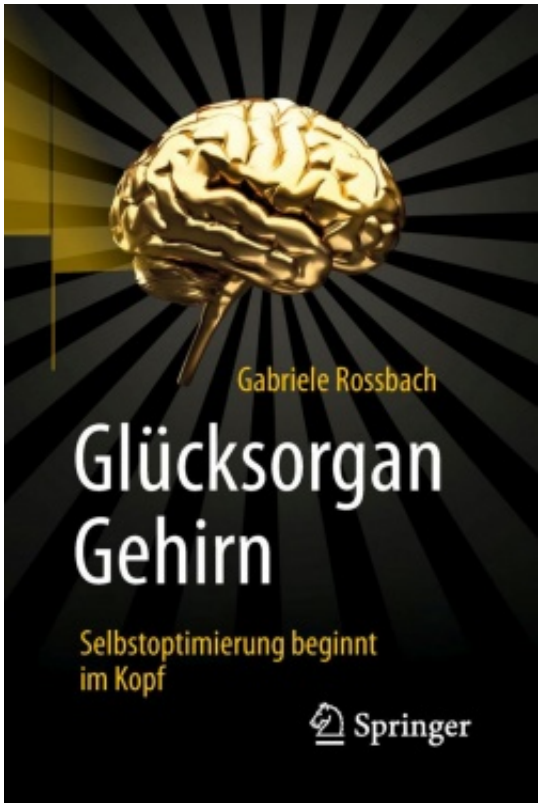
Weiterlesen … Buchvorstellung: Marybelle Kaufmann - Lausche der Stille

2019 von Anna Ulrich (Kommentare: 1)

21

Feb

Buchvorstellung: Gabriele Rossbach - Glücksorgan Gehirn



window.respimage && window.respimage({ elements: [document.images[document.images.length - 1]] });

Brainpower, gute Laune, Selbstbewusstsein und ein klarer Kopf sind die Schlüssel zum Erfolg! Selbstoptimierung beginnt im Kopf lautet der Untertitel. Hierbei handelt es sich um ein äußerst unterhaltsames Buch, mit zahlreichen Anleitungen und Hilfestellungen, welche die Steigerung und Optimierung der Gehirntätigkeit unterstützen.

Weiterlesen … Buchvorstellung: Gabriele Rossbach - Glücksorgan Gehirn

2019 von Anna Ulrich (Kommentare: 0)