



Das Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei

Ruediger Dahlke

 **Download**

 **Online Lesen**

Das Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei Ruediger Dahlke

 [Download Das Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei ...pdf](#)

 [Read Online Das Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei ...pdf](#)

Das Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei

Ruediger Dahlke

Das Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei Ruediger Dahlke

Downloaden und kostenlos lesen Das Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei Ruediger Dahlke

168 Seiten

Kurzbeschreibung

Gesünder geht's nicht!

Ruediger Dahlke schrieb mit »Das Geheimnis der Lebensenergie in unserer Nahrung« ein neues Grundlagenwerk zu einer Ernährung, die uns wirklich nährt. Mit einem versierten Team an Köchen entwickelte er daraus herrlich leckere und maximal gesunde Rezepte: pflanzlich-vollwertig, vegan und glutenfrei. Wer sich so ernährt, wird die eigene Lebensenergie deutlich spürbar steigern. Vitale und frische Nahrung führt schließlich nicht nur zu mehr Genuss, sondern auch zu einer unvergleichlich besseren Ausstrahlung. Besonders gekennzeichnet sind zwei Arten von Gerichten: solche mit hohem Proteingehalt – zur Krebs- und Demenzprävention. Und solche mit hohem Kohlenhydratanteil – sie sind gut für Herz und Gehirn. Mehr als 70 hochwertige und originelle Rezepte machen Lust auf eine Ernährung, die kraftvoll und heilsam wirkt.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. med. Ruediger Dahlke arbeitet seit 37 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 „Buch der Widerstände“, aber auch in der Verwirklichung des Seminarzentrums TamanGa in der Südsteiermark.

Download and Read Online Das Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei Ruediger Dahlke
#BJ03WEAR2YM

Lesen Sie Das Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei von Ruediger Dahlke für online ebookDas Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei von Ruediger Dahlke Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Das Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei von Ruediger Dahlke Bücher online zu lesen.Online Das Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei von Ruediger Dahlke ebook PDF herunterladenDas Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei von Ruediger Dahlke DocDas Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei von Ruediger Dahlke MobipocketDas Lebensenergie-Kochbuch: Vegan und glutenfrei von Ruediger Dahlke EPub