

TAKE me® Glücksnahrung ist ab dem 2. Lebensjahr für alle geeignet, auch in der Rekonvaleszenz sowie während dem Fasten, der Schwangerschaft und Stillzeit. Für Vegetarier und Veganer geeignet, glutenfrei, laktosefrei, gentechnikfrei, Es ist frei von chemischen Zusatzstoffen, sowie von jeglichen Füllstoffen, Zitronensäure und Aromen. Siehe Ruediger Dahlkes ausführliche Beschreibung im Taschenbuch Essens-Glück oder unter <http://shop.heilkundeinstitut.at/de/Energienahrung>

Dosierung & Verzehrempfehlung: Einfach 1 gehäuften Esslöffel mit etwas Wasser verrühren und zügig trinken - dann mindestens einen viertel Liter Wasser nach trinken. Mit dem Frühstück empfiehlt es sich noch etwa 20 bis 30 Minuten zu warten. Geben Sie dem Tryptophan die Zeit, die es braucht, um seinen Transfer ins Gehirn ungestört zu bewältigen. Auf künstliche Rieselhilfen wird verzichtet. Daher empfiehlt sich die Verwendung eines Milchsäumers oder Shakers, um das Verrühren zu erleichtern.



NEU: TAKE ME® - Glücksnahrung Limited Edition Banane-Orange

Nach fast 2 Jahren intensiver Forschungs- und Entwicklungsarbeit stellen wir Ihnen nun dieses neue Produkt aus der TAKE ME Limited Edition vor!

Diese Glücksnahrung unterscheidet sich von den TAKE ME Standardsorten durch die Verwendung von gekeimten Quinoa und Amaranth. Durch das spezielle Keimverfahren wird nicht nur die Bioverfügbarkeit der Inhaltsstoffe erhöht, sondern auch der Geschmack verbessert. Diese Sorte ist selbstverständlich in 100%iger Bioqualität erhältlich. Mit € 48,50 liegt der Verkaufspreis nur gering höher als bei den beiden anderen Bio-Standardsorten und liegt am aufwendigen Keimverfahren. Da TAKE ME Glücksnahrung ein lebenslanger Begleiter sein soll (Tryptophan wird ja täglich benötigt) ist es wichtig, dass Sie auch eine geschmackliche Abwechslung haben.

Dose 500 g

€ 48,50



TAKE ME®, Glücksnahrung Mandarine - Apfel ist ein rein pflanzliches Nahrungsmittel, bestehend aus feinvermahlenem Quinoa, Amaranth und Kokos in Rohkostqualität, sowie schonend getrockneten Äpfeln und Mandarinen. Zutaten: Quinoa*, Amaranth*, 20% Mandarine (getrocknet und vermahlen), 20% Apfel (getrocknet und vermahlen), 5% Kokos*
* aus kontrolliert biologischem Anbau (60% der Gesamtzutaten).

Dose 500 g

€ 34,50



TAKE ME®, Glücksnahrung Bio Himbeere-Birne

Zutaten: Bio-Amaranth, 30% Bio-Birne (getrocknet und vermahlen), Bio-Quinoa, 10% Bio-Himbeere (getrocknet und vermahlen), 5% Bio-Kokos (getrocknet und vermahlen). Sämtliche Zutaten aus kontrolliert biologischem Anbau.

Dose 500 g

€ 43,50



TAKE ME®, Glücksnahrung Bio Basen-Grün

Zutaten: Amaranth, Quinoa, Karotten, Chlorella-Alge und 32 verschiedene Kräuter. Alle Zutaten aus 100% biologischer Landwirtschaft, schonend getrocknet und vermahlen.

Dose 500 g

€ 43,50



TAKE ME PLUS

besteht aus feinvermahlenen, rein pflanzlichen Zutaten, die zum Wohlbefinden unseres Körpers, Geistes und Gemütes beitragen. Take me Plus ist als Ergänzung zur Take me Glücksnahrung bestimmt. **Dosierung:** 1 mal täglich 1 leicht gehäufter Esslöffel, ca. 20-30 Minuten nach der Einnahme von Take me Glücksnahrung und noch vor dem Frühstück. Verzehrempfehlung: Oben angegebene Menge in etwas Wasser einrühren und zügig trinken. Sofort 1/4 Liter Wasser nachtrinken und mit der Nahrungsaufnahme noch 5-10 Minuten warten. **Tipp:** Statt in Wasser kann Take me Plus auch in frischem Saft, Smoothies oder in verdünnten Sirup, z.B. Himbeersaft, eingerührt werden.

Zutaten: gekeimter Weizen* 19,8% gekeimter Leinsamen* 16%, Bierhefe 15%, Gerstengrasssaftpulver* 13%, Steinpilzpulver* 11%, Traubenkernmehl* 4%, Afa Alge* 3%, Rotalge* 2,5%, Banane* 2%, Karob* 2%, Kokosmehl* 2%, Zitronenmelisse* 2%, Maca* 2%, Anis* 1,5%, Chlorellaalge* 1%, Pfefferminze* 1%, Himbeere* 1%, Curcuma* 0,5%, Goji* 0,5%, Halit 0,2%* aus kontrolliert biologischem Anbau (82,3% der Gesamtzutaten)

Dose 340 g (reicht ca. 6-7 Wochen)

€ 64,00

DVD



Krankheiten über ihre Symbolebene entschlüsseln.

Wenn statt der Seele der Körper spricht. (Dr. med. Ruediger Dahlke)

Vortrag anlässlich der Verleihung des Burkhard-Heim-Preises 2012

Diese DVD wurde im Oktober 2012 auf dem DGH-Kongress „Geistiges Heilen“ aufgezeichnet. **Inhalt:** Krankheit als Symbol geht davon aus, dass alles, was in der materiellen Welt eine Form und eine Gestalt hat, auch einen Inhalt, eine Bedeutung, einen Sinn hat. An vielen konkreten Beispielen (z.B. Depression, Burn-Out, Krebs) erläutert Dr. med. Ruediger Dahlke in diesem Vortrag wie dieser Ansatz helfen kann zu erkennen, was dem Kranken wirklich fehlt und was er zur Heilung braucht.

DVD

€ 18,00



Wie Schicksalsgesetze und Schattenprinzip unser Leben bestimmen

Anekdotisch und launig, aber auch mit großem Tiefgang präsentiert Dr. Ruediger Dahlke in diesem Festvortrag anlässlich der Verleihung des Burkhard-Heim-Preises durch den Dachverband Geistiges Heilen fundamentale Einsichten in die Prinzipien, die unser Leben bestimmen. Und er betont: „Wenn Sie die Schicksalsgesetze verstehen, den Schatten annehmen und die Lebensprinzipien lernen, wird Heilung möglich.“

DVD

€ 18,00



Gabel statt Skalpell - Gesünder leben ohne Fleisch

Wenn wir alle wüssten, was die Wissenschaft schon lange weiß, würden wir vermutlich unseren Speiseplan sofort umstellen ... Der renommierte Biochemiker Prof. Dr. T. Colin Campbell leitete in den 1970 und 1980er Jahren die sogenannte China Study, die vermutlich umfassendste Studie, in der ein unmittelbarer Zusammenhang zwischen dem Verzehr von tierischen Produkten und dem Auftreten von Krankheiten wie Krebs, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Autoimmunerkrankungen wie Multiple Sklerose und Rheuma beim Menschen nachgewiesen werden konnte.

DVD

€ 14,99



Am Anfang war das Licht

Auf der Basis von unzweifelhaften Erlebnisberichten, ausführlichen Interviews und wissenschaftlich protokollierten Laborexperimenten erzählt der Film vom Phänomen „Lichtnahrung“, von der unglaublich klingenden Tatsache, dass es Menschen gibt und offensichtlich schon immer gegeben hat, die keine Nahrung im klassischen Sinne brauchen.

DVD

€ 21,99

Veröffentlichungen von Ruediger Dahlke

Grundlagen-Bücher:

1. Die Schicksalsgesetze – Spielregeln fürs Leben, Goldmann 2009
 2. Das Schattenprinzip, Goldmann-Arkana, 2010
 3. Lebensprinzipien – Heilung, Vorbeugung, Vorsätze, Goldmann, Herbst 2011
- Erde - Feuer - Wasser - Luft - die 12 Lebensprinzipien in den vier Elementen" (mit Bruno Blum), Aquamarin Verlag, Herbst 2011
Das Senkrechte Weltbild, (mit Nicolaus Klein), 1986, Ullstein



Krankheitsbilder-Deutung:

- Neu: Der Seeleninfarkt – Burnout und Boreout, Skorpion 2012
Neu: Alltag als Symbol, Goldmann erscheint 2013
Neu: Schattentagebuch, Goldmann erscheint 2013
Krankheit als Symbol, Bertelsmann, neu bearbeitet 2007
Krankheit als Sprache der Seele - Be-Deutung und Chance der Krankheitsbilder, Goldmann, 1992
Krankheit als Weg - (mit Thorwald Dethlefsen) 1983 Goldmann TB
Frauen-Heil-Kunde: Be-Deutung und Chance weiblicher Krankheitsbilder 1999 Goldmann TB
Der Weg ins Leben - Schwangerschaft und Geburt aus spiritueller Sicht Goldmann TB
Aggression als Chance, 2003, Goldmann Taschenbuch
Depression - Wege aus der dunklen Nacht der Seele, Goldmann Taschenbuch 2006
Krankheit als Sprache der Kinder-Seele 2009 (mit V. Kaesemann) Goldmann TB
Herz(ens)probleme, überarbeitet 2010 Goldmann Taschenbuch
Rauchen, überarbeitet 2010 (mit Margit Dahlke) Goldmann TB
Gewichtsprobleme, (Knaur Taschenbuch) 1989
Verdauungsprobleme, (mit Robert Hößl) Knaur TB 1990



Gesundheit:

Peace-Food – wie wir durch Verzicht auf Fleisch und Milch Körper und Seele heilen, GU 2011
Peace-Food Kochbuch, GU 2013
Aller guten Dinge sind drei – Bewegung – Ernährung – Entspannung, Südwest 2009
Essens-Glück (mit Dorothea Neumayr), Schirner 2010
Neu: Richtig Essen, 2013
Vom Mittagsschlaf zum Powernapping, Nymphenburger, 2011
Ganzheitliche Wege zu ansteckender Gesundheit Comed Verlag, 2011
Die Notfallapotheke für die Seele, Heilende Wahrnehmungsübungen und Meditationen, Nymphenburger, 2007
Das große Buch der ganzheitlichen Therapien, Integral 2007
Schlaf – die bessere Hälfte des Lebens, Integral 2005
Meine 50 besten Gesundheitstipps, Heyne 2008
Entgiften-Entschlacken-Loslassen (über www.heilkundeinstitut.at)
Von der Weisheit unseres Körpers, Droemer Knaur 2004
Säulen der Gesundheit - mit Baldur Preiml und F. Mühlbauer, Goldmann 2000 (vergriffen)
Wege der Reinigung, (mit Doris Ehrenberger) Heyne 1998
Die wunderbare Heilkraft des Atmens – (mit A. Neumann) Integral, 2000

**Weitere Deutungs-Bücher:**

Alltag als Symbol, Goldmann 2013
Das Geheimnis des Loslassens: Ballast abwerfen und inneren Reichtum gewinnen (Tischaufsteller K,G&S) GU (2013)
Das Licht- und Schatten-Tagebuch: Das Praxisbuch zum Schatten-Prinzip Arkana (2013)
Die Spuren der Seele: was Hand und Fuß über uns verraten GU (mit Rita Fasel) 2010
Körper als Spiegel der Seele, GU, 2007
Woran krankt die Welt, 2001, Goldmann Taschenbuch
Die Psychologie des Geldes, Nymphenburger, 2008
Der Mensch und die Welt sind eins, Hugendubel (vergriffen)

**Lebenskrisen:**

Lebenskrisen als Entwicklungschancen, Goldmann Tb 1995
Die große Verwandlung – wir sterben und leben weiter, Crotona, 2011

**Fasten:**

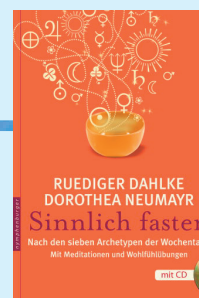
Das große Buch vom Fasten, Goldmann Taschenbuch 2008
Sinnlich Fasten – nach den 7 Archetypen der Wochentage, (mit Dorothea Neumayr) Nymphenburger 2010
Fasten Sie sich gesund, Hugendubel, 2003
Fasten-Führer (Südwest)
Bewusst Fasten 1980 (vergriffen)

Meditation:

Reisen nach Innen - Geführte Meditationen auf dem Weg zu sich selbst, Heyne Taschenbuch
Meditationsführer - Wege nach innen, (Margit und R. Dahlke) Schirner Taschenbuch, 2005
Schwebend die Leichtigkeit des Seins erleben, Schirner-Taschenbuch, 2008

Mandalas:

Mandalas der Welt, Hugendubel 1985
Arbeitsbuch zur Mandalatherapie, Schirner 2010
Mandala-Malblock, Neptun Music, 1985

**Aphorismen, Romane:**

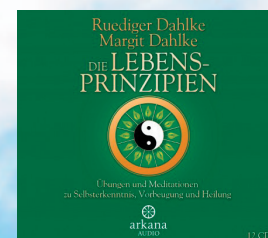
Worte der Seele, Aquamarin 2012
Worte der Heilung, Schirner, 2005
Wage dein Leben jetzt! (nur noch über www.heilkundeinstitut.at)
Worte der Dankbarkeit und des Vertrauens, Schirner 2011
Habakuck und Hibbelig - Das Märchen von der Welt - Heyne TB, 1987
Putschis erträumte Wirklichkeit (vergriffen)

Weitere:

Ruediger Dahlkes Ganzheitlicher Kalender Südwest, 2012/13
Burnout – ein Kartenset, Integral 2013

Geführte Meditationen auf CD

Neu: Lebensprinzipien - 12 CD-Set, Goldmann-Arkana-Audio, 2012
Text und Sprache: Ruediger Dahlke, Musik: Claudia Fried und Bruce Werber,
CDs zum Buch „Die Schicksalsgesetze – Spielregeln fürs Leben“,
„Das Gesetz der Anziehung“, „Gesetz der Polarität“ und „Das Bewusstseinsfeld“



Reihe „Heil-Meditationen“: Meditationen zu Krankheitsbildern:

Selbstheilung (für alle Krankheitsbilder geeignet), Allergien, Angstfrei leben, Ärger und Wut, Depression - Wege aus der dunklen Nacht der Seele, Frauenprobleme, Hautprobleme (2 CD's), Heilungsrituale (2 CDs), Herzensprobleme, Kopfschmerzen, Krebs, Lebenskrisen als Entwicklungschance, Leberprobleme, Mein Idealgewicht, Niedriger Blutdruck, Partnerbeziehung, Rauchen, Rückenprobleme, Schattenarbeit, Schlafprobleme, Sucht und Suche, Tinnitus und Hörprobleme, Verdauungsprobleme, Vom Stress zur Lebensfreude,

Meditationen zu weiteren Gesundheitsthemen:

Schwangerschaft und Geburt, Der Innere Arzt (2 CDs), Die 4 Elemente, Elemente Rituale (2 CDs), Energie-Arbeit, Entgiften-Entschlacken-Loslassen, Bewusst fasten, Den Tag beginnen, Mandalas, Naturmeditation, Tiefenentspannung, Ganz entspannt, Traumreisen, Selbstliebe, Visionen;

Kindermeditation: Märchenland,

Ich bin mein Lieblingstier (Schirner Verlag)

CDs bei Integral:

7 Morgenmeditationen, Die Leichtigkeit des Schwebens, Schlaf – die bessere Hälfte des Lebens, Erquickendes Abschalten mittags und abends, Schutzengel-Meditationen, Die Heilkraft des Verzeihens;

CDs mit Übungen zu LangenMüller-Büchern:

Die Psychologie des Geldes, Die Notfallapotheke für die Seele

Hörbücher auf CD:

Der Körper als Spiegel der Seele (Hoffmann und Campe)
Krankheit als Weg (Goldmann-Arkana-Audio)

Vorträge auf CDs: (über www.heilkundeinstitut.at)

Krankheit als Symbol
Körper als Spiegel der Seele
Die Schicksalsgesetze – Spielregeln fürs Leben
Die Spuren der Seele – was Hand und Fuß über uns verraten“
Lebenskrisen als Entwicklungschancen
Depression – Wege aus der dunklen Nacht der Seele
Moderne Reinkarnations-Therapie
Die Psychologie des Geldes
Notfallapotheke für die Seele
Aller guten Dinge sind drei
Krankheit als Sprache der Seele

Im Rhythmusverlag über www.heilkundeinstitut.at

Der innere Arzt, Gesetze des Lebens, Seelische Verletzungen
Visionen



Alle angeführten CDs, Bücher (diese auf Wunsch auch signiert) und weiteren Artikel erhalten Sie über unseren Webshop **www.heilkundeinstitut.at**.

Sie finden darin auch weitere Informationen zu den angeführten Produkten wie Energie-Chi-Geräte, Elemente Pulver Der Neuanfang, den Fastenshop, Tees und weitere Bücher sowie Musik CDs.

Informationen zum neuen Seminar- und Gesundheitszentrum von Ruediger Dahlke finden Sie auf **www.tamanga.at**

Allgemeine Informationen zur Arbeit von Ruediger Dahlke, insbesondere die Termine seiner Vorträge, Seminare, Ausbildungen, Kreuzfahrten und Informationen über seine Veröffentlichungen erhalten Sie über www.dahlke.at. Gerne können Sie über diese Seite auch unseren Newsletter bestellen und die Videos unserer Mediathek ansehen.

Bitte beachten Sie auch unsere neue Ärzteausbildung **<http://aerztefortbildung.dahlke.at>** und die Seminarreihe APL (Angewandte Prinzipien des Lebens), in der Sie lernen die Spielregeln des Lebens erfolgreich anzuwenden: **<http://akademie.dahlke.at>**

Weitere Infos: Heilkundeinstitut, A-8151 Hitzendorf, Oberberg 92, Tel.: 0043-316-71 98 88 Fax: DW-6; Mail: info@dahlke.at. **www.dahlke.at**, **www.tamanga.at**, **www.heilkundeinstitut.at**