

Kurztext

Aruna M. Siewert

Natürliche Psychopharmaka Ganzheitliche Medizin für die Seele

ePub

10,99 € (D) / 10,99 € (A) / 17,00 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-4943-5



Fast jeder vierte Mann und jede dritte Frau geben an, zeitweise unter seelischen Beschwerden, v.a. Angststörungen und depressive Verstimmungen, zu leiden. Betroffene haben oftmals den großen Wunsch, ihre Beschwerden möglichst natürlich und nebenwirkungsarm zu behandeln. Die Naturheilkunde - vor allem die Pflanzenheilkunde und die Bach-Blüten - unterstützt den Menschen, das Bewusstsein für Körper und Seele zu schärfen und hilft, aus sich selbst heraus die Probleme anzugehen und nach Lösungen zu suchen. Zu den Nervenstärkern zählen u. a. Melisse, Baldrian und Hopfen sowie die Bach-Blüten Mimulus, Olive etc. Ein weiterer wichtiger Aspekt dieses Buches sind die Heilreisen, durch die man sich negativer Energiefelder bewusst werden und sich gezielt aus ihnen ausklinken kann. Dieser Ratgeber zeigt dem Leser, welche natürlichen Psychopharmaka wie eingesetzt werden, welche nebenwirkungsfreien Präparate es gibt und wie man die Seele mithilfe von Heilreisen bei der Gesundung unterstützen kann.