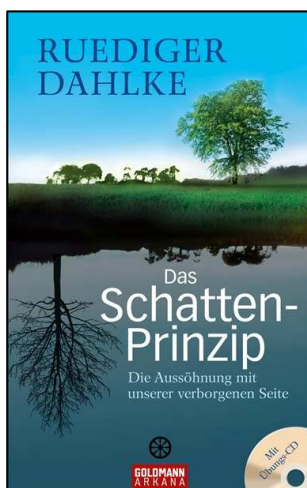


„Der Schatten ist der eigentliche Schlüssel zum Leben.“  
Ruediger Dahlke



## Eine Reise ins Schattenreich der Seele

Ruediger Dahlkes umfassende Anleitung  
zur Aussöhnung mit unserer verborgenen Seite



Warum können wir manche Menschen nicht leiden und sind voller Bewunderung für andere? Warum mögen die einen romantische Liebesfilme während die anderen den Nervenkitzel eines Thrillers lieben? Was motiviert uns, eine bestimmte Sportart zu erlernen und worüber können wir so richtig lachen? All das, was uns an anderen stört oder besonders fasziniert, weist darauf hin, dass wir es in uns selbst tragen – sei es als dunkle verdrängte Seite oder als ungelebte Sehnsucht. Um aber ganz und heil zu werden, müssen wir diese Schattenaspekte in uns annehmen und integrieren. Sonst werden wir immer wieder erleben, wie sie sich in Form von Krankheit, Misserfolg oder Unglücksfällen in unser Leben drängen.

Ruediger Dahlke nimmt uns in seinem neuen Buch mit auf eine Reise in das Schattenreich der menschlichen Seele. Die von ihm vorgestellte Arbeit mit Schatten dient der Bewusstwerdung und ist im wahrsten Sinne des Wortes Lichtarbeit. Der Autor zeigt, wie es gelingt, den eigenen Schatten aufzuspüren und zu konfrontieren, um ihn schließlich annehmen und integrieren zu können. Wem die Aussöhnung mit dem eigenen Schatten gelingt, der wird offener, freundlicher und toleranter – sich selbst und anderen gegenüber. Dabei hilft die beiliegende CD mit Übungen und Meditationen ebenso wie das Führen eines eigenen Schattentagebuchs.

**Dr. med Ruediger Dahlke**, Jahrgang 1951, studierte Medizin in München und bildete sich zum Arzt für Naturheilwesen und Psychotherapie fort. Von 1978 bis 2003 arbeitete er als Psychotherapeut. Heute ist er als Fastenarzt, Seminarleiter und Vortragender international tätig. Seine Bücher zu Psychosomatik unter Einbezug spiritueller Themen sind Bestseller und liegen in 22 Sprachen vor.

Zuletzt erschien vom Autor bei Arkana „Die Schicksalsgesetze“ mit derzeit über 40.000 verkauften Exemplaren.

Weitere Informationen unter [www.dahlke.at](http://www.dahlke.at)

---

### Ruediger Dahlke

#### **DAS SCHATTEN-PRINZIP**

Die Aussöhnung mit unserer  
verborgenen Seite

250 Seiten. Gebunden

ISBN 978-3-442-33881-8

€ 19,95 [D] / € 20,60 [A]

CHF 34,90 (empfohlener Verkaufspreis)

ET: 30. August 2010

Goldmann Verlag

Arkana

Janne Meira Wißmann

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Tel.: +49 (0)89 / 4136-3559

Fax: +49 (0)89 / 4136-3723

[janne-meira.wissmann@randomhouse.de](mailto:janne-meira.wissmann@randomhouse.de)