



## Gesundheit auf allen Ebenen des Seins ? Ein glücklicher Mensch lebt länger

Gesundheit auf allen Ebenen des Seins - Ein glücklicher Mensch lebt länger  
Was macht Sie glücklich? Singen, tanzen, Gesellschaft? Frank H. Emmerichs Buch "Gesundheit auf allen Ebenen des Seins", erschienen im Spurbuchverlag im Juli 2013, stellt dem Leser eigentlich nur diese Frage. Unmöglich, das Buch ist so dick und die beiden Fragen eigentlich sehr kurz. Stimmt. Doch alle Ebenen des Seins können nur angesprochen werden, wenn man sich mit sich selbst beschäftigt und selbstbestimmt dieses wirklich lesenswerte Buch liest.  
Der Autor, Frank H. Emmerich, gibt hier zahlreiche Tipps von Gymnastik bis zur Ernährung, der Bewegung und dem seelischen Gleichgewicht. Alle fundiert durch Eigenerprobung wie auch wissenschaftliche Ergebnisse, real und gut dargestellt beschrieben sowie zum Weiterstudium mit Internetverweisen ausgestattet. Doch eigentlich möchte er vor allem eines erreichen: die Selbstreflektion des Lesers, die Erkenntnis, dass Heilung, eine gesunde Lebensweise als eigenverantwortliches Gesamtprojekt gesehen werden muss und nicht einseitig, ja fast selbstsüchtig ein Aspekt verfolgt werden kann, was unweigerlich wieder zur Krankheit führt. Denn was bringt eine absolut gesunde Ernährung einem gestressten, aggressiven Egozentriker oder einem gelassenen Empathen und einem Hochleistungssportler eine Dauerernährung bestehend aus Tiefkühlkost und Fastfood?  
Emmerich führt seine Heilungswege an, die ihm, der im Alter von 23 Jahren als atherapiert galt, weiter geholfen haben. Bei ihm haben sie sowohl grob- wie feinstoffliche Behinderungen im Leben aufgelöst und ihn sichtbar verjüngt. Krankheiten begünstigende Frequenzen finden somit keinen Zugang mehr, Gelassenheit stellte sich ein und kann auch beibehalten werden. Wo liegt also der von aller Welt gesuchte Jungbrunnen? Wo ist der Kelch des Ewigen Lebens verborgen? In jedem Leser selbst.  
Frank H. Emmerichs Werk "Gesundheit auf allen Ebenen des Seins" hilft bei dieser Entdeckungsreise ins eigene Ich in einer hektischen, gestressten und egomanischen Welt. In diesem Sinne: steigen Sie auf einen Berg und tanzen Sie am Gipfel, trinken Sie ein Gipfelbier oder ein Lassi, wandern Sie durch die Dünen, entlang des Meeres, machen Sie, was auch immer Sie wollen und machen Sie Ihre Gedanken frei beim Anblick dieser überwältigenden Natur. "Sie werden überrascht sein, wie sehr das dazu beiträgt, dass sich all Ihre Lebensprozesse regenerieren und Sie motiviert werden, Ihr Bewusstsein und Ihre seelische Entwicklung fördernde Schritte zu unternehmen", so Emmerich.  
Emmerich, Frank, H.: "Gesundheit auf allen Ebenen des Seins"  
1. Auflage Juli 2013, Spurbuchverlag Baunach / 336 Seiten, Hardcover, mit zahlreichen Farbabbildungen  
Format: 18 x 25 cm  
Preis: 36,00 EUR  
ISBN 978-3-88778-383-9  
SPURBUCHVERLAG  
Am Eichenhügel 4  
96148 Baunach  
Telefon 0 95 44 / 15 61  
Fax 0 95 44 / 8 09  
info@spurbuch.de  
www.spurbuch.de  
img src="http://www.pressrelations.de/new/pmcounter.cfm?n\_pintr\_=556433" width="1" height="1"

### Pressekontakt

Spurbuchverlag

96148 Baunach

### Firmenkontakt

Spurbuchverlag

96148 Baunach

Weitere Informationen finden sich auf unserer Homepage