



# Leseprobe

Thomas Niklas Panholzer

## **Hypnotische Phantasiereisen + 70- minütige Meditations-CD. Echte Hilfe gegen psychische Belastungen, Stress, Sorgen und Ängste**

Tiefer entspannen, besser  
schlafen, sich selbst  
erkennen

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 9,99 €



---

Seiten: 176

Erscheinungstermin: 01. April 2019

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

---

## Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

### **Die Kraft innerer Bilder**

Phantasieeisen sind eine wirksame und beliebte Entspannungstechnik. Die Erzeugung innerer Bilder hilft bei Stress, Sorgen oder Schlaflosigkeit und beugt verspannten Muskeln, Kopfschmerzen und Erschöpfungszuständen vor. Die Geschichten vermitteln ein positives Gefühl, das sich tief in die Sphären des Unterbewusstseins eingräbt. Thomas Panholzer bietet aus seiner langjährigen Praxis heraus zu jedem Konfliktfeld eine passende Phantasieeise an.

Einen besonderen Vorteil liefert die beigelegte Audio-CD mit den schönsten Phantasieeisen. So kann man sich nicht nur in die Traumwelten des Unterbewusstseins hineinlesen, sondern auch ganz entspannt hineinhören.

