

Bücher und CDs von Daniel Wilk



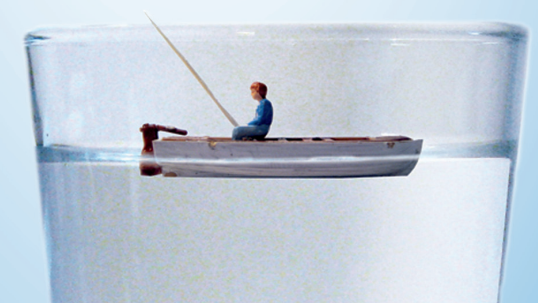
Daniel Wilk
→ Die Ruhe im Wasserglas
 Entspannungs- und Trancegeschichten, die Seele und Körper harmonisieren
 ca. 200 Seiten, Kt, 2013
 ca. € (D) 19,95/€ (A) 20,60
 ISBN 978-3-89670-872-4

eBOOK Demnächst auch als eBook mit drei Geschichten zum Hören erhältlich.

„Die Ruhe im Wasserglas“ ist eine Sammlung entspannender Trance-Geschichten des erfahrenen Hypnotherapeuten Daniel Wilk. Handverlesen aus seinem umfangreichen Geschichtenfundus, helfen sie dabei, die eigene Kreativität zu erweitern, mit allen Sinnen das Leben zu genießen, Heilkräfte anzusprechen, Gefühle wahrzunehmen oder den Schlaf zu verbessern.

Das Besondere an den Geschichten sind die Wirkungen, die sie im Unbewussten entfalten. Beim Lesen oder Hören lernt man, körperliche und psychische Vorgänge zu beeinflussen, die normalerweise nicht bewusst gesteuert werden. Mit der Zeit spürt man aus sich selbst heraus, was einem guttut, und beginnt sich mehr und mehr danach zu richten.

Ganz gleich, ob selbst gelesen oder vorgelesen: Ruhe und Ausgeglichenheit nehmen zu.



Daniel Wilk
→ Der Bach der Wünsche
 Eine Trancegeschichte – begleitet von einer Querflöte
 1 CD
 € (D) 24,95/€ (A) 25,20
 ISBN 978-3-89670-886-1



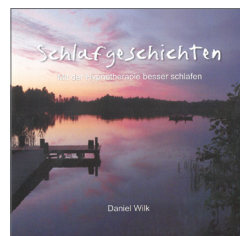
Die Trancegeschichte auf dieser CD ermutigt dazu, Wünsche zuzulassen – unabhängig davon, ob sie realisierbar scheinen oder nicht. In der Fantasie können Ideen so viel Energie gewinnen, dass sie sich in der Realität gegen alle Widerstände verwirklichen lassen. Anders als der Verstand es signalisiert, gilt das oft auch für solche Träume, die zunächst utopisch schienen.

Daniel Wilk
→ Auf sich aufpassen
 Trancegeschichten als Weg zu den eigenen Heilkräften
 1 CD
 € (D) 19,90/€ (A) 20,10
 ISBN 978-3-89670-267-8



Jeder von uns hat ein tiefes Wissen über den Umgang mit Problemen. In den sechs Geschichten dieser CD wird der unbewusste Teil dieses Wissens angesprochen. Mit jedem Hören bekommen Sie ein besseres Gefühl dafür, was Sie belastet – und wie Sie konstruktive Veränderungen einleiten können. So helfen die Geschichten nicht nur, zur Ruhe zu kommen, sondern auch, wieder aktiv aus sich selbst heraus ein bewusstes und gesundes Leben zu genießen.

Daniel Wilk
→ Schlafgeschichten
 Mit der Hypnotherapie besser schlafen
 1 CD
 € (D) 19,90/€ (A) 20,10
 ISBN 978-3-89670-537-2



Schlaf ist wichtig: Während des Schlafes erneuern wir uns unbewusst und werden wieder leistungsfähig. Wenn wir längere Zeit zu wenig schlafen, fühlen wir uns zunehmend schlechter, die Leistungen des Gehirns lassen nach, das Denken wird beeinträchtigt, ebenso das Gedächtnis. Auch unsere Stimmung und unsere Freude am Leben leiden darunter.



Online im Webshop bestellt, deutschlandweit portofrei geliefert:
www.carl-auer.de

Ich bestelle bei meiner Buchhandlung:

Ex. Titel	ISBN
— Die Ruhe im Wasserglas	978-3-89670-872-4
— ca. € (D) 19,95/€ (A) 20,60	
— Die Melodie der Ruhe	978-3-89670-825-0
— € (D) 24,95/€ (A) 25,70	

Name

Straße

Ort

E-Mail

☐ Ja, ich hätte gerne mehr Informationen, bitte nehmen Sie meine Adresse für den Newsletter in den E-Mailverteiler auf.

Preis zzgl. Porto u. Verpackung

Oder direkt bei:

Carl-Auer Verlag • Vangerowstr. 14 • 69115 Heidelberg • Fax: +49 (0) 62 21-64 38 22

www.carl-auer.de

Ort/Datum/Unterschrift

Bitte in Blockschrift ausfüllen!

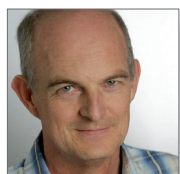


Daniel Wilk
→ Die Melodie der Ruhe
 Trance-Geschichten:
 Gefühle wahrnehmen
 und akzeptieren
 245 Seiten, Kt,
1. Aufl. 2012
 € (D) 24,95/€ (A) 25,70
 ISBN 978-3-89670-825-0

Gefühle beeinflussen unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden – ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht. Deshalb ist es wichtig, die eigenen Gefühle wahrzunehmen und zu akzeptieren. Erst das Annehmen ermöglicht es uns, ihre Herkunft und ihren Zweck zu erkennen. Diese Akzeptanz führt schließlich zu einer spürbaren Entlastung, vermittelt ein zunehmendes Gefühl der Ruhe und der harmonischen Selbstwahrnehmung und Selbstbestimmtheit.

Die 101 Geschichten dieses Buches, die auf hypnotherapeutischen Konzepten beruhen, fördern diese Entwicklung. Sie führen zu einer tiefen Entspannung und regen unbewusste Heilkräfte an. Dadurch wird die eigene Gesundheit auf allen Ebenen gestärkt.

Der erste Teil des Buches erläutert die Inhalte der einzelnen Geschichten, ihre angestrebten Ziele und die angewendeten Methoden der Hypnotherapie. Der zweite Teil ist komplett den Geschichten vorbehalten. Nach Geschichten, die so strukturiert sind, dass der Leser sie selbst erweitern kann, folgen Texte zu „positiven Gefühlen“. Dieser Abschnitt wird von Texten über Gefühle abgelöst, die als „negativ“ empfunden werden. Die Geschichten helfen, diese Gefühle neu zu bewerten und ihre Wirkung entlastend zu verändern. Der letzte Abschnitt widmet sich schließlich aufbauenden Gefühlen.



Daniel Wilk, Diplom-Psychologe; Ausbildung in Klinischer Hypnose (M.E.G.), Zusatzausbildung in Gesprächspsychotherapie (GWG). Von 1985 bis 2002 in der Rehabilitationsklinik Sinnighofen angestellt, seither in der Schwarzwaldklinik Orthopädie. 28 Jahre Vermittlung des autogenen Trainings und tieferer Entspannungen. Fortbildung von Kollegen in autogenem Training und in Hypnose.

Carl-Auer Verlag
www.carl-auer.de



Daniel Wilk
→ Ein Käfer schaukelt auf einem Blatt
 Entspannungs- und
 Wohlfühlgeschichten für
 Kinder jeden Alters
 144 Seiten, Kt,
4. Aufl. 2012
 € (D) 16,-/€ (A) 16,50
 ISBN 978-3-89670-516-7

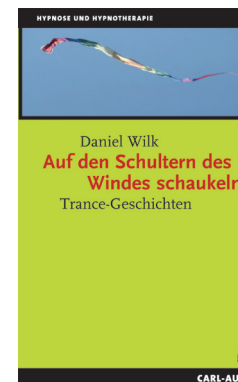
„Während du jetzt einfach nur zuhörst, kann dein Körper die Gelegenheit nutzen und sich ausruhen.“ – Die Geschichten in diesem Buch führen zu einer angenehmen Entspannung, beim Lesen wie beim Zuhören, und geben vielfältige Anregungen, gut mit sich selbst umzugehen. Die Worte der Texte sind bewusst so gewählt, dass es leichtfällt, Spannungen und Widerstände loszulassen und sich für einen gesunden Umgang mit sich und seinen Beziehungen zur Welt zu öffnen.

Die Geschichten sind für Kinder jeden Alters gedacht (ca. 2 bis 99 Jahre), unterschiedlich lang und einfach zu verstehen. Sie sind sehr reich an Eindrücken und Bildern, die vom Bekannten zum Fantastischen führen. Konstruktive Veränderungen können in der Vorstellung ausprobiert werden, um dann, wenn sie für die eigene Person passen, allmählich zu realen Veränderungen zu führen.

„Mit diesem Buch verschafft man sich eine wahre Schatzkiste für zahlreiche Gelegenheiten. Es sollte in keiner Einrichtung fehlen!“

Rainer Deimel, Der Nagel (ABA-Fachverband), Mai 2006

Carl-Auer Verlag
www.carl-auer.de



Daniel Wilk
→ Auf den Schultern des Windes schaukeln
 Trance-Geschichten
 192 Seiten, Kt,
5., unveränderte Aufl. 2013
 € (D) 17,95/€ (A) 18,50
 ISBN 978-3-89670-479-5

Ruhe gehört zu den wichtigsten Voraussetzungen für Gesundheit. Sie löst neben körperlichen auch psychische Spannungen. Das Lesen oder Hören geeigneter Geschichten kann solche heilsam wirkenden Prozesse nachdrücklich unterstützen. Es führt zu körperlicher Entspannung, hilft Ängste lösen und lässt positive Gefühle entstehen.

„Auf den Schultern des Windes schaukeln“ ist eine Sammlung von über 70 erprobten Geschichten, die über die Entspannung einen harmonisierenden und heilenden Einfluss auf den Leser bzw. Hörer ausüben. Sie sind thematisch in erster Linie auf den Körper bezogen und sprechen zum Teil gezielt einzelne Organe an. Der Leser erhält vielfältige Anregungen für den Zugang zu eigenen Potenzialen, sodass Körper und Psyche die Selbstheilungskräfte aktivieren können.

Das Buch richtet sich gleichermaßen an Entspannung Suchende wie an Therapeuten, die Trance-Geschichten in der Arbeit mit ihren Klienten einsetzen möchten.

„75 Geschichten, die entspannend, harmonisierend und heilend auf Körper und Geist wirken. Allesamt mehrfach erprobt vom Autor, einem (u. a. in autogenem Training und Hypnose) erfahrenen Psychotherapeuten.“

Eva Schreuer, Wege – Die Zukunft des Lebens, 1/2005

Carl-Auer Verlag
www.carl-auer.de