

Super Brain. Libera il potere esplosivo della tua mente per raggiungere salute, felicità e benessere



Editore:	Sperling & Kupfer
Traduttore:	T. Franzosi
EAN:	9788820057145
Collana:	Saggi
Anno edizione:	2014
Category:	Salute
In commercio dal:	06/05/2014
Autore:	Deepak Chopra

[Super Brain. Libera il potere esplosivo della tua mente per raggiungere salute, felicità e benessere.pdf](#)

[Super Brain. Libera il potere esplosivo della tua mente per raggiungere salute, felicità e benessere.epub](#)

"Super Brain", un manuale per rapportarsi al cervello in modo assolutamente nuovo, vi mostra come usare il vostro organo più importante per raggiungere salute, felicità e maturità spirituale. Ne sono autori due pionieri: il medico e noto autore di bestseller Deepak Chopra e il professor Rudolph E. Tanzi della Harvard Medical School, uno dei maggiori esperti al mondo di morbo di Alzheimer. Hanno unito le loro competenze scientifiche e spirituali per fornire una rinnovata, coraggiosa interpretazione di quell'"universo in miniatura" che è il cervello, e del suo potenziale ancora troppo poco sfruttato. Il "cervello standard" adempie i compiti della vita quotidiana, ma Chopra e Tanzi vi chiariscono come, attraverso l'accresciuta consapevolezza di sé, la mente possa essere addestrata a superare i suoi attuali limiti. "Super Brain" spiega come ottenere un super cervello, accostando i più recenti esiti della ricerca scientifica alle suggestioni della spiritualità. Illustra i metodi per: usare il vostro cervello, anziché lasciare che sia lui a usare voi; creare lo stile di vita ideale per un cervello sano; ridurre i rischi dell'invecchiamento; promuovere felicità e benessere attraverso la connessione mente-corpo; avvicinarsi al cervello illuminato, la soglia per accedere a libertà e serenità; superare le problematiche più comuni, come perdita della memoria, depressione, ansia, disturbi dell'alimentazione.

Il papiro, fatto di materiale spesso simile alla carta che si ottiene tessendo insieme gli steli della pianta di

papiro, poi battendolo con un attrezzo. Per la lettura di un libro elettronico sono necessari diversi componenti: il documento elettronico di partenza o e-text, in un formato. Tecnologia. Tecnologia. Il papiro, fatto di materiale spesso simile alla carta che si ottiene tessendo insieme gli steli della pianta di papiro, poi battendolo con un attrezzo. Il papiro, fatto di materiale spesso simile alla carta che si ottiene tessendo insieme gli steli della pianta di papiro, poi battendolo con un attrezzo. Per la lettura di un libro elettronico sono necessari diversi componenti: il documento elettronico di partenza o e-text, in un formato. Il papiro, fatto di materiale spesso simile alla carta che si ottiene tessendo insieme gli steli della pianta di papiro, poi battendolo con un attrezzo. Tecnologia. Per la lettura di un libro elettronico sono necessari diversi componenti: il documento elettronico di partenza o e-text, in un formato. Tecnologia. Per la lettura di un libro elettronico sono necessari diversi componenti: il documento elettronico di partenza o e-text, in un formato.