

La rivoluzione del cervello PDF

Shigeo Haruyama



Questo è solo un estratto dal libro di La rivoluzione del cervello. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Shigeo Haruyama
ISBN-10: 9788862296717
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 4242 KB

DESCRIZIONE

La rivoluzione del cervello di Shigeo Haruyama dimostra che la vera medicina consiste nell'evitare la malattia! Ma com'è possibile? Come possiamo potenziare le nostre innate energie di autoguarigione? Possiamo eliminare lo stress dalla nostra vita? Siamo in grado di contrastare la formazione di radicali liberi e vivere una vita lunga e piena di energia? Attraverso una straordinaria metodologia, l'autore ci fornisce la dimostrazione medica di come il pensiero positivo sia la miglior medicina per il nostro corpo. Il nostro cervello, infatti, produce i cosiddetti ormoni della felicità, sostanze che non solo sollevano l'umore, ma hanno anche sorprendenti risultati farmaceutici che ci impediscono di ammalarci. Una giusta attitudine mentale, unita a un'adeguata attività fisica per il rafforzamento dei muscoli, combinata con una corretta alimentazione, ci consentono di accedere al nostro emisfero cerebrale destro e di aumentare la secrezione degli ormoni della felicità, ottenendo una vita sana e felice. La salute del cervello è la condizione fondamentale per il benessere di tutto l'organismo e nel libro Shigeo Haruyama ci illustra in maniera pratica come ottenerla.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Il percorso della conoscenza del cervello non si è mai fermato e una tappa fondamentale è stata anche in Italia, ... Memex: La rivoluzione digitale e i suoi rischi

La Rivoluzione della Salute - Libro di S. Haruyama - Come mantenere un giovane cervello per una vita lunga e piena di energia - Scoprilò sul Giardino dei Libri.

Issuu is a digital publishing platform that makes it simple to publish magazines, catalogs, newspapers, books, and more online. Easily share your publications and get ...

LA RIVOLUZIONE DEL CERVELLO

[Leggi di più ...](#)