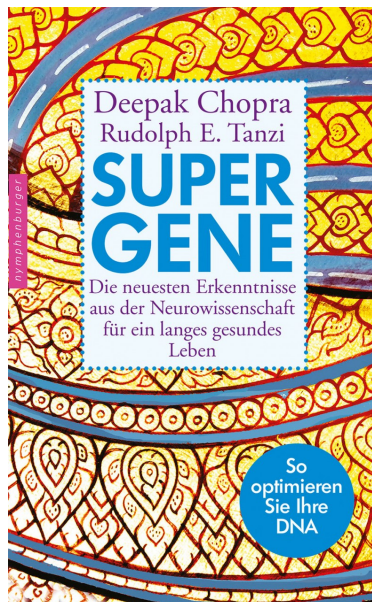


Super-Gene

Die neuesten Erkenntnisse aus der
Neurowissenschaft für ein langes
gesundes Leben

Gebundene Ausgabe



25,00 €
inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

211x135x43mm (LxBxH)
1. Auflage 2016
Seiten: 448
EAN: 9783485028585
Art.-Nr.: 32858

KOSMOS

Produktinformationen "Super-Gene"

Die revolutionäre Erkenntnis aus der Genforschung: Wir können unsere Gene beeinflussen – und zwar quasi in Echtzeit. Die Bestsellerautoren Deepak Chopra und Rudolph E. Tanzi zeigen, dass wir unsere Gene durch einen gesunden Lebensstil tatsächlich formen können. Methoden wie Yoga und Meditation können positive genetische Mutationen auslösen, die wiederum zu einem längeren und gesünderen Leben führen. Auch die genetische Veranlagung für Krankheiten und bestimmte körperliche und psychologische Reaktionen können wir selbst neu programmieren. Mit ausführlichen Step-by-Step-Anleitungen, um Veränderungen in unserem Lebensstil behutsam und dauerhaft herbeizuführen. Fallbeispiele, Übungen und Illustrationen veranschaulichen diese bahnbrechenden Erkenntnisse und machen sie anwendbar.

The logo for Kosmos, consisting of the word "KOSMOS" in white, uppercase, sans-serif font, oriented vertically within a dark blue rectangular background.