

Super Brain Deepak Chopra

As recognized, adventure as skillfully as experience very nearly lesson, amusement, as competently as harmony can be gotten by just checking out a books Super Brain Deepak Chopra then it is not directly done, you could admit even more not far off from this life, approximately the world.

We have enough money you this proper as without difficulty as simple exaggeration to acquire those all. We come up with the money for Super Brain Deepak Chopra and numerous books collections from fictions to scientific research in any way. in the midst of them is this Super Brain Deepak Chopra that can be your partner.

Super Brain Rudolph E. Tanzi, Ph.D. 2012-11-06 A manual for relating to the brain in a revolutionary new way, Super Brain shows you how to use your brain as a gateway for achieving health, happiness, and spiritual growth. The authors are two pioneers: bestselling author and physician Deepak Chopra and Harvard Medical School professor Rudolph E. Tanzi, one of the world's foremost experts on the causes of Alzheimer's. They have merged their wisdom and expertise for a bold new understanding of the "three-pound universe" and its untapped potential. In contrast to the "baseline brain" that fulfills the tasks of everyday life, Chopra and Tanzi propose that, through a person's increased self-awareness and conscious intention, the brain can be taught to reach far beyond its present limitations. "We are living in a golden age for brain research, but is this a golden age for your brain?" they ask. Super Brain explains how it can be, by combining cutting-edge research and spiritual insights, demolishing the five most widespread myths about the brain that limit your potential, and then showing you methods to: -Use your brain instead of letting it use you -Create the ideal lifestyle for a healthy brain -Reduce the risks of aging -Promote happiness and well-being through the mind-body connection -Access the enlightened brain, the gateway to freedom and bliss - Overcome the most common challenges, such as memory loss, depression, anxiety, and obesity Your brain is capable of incredible healing and constant reshaping. Through a new relationship with your brain you can transform your life. In Super Brain, Chopra and Tanzi guide you on a fascinating journey that envisions a leap in human evolution. The brain is not just the greatest gift that Nature has given us. It's the gateway to an unlimited future that you can begin to live today.

Ageless Body, Timeless Mind Deepak Chopra 1993 Argues that aging is much more of a choice than people believe and shows

readers how to adopt an individually tailored program of diet, stress reduction, and exercise

Metahuman Deepak Chopra, M.D. 2019-10-01 Is it possible to venture beyond daily living and experience heightened states of awareness? Deepak Chopra says that higher consciousness is available here and now. “Metahuman helps us harvest peak experiences so we can see our truth and mold the universe’s chaos into a form that brings light to the world.”—Dr. Mehmet Oz, attending physician, New York–Presbyterian, Columbia University New York Times bestselling author Deepak Chopra unlocks the secrets to moving beyond our present limitations to access a field of infinite possibilities. How does one do this? By becoming metahuman. To be metahuman, however, isn’t science fiction and is certainly not about being a superhero. To be metahuman means to move past the limitation constructed by the mind and enter a new state of awareness where we have deliberate and concrete access to peak experiences that can transform people’s lives from the inside out. Humans do this naturally—to a point. For centuries the great artists, scientists, writers, and many so-called ordinary people have gone beyond the everyday physical world. But if we could channel these often bewildering experiences, what would happen? Chopra argues we would wake up to experiences that would blow open your body, mind, and soul. Metahuman invites the reader to walk the path here and now. Waking up, we learn, isn’t just about mindfulness or meditation. Waking up, to become metahuman, is to expand our consciousness in all that we think, say, and do. By going beyond, we liberate ourselves from old conditioning and all the mental constructs that underlie anxiety, tension, and ego-driven demands. Waking up allows life to make sense as never before. To make this as practical as possible, Chopra ends the book with a 31-day guide to becoming metahuman. Once you wake up, he writes, life becomes transformed, because pure consciousness—which is the field of all possibilities—dawns in your life. Only then does your infinite potential become your personal reality.

Supergenen Deepak Chopra 2016-01-06 Het zit niet in je genen! Ken je risicofactoren en stuur aan op verbeteringen met hulp van het boek Supergenen. Lang werd aangenomen dat een mens geen invloed heeft op zijn genen: ‘Het zit in mijn genen’ was een geaccepteerd excuus. Volgens de auteurs Deepak Chopra en Rudolph E. Tanzi is dit achterhaald. Baanbrekend onderzoek laat zien dat verandering in levensstijl en voedingspatroon grote invloed hebben op genetische aanleg voor ziekten en bepaalde fysieke en psychologische gedragingen. Door yoga en meditatie kun je zelfs genetische mutaties bewerkstelligen. Voor de lezer ligt meer geluk en gezondheid in het verschiet.

Weg met de warboel Karen Kingston 2010-11-12 Overal in onze omgeving verzamelen we rotzooi: in huis, op de werkplek, in de auto en zelfs in ons lichaam. Karen Kingston legt uit dat de warboel om ons heen van grote invloed is op hoe we ons fysiek, mentaal, emotioneel en spiritueel voelen. Haar ideeën zijn gebaseerd op eeuwenoude tradities en nieuwe inzichten. Zij geeft praktische tips en heldere uitleg om je leefomgeving te verbeteren en leert je een nieuwe aanpak: je leven opruimen door je rommel op te ruimen, wat resulteert in een enorme vernieuwing van je levenskracht. Dit boek zet je aan om je leven radicaal om te gooien en alle warboel voorgoed overboord te gooien. Karen Kingston is wereldwijd bekend om haar kennis en kunde op het gebied van Space Clearing het energetisch reinigen van ruimtes op basis van feng shui. Zij geeft workshops en seminars over

de hele wereld. Weg met de warboel is in meerdere landen vertaald en is een internationale bestseller.

De 7 sleutels tot geluk Deepak Chopra 2013-11-06 Volgens Chopra is geluk het doel van ons leven. Veel mensen leven in de overtuiging dat geluk te maken heeft met succes, rijkdom, gezondheid of een goede relatie. Er is een enorme sociale druk om te geloven dat die verworvenheden hetzelfde zijn als geluk. Maar die veronderstelling is onjuist, het zijn bijproducten van geluk en er is geen oorzakelijk verband. Chopra geeft een aantal sleutels om ons te ondersteunen in het bereiken van ons levensgeluk en die gaan van een goed contact met ons eigen lichaam naar het besef dat de wereld zich niet buiten jou maar in jou afspeelt. * De 7 belangrijkste elementen om tot een gelukkig leven te komen * Bevat de belangrijkste thema's uit het werk van Deepak Chopra * Een hebbeboekje, cadeau en inspiratiebron * Zowel voor de beginnende Chopra-liefhebber als de routinier een onmisbaar werk

Superbrein Deepak Chopra 2013-06-06 De geest beheerst de hersenen, en niet andersom. Een mens kan zijn hersenen trainen en veranderen. Twee pioniers op gezondheidsgebied delen hun afwijkende visie op de werking van hersenen, gebaseerd op zowel wetenschap als spiritualiteit. Zij beweren dat de geest de hersenen beheerst, en niet andersom. Een mens kan nieuwe neurale wegen ontwikkelen door mindfulness en meditatie te beoefenen. Het is niet voor niets dat de hersenen van mediterende monniken er anders uitzien dan die van de meeste mensen. Conclusie: de hersenen zijn ons krachtigste instrument om gezondheid en geluk te bereiken.

Supercerebro Deepak Chopra 2014-04-01 "En contraste con el cerebro estándar, que sólo desempeña tareas cotidianas, Chopra y Tanzi proponen que el cerebro puede aprender a superar sus limitaciones actuales. Supercerebro le explica cómo hacerlo a través de los descubrimientos científicos de vanguardia y la percepción espiritual, del derrumbamiento de los cinco mitos más comunes sobre el cerebro que limitan su potencial."--P. [4] of cover.

The Healing Self Deepak Chopra, M.D. 2018-01-30 After collaborating on two major books featured as PBS specials, Super Brain and Super Genes, Chopra and Tanzi now tackle the issue of lifelong health and heightened immunity. We are in the midst of a new revolution. For over twenty-five years Deepak Chopra, M.D. and Rudolph E. Tanzi, Ph.D. have revolutionized medicine and how we understand our minds and our bodies—Chopra, the leading expert in the field of integrative medicine; Tanzi, the pioneering neuroscientist and discoverer of genes that cause Alzheimer's Disease. After reaching millions of people around the world through their collaborations on the hugely successful Super Brain and Super Genes books and public television programs, the New York Times bestselling authors now present a groundbreaking, landmark work on the supreme importance of our immune system in relation to our lifelong health. In the face of environmental toxins, potential epidemics, superbugs, and the accelerated aging process, the significance of achieving optimum health has never been more crucial—and the burden to achieve it now rests on individuals making the right lifestyle choices every day. That means you. You—not doctors, not pharmaceutical companies—are ultimately responsible for your own health. Chopra and Tanzi want to help readers make the best decisions possible when it comes to creating a holistic and transformative health plan for life. In The Healing Self they not only push the boundaries of the intellect to bring readers the newest research and insights on the mind-body, mind-gene, and

mind-immunity connections, but they offer a cutting-edge, seven-day action plan, which outlines the key tools everyone needs to develop their own effective and personalized path to self-healing. In addition, *The Healing Self* closely examines how we can best manage chronic stress and inflammation, which are emerging as the primary detractors of well-being. Moreover, Chopra and Tanzi turn their attention to a host of chronic disorders such as hypertension, heart disease, type 2 diabetes, and Alzheimer's Disease, known to take years and sometimes decades to develop before the first symptoms appear. Contemporary medical systems aren't set to attend to prolonged low-grade chronic inflammation or the everyday infections and stresses that take their toll on the body and can lead to disease, aging, and death. Thus, learning the secrets of self-healing is not only urgent but mandatory for optimum health. *The Healing Self* then is a call to action, a proven, strategic program that will arm readers with the information they need to protect themselves and achieve lifelong wellness. There is a new revolution occurring in health today. That revolution is you.

The Healing Self Deepak Chopra 2018-02 Heal yourself from the inside out Our immune systems can no longer be taken for granted. Current trends in public healthcare are disturbing- our increased air travel allows newly mutated bacteria and viruses to spread across the globe, antibiotic-resistant strains of bacteria outstrip the new drugs that are meant to fight them, deaths due to hospital-acquired infections are increasing, and the childhood vaccinations of our aging population are losing their effectiveness. Now more than ever, our well-being is at a dangerous crossroad. But there is hope, and the solution lies within ourselves. *The Healing Self* is the new breakthrough book in self-care by bestselling author and leader in integrative medicine Deepak Chopra and Harvard neuroscientist Rudolph E Tanzi. They argue that the brain possesses its own lymphatic system, meaning it is also tied into the body's general immune system. Based on this brand new discovery, they offer new ways of increasing the body's immune system by stimulating the brain and our genes, and through this they help us fight off illness and disease. Combined with new facts about the gut microbiome and lifestyle changes, diet and stress reduction, there is no doubt that this groundbreaking work will have an important effect on your immune system.

Antikanker David Servan-Schreiber 2015-12-04 Let op dit e-book is NIET geschikt voor zwart-wit- e-readers. Ons lichaam produceert voortdurend beschadigde cellen. Niet iedereen krijgt echter kanker. Genetische factoren spelen in ten hoogste 15 procent van de gevallen een rol, het overgrote deel heeft te maken met onze levenswijze. Hoe komt het dat borst-, darm- en prostaatkanker in het Westen veel vaker voorkomen dan in Azië? En dat bij Japanners die zich in het Westen vestigen prostaatkanker op den duur even vaak voorkomt als bij ons? Kennelijk is er iets in de levenswijze van Aziaten dat voorkomt dat microtumoren tot ontwikkeling komen. Volgens Dr. David Servan-Schreiber zouden we een bijdrage kunnen leveren aan het voorkomen van kanker door: * ons te wapenen tegen verstoring van ons milieu; * onze voeding aan te passen * psychologische trauma's te verwerken; * een andere relatie aan te gaan met ons lichaam De auteur spreekt niet alleen als arts en onderzoeker. Hij onthult dat hij zelf kanker heeft gehad en vertelt hoe hij de ziekte te lijf is gegaan. Door dit heftige innerlijke avontuur met ons te delen hoopt David Servan-Schreiber dat hij iedereen, in welke omstandigheden dan ook, kan helpen om het geluk aan zijn of

haar zijde te krijgen.

SUMMARY - Super Brain: Unleashing The Explosive Power Of Your Mind To Maximize Health, Happiness, And Spiritual Well-Being By Rudolph E. Tanzi Ph.D. And Deepak Chopra M.D Shortcut Edition 2021-06-10 * Our summary is short, simple and pragmatic. It allows you to have the essential ideas of a big book in less than 30 minutes. By reading this summary, you will discover how to transform your brain into a super brain and make the most of the incredible powers of this sophisticated organ. You will also learn : that the brains of the greatest geniuses are very much like yours; how the practice of meditation develops the brain's abilities; how better use of the brain can cure depression; that certain mental techniques can help you lose weight. Deepak Chopra and Rudolph Tanzi are recognized brain specialists and according to them, human beings use only 5% of the potential of this fabulous organ. In order to make it more efficient, they share with you the powers of learning and self-healing. Their discoveries on the secrets of the brain open the door to your own reality and give you the keys to transform your brain into a super brain, used in full consciousness by its owner. *Buy now the summary of this book for the modest price of a cup of coffee!

Creating Affluence Deepak Chopra 2010-08-12 In this remarkable book lies the secret to fulfillment on all levels of our lives... With clear and simple wisdom, Deepak Chopra explores the full meaning of wealth consciousness and presents a step-by-step plan for creating affluence. According to Chopra, affluence is our natural state, and the entire physical universe with all its abundance is the offspring of an unbounded, limitless field of all possibilities. Through a series of A-to-Z steps and everyday actions, we can learn to tap into this field and create anything we desire. From becoming Aware of all possibilities to experiencing Zest and joy in life, these uncommon insights gently foster the wealth consciousness needed to create wealth effortlessly and joyfully.

Jezus Deepak Chopra 2012-10-04 In dit boek wordt Jezus geportretteerd als een moderne, spirituele leraar. Niet direct het beeld dat we van Jezus hebben, maar zeer aannemelijk gemaakt door Deepak Chopra. Hij blaast nieuw leven in een verhaal dat we dachten te kennen. De roman bestrijkt de geheimzinnige periode in het leven van Jezus waarover niets in de Bijbel staat: de tijd tussen zijn twaalfde en dertigste levensjaar. Chopra heeft zich ingeleefd in deze jaren en beschrijft Jezus weg. Zijn spiritueel leiderschap wordt zichtbaar, evenals zijn identiteit en boodschap. Tegelijkertijd maakt Jezus zich zorgen om geweld en onrust; hij vraagt zich af of God wel luistert en worstelt met de vraag: wie ben ik? Zo brengt Chopra Jezus terug naar het alledaagse leven, zonder de verhalen uit het Nieuwe Testament tegen te spreken. Juist de `weggelaten Jezus blijkt belangrijk te zijn voor onze tijd. Zijn verlangen naar verlichting is het verlangen van velen.

Reinventing the Body, Resurrecting the Soul Deepak Chopra 2011-06 Self Help.

De terugkeer van Merlijn Deepak Chopra 1997 Engelse politie-agenten en schoolkinderen raken verstrikt in een moordzaak als een scheur in het web van de tijd opnieuw de kwaadaardige zoon van koning Arthur, Mordred, naar de jaren negentig brengt.

Deepak Chopra & Rudolph E. Tanzi's Super Genes Summary Ant Hive Media 2016-05-01 This is a Summary of Deepak Chopra and Rudolph E. Tanzi's Super Genes Unlock the Astonishing Power of Your DNA for Optimum Health and Well-Being The

authors of the New York Times bestseller *Super Brain* present a bold new understanding of our genes and how simple changes in lifestyle can boost genetic activity. The leap into "radical well-being" is a promise waiting to be fulfilled. "You are not simply the sum total of the genes you were born with," writes Deepak Chopra and Rudy Tanzi. "You are the user and controller of your genes, the author of your biological story. No prospect in self-care is more exciting." Learning how to shape your gene activity is at the heart of this exciting and eagerly-anticipated book from the bestselling duo behind *Super Brain*, which became a nationwide hit on public television. For decades medical science has believed that genes determined our biological destiny. Now the new genetics has changed that assumption forever. You will always have the genes you were born with, but genes are dynamic, responding to everything we think, say, and do. Suddenly they've become our strongest allies for personal transformation. When you make lifestyle choices that optimize how your genes behave, you can reach for a state of health and fulfillment undreamed of even a decade ago. The impact on prevention, immunity, diet, aging, and chronic disorders is unparalleled. Available in a variety of formats, this summary is aimed for those who want to capture the gist of the book but don't have the current time to devour all 338 pages. You get the main summary along with all of the benefits and lessons the actual book has to offer. This summary is not intended to be used without reference to the original book.

Vervul je wensen door de kracht van fantasie Wayne W. Dyer 2013-01-04 Het grootste cadeau dat je hebt gekregen, is je fantasie. Alles wat er is, was ooit een droom. En alles wat er ooit zal zijn, moet eerst gefantaseerd worden. Als je het gevoel aanneemt alsof je wensen al vervuld zijn - en je je niet laat afl eiden door de buitenwereld - dan zul je ontdekken dat het mogelijk is, door spiritueel bewustzijn, te worden wie je moet zijn. Na de Tao heeft Dyer nu, voor de eerste keer, het Joodse mystieke gedachtegoed bestudeerd. Als je het lef hebt je gelijk te stellen aan God, dan zullen je wensen in vervulling komen.

Woorden schieten tekort Nicci Gerrard 2019-02-01 'Een openhartig boek. Verplichte kost voor iedereen in de zorg maar ook voor ons allemaal.' DWDD-Boekenpanel In dit persoonlijke boek onderzoekt Nicci Gerrard alle aspecten van dementie. Wat is het? Hoe gaat de maatschappij ermee om en wat zegt de wetenschap erover? Ze put uit kunst, literatuur en filosofie, neemt je mee in de belevingswereld van de buitenstaander en in de ervaringen van mensen die zelf deze ziekte hebben. Want wat betekent het om mens te zijn, om een identiteit te hebben, om jezelf te zijn en jezelf vervolgens kwijt te raken? 'Dementie is een ontmanteling, een uitdoving – een verdwijnen van betekenis. Sinds ik mijn vader in slow motion heb zien sterven, tot zijn werkelijke dood in november 2014, ben ik veel bezig geweest met dementie: met degenen die het hebben en degenen die voor hen zorgen. Dit is een boek vol verhalen van mensen, zowel verdrietig als optimistisch. Het is een reis door de schemering en dan de duisternis – en dan verder naar de andere kant.' De pers over Woorden schieten tekort 'Een boek vol liefde en hartstocht, en met een boodschap: mensen met dementie moeten met veel meer respect en waardigheid worden behandeld dan nu gebeurt.' NRC Handelsblad 'Gerrard schrijft op een prettige, bewogen manier. Ze is scherp en nietsontziend tegenover alle ellende die het alzheimerdomein kenmerkt, maar ze blijft steeds zoeken naar de mogelijkheid om liefde te ontdekken tussen de slachtoffers en de omgeving.' Bert Keizer, Trouw 'Aangrijpend en tot-op-het-beenmerg openhartig verhaal over het lot van mensen met

dementie. Prachtige, bedremmelde zinnen.’ De Correspondent

De 13e discipel Deepak Chopra 2016-04-26 Als Zuster Margaret uit het klooster verdwijnt, ontvangt haar nichtje Mare een kartonnen doos die aan haar tante had toebehoord. Erin zit een gouden relikwie en een handgeschreven briefje met de geheimzinnige tekst: Dit behoort toe aan de dertiende discipel. Volg het waarheen het je leidt. Mare gaat op zoek naar haar tante en ontdekt dat het relikwie een geheim bewaart dat de geschiedenis van het Christendom ingrijpend kan veranderen. Het kan zelfs een geheel nieuwe betekenis geven aan hoe het is om ‘christen te zijn’. Bij haar speurtocht wordt Mare geholpen door een groep sceptische mensen en zondaars: de journalist Frank, de excentrieke Lilith, mensenhater Galen en de verpleger Jimmy. Samen proberen ze het mysterie van het relikwiedoosje met zijn geheimzinnige inhoud te ontrafelen. Maar kunnen ze wel omgaan met wat ze ontdekken? Ook over zichzelf... Met zijn prachtige vertelwijze en zijn religieuze kennis onthult Deepak Chopra verlichtende waarheden over Jezus, zijn volgers en vooral over de tijdloze kracht van het geloof. ‘Deepak Chopra is een van de meest verlichtende en inspirerende filosofen van deze tijd.’ – Michail Gorbatsjov

A Deepak Chopra Companion Deepak Chopra 1999 An easy-to-understand overview of Chopra's work offers a look at the fundamental concepts of mind-body medicine, the most effective paths to spiritual growth, and other key facets of his philosophy of healing and the expansion of consciousness. Original. 25,000 first printing.

Het zelfhelend vermogen Deepak Chopra 2018-05-29 In Het zelfhelend vermogen schrijven Deepak Chopra en Rudolph E. Tanzi, bekend van de toptitels Superbrein en Supergenen, over het nieuwste onderzoek op het gebied van de verbinding van lichaam en geest, lichaam en genen en lichaam en immuniteit. In Het zelfhelend vermogen staat een zevendaags actieplan voor het ontwikkelen van een gezonde levensstijl, zodat je gelijk kan werken aan jouw zelfhelend vermogen. Een optimale gezondheid is belangrijker dan ooit. Daarmee zijn we beter beschermd tegen ouderdom, resistente bacteriën, epidemieën en schadelijke milieu invloeden. De verantwoordelijkheid hiervoor berust bij onszelf.

Super Brain Rudolph E. Tanzi 2017

Spontane evolutie Bruce Lipton 2020-04-18 In Spontane evolutie laat Bruce Lipton zien hoe onze positieve intenties de wereld kunnen verbeteren. We hebben de positieve toekomst namelijk zelf in de hand! In deze tijd van sociale media en dankzij Spontane evolutie van Bruce Lipton weten we het: het brein van een enkeling kan wereldwijd effect hebben! Zijn wetenschappelijke onderzoek op het gebied van de cel laat zien dat wij ons in een bijzondere fase van de evolutie bevinden: het menselijk bewustzijn kan de loop der dingen drastisch veranderen. Niet alleen op het niveau van een persoon, maar ook op het niveau van de hele samenleving. We hebben de positieve toekomst zelf in de hand. De vraag is: zijn wij het ons ook bewust? De zeven spirituele wetten van superhelden Deepak Chopra 2012-01-05 Superhelden hebben zich losgemaakt van stripboeken en zijn een dynamisch onderdeel geworden van onze cultuur. Doordat zij voortdurend grenzen opzoeken, houden zij ons een spiegel voor. Daardoor krijgen we de kans onszelf en onze onbegrensde mogelijkheden beter te begrijpen. Chopra ontrafelt de zeven wetten van de wereld van superhelden. Hij legt de waarde ervan uit en laat zien hoe je ze kunt toepassen in je eigen leven

en in de wereld om je heen.

De negen magische maanden Deepak Chopra 2013-01-04 Spiritualiteit rondom zwangerschap, bevalling en de eerste weken. Zwangerschap is een tijd van lichamelijk en spiritueel ontwaken, en het is belangrijk om daar bewust mee om te gaan. Door naar de wijsheid van het eigen lichaam te luisteren wordt moeder en kind rust, evenwicht en geluk gegeven. Door de intuïtieve band met de baby te versterken krijgt het de best mogelijke start. Met o.a. tips voor het stimuleren van de zintuigen van het ongebooren kind, het verminderen van stress van moeder en kind, voeding, massage, visualisatie en meditatie.

Total Meditation Deepak Chopra, M.D. 2020-09-22 The definitive book of meditation that will help you achieve new dimensions of stress-free living For the past thirty years, Deepak Chopra has been at the forefront of the meditation revolution in the West. Total Meditation offers a complete exploration and reinterpretation of the physical, mental, emotional, relational, and spiritual benefits that this practice can bring. Deepak guides readers on how to wake up to new levels of awareness that will ultimately cultivate a clear vision, heal suffering in your mind and body, and help recover who you really are. Readers will undergo a transformative process, which will result in an awakening of the body, mind, and spirit that will allow you to live in a state of open, free, creative, and blissful awareness twenty-four hours a day. With this book, Deepak elevates the practice of meditation to a life-changing quest for higher consciousness and a more fulfilling existence. He also incorporates new research on meditation and its benefits, provides practical awareness exercises, and concludes with a 52-week program of meditations to help revolutionize every aspect of your life.

Balans in je leven Deepak Chopra 2015-02-19 Deepak Chopra, bekend van de kwantumgenezing, schreef met Balans in je leven een prettig leesbare en boeiende handleiding voor de ayurvedische geneeskunst. Deepak Chopra heeft met Balans in je leven niet alleen een zeer deskundige, maar ook een prettig leesbare en boeiende handleiding geschreven die iedereen enthousiast zal maken voor de - bij uitstek holistische - ayurvedische geneeskunst. Ziekte berust volgens hem op een verstoring van evenwicht tussen de drie dosha's: vata, pitta, en kapha, 'kwaliteiten' die volgens het ayurvedische mensbeeld in een bepaalde mengeling in ons aanwezig zijn. Genezing betekent dus het tot stand brengen van een voor onze persoon uniek evenwicht tussen de dosha's, waardoor we zowel psychisch als lichamelijk beter in balans en meer in harmonie met onszelf zullen komen. Balans in je leven geeft een overzicht van de rijke schakering aan therapeutische mogelijkheden die de ayurvedische arts door de oude traditie worden aangereikt of die op basis van universitair onderzoek, dat in India nog steeds wordt verricht, zijn ontwikkeld.

Super Brain Deepak Chopra 2013 Are you bound to lose memory as you age? How do you replace lost brain cells? Is it true you only use 10% of your brain? Can you become more conscious? In this trailblazing book, two pioneers in health, Dr Deepak Chopra, author of bestselling Ageless Body, Timeless Mind, and Professor Rudolph Tanzi, one of the world's foremost experts on Alzheimer's, come together for the first time. Drawing on the latest findings of neuroscience, they offer a new vision of the

brain and show how to understand it and use it to achieve optimum physical, mental and spiritual well being.

De ziel van leiderschap Deepak Chopra 2012-01-05 Dit boek onthult de ogenschijnlijk mysterieuze kwaliteiten die historische leiders succesvol en tot legende heeft gemaakt. Denk daarbij aan leiders als Gandhi, Martin Luther King Jr., Winston Churchill en Boeddha. Het boek is gebaseerd op de gelijknamige workshop van Deepak Chopra en biedt een praktijkgerichte aanpak om de kwaliteiten van succesvolle leiders te begrijpen en eigen te maken. De doelstellingen kunnen zowel privé als zakelijk zijn, van het verbeteren van het gezinsleven tot aan werkgerelateerde relaties en prestaties.

Power, Freedom, and Grace Deepak Chopra 2009-11-03 In Power, Freedom, and Grace, Deepak Chopra considers the mystery of our existence and its significance in our eternal quest for happiness. Who am I? Where did I come from? Where do I go when I die? Chopra draws upon the ancient philosophy of Vedanta and the findings of modern science to help us understand and experience our true nature, which is a field of pure consciousness. When we understand our true nature, we begin to live from the source of lasting happiness, which is not mere happiness for this or that reason, but true inner joy. By knowing who we are, we no longer interfere with the innate intelligence of the cosmos. Instead, we allow the universe to flow through us with effortless ease, and our lives are infused with power, freedom, and grace. "This book captures the essence of all of my talks over the last 20 years. It is the distillation of almost everything I have taught up to now." — Deepak Chopra

Het schaduw effect Debbie Ford 2012-01-05 Gebruik de kracht van je donkere kant. Ieder mens heeft schaduwkanten. Als we deze gewoontes en eigenschappen blijven verbergen en ontkennen, dan wordt dit een kracht die in staat is ons leven én dat van anderen te verwoesten. Schaduw heeft daarmee ook effect op de maatschappij, aldus Chopra. Ford spreekt uit ervaring - zij was ooit verslaafd - en maakt inzichtelijk hoe we vrede sluiten met onszelf, anderen en de wereld. Williamson benadrukt de kracht van bidden, boetedoening, vergeving en liefde. Alleen licht kan de schaduw verbannen.

On My Way to a Happy Life Deepak Chopra, MD 2021-05-04 Now available in a new format and a fresh package: a children's book about how the world works from a spiritual perspective, by two New York Times best-selling authors. Newly repackaged with a fresh cover, this children's book by New York Times best-selling authors Deepak Chopra and Kristina Tracy offers a simple guide to a happy, successful future. When kids understand how the world works from a spiritual point of view, it makes it easier for them to navigate life with joy and love. Vibrant illustrations by Rosemary Woods and simple rhymes help readers of all ages engage with the seven lessons on happiness, love, karma, dharma, acceptance, and more.

Self Power Deepak Chopra 2013-06-06 From the man who has inspired millions of people to transform their lives and create their heart's desire comes his latest book on seeking and embracing the power source within. Deepak Chopra has made clear his conviction that it is within the potential of every human being to live an enriching, self-aware, magnificent life. But to reach that state of empowerment is a difficult task, calling for courage, will power and - often - guidance. In Self-Power, Chopra offers that guidance and encouragement, while inspiring his readers to take their lives into their own capable hands no matter what

challenges they may confront, be they job loss, financial difficulties, relationship issues, health problems or spiritual questions.

Super Genes Deepak Chopra, M.D. 2015-11-10 The authors of the New York Times bestseller Super Brain present a bold new understanding of our genes and how simple changes in lifestyle can boost genetic activity. The leap into "radical well-being" is a promise waiting to be fulfilled. "You are not simply the sum total of the genes you were born with," writes Deepak Chopra and Rudy Tanzi. "You are the user and controller of your genes, the author of your biological story. No prospect in self-care is more exciting." Learning how to shape your gene activity is at the heart of this exciting and eagerly-anticipated book from the bestselling duo behind Super Brain, which became a nationwide hit on public television. For decades medical science has believed that genes determined our biological destiny. Now the new genetics has changed that assumption forever. You will always have the genes you were born with, but genes are dynamic, responding to everything we think, say, and do. Suddenly they've become our strongest allies for personal transformation. When you make lifestyle choices that optimize how your genes behave, you can reach for a state of health and fulfillment undreamed of even a decade ago. The impact on prevention, immunity, diet, aging, and chronic disorders is unparalleled.

Super Brain Deepak Chopra 2017-02-07

Grow Younger, Live Longer Deepak Chopra 2001 A mind-body, consciousness-based approach to aging offers a program that incorporates nutritional supplements, exercises, and meditation techniques to help eliminate toxins, nourish the body, and promote restful sleep.

Super brain Deepak Chopra 2014

Super Genes Deepak Chopra 2016-10-06 ""You are not simply the sum output of your genome," write Deepak Chopra and Rudy Tanzi, Director of the Genetics and Aging Research Unit at Massachusetts General Hospital. "You are the user and inventor of your genome." For years it was accepted knowledge that genes were fixed components of our bodies, and that we as individuals were incapable of altering our genetic make-up. Yet groundbreaking research suggests that changes in lifestyle and diet can greatly influence our genetic predispositions to disease and certain physical and psychological behaviours. Moreover, the adoption of ancient Vedic practices such as yoga and meditation can create genetic mutations that allow us to lead longer and healthier lives. Super Genes includes meditation and breathing practical exercises, as well as information on how to manage risk factors for disease. Combining scientific research with insights from ancient traditions, Chopra and Tanzi show how we need not be at the mercy of our genetic inheritance. Instead, they argue, we have the power to rewire our super genes for health and happiness."

Synchrodestiny Deepak Chopra 2005 Dr Deepak Chopra, the bestselling pioneer in mind/body medicine, shows how coincidences are messages about the miraculous potential of each moment. He reveals how, through understanding the forces that shape coincidences, you can learn to live at a deeper level and access the flow of synchronicity that lies at the heart of existence. You can start to transform your life through full-contact living, in which all things will be within your reach. Discover:

That there's no such thing as a meaningless coincidence; The seven principles of synchrodestiny; Practical techniques for applying those principles; The seeds of a perfect destiny lie within you. This remarkable book will show you how to release their potential and live a life more wondrous than dreams.