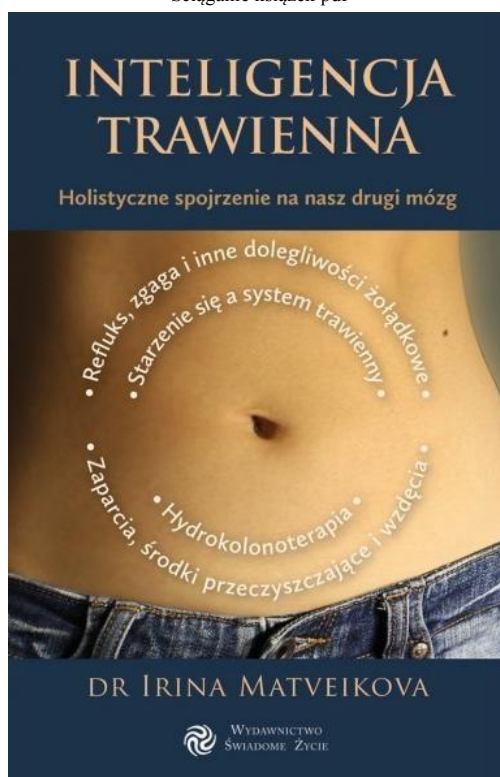


Inteligencja trawienna

Ściąganie książek pdf



Irina Matveikova

Inteligencja trawienna Irina Matveikova pobierz PDF Jeden z najpopularniejszych w Hiszpanii tytułów dotyczących zdrowego stylu życia po raz pierwszy ukazuje się po polsku. Inteligencja trawienna opowiada w fascynujący sposób o układzie trawiennym jako o centrum drugiego mózgu naszego ciała. Zdaniem autorki, doktor Iriny Matveikovej, myślimy i przeżywamy różne emocje właśnie poprzez nasze brzuchy. Niemożliwe, powiecie, ale nietrudno to sobie wyobrazić, jeśli weźmiemy pod uwagę, że w naszych brzuchach kryje się coś wielkości powierzchni boiska piłkarskiego bo takie ogromne rozmiary ma układ trawienny. Nasze wnętrzości kryją w sobie rozległą sieć komórek nerwowych nazywanych neuronami, które przenoszą informacje do mózgu i w ten sposób znacząco wpływają na procesy intelektualne, emocjonalne i immunologiczne. Doktor Matveikova odpowiada na oczywiste pytania Jak i dlaczego to możliwe? tłumacząc w łatwy, prosty i zrozumiały sposób, że układ trawienny zawiera ponad sto milionów neuronów, takich samych jak neurony obecne w mózgu, a co więcej, wytwarza 90% serotoniny obecnej w naszym ciele, niezwykle ważnego hormonu odpowiedzialnego za samopoczucie i zadowolenie. Wynika z tego jasno, że niezdrowy brzuch może być przyczyną nadmiernej drażliwości, smutku i złego samopoczucia, może pozbawiać nas energii, ograniczać nasze możliwości intelektualne, sprawiać, że tracimy orientację, zmieniać wzorce myślowe i procesy fizyczne. Te twierdzenia są na pozór kontrowersyjne, ale uzasadnione na tyle skutecznie, aby przekonać tysiące hiszpańskojęzycznych czytelników. Od czasu pierwszego wydania w październiku 2011 roku Inteligencia digestiva była już czterokrotnie wznawiana i dotarła na szóste miejsce bestsellerów w kategorii literatury faktu. Doktor Matveikova wydała w styczniu zeszłego roku drugą książkę (Czyste zdrowie, wszystkie klucze do oczyszczenia za pomocą medycyny holistycznej, która nie doczekała się jeszcze polskiego tłumaczenia), a teraz oferuje światu przekład swojego pierwszego dzieła, Inteligencji trawiennej.

Wszystkie książki. 30 dniowy okres próbny



Pobierz książkę pdf, księga pdf, książka pdf.