

Deepak Chopra
Rudolph E. Tanzi

SUPER-BRAIN

*Angewandte Neurowissenschaften
gegen Alzheimer,
Depression, Übergewicht und Angst*

Aus dem Amerikanischen
von Michael Wallossek



nymphenburger

INHALT

Teil 1: Die Entfaltung Ihrer größten Gabe	9
Ein goldenes Zeitalter für das Gehirn	10
Fünf Mythen, mit denen wir aufräumen sollten	34
<i>Superhirn-Lösungen: Gedächtnisverlust</i>	69
Superhirn-Helden	75
<i>Superhirn-Lösungen: Depression</i>	98
Teil 2: Wirklichkeit erschaffen	119
Ihr Gehirn, Ihre Welt	120
<i>Superhirn-Lösungen: Übergewicht</i>	146
Ihr Gehirn entwickelt sich weiter	159
<i>Superhirn-Lösungen: Angststörungen</i>	183
Das »emotionale« Gehirn	207
<i>Superhirn-Lösungen: Persönliche Krisen</i>	220
Vom Verstand zur Intuition	231
<i>Superhirn-Lösungen: Zu Ihrer Stärke finden</i>	265
Wo das Glück zu Hause ist	280
<i>Superhirn-Lösungen: Selbstheilung</i>	303
Teil 3: Geheimnis und Versprechen	313
Ein die Alterung aufhaltendes Gehirn	314
<i>Superhirn-Lösungen:</i>	
<i>Ein möglichst langes Leben</i>	334
Das erleuchtete Gehirn	363
<i>Superhirn-Lösungen:</i>	
<i>Gott Wirklichkeit werden lassen</i>	391
Die Wirklichkeitsillusion	406

<i>Superhirn-Lösungen: Wohlbefinden</i>	438
<i>Rudys Nachwort: Ein hoffnungsvoller und zuversichtlicher Ausblick auf die Alzheimer-Krankheit</i>	448
<i>Deepaks Nachwort: Jenseits von Grenzen</i>	460
<i>Dank</i>	469
<i>Anmerkungen des Übersetzers</i>	471
<i>Über die Autoren</i>	475