



## **Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehmen und Entgiften**

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehmen und Entgiften

*Kulreet Chaudhary*

**Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehmen und Entgiften** Kulreet Chaudhary

Zum Abnehmen und Entgiften

Broschiertes Buch

Ayurveda ist die älteste ganzheitliche Heilkunst der Welt, wird jedoch von Schulmedizinerinnen ebenso wie von Anwendern oft esoterisch verklärt. Einen ganz anderen Ansatz hat die Neurowissenschaftlerin Dr. Kulreet Chaudhary. Sie ist in Indien und den USA aufgewachsen. Doch obwohl Ayurveda sie von Kindesbeinen an begleitet hat, hielt sie lange Zeit selbst nichts davon - bis sie eines Tages selbst neurologische Beschwerden hatte. Die normalerweise in solchen Fällen von ihr verschriebenen Medikamente konnten ihr nicht helfen und so wandte sie sich auf Anraten ihrer Mutter an einen ayurvedischen Arzt. Das bedeutete nicht nur den Startschuss für ihre Genesung, sondern hatte auch nachhaltig Auswirkungen auf ihr Praktizieren als Medizinerin. Heute praktiziert sie Integrativmedizin, die westliche Schulmedizin mit fernöstlicher Heilkunde verbindet. In ihrem Buch erklärt Dr. Kulreet Chaudhary sachlich und anschaulich den Zusammenhang zwischen Ernährung, Verdauung und Psyche und wie der Stoffwechsel funktioniert. Sie gibt keine starren Diätpläne vor, sondern zeigt einen ganzheitlichen Ansatz zu mehr Kraft, Lebensfreude und Wohlbefinden auf. Sie lüftet - beinahe nebenbei - das Geheimnis, wie man auf die persönlichen Bedürfnisse abgestimmt mit Leichtigkeit abnehmen kann. Da Übergewicht biochemische Ursachen hat, kann jeder, der den eigenen Körper durchschaut, auch selbstbestimmt mit ihm umgehen und von diesem Wissen profitieren.

 [Download Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehm ...pdf](#)

 [Online lesen Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abne ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehmen und Entgiften Kulreet Chaudhary**

---

304 Seiten

Kurzbeschreibung

Der Neustart für den ganzen Körper

Ayurveda ist die älteste ganzheitliche Heilkunst der Welt, wird jedoch oft esoterisch verklärt. Einen ganz anderen Ansatz vertritt die in Indien und den USA aufgewachsene Neurowissenschaftlerin Dr. Kulreet Chaudhary: Sie verbindet die westliche Schulmedizin mit fernöstlicher Heilkunde. Ihre Empfehlungen, die sie ihren Patienten für ihre Ernährung und Lebensweise mit auf den Weg gibt, haben aber noch einen angenehmen Nebeneffekt: Man verliert dadurch überflüssige Pfunde – und das ganz ohne Mühe.

Dieses Buch zeigt Ihnen, wie Sie Ihre Verdauung auf Vordermann bringen und dabei gleichzeitig Ihre Gedächtnisleistung verbessern. Es erklärt Ihnen, warum Diäten nichts nützen und warum Sie mit Ihren bisherigen Abnehmversuchen wahrscheinlich das Pferd von hinten aufgezäumt haben. Sie erfahren außerdem:

- warum es nicht auf Ihre Ernährung, sondern auf Ihre Verdauung ankommt,
- woran Sie merken, ob Sie unter einem »Leaky Brain« leiden – und was Sie mit dem in diesem Buch vorgestellten Selbstbehandlungsprogramm dagegen ausrichten können,
- wie man seine Heißhungerattacken überwindet, Fett verbrennt, Energie gewinnt und seinen ungesunden Lebensgewohnheiten ein Schnippchen schlägt.

Und nicht zuletzt lernen Sie, die Erfolge dieses Programms ein Leben lang aufrechtzuerhalten, um sich stets wie neugeboren zu fühlen. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. Kulreet Chaudhary ist Neurologin und Neurowissenschaftlerin. In der westlichen Schulmedizin ausgebildet hielt sie lange Zeit nichts von alternativen Heilmethoden – bis sie selbst chronisch krank wurde. Monatelang litt sie an schwerer Migräne und musste schmerzlich erfahren, wie sehr die Medikamente, die sie als Ärztin jeden Tag verschrieb, die Lebensqualität einschränkten. Völlig verzweifelt wandte sie sich an ihre Mutter, die ihr empfahl, sich an einen ayurvedischen Arzt zu wenden. Dieser Arztbesuch leitet nicht nur ihre Genesung ein, sondern veränderte auch fundamental ihre Sicht auf die Medizin und ihren Umgang mit Patienten. Seitdem praktiziert sie Integrativmedizin, die westliche Schulmedizin mit fernöstlicher Heilkunde verbindet.

Download and Read Online Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehmen und Entgiften Kulreet Chaudhary #IKHUT45M1WA

Lesen Sie Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehmen und Entgiften von Kulreet Chaudhary für online ebook Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehmen und Entgiften von Kulreet Chaudhary Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehmen und Entgiften von Kulreet Chaudhary Bücher online zu lesen. Online Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehmen und Entgiften von Kulreet Chaudhary ebook PDF herunterladen Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehmen und Entgiften von Kulreet Chaudhary Doc Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehmen und Entgiften von Kulreet Chaudhary Mobipocket Wie neugeboren durch modernes Ayurveda: Zum Abnehmen und Entgiften von Kulreet Chaudhary EPub