



DEEPAK  
CHOPRA, M.D.

& DAVID SIMON, M.D.

TORNE-SE  
MAIS JOVEM,  
VIVA POR  
MAIS TEMPO

10 PASSOS PARA RETARDAR  
O ENVELHECIMENTO

Rocco

## Resumo de Torne-Se Mais Jovem, Viva por Mais Tempo

Torne-se mais jovem, viva por mais tempo é uma ampliação do método descrito no livro *Corpo sem idade, mente sem fronteiras*, publicado em 1993. Naquela obra, Deepak Chopra apresentou o princípio fundamental que levou milhares de pacientes do Chopra Center for Well Being a mudanças profundas na qualidade de suas vidas: o corpo humano não é um maquinário biológico que se deteriora ao longo do tempo.

Em vez disso, os seres humanos são redes organizadas de energia, informação e inteligência, capazes de se transformar e renovar.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)