

Darm-Intelligenz

Wie unser Bauch fühlt, denkt - und heilt

Neues revolutionäres Wissen für ein gesundes und intuitives Leben

**Fortsetzung des Bestsellers »Die Darm-Hirn-Connection« Viele neue Erkenntnisse und Übungen zur Stärkung des Darmbewusstseins
Praktische Impulse für bessere Entscheidungen – beim Essen wie auch im Leben**

Der Darm ist weit mehr als ein Organ, das uns manchmal Beschwerden bereitet und das wir am liebsten »ruhigstellen« möchten. In Wahrheit ist er ein hochintelligentes System und unser innerer Kompass. Professor Gregor Hasler zeigt in seinem neuen Bestseller, dass unser Bauch nicht nur unser »zweites Gehirn« ist, sondern auch eine Quelle von Intuition, Lebenskraft und Gesundheit.

Dieses Buch lädt Sie dazu ein, Ihr Darm-Bewusstsein durch zahlreiche Übungen zu erforschen. Schärfen Sie Ihre Wahrnehmung, finden Sie in den Rhythmus Ihres Körpers zurück und lernen Sie, den Instinkten Ihres Darms zu vertrauen. So eröffnen Sie sich einen neuen Zugang zu Kreativität, Klarheit und innerer Balance.

Neues revolutionäres Wissen für ein gesundes und intuitives Leben
Fortsetzung des Bestsellers 'Die Darm-Hirn-Connection'
Viele neue Erkenntnisse und Übungen zur Stärkung des Darmbewusstseins
Praktische Impulse für bessere Entscheidungen - beim Essen wie auch im Leben
Der Darm ist weit mehr als ein Organ, das uns manchmal Beschwerden bereitet und das wir am liebsten 'ruhigstellen' möchten. In Wahrheit ist er ein hochintelligentes System und unser innerer Kompass. Professor Gregor Hasler zeigt in seinem neuen Bestseller, dass unser Bauch nicht nur unser 'zweites Gehirn' ist, sondern auch eine Quelle von Intuition, Lebenskraft und Gesundheit.
Dieses Buch lädt Sie dazu ein, Ihr Darm-Bewusstsein durch zahlreiche Übungen zu erforschen. Schärfen Sie Ihre Wahrnehmung, finden Sie in den Rhythmus Ihres Körpers zurück und lernen Sie, den Instinkten Ihres Darms zu vertrauen. So eröffnen Sie sich einen neuen Zugang zu Kreativität, Klarheit und innerer Balance.



20,00 €

18,69 € (zzgl. MwSt.)

vorbestellbar, Erscheinungstermin ca. August 2026

Artikelnummer: 9783608402193

Medium: Buch

ISBN: 978-3-608-40219-3

Verlag: SCHATTAUER

Erscheinungstermin: 15.08.2026

Sprache(n): Deutsch

Auflage: 1. Auflage 2026

Produktform: Kartoniert

Gewicht: 236 g

Seiten: 176

Format (B x H): 138 x 215 mm

