

www.ketab.ir

/ نیروی حیات



نویسندگان: آنتونی رابینز - پیتر دیامانديس - رابرت هری

مترجمان: نیلوفر گنجی - محمد امین محمودی - مریم حسن زاده عربانی

سرشناسه: رابینز، آنتونی، ۱۹۶۰ - م.

Robbins, Anthony

عنوان و نام پدیدآورنده: نیروی حیات / نویسندگان آنتونی رابینز، پیتر دیاماندیس، رابرت هری؛ مترجمان نیلوفر گنجی، محمد امین محمودی، مریم حسن زاده عربانی؛ ناظر علمی حسن کریمی؛ ویراستار حسام الدین حقیقیان.

مشخصات نشر: قم: آلاچقی کتاب، ۱۴۰۱.

مشخصات ظاهری: ۹۰۸ ص.؛ جدول

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۴۳۵۲-۲-۹

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: Life force : how new breakthroughs in precision medicine can transform the quality of your life & those you love

یادداشت: کتابنامه.

موضوع: کیفیت زندگی

Quality of life

موضوع: شیوه زندگی جایگزین

Alternative lifestyles

موضوع: تغذیه

Nutrition

شناسه افزوده: دیامندیس، پیتر اچ.

شناسه افزوده: Diamandis, Peter H.

شناسه افزوده: حریری، رابرت

شناسه افزوده: Hariri, Robert (Entrepreneur in biomedicine)

شناسه افزوده: گنجی، نیلوفر، ۱۳۷۶-، مترجم

شناسه افزوده: محمودی، محمد امین، ۱۳۷۰-، مترجم

شناسه افزوده: حسن زاده عربانی، مریم، ۱۳۶۸-، مترجم

شناسه افزوده: کریمی، حسن، ۱۳۶۴-

رده بندی کنگره: HN۲۵

رده بندی دیویی: ۳۰۶

شماره کتابشناسی ملی: ۸۸۶۶۲۰۲



عنوان ■ نیروی حیات
ناشر ■ آلاچیق کتاب
نویسندگان ■ آنتونی رابینز - پیتر دیاماندیس - رابرت هری
دبیر ترجمه ■ الهام سادات یاسینی
مترجمان ■ نیلوفر گنجی - محمد امین محمودی -
مریم حسن زاده عربانی
ناظر علمی ■ حسن کریمی
ویراستار ■ حسام الدین حقیقیان
طراح جلد و صفحه آرا ■ حامد عطائی فرزانه
شابک ■ ۹۷۸-۶۲۲-۹۲۳۵۲-۲-۹
چاپ ■ اول ۱۴۰۱
تیراژ ■ ۱۰۰۰ نسخه
چاپ و صحافی ■ موسسه بوستان کتاب

آدرس: خیابان انقلاب، خیابان لبافی نژاد، بین منیری جاوید و ۱۲ فروردین، پلاک ۱۹۱
تلفن: ۶۶۹۶۲۹۵۹ - ۶۶۹۶۲۹۶۰ / همراه: ۰۹۱۲۷۲۳۷۵۰۹

حقوق چاپ و نشر برای انتشارات آلاچیق کتاب محفوظ است.

فهرست

۱۵	پیشگفتار.....
۲۳	بخش ۱: انقلاب نیروی حیات.....
۲۵	فصل اول: نیروی حیات: بهترین هدیه برای ما.....
۳۱	از درد تا قدرت.....
۳۸	بدن تماشایی شما.....
۴۷	خود را مدیرعامل سلامتی خود کنید.....
۵۶	معجزه جوان سازی.....
۶۳	مسیر پیش رو.....
۷۱	فصل دوم: قدرت سلول‌های بنیادی.....
۸۱	قدرت خون جوان.....
۱۰۸	اگر می‌خواهید گنج پیدا کنید، به نقشه نیاز دارید.....
۱۱۱	فصل سوم: قدرت تشخیص.....
۱۱۱	بیشرفت‌هایی که می‌توانند زندگی شما را نجات دهند.....
۱۱۸	تشخیص بیماری قلبی.....
۱۲۵	تشخیص به موقع سرطان.....
۱۲۹	تشخیص به موقع آلزایمر و زوال عقل.....
۱۴۳	خُب! قدم بعدی چیست؟.....
۱۴۹	فصل چهارم: برگرداندن زمان به عقب: آیا پیری درمان‌پذیر خواهد شد؟.....
۱۵۳	دستورالعمل جوان سازی دیوید سینکлер.....
۱۶۱	با میتوکندری خود آشنا شوید: مولدهای انرژی.....
۱۶۴	سن؛ علت اصلی تمام بیماری‌ها.....

۱۶۷	«پیرشدن» یعنی چه؟
۱۷۰	روایای دست نیافتنی
۱۷۴	ان‌ام‌ان و موش‌های عضلانی
۱۷۷	ابی‌ژنتیک: ماشین زمان
۱۸۳	بخش ۲: قهرمانان انقلاب پزشکی بازساختی
۱۸۵	فصل پنجم: معجزه بازسازی ارگان
۱۹۹	ریه‌های پیوندی
۲۰۲	پیوند بین‌گونه‌ای؛ اندام‌های آماده مصرف
۲۰۹	اندام‌های سه بعدی چاپی
۲۱۴	لی جنسیس؛ ربودن غدد لنفاوی برای رشد اندام‌ها
۲۱۷	«دین کامن» و مؤسسه تولید بازساختی پیشرفته
۲۲۱	فصل ششم: سلول‌تی کایمیریک گیرنده آنتی‌ژن قدرتمند
۲۲۵	درمان اولین بیمار «تی کایمیریک گیرنده آنتی‌ژن»
۲۳۲	قدرت سلول‌های تی شل
۲۳۶	درمان معجزه‌آسای امیلی پنج‌ساله
۲۳۹	قدم بعدی
۲۴۵	فصل هفتم: جراحی مغز بدون برش؛ تأثیر فراصوت متمرکز
۲۴۸	درمان اثبات‌شده پاریکنسوس
۲۵۱	رسیدن به منبع با فراصوت دقیق
۲۵۴	درمان لرزش‌های اساسی
۲۵۷	قدرت فراصوت متمرکز و تأثیر آن بر سرطان مغز
۲۶۳	فصل هشتم: ژن‌درمانی و کریسپر: درمان بیماری
۲۷۲	درمان نابینایی با ژن‌درمانی
۲۷۶	قهرمانی که درمان نابینایی را کشف کرد
۲۸۰	ژن‌درمانی چطور می‌تواند بیماری قلبی را درمان کند؟
۲۸۲	معجزه کریسپر؛ ویرایش خطاهای دی‌ان‌ای
۲۸۴	ژن جکپات

فصل نهم: مسیری اعجاب‌انگیز به نام دلیو.ان.تی: بهترین سرچشمه جوانی؟	۲۸۷.....
بخش ۳: کارهایی که اکنون می‌توانید انجام دهید	۳۱۱.....
فصل دهم: بهترین داروخانه برای تقویت شور و نشاط	۳۱۳.....
روش درمانی اول: پپتیدها؛ پروتئین‌های کوچکی که کارهای بزرگی می‌کنند	۳۱۹.....
روش درمانی دوم: متفورمین؛ دارویی اعجاب‌انگیز و کم‌خطر	۳۲۹.....
روش درمانی سوم: درمان از طریق بهینه‌سازی هورمون	۳۳۳.....
روش درمانی چهارم: افزایش NAD ⁺ ؛ شارژ مجدد باتری‌های سلولی	۳۳۸.....
روش درمانی پنجم: داروهای خوراکی؛ داروهایی سالم و ایمن	۳۴۳.....
فصل یازدهم: زندگی بدون درد	۳۵۳.....
درد ناشی از رشد؛ تاریخچه درد در زندگی شخصی‌ام	۳۵۹.....
آذرخش در جعبه	۳۶۴.....
ارتباط بین ذهن و بدن	۳۶۸.....
کاهش درد به کمک «تنش معکوس»	۳۷۲.....
بازیابی بافت‌های هم‌بند در سراسر بدن	۳۷۸.....
غلبه ذهن بر بدن	۳۸۳.....
ابزاری دیگر برای تسریع فرایند بهبودی و رهایی از درد	۳۸۴.....
فصل دوازدهم: سبک زندگی و رژیم غذایی لازم برای افزایش طول عمر	۳۹۵.....
هرچه کنی به خود کنی، گر همه نیک و بد کنی	۳۹۹.....
خوب بخورید. حس خوبی داشته باشید. زیاد عمر کنید	۴۰۴.....
با «رژیم غذایی سبکته قلبی» خداحافظی کنید	۴۱۱.....
قدرت جوان‌سازی روزه‌گرفتن	۴۱۵.....
قدرت آب و اکسیژن	۴۲۰.....
قدرت میکروبیوم‌ها و رژیم غذایی‌تان	۴۲۴.....
قدرت تطبیق رژیم غذایی با دی‌ان‌ای	۴۲۷.....
قدرت درمانی گرما و سرما	۴۲۹.....
فصل سیزدهم: قدرت خواب؛ سومین رکن سلامتی	۴۳۷.....
نسخه دکتر واکر برای داشتن خواب راحت شبانه	۴۴۵.....

۴۵۴.....	یکی از ترفندهای دوست‌داشتنی‌ام برای خوابیدن: نوکالم
۴۵۹.....	فصل چهاردهم: قدرت و آمادگی جسمانی و عملکرد
۴۶۷.....	کارهای ساده
۴۷۸.....	تمرینات سریع و مؤثری که می‌توانید آن‌ها را در هر جایی انجام دهید
۴۸۰.....	هدیه من به شما
۴۸۱.....	ردیابی و تسریع پیشرفت ورزشی به کمک فناوری
۴۸۶.....	استفاده از هوش مصنوعی برای افزایش قدرت و نظارت بر پیشرفت
۴۸۹.....	ستون فقرات خود را کش بیاورید
۴۹۳.....	سرگرمی و بازی
۴۹۶.....	«پی ۳۹»، مسیری کوتاه برای افزایش توده عضلانی بدون ورزش؟
۴۹۹.....	فصل پانزدهم: زیبایی: بهبود سلامتی و نشاط ظاهری
۵۰۶.....	هنوز فرصت جبران هست! چگونه موهای شفاف و درخشان‌تان را برگردانید
۵۱۴.....	نقش سلول‌های بنیادی در جوان‌سازی مو
۵۱۸.....	پوست چطور؟
۵۲۵.....	منجمد کردن چربی‌ها؟
۵۲۷.....	محصولاتی که دقیقاً بر اساس نیاز فرد تولید می‌شوند
۵۳۳.....	فصل شانزدهم: سلامت زنان: چرخه زندگی
۵۳۵.....	چرا طول عمر زنان برای همه ما مهم است؟
۵۳۶.....	ارتباط بین طول عمر و تخمک‌گذاری
۵۳۹.....	برده برداشتن از اسرار یائسگی
۵۴۵.....	روش‌های درمانی موجود
۵۵۲.....	قدرت لیزر
۵۵۷.....	بخش ۴: درمان شش بیماری‌کشنده
۵۵۹.....	فصل هفدهم: روش‌های درمان بیماری‌های قلبی
۵۶۵.....	ابزار ۱: قدرت ترمیم زخم‌ها
۵۶۸.....	ابزار ۲: جوان‌سازی قلب
۵۷۰.....	ابزار ۳: برچسبی از جنس سلول‌های بنیادی برای رگ‌های قلب

ابزار ۴: ساخت قلب جدید	۵۷۲
ابزار ۵: ساخت قلب‌های سلول‌زدایی شده	۵۷۷
فصل هجدهم: مغز شما؛ درمان سکنه مغزی	۵۸۷
پیشرفت شماره ۱: درمانی که کاملاً مناسب است	۵۹۲
پیشرفت شماره ۲: فناوری هپتیک	۵۹۶
پیشرفت شماره ۳: حقیقی شدن واقعیت مجازی	۵۹۸
پیشرفت شماره ۴: فاکتور تمایز رشد یازده (جی دی اف-۱۱)	۶۰۱
پیشرفت شماره ۵: «سریا مدیکال»؛ استاندارد طلایی برای تحریک مغز	۶۰۳
پیشرفت شماره ۶: چشمان کاملاً باز	۶۰۵
پیشرفت شماره ۷: قدرت آگروزوم‌ها برای کمک به بهبود سکنه مغزی	۶۰۸
پیشرفت شماره ۸: تشخیص سکنه‌های مغزی در راه رسیدن به بیمارستان	۶۱۱
فصل نوزدهم: چگونه در جنگ علیه سرطان پیروز شویم	۶۱۷
اختراع جام مقدس: تشخیص زودهنگام سرطان	۶۲۹
سی گرم پیشگیری بالارزش: از نیم کیلو درمان است	۶۳۵
آماده، هدف، آتش: گسیل سیستم ایمنی به سوی میدان نبرد	۶۳۷
ابزار شماره ۱: بازدارنده‌های نقطه بازرسی ایمنی	۶۴۰
ابزار شماره ۲: واکسن‌های شخصی‌سازی شده سرطان	۶۴۶
ابزار شماره ۳: سلول‌های کشنده طبیعی	۶۴۷
ابزار شماره ۴: لنفوسیت‌های نفوذکننده به تومور	۶۵۰
ابزار شماره ۵: آگروزوم‌ها	۶۵۲
ابزار شماره ۶: فناوری «فوکالی ایکس» برای سرطان پروستات	۶۵۴
ابزار شماره ۷: مسیر ترمیم	۶۵۷
فصل بیستم: غلبه بر التهاب و بیماری خودایمنی؛ ایجاد آرامش در بدن	۶۶۳
بنابراین، بیماری خودایمنی از کجا می‌آید؟	۶۶۷
داستان کلی اُوِنز	۶۶۹
ابزار شماره ۱: درمان بیماری کرون با بیوالکترونیک	۶۷۲
پیشرفت در زمینه بیماری خود ایمنی؛ درک قدرت عصب واگ	۶۷۵