

# 生命力

L I F E F O R C E

How New Breakthroughs in Precision Medicine Can  
Transform the Quality of Your Life & Those You Love

由全球100多位医学专家、医疗领域开拓者倾囊相授  
介绍前沿尖端的疾病治愈技术和健康管理方法，解开逆转生物学年龄的秘密

[美] 托尼·罗宾斯 (Tony Robbins) 彼得·戴曼迪斯 (Peter Diamandis) 罗伯特·哈里里 (Robert Hariri) 著  
杨清波 译

中信出版集团

## 版权信息

书名：生命力

作者：（美）托尼·罗宾斯 彼得·戴曼迪斯 罗伯特·哈里里

译者：杨清波

ISBN:9787521755046

中信出版集团制作发行

版权所有·侵权必究

## 本书所获赞誉

来自科学界与医学界最杰出的领军人物：

这本书堪称经典之作。托尼·罗宾斯和彼得·戴曼迪斯在书中对科学、医学和生活方式等方面的最新发展做了精彩的介绍，让我们认识到这些发展现在可以最大限度地帮助我们改善健康状况，延长寿命。对那些希望现在身体机能处于最佳状态，将来免受疾病侵袭的人来说，这本书不可错过。

大卫·辛克莱博士

哈佛医学院遗传学教授，哈佛大学保罗·F.格伦衰老生物学研究中心联合负责人，《长寿：当人类不再衰老》作者

我们正处在生物技术革命的洪流之中，这场革命有可能让大多数疾病得到治愈，改善健康状况，将人类的寿命延长几十年。托尼·罗宾斯和彼得·戴曼迪斯为所有人绘制了一幅高效、实用的路线图，可以让人们最大限度地保持健康，增强活力。这本书旁征博引、深入浅出，用通俗易懂的方式为我们介绍了CRISPR（规律间隔成簇短回文重复序列）、基因治疗和干细胞等技术，让读者对未来充满希望与憧憬。

乔治·丘奇博士

哈佛医学院遗传学教授，哈佛大学、麻省理工学院健康科学与技术专业教授，韦斯生物启发工程研究所创始成员

你不会后悔购买这本书。它向我们展示了行业最新资讯和重要的科学数据，内容丰富翔实，旨在延长人类寿命，改善人类健康。托尼和彼得采用优美生动的叙事手法，呈现给读者一份丰盛的有关基本健康信息的大餐。也许最重要的是，这本书不仅分析了“该做什么”，而且阐述了“该如何做”，其中的建议切实可行。总之一句话：这本书会改变你，让你变得更健康。

马修·沃克博士

加州大学伯克利分校神经科学教授，谷歌公司睡眠专家，《我们为什么要睡觉》作者

这本书是一部富有远见卓识的上乘之作，书中收录了关于健康和治疗的最新科学信息，可以帮助你改变生命的质量和长度。强烈推荐！

迪恩·欧宁胥博士

预防医学研究所所长兼创始人，加州大学旧金山分校医学院临床教授，《根治心脏病》(Reversing Heart Disease) 和《消除!》(UnDo It! ) 作者

大师级专家托尼·罗宾斯长期以来一直致力于帮助人们培养正确的成功心态，但在这本书中，他改弦易辙，为我们提供有关全身健康方面的有用经验以及精准医疗发展的路线图，告诉我们如何借势，改善健康状况，延长整体寿命。

迈克尔·罗伊森博士

克利夫兰功能性健康诊所名誉首席健康官，五本《纽约时报》畅销书获奖作者

这本书将帮助你找到答案。这本书涵盖了当今正在改变健康与医学领域的最重要的创新者、发明和技术。

雷·库兹韦尔

发明家，未来学家，有着30年精准预测的纪录，曾被比尔·克林顿总统授予美国国家技术创新奖，被《企业》杂志称为“托马斯·爱迪生的合法继承人”

这本书生动地呈现了现代医学中的奇迹，带我们踏上充满希望与健康未来之旅。这段旅程就在我们脚下。

迈哈迈特·奥兹

医学博士，哥伦比亚大学纽约长老会医院主治外科医生

托尼·罗宾斯为你提供了目前较难获取的信息，其中有关医学方面取得突破的故事层出不穷，这无疑会激励你，为你提供有效的解决方案，从而促进你的身心健康，提高生活质量。

马克·海曼博士

克利夫兰功能医学临床中心战略与创新主任，14次获评畅销书作家，国际知名医生、研究员、教育家、活动家

你将在这本书中发现一座宝库，里面藏着诸多或由来已久或刚刚显露端倪的秘密，它们可以改善你的健康状况，让你延年益寿。托尼·罗宾斯和彼得·戴曼迪斯在这本书中汇集了100多位健康、医学和技术领域顶尖专家的见解，读者可以利用这些见解做出更明智的决定，从而增强体质，增进心智，提高整体生活质量。

埃里克·威尔丁

医学博士，巴克衰老研究所总裁兼首席执行官，加州大学旧金山分校医学院副教授，美国科学促进会会员

这本书展示了在治疗和预防痴呆、癌症和心血管疾病方面即将取得的突破。这本书内容权威，所提供的策略实用高效，切实可行，可以让我们更健康、更长寿。托尼和彼得通过引人入胜的故事让精准医学革命的前景变得通俗易懂。这本书是所有希望自己和世界拥有最健康未来的人的应读书！

鲁迪·坦齐博士

《自我疗愈》作者，哈佛大学神经学教授，麻省总医院麦坎斯大脑健康中心联合负责人

来自最优秀的运动员：

托尼·罗宾斯在他的新书中为我们提供了最重要的资源，可以帮助我们保持最佳状态，过上更健康、更有活力的生活。

克里斯蒂亚诺·罗纳尔多

**“最佳射手”，5次金球奖得主，获33座职业生涯奖杯，7次联赛冠军，5次欧洲冠军联赛冠军**

在这本书中，你会了解最新的技术突破和治疗方法，它们可以帮你治疗疾病，强身健体。这本书介绍的非手术解决方案帮助我从无法站立超过10分钟，到可以毫无痛苦地重新打高尔夫球和网球。这本书将极大地改善你的生活质量！

杰克·尼克劳斯

**高尔夫球运动员，120场职业锦标赛冠军，18次职业大赛冠军**

托尼·罗宾斯帮助我发现了自己真正的潜质。在托尼的帮助下，我为自己设定了新的标准，把我的网球比赛以及我的生活提升到了一个全新的水平！

塞雷娜·威廉姆斯

**23次大满贯冠军**

来自最杰出的行业领袖：

当托尼·罗宾斯专注于某一主题时，他会与该领域的杰出人士交谈，以获得最重要的概念，并将其巧妙地综合起来，然后采取通俗易懂且有趣的方式进行阐述，将其像一份包装精美的礼物一样呈现出来。这

本书是托尼·罗宾斯最优秀的作品，针对的是人生最重要的问题——我们如何生活得更长久，更有质量？对那些正在寻找答案的人来说，此书不可不读。在这本具有里程碑意义的书中，托尼向我们展示了科学领域正在取得的令人惊叹的突破，并且告诉我们如何利用这些突破来提高生活质量，延长寿命。

瑞·达利欧

桥水基金创始人兼联席首席投资官，《原则》作者

托尼·罗宾斯为我的生活和工作提供了无比强大的力量和敏锐深刻的洞察力。

彼得·古伯

曼德勒娱乐公司董事长兼首席执行官，洛杉矶道奇队、金州勇士队总裁

此人天赋异禀，极具感染力。

比尔·克林顿

美国前总统

托尼·罗宾斯是个天才……他能在战略上引导人们应对任何挑战，这种能力无与伦比。

斯蒂芬·永利

## 永利度假村首席执行官兼创始人

托尼·罗宾斯的战略和方法从一开始就是我们文化的核心。他是Salesforce公司领导层的骨干之一，也是Salesforce成长为一家价值超过250亿美元的公司的关键人物之一。没有托尼和他的指导，这家公司不会有今天。

马克·贝尼奥夫

软件公司Salesforce创始人、董事长兼首席执行官

托尼真正教给我这个曾坐在威尼斯海滩上卖T恤的孩子的是，要敢于冒险，要采取行动，然后才能真正有所作为。作为一个遵循这些策略生活了25年的人，我想告诉你的是：我还会一次又一次地回来，寻求更多的东西。

马克·伯内特

电视制作人，曾5次获得艾美奖，代表节目包括《幸存者》《创智赢家》《先声夺人》

托尼具有超人般的能力.....他是促使人们改变的催化剂。与其说他是鼓励，不如说他是帮助人们挖掘已经存在的东西。

奥普拉·温弗瑞

艾美奖得主

## 来自最优秀的金融家：

罗宾斯是我共事过的最出色的财经主持人。他的使命是将世界上最优秀的金融家的见解带给普通投资者，这一点确实令人鼓舞。

艾伦·格林斯潘

**曾在四位总统治下担任美联储主席**

托尼来我的办公室进行45分钟的采访，结果持续了4个小时。这是我一生中最发人深省的采访之一。他的精力与激情颇具感染力，让人充满活力。

约翰·博格

**先锋领航集团创始人**

托尼·罗宾斯是开启人类心智的锁匠——他对人性有独特的见解，知道如何打开你的思维，让你迎接更大的可能性。

保罗·都铎·琼斯二世

**都铎投资公司创始人，全球十大顶级交易员之一**

## 来自最优秀的演艺界人士：

不管你是谁，不管你多么成功，多么快乐，托尼都会让你有所收

欢迎访问：电子书学习和下载网站 (<https://www.shgis.com>)

文档名称：《生命力》（美）托尼·罗宾斯 彼得·戴曼迪斯 罗伯特·哈里里.pdf

请登录 <https://shgis.com/post/4992.html> 下载完整文档。

手机端请扫码查看：

