

# Gedanken altern nicht



An den Anfang seines außergewöhnlichen Buches stellt der Autor Peter O. Schneider, promoviert in Naturwissenschaften und Veterinärmedizin, die Aufmunterung des römischen Dichters Horatius „*Aude sapere*“ – „Wage es, Dich Deines Verstandes zu bedienen“, die auch das Motto Samuel Hahnemann’s war, des Begründers der Homöopathie.

Dieses Motto ist durchaus mehrdeutig zu verstehen: zum einen animiert es, die Verantwortung für das eigene Leben selbst in die Hand zu nehmen, zum anderen erläutert das Buch eine Quintessenz der aktuellen Hirnforschung, dass das menschliche Gehirn primär sich selbst dient.

So kommt der Autor zwangsläufig zum Inhalt und Sinn des Lebens, und er stellt diese Erkenntnisse, die z.T. bereits seit Jahrtausenden bekannt sind, in einen Kontext mit den Forschungsergebnissen der modernen Naturwissenschaft.

Es ist der Hintergrund der Naturheilkunde, die Lebensvorgänge bei kranken Menschen und Tieren möglichst effektiv ohne zusätzlichen Schaden für die Patienten zu regulieren. Dies ist jedoch nur möglich, wenn die Gesetzmäßigkeiten dieser Vorgänge ausreichend bekannt sind.

Dieses Buch rekapituliert einen Großteil dieses Wissens und seiner Zusammenhänge und gibt am Ende konkrete Hinweise aus der eigenen Praxis des Autors.

Das letzte Kapitel beschäftigt sich schließlich mit dem „gesunden Altern“, das dazu beitragen kann, diesen Lebensabschnitt in vollem Bewusstsein und bei guter Gesundheit freudig zu erleben.

3. erweiterte Auflage 2010, 188 S., Verlag: Books on Demand

ISBN: 978-3-8334-5446-2

Preis: 29,80 €