

# Nachrichten

2008-10.01

## BÜCHEREMPFEHLUNGEN !

### Lob der Krankheit

Warum es gesund ist, ab und u krank zu sein

#### **Herausgeber:**

Bert Ehgartner

LÜBBE Verlag

ISBN: 978-3-7857-2322-7



LÜBBE

Bert Ehgartner zeichnet mit einer Fülle an aufrüttelnden und weitgehend unbekanntem Fakten ein düsteres Bild unserer medikalisierten Gesellschaft, in der bereits jede zweite Familie von chronischen Leiden betroffen ist. Gerade die unbedingte Vermeidung harmloser Infekte und ein immer sterileres Lebensumfeld begünstigen diese Entwicklung. Ehgartner hält dem ein LOB DER KRANKHEIT entgegen, welches das Immunsystem in einer völlig neuen Funktion vorstellt: Nicht als starren Apparat, sondern als "zweites lernendes Ich des Menschen", das uns vor Infekten und Krebs schützt – wenn wir es lassen.

Wer ab und zu krank ist, bleibt auf lange Sicht gesund. Wir sollten diese kleinen Auszeiten willkommen heißen, so wie alle anderen Bestandteile eines gesunden Lebens: Ernährung, Bewegung, Humor und Liebe. Genau darum geht es in diesem Buch: Um das Selbstbewusstsein, Krankheiten zuzulassen. Ein Selbstbewusstsein, das stetig wächst und das uns gut tut – ein ganzes Leben lang.