



# Leonardo da Vincis --- via negativa und die Gesundheit

# Was hat Leonardo da Vincis via negativa mit unserer Gesundheit zu tun?

---

Zuerst einmal was ist die „via negativa“?

Eine kurze Metapher zur Erläuterung:

Der Papst fragte einst den Künstler Leonardo da Vinci wie er die schöne Skulptur David erschaffen hatte?



# Was hat Leonardo da Vincis via negativa mit unserer Gesundheit zu tun?

---

Leonardo antwortete:

Ganz einfach, ich hab alles entfernt, was nicht zur Skulptur David gehört.

Leonardo da Vinci entfernte alles überschüssige Material vom Felsen, bis letztendlich das Meisterwerk – die Skulptur David – entstand

# Was hat Leonardo da Vincis via negativa mit unserer Gesundheit zu tun?

---

- ähnlich verhält es sich mit unserem Meisterwerk – unserer Gesundheit
- Die Medizin weiß gar nicht so genau was uns gesund macht, allerdings weiß die Medizin sehr genau was uns Krank macht!

# Was hat Leonardo da Vincis *via negativa* mit unserer Gesundheit zu tun?

---

- Das Erkennen und die Vermeidung von Risikofaktoren

= das Entfernen von allem was nicht zur Skulptur David oder unserer Gesundheit gehört

ist das Ziel einer modernen, intelligenten Medizin

# Was hat Leonardo da Vincis via negativa mit unserer Gesundheit zu tun?

---

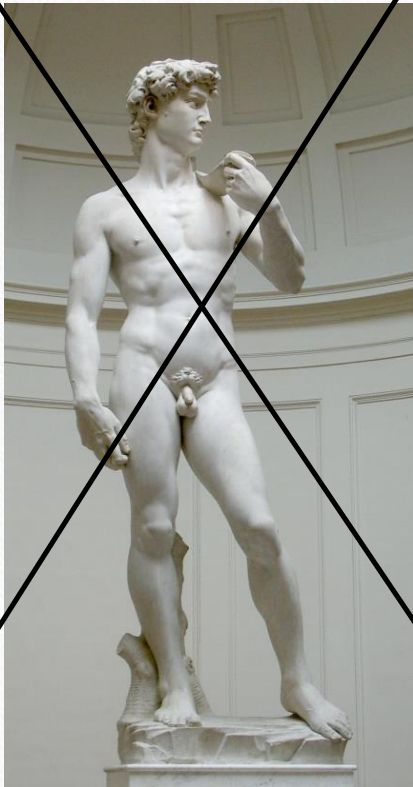
- Aus Sicht der Naturwissenschaft: Die Natur konzipiert in der Regel voll funktionierende Wesen, die durch die Lebensumstände häufig Krankheiten erleiden. So auch der Mensch.

# Was hat Leonardo da Vincis *via negativa* mit unserer Gesundheit zu tun?

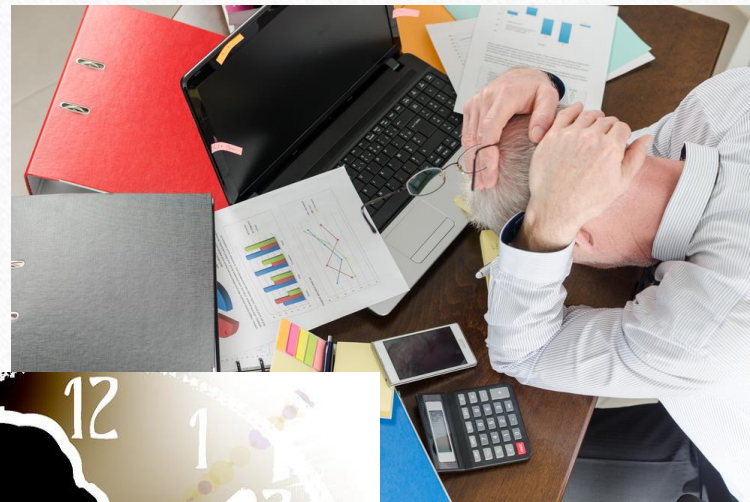
---

- Unsere ständige Belastungen im Alltag, die ständige Zeitnot, der Leistungsdruck, finanzieller Druck, das oft minderwertige Nahrungsangebot, kaum Zeit für körperliche Aktivität machen uns zu schaffen.
- All dies schadet auf Dauer unserer ursprünglichen guten körperlichen Gesundheit

# Lebensumstände



Was ist passiert?





# Was der Philosoph Aristoteles 350 v. Chr. dazu sagte:

---

- „Das Ziel des Weisen ist nicht Glück zu erlangen, sondern Unglück zu vermeiden.“
- Ähnlich sollten wir unser tägliches Handeln überdenken

# Was der Philosoph Aristoteles 350 v. Chr. dazu sagte:

---

- Passivität und das Warten auf Krankheit ist der falsche Weg
- Überbeanspruchungen zermürben Sie auf Dauer
- Schlechte Angewohnheiten sind wie ein Korsett und schnüren ein

# Werden Sie aktiv, gehen Sie den umgekehrten Weg

---

- Entfernen Sie all die Dinge die Ihrer Gesundheit schaden
- Vermindern Sie Ihre persönlichen Risikofaktoren
- Nehmen Sie hochwertige Nahrung zu sich

# Werden Sie aktiv, gehen Sie den umgekehrten Weg

---

- Achten Sie auf Ihren Mineralstoff- und Vitaminhaushalt
- Seien Sie so oft es geht körperlich aktiv
- Schlafen Sie ausreichend

# Werden Sie aktiv, gehen Sie den umgekehrten Weg

---

- Richten Sie Ihr Leben auf die Gesundheit aus
- Beugen Sie Erkrankungen durch ein aktives Leben vor
- Selbstbestimmtheit und Lebensqualität machen unser Leben aus! Dafür müssen wir etwas tun!

# Werden Sie aktiv, gehen Sie den umgekehrten Weg

---

- Egal ob jung oder alt, es lohnt sich immer
- Nutzen Sie unsere professionelle Erfahrungen
- Wir helfen Ihnen gerne dabei!

**Jeder Tag ist ein guter Tag für  
Veränderungen**

---



# Ihre Gemeinschaftspraxis Dres. Simon

---

