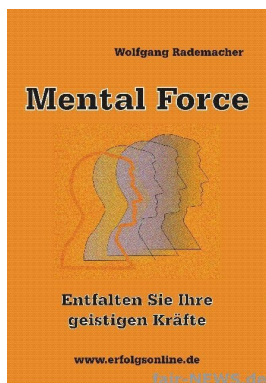


Mental Force ist eine der besten Methode, um bis ins hohe Alter geistig fit zu bleiben

Pressemitteilung von: **Verlag Rademacher**

Datum: **24.03.2009 – 15:01 Uhr**

Rubrik: **Wissenschaft**



(fair-NEWS) – Es ist im Grunde genommen ganz einfach, bis ins hohe Alter geistig fit zu bleiben. Eine der besten Methode ist, das Gehirn ständig für Veränderungen aufnahmebereit zu halten. Das Buch *Mental Force* setzt genau hier an und hilft dabei. Der Autor Wolfgang Rademacher hat dabei seine Erfahrung zu Grunde gelegt, dass sich das Gehirn wie ein Muskel trainieren lässt. Der große Vorteil für den Leser: Wenn er die Techniken aus diesem Buch anwendet, wird er immer und überall in der Lage sein, jede noch so anspruchsvolle Herausforderung mit Gelassenheit und Souveränität in den Griff zu bekommen.

Selm. – Wolfgang Rademacher steht in der Blüte seines Lebens. Doch schon in ganz jungen Jahren hat er die wertvollen, umfangreichen Erfahrungen älterer Menschen in sich aufgesogen. Menschen, die die 70, 80 oder 90 schon überschritten hatten. Das waren keine Rentner, erklärt sich der Autor die Tatsache, dass diese höheren Semester so erstaunlich geistig fit geblieben sind. Vielmehr waren es durchweg aktiv gebliebene Freiberufler, Unternehmer, Selbstständige und Handwerker.

In seinen Gesprächen mit diesen Senioren fiel Wolfgang Rademacher eine Gemeinsamkeit auf: Diese Leute hätten es sich zwar auf ihrem guten finanziellen Polster bequem machen können, taten aber genau das Gegenteil: Nach dem Motto *Ruhestand? Nein, danke!* blieben sie schlichtweg aktiv und gerade deshalb bis zum letzten Atemzug geistig fit. In den geistigen Oberstübchen dieser agilen Alten haben sich Alzheimer und Demenz so gut wie nie ausbreiten können.

Ganz anders sieht es bei den klassischen Ruheständlern aus, betont der *Mental-Force*-Autor. Wer seinen Körper bereitwillig aufs Altenteil schiebt, darf sich nicht wundern, dass sich auch der Geist flugs zur Ruhe setzt und das schon vom ersten Tag der Rente an. Überspitzt gesagt: Schon im kleinsten Rentenanspruch ist ein perfekter Nährboden für Alzheimer und Demenz. Diese als Alterskrankheiten verschrieenen Plagen sind bei den „typischen“ Rentnern an der Tagesordnung, und zwar nicht ohne Grund.

Wissenschaftler empfehlen viele Methoden, die das Gehirn jung und fit halten. Ein Punkt taucht

dabei immer wieder auf dem Forderungskatalog auf: Trainingsprogramme für den Geist. In der heutigen Zeit ist es so, dass immer mehr Menschen auch in jungen Jahren immer geistig auf der Höhe sein wollen und müssen – einfach aufgrund beruflicher Anforderungen. Und die meisten Stress–gehetzten Berufstätigen haben für umfangreiches Gehirn–Jogging einfach nicht die Zeit oder einfach keine Lust. Selbst im arbeitsfreien Rentenalter nicht.

Um die geistige Spannkraft besser zu erhalten, hat der Bestsellerautor Wolfgang Rademacher in seinem Buch *Mental Force* (geistige Macht) einfache Tipps und Tricks beschrieben. All diese Kniffe können sofort angewendet werden. Wichtigstes Ziel ist, größere geistige Beweglichkeit zu erlangen und sie im Alltag sofort einzusetzen. Das kann jeder, wie das Buch eindrucksvoll belegt: Keine großen Trainingsprogramme sind nötig, keine außergewöhnlichen geistigen Kraftakte müssen vollbracht werden. Stattdessen muss dieses Wissen einfach nur an jeder Ecke eingesetzt werden. Positiver Nebeneffekt der 243–seitigen Trainingsanleitung ist, dass sich allein schon durch die Anwendung dieser einfach beschriebenen Techniken geistige Fähigkeiten ganz anders und besser gebrauchen und einsetzen lassen.

Mental Force – und jeder Anwender wird bis ins hohe Alter geistig fit bleiben!

Meine Leser können sich auf mehr geistige Flexibilität freuen und haben dadurch bedeutend weniger Stress, verspricht der Autor. Mit dem Spezialwissen aus ‚*Mental Force*‘ treten alle geistigen verborgenen Stärken voll zu Tage. Endlich kann jeder Mensch bis ins hohe Alter geistig fit bleiben und die gesamte Bandbreite seiner verborgenen Talente und Qualitäten entdecken und für sich nutzen. Auf ganz einfache Art und Weise.

Ein gutes Gedächtnis und mentale Fitness wirken sehr motivierend. Deshalb steigert *Mental Force* auch Selbstvertrauen und Elan für die Herausforderungen des täglichen Lebens – egal in welcher Lebenslage.

Nutzen Sie Ihre geistigen Kräfte so effizient, wie ich meine nutze! , fordert Wolfgang Rademacher seine Leser auf. Sie werden begeistert sein von dem, was Sie auf einmal alles erreichen können. Und das ohne großen Kraftaufwand. Kurzum: Sie werden sich ab sofort von keinem Selbstzweifel mehr ausbremsen lassen!

Das Buch/Programm ist bei Amazon oder im Buchhandel erhältlich oder unter <http://erfolgsonline.de/mental-force.php>

V.i.S.d.P. und Ihr Ansprechpartner:
Wolfgang Rademacher
Eichendorffstraße 27
59379 Selm
Tel.: (0 25 92) 98 18 87
E-Mail: an@erfolgsonline.de

Boiler Plate

Wolfgang Rademacher schreibt Bücher, die jedem Leser die Augen öffnen. Bücher, die motivieren und anspornen. Bücher, die spezielles Insiderwissen liefern. Damit kann sich Jedermann durch eigenes Handeln selbst aus jeder Zwangslage befreien – und sei die jetzige Situation noch so schwer. Mit diesem Wissen wird der Leser persönliche, berufliche, finanzielle oder geschäftliche Situation meisterhaft beherrschen und damit zu mehr Lebensqualität finden. Weitere Informationen zum Autor und seinen Büchern finden Sie auf www.wolfgangrademacher.de

Keywords

Alt, Alzheimer, Demenz, Fit, Force, Freiberufler, Gehirn–Jogging, Gehirn–Training, Geistig fit, Geistige Fitness, Herausforderung bewältigen, Herausforderung meistern, Mental, Mental Force, Mentale Fitness, Rademacher, Rente, Rentner, Ruhestand, Ruheständler, Selbständiger, Selbstständiger, Unternehmer, Wolfgang Rademacher

• **Kontakt**

Verlag Rademacher
Eichendorffstr. 27
59379 Selm
Deutschland
Telefon: 02592981887

• **Pressekontakt**

V.i.S.d.P. und Ihr Ansprechpartner:
Wolfgang Rademacher
Eichendorffstraße 27
59379 Selm
Tel.: (0 25 92) 98 18 87
E-Mail: presse@erfolgsonline.de

Der **Link** zu dieser Meldung: <http://24pr.de/u/t9af>