

# Dr. Hobert: Die Kraft zur Heilung zurückholen | 7500 Jahre alte Medizin

<https://www.youtube.com/watch?v=CXctnRAt6R8>

In diesem Video spricht Dr. Hobert über die Herausforderungen der modernen Gesellschaft, insbesondere in Bezug auf Stress, Resilienz und die Suche nach Sinn im Leben. Er betont die Wichtigkeit, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und die eigene innere Stärke zu finden, um mit den Krisen der heutigen Zeit besser umgehen zu können.

## Stichpunkte:

- 50% der Menschen in Deutschland sind mit ihrem Job unzufrieden.
- Resilienz ist entscheidend für den Umgang mit Stress und Krisen.
- Die Gesellschaft hat an Widerstandskraft verloren und ist oft in der Komfortzone gefangen.
- Dr. Hobert plädiert für eine Rückbesinnung auf innere Werte und Selbstfindung.
- Meditation und Achtsamkeit sind wichtige Werkzeuge zur Stärkung der inneren Stabilität.

**Quelle:** Simo

**Einstelldatum:** 2025-03-16

---

Revision #1

Created 14 May 2026 12:37:16 by Admin

Updated 14 May 2026 12:37:16 by Admin