Dienstag, 06. Dezember 2022, 15:00 Uhr
~3 Minuten Lesezeit

Die Panazee liegt in uns

Im Rubikon-Mutmachgespräch erläutert die Medizinerin Maria Hubmer-Mogg, wie wir die Hygiene-Psychose der letzten Jahre überwinden können, indem wir bewusst leben und unsere Liebesfähigkeit reaktivieren.

von Friederike de Bruin, Die Videoredaktion
Foto: ronstik/Shutterstock.com

Die letzten drei Jahre waren eine dichte Abfolge von

beispiellosen Stresstests. Masken- und Hygienezwang allerorts. Die Pflicht zur Injektion einer hochgradig gefährlichen, genverändernden mRNA-Substanz blieb uns nur knapp erspart. Nun werden selbst in Deutschland die Restriktionen zurückgefahren, doch beim Gesundheitszustand vieler Menschen bleiben schwere Schäden — die „Maßnahmen" hinterlassen verbrannte Erde. Nerven liegen blank, Kraftreserven sind aufgebraucht, und bei vielen haben die mRNA-Spritzen desaströse Schäden im Körper angerichtet. Trotz dieser niederschmetternden Ausgangslage sieht die österreichische Medizinerin und Resilienz-Coachin Dr. Maria Hubmer-Mogg Wege aus dem dunklen Tal dieser Gesundheitskrise und des Medizinverbrechens, hinein in eine lebenswerte und lebendige Zukunft.

„Es braucht die Mut-Macher, es braucht die Samen-Säer, es braucht *die Fakten-Bringer,*

es braucht die darüber-Berichter, es braucht die Filme-Macher, es braucht die mit Musik-Berührer, es braucht die mit Kunst-Inspirierer, es braucht die Hilfe-Steller, es braucht die Heil-Kundigen, es braucht die Rechts-Gelehrten, es braucht die was-Beibringer, es braucht die Davids-gegen-Goliath, es braucht Resilienz und vor allem braucht es die LIEBE!" (Maria Hubmer-Mogg).

Je tiefer wir in unserer inneren Kraft verwurzelt sind, umso flexibler und damit widerstandsfähiger können wir den Stürmen im Außen trotzen. Dr. Maria Hubmer-Mogg führt im neuen Rubikon-Mutmachgespräch wesentliche Bestandteile auf, die für eine solche Verwurzelung elementar sind. Dabei legt sie besonderes Augenmerk

auf zwei Bereiche:

- Die Ernährung: „Du bist, was du isst“, ist mehr als nur ein Kalenderspruch, sondern birgt eine Wahrheit, die in der heutigen Ernährungsweise oft viel zu kurz kommt. Die Qualität unserer Lebensmittel entscheidet maßgeblich über unsere Fähigkeit, Eindrücke zu verarbeiten und innerlich beweglich auf die Anforderungen unseres Alltags zu reagieren. Dr. Maria Hubmer-Mogg weist auf die Schädlichkeit von Chemikalien auf und in unserer Nahrung hin und ermutigt dazu, die Ernährung zur Priorität zu machen und sich auch im Sinne einer Resilienz-fördernden Sinnlichkeit mit dem Anbau der eigenen Nahrung zu befassen.
- Die innere mentale Stärke: Bekanntermaßen wachsen Wälder in der Stille und so können wir ebenfalls aus der Stille Kraft schöpfen. Unser Nervensystem braucht immer wieder die Gelegenheit, aus dem Anspannungsmodus (Sympathikus) in den Ruhemodus (Parasympathikus) zu wechseln. Meditationstechniken und Achtsamkeitspraxis sind hierzu sehr hilfreich. Erwiesenermaßen werden im Ruhezustand innere Heilungsprozesse angestoßen, die uns dazu befähigen, äußere Herausforderungen und auch Krisen leichter zu bewältigen.

Darüber hinaus geht Hubmer-Mogg im Mutmach Gespräch mit Friederike de Bruin der Frage nach, ob Mediziner auch nach Weihnachten über Liebe sprechen sollten. Sie führt aus, warum **Humor** (https://odysee.com/@AwakenWithJP:9/why-you-need-a-second-life-jacket!:f) uns nicht nur das Leben versüßt, sondern auch zur Vermittlung von schwierigen Informationen ein nicht zu unterschätzendes Mittel ist und lädt ein, sich an einer **Weihnachts.Deklaration** (https://www.christmas-declaration.org) zu beteiligen, die im Rahmen der Kulturveranstaltungsreihe „Resilience on Tour“ mit internationalen Gästen wie Dr. Ryan Cole und Dr. Robert Malone im Dezember öffentlich verlesen werden soll.

Weitere Informationen sind in den Quellen und Anmerkungen am Ende dieses Artikels verlinkt.

Video (https://odysee.com/$/embed/@RubikonMagazin:d/die-Panazee-liegt-in-uns:c?r=8e18FGc9PXqTwxYzo7tXBFBCgnMK4Niz)

> ***Friederike de Bruin im Gespräch mit Maria Hubmer-Mogg*** *(https://odysee.com/@RubikonMagazin:d/die-Panazee-liegt-in-uns:c?r=8e18FGc9PXqTwxYzo7tXBFBCgnMK4Niz)*

Quellen und Anmerkungen:

Informationen zur Weihnachtsdeklaration:
https://www.christmas-declaration.org (https://www.christmas-declaration.org)
Beiträge einsenden an: **christmas-declaration@protonmail.com**

Aktuelle Informationen und Tourplan zur „Resilience on Tour“:
https://t.me/MAHUMO21/2934
(https://t.me/MAHUMO21/2934)

Verein für Kindergesundheit: **www.wirzeigenunsergesicht.org** (http://www.wirzeigenunsergesicht.org)

https://icandecide.org/ (https://icandecide.org/)

https://thehighwire.com/ (https://thehighwire.com/)

Dieser Artikel erschien bereits auf www.rubikon.news.

Friederike de Bruin, Jahrgang 1982, hat viele Jahre reisend im Ausland sowie in verschiedenen Gemeinschaften gelebt. Sie arbeitete im Kulturbereich, in der Bestattung sowie als Doula. Sie ist Coach für Trauma- und Stressbewältigung, Prozessbegleiterin, Künstlerin und Menschenrechtsaktivistin und setzt sich mit ganzem Herzen für eine lebensfreundliche, menschliche Zukunft ein. Zuletzt erschien von ihr „Menschlichkeit von Anfang bis Ende“ in „**Die Zukunft beginnt heute** (https://www.oval.media/product/die-zukunft-beginnt-heute/)“.

Bewegtes Bild „bewegt“, besonders dann, wenn die Persönlichkeiten, denen wir ein Forum geben, mit ihrem Wissen, ihrem Verstand aber besonders auch mit ihrer Menschlichkeit für eine bessere Welt agieren. Menschen, die in den Mainstream-Medien kaum oder gar kein Gehör mehr finden, weil sie Wahrheiten aussprechen, die dem neoliberalen Kapitalismus ein Dorn im Auge sind, Menschen, die mutig ihren Weg gehen und unserer Gesellschaft dabei helfen, durch einen Perspektivwechsel das eigene Leben zu verbessern.

Dieses Werk ist unter einer **Creative Commons-Lizenz** (**Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International** (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de)) lizenziert.

Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie es verbreiten und vervielfältigen.