

# Science & Society

**Prof. Dr. Tobias Esch**

Inst. für Integrative Gesundheitsversorgung  
und Gesundheitsförderung,  
Universität Witten/Herdecke

Vortrag:

*„Mehr Nichts! Die Neurobiologie des Glücks –  
und warum wir weniger vom Mehr brauchen“*

**Donnerstag, 07. Oktober 2021**

16:00 Uhr, Online-Veranstaltung



gefördert durch:



## **Mehr Nichts! Die Neurobiologie des Glücks – und warum wir weniger vom Mehr brauchen**

---

Wir befinden uns in einer Welt der Fülle, einer Welt voller exponentiellem Wachstum, von Verdichtung und Konsum. All dies jedoch findet vor allem im Außen statt.

Durch eine konsequente Hinwendung nach innen, zum Archäus, auch dem inneren Arzt, finden wir ein Potenzial für inneres Wachstum, für Glück und Zufriedenheit in uns selbst – sowie für eine Gesundheit, die sich emanzipiert und uns letztlich frei sein lässt.

Gerade die älteren Menschen bzw. das dritte Lebensalter scheinen für diesen Prozess der Hinwendung – oder Selbstwerdung – prädestiniert: Zufriedenheit und „Eudaimonie“ winken als Lohn für gelebtes Leben.

Tobias Esch wird einen fachlichen Bogen um die genannten Aspekte spannen und sowohl neurowissenschaftliche wie auch gesundheits- und geisteswissenschaftliche Inhalte ansprechen.