

Spiritualität im Alltag-
Wie können wir uns in
seelisch belasteten Zeiten
unterstützen?

Vortrag und Gespräch
Mit Wanda Dammann

Leitung: Wanda Dammann
Referentin für seelische
Gesundheit, Autorin,
Meditationslehrerin i.A.
Wann: 11. September 2019,
18.00–19.30 Uhr
Wo: WIESE e.V., Großer Saal



Essen, August 2019

Liebe Selbsthilfegruppenmitglieder,

in seelisch belastenden Zeiten gelangen wir oftmals an unsere Grenzen. Wir öffnen dann unseren Horizont für Ideen und Möglichkeiten und sind bereit, neue Erfahrungen zu machen. Was tut uns gut und stärkt uns? Was schenkt uns ein Gefühl des Friedens und der Ruhe? Wie wird ein Gefühl der Liebe im Inneren wieder fühlbar? Welche Rolle spielt dabei Spiritualität und was ist damit gemeint?

Spiritualität im eigentlichen Sinn meint die Hinwendung zur Liebe im eigenen Inneren sowie das Führen des Lebens in einem Bewusstsein der Liebe – für Mensch und Natur. Ein spiritueller Weg ist immer individuell. Jeder ist daher dazu aufgerufen, seinen ganz persönlichen Weg zu finden und zu gehen. An diesem Abend möchten wir Ihnen verschiedene Möglichkeiten vorstellen. Praktische Übungen können den Abend ergänzen.

*Wir bitten um Anmeldung per Mail oder Telefon bis spätestens **5. September 2019** bei WIESE e.V., die Teilnehmerzahl ist begrenzt.*

Wir freuen uns auf Sie!

Herzliche Grüße



Michaela Weber-Freitag