

## LIVSSTEGEN - personlig och andlig utveckling

I Livsstegen reflekterar vi över 12 existentiella teman som vi applicerar på var vi befinner oss just nu, var vi kommer ifrån och vart vi är på väg.

Vi lyssnar på varandra utan att störa, kommentera eller ge goda råd. Vi formulerar oss utan att få följdfrågor eller ifrågasättas. Vi sitter där tillsammans utan att fixa, rätta till, rycka upp eller dämpa varandra eller oss själva. Vi skrattar och gråter. Vi förfäras och förundras. Vi svär och vi talar i lågmäld vördnad. Vi sitter där tillsammans. Och Varje vecka berättar en av oss sin egen livsberättelse på sitt eget sätt. Och allt det som sägs stannar där mellan oss.

Varmt välkommen med!

Start 8 oktober. 13 tillfällen sammanlagt.

Måndagar kl.: 19.00-20.30 i Mariagården (Saltvik församlingshem).

Kursen är avgiftsfri (subventionerad av Saltvik församling) vi utgår från Olle Carlssons bok Livsstegen 12 steg till inre hälsa som går att beställa på Adlibris.com för ca 20€, eller lånas från Mariehamns bibliotek som bok eller e-bok.

OBS! Ta med eget sittunderlag och kudde att sitta på.

Jag som håller kursen heter Christian Andersson. Om du vill veta mera om mig se

[www.christiansterapi.com](http://www.christiansterapi.com)

Välkommen att boka in dig! Kontakta mig, tel. 0457 526 7174 eller [christiansterapi@gmail.com](mailto:christiansterapi@gmail.com).