



Spiritualität und "VersperKirche"

Ubuntu Vitamin
"Wir sind, weil sie sind,,

Leita Ngoy
(Dr. Theol.)

Begrüßung:

Leita Ngoy, urhsprunglich
aus der Demokratik
Republic Kongo

Geboren und gearbeitet in
Tansania

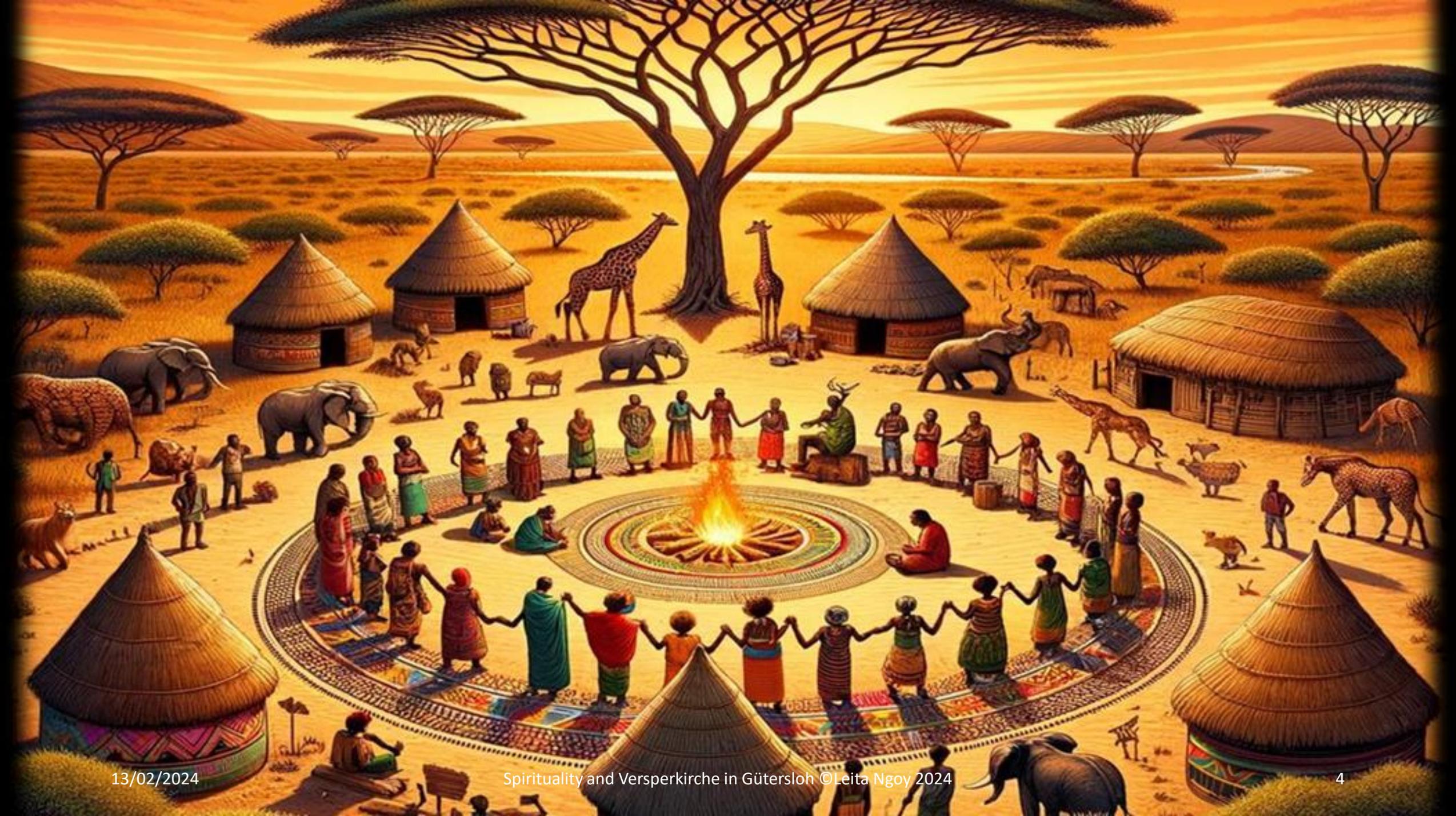
In Deustchland, promoviert
in Bochum, wohnt und
Arbeitet in Gütersloh als
Pfarrin in Probedienst



**Was ist
Ubuntu?**



**„Ich bin, weil wir
sind “**



Was ist
Spiritualität?



Welche Worte, Gedanken oder
Symbole kommen dir in den
Sinn, wenn du an Spiritualität
denkst?





Spiritualität kann für verschiedene Menschen unterschiedliche Dinge bedeuten.

Für viele bedeutet es eine "Das Gefühl der Verbundenheit mit etwas, das größer ist als wir selbst, zum Beispiel, Gott, und die Suche nach dem Sinn des Lebens."

- Um Spiritualität zu verstehen, solltest du dir oft große Fragen über den Sinn des Lebens stellen.
- Fragen wie:
- Bin ich ein guter Mensch?
- Was ist der Sinn meines Leidens?
- Was ist meine Verbindung zur Welt?
- Was ist meine Verbindung zu anderen Menschen?
- Was ist meine Verbindung zu Gott?
- Wie kann ich mein Leben bestmöglich leben?



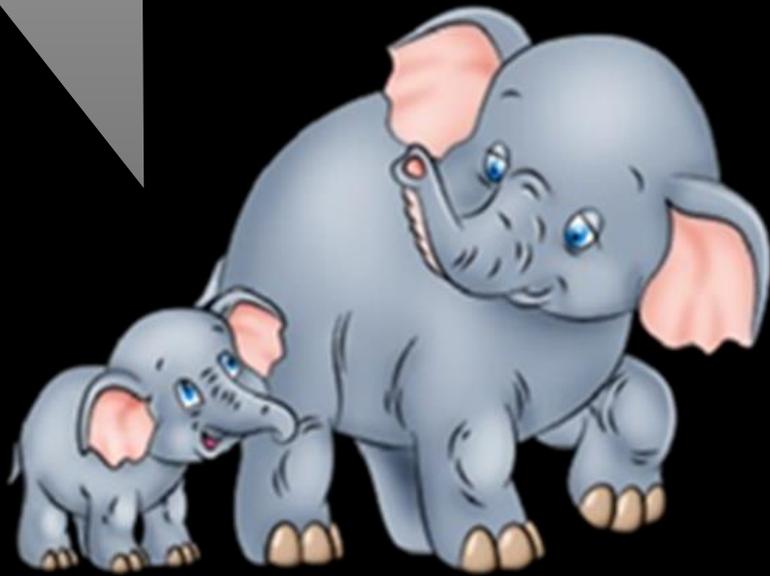
Jemand, der eine gesunde Spiritualität entwickelt hat:

- 1. Erkennt, dass er oder sie einen Sinn im Leben hast
- 2. Entwickelt eine Reihe von Werten, wie Liebe, Freude, Vergebung, positive Stimmung,...
- 3. Baut eine aktive Beziehung
 - zu andere
 - mit sich selbst
 - zu einer höheren Macht (Gott)



- fördert den Frieden
- findet Zeit für Anbetung, Gebet oder Meditation
- Verstehe, wie wichtig Vergebung ist
- Gott dankbar in guten wie in schlechten Zeiten

Wie kann ich meine
Spiritualität
verbessern?



- Entschleunigen Sie und nehmen Sie sich Zeit zum Nachdenken, denn alles hat seine eigene Zeit.
- Sei offen für neue Ideen und spirituelle Erfahrungen.
- Lerne aus deinem Leiden, aus deinen Fehlern.
- Nutzen Sie Gelegenheiten, Ihre spirituelle Seite zu entdecken, z.B. gehen sie zur Vesperkirche!

Na los ! Gehen wir
zur Vesperkirche
Gütersloh!
Mutter!

