



22.06.2024 • 18:00 + 20:00 • Linz

## Doppelvortrag Dr. Ruediger Dahlke - Heilsame Tugenden + Gesundheit 2.0

Referent: Dr. Ruediger Dahlke  
Arzt, Autor, Ausbildungs- und Seminarleiter  
[www.dahlke.at](http://www.dahlke.at)

Krankheit als Symbol – wohl eines der bekanntesten Veröffentlichungen von Dr. med. Ruediger Dahlke. Er ist seit 40 Jahren als Arzt, Psychotherapeut und deutscher Autor tätig und hat mit seiner Methodik, Krankheit und Symptome als Sprache tiefer liegender Gründe zu begreifen, das Leben vieler Menschen verändert.

### Vortrag 1 : Heilsame Tugenden

Ruediger Dahlke zeigt, wie man durch die Rückbesinnung auf zwölf Tugenden wie beispielsweise Fleiß, Tapferkeit, Weisheit, Besonnenheit, Gerechtigkeit, Glaube, Liebe oder Hoffnung zu einem heilsamen und gesünderen Leben findet. Die Besinnung auf alte und neue Werte schließt gesellschaftliche Gräben und ermöglicht dort Versöhnung, wo bisher Sprachlosigkeit und Konflikt vorherrschten. In zwölf philosophischen Schritten erläutert Ruediger Dahlke, wie ein tugendhaftes Leben die Organe und so die Entwicklung von Körper und Seele positiv beeinflusst.

### Vortrag 2 : Gesundheit 2.0

Gesundheit ist nicht einfach nur Abwesenheit von Krankheit, sondern Wohlergehen für den ganzen Menschen: körperlich, geistig, seelisch. Unerlässlich für unser körperliches Wohl sind gesunde Ernährung, genügend Bewegung sowie ausgewogene Belastung und Regeneration. Das Zünglein an der Waage aber ist unsere Psyche. Sie bietet zusätzlichen Immunschutz gegen Stress und andere typische Erkrankungsrisiken der modernen Lebenswelt. Wie Heilung auf allen Ebenen geschieht und die Gesundheit stabil bleibt, erfahren wir in diesem Vortrag.

**Wann: Samstag, 22. Juni 2024, 18:00 bzw. 20:00 Uhr**  
**Wo: Neues Rathaus Linz, Hauptstraße 1-5, 4040 Linz**

Weitere Details und Anmeldung unter  
[https://www.mitsinn.org/event/2024-06-22\\_doppelvortrag-dr-dahlke-linz/](https://www.mitsinn.org/event/2024-06-22_doppelvortrag-dr-dahlke-linz/)  
Doppelvortrag: Frühbucher €33,- (bis 31.12.2023) // Vorverkauf €35,- // Abendkassa €39,-  
Einzelvortrag: € 22,-

Hinweis: Tagesseminar am 23. Juni 2024

-----  
Weitere Termine [www.mitsinn.org/termine](http://www.mitsinn.org/termine)  
-----



23.06.2024 • 09.00 Uhr • Linz

## Glücklich mit mir selbst - Tagesseminar Dr. Ruediger Dahlke

Alleinsein als Quelle von innerer Kraft und Kreativität

Referent: Dr. Ruediger Dahlke  
Arzt, Autor, Ausbildungs- und Seminarleiter  
[www.dahlke.at](http://www.dahlke.at)

“Glücklich mit mir selbst zu sein, ist die Grundlage meines gesamten Glücks. Wenn ich glücklich mit mir selbst bin, kann ich es auch mit anderen sein und sie selbst glücklich machen.” Ruediger Dahlke

Alles Wesentliche beginnt bei uns selbst – vor allem unser Glück! Nicht äußere Schätze machen uns glücklich, denn unser größter Schatz erwartet uns im eigenen Inneren. Wie können wir ihn heben? Die ebenso überraschende wie einleuchtende Antwort ist: durch bewusstes Alleinsein. Einsamkeit ist unfreiwillig, man fällt ihr zum Opfer. Bewusstes Alleinsein dagegen ist gewollt und ein Geschenk an uns selbst. Ein Geschenk, für das wir in unserer heutigen Welt dankbar sein dürfen.

In diesem Seminar zeigt Dr. Rüdiger Dahlke Möglichkeiten auf, wie wir den Weg zu uns selbst beschreiten können, statt uns von äußeren Einflüssen ablenken zu lassen, die uns Kraft rauben und der Entfaltung unserer Kreativität entgegenstehen. Wir erfahren, warum eine gesunde Selbstliebe für ein gelingendes Leben unabdingbar ist – für Menschen in Partnerschaft genauso wie für Singles – und wie bewusstes Alleinsein das große Glück der Allverbundenheit hervorbringen kann. Wie können wir unserem Glück entgegengehen, statt es zu suchen – Tag für Tag, dank einer neuen Einsicht in die Spielregeln des Lebens.

„Meine Medizin“ ist eine psychosomatische, die Seele und Körper in dieser Reihenfolge umfasst, und eine ganzheitliche mit komplementärem Schwerpunkt, also eine ergänzende. Ich möchte den ganzen Menschen sehen – innerhalb der Polarität seiner Schattenaspekte und Tugenden. Im Ansatz der „Integralen Medizin“ finden sich beide Aspekte. Sie umfasst Kultur und Natur, von den Mythen und Märchen bis zu den Heilmitteln von Mutter Natur.

Ziel ist ein erfülltes Leben in Wachstum und Entwicklung, in dem wir unsere Begabungen entdecken und darin die Gaben, die wir gern geben zur Entfaltung unseres vollen Potentials und zum Segen des Ganzen.“

**Wann: Sonntag, 23. Juni 2024, 09:00 – 16:30 Uhr**  
**Wo: Neues Rathaus Linz, Hauptstraße 1-5, 4040 Linz**

Weitere Details und Anmeldung unter  
[https://www.mitsinn.org/event/2024-06-23\\_gluecklich-mit-mir-selbst/](https://www.mitsinn.org/event/2024-06-23_gluecklich-mit-mir-selbst/)  
Seminargebühr: €164,- | Frühbucher €156,- (bis 31.12.2023)

Hinweis: Doppelvortrag am 22. Juni 2024

-----  
Weitere Termine [www.mitsinn.org/termine](http://www.mitsinn.org/termine)  
-----