

Wüstentage 2019/2020



Ein Tag der Stille & Meditation in Bern

Sich einen Tag in die Stille zurückziehen und erahnen, wie wunderbar weit die eigene Welt ist. Körper und Atem wahrnehmen. Sich sammeln und auf Gott ausrichten.

Dies wird jeden ersten Samstag im Monat von einem ökumenischen Team in Bern angeboten. Der Tag ist geprägt vom gemeinsamen Meditieren, das Freiraum bietet, die je eigene Art des Meditierens zu entdecken. Umrahmt und unterbrochen wird das Meditieren von einem spirituellen Impuls, von Körperübungen oder meditativem Tanz. Es gibt auch die Möglichkeit, die Erfahrungen malend oder schreibend zu vertiefen.

Eingeladen sind alle, die christliche Meditation und ignatianische Spiritualität kennenlernen oder vertiefen möchten. Es gibt keine weiteren Voraussetzungen. Sie sind ohne Anmeldung herzlich willkommen!

Die Wüstentage bieten sich auch allen Frauen und Männern an, die bereits einmal Exerziten – auch Exerziten im Alltag – gemacht haben: An den Wüstentagen können die Führten weiterverfolgt werden, welche Sie damals entdeckt haben.

Wann: Grundsätzlich am ersten Samstag im Monat, jeweils von 10-17 Uhr

nächste Termine: 7. September, 2. November, 7. Dezember 2019
4. Januar und 1. Februar 2020

Wo: aki, Kath. Hochschuleseelsorge, Alpeneggstr. 5., 3012 Bern
(gleich beim Bahnhof, hinter der Grossen Schanze)

Mitbringen: Schreibzeug, bequeme Kleidung, Mittagspicknick
(Kaffee und Tee sind vorhanden)

Anmeldung: Ist nicht erforderlich

Leitung: Ein ökumenisches Team von zehn Leuten

Koordination: Meret Reichenau Tel: 031 371 02 42 (abends)
Mail: meret.reichenau@bluewin.ch

unterstützt von: Katholische Kirche Region Bern, Fachstelle Kirche im Dialog