



Katholische Kirche Region Bern
Pfarrei Guthirt • Ostermundigen, Stettlen, Ittigen, Bolligen

MEDITATION

Sitzen in der Stille



Donnerstags - einmal im Monat
19.30 – 21.00 Uhr
Ostermundigen

Sitzen in Stille

Die Meditationsgruppe in Ostermundigen lädt alle Menschen, die in der Stille vor Gott verweilen möchten, zum gemeinsamen Sitzen in der Kirche Guthirt ein.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Meditationsbänkli und Stühle sind vorhanden.

Wir bereiten uns mit leichten Körperübungen auf das Sitzen vor, dann hören wir einen geistlichen Text, den wir in der Stille meditieren.

Wir nehmen uns Zeit von 19.30 bis 21.00 Uhr.

Daten 2023:

19. Januar

16. Februar

16. März

13. April

Mai fällt aus

15. Juni

17. August

21. September

19. Oktober

16. November

21. Dezember

Ansprechperson:

Rosmarie Itef, Blankweg 9, Ostermundigen

031 931 27 07

Katholische Kirche Guthirt

Obere Zollgasse 31

3072 Ostermundigen

www.kathbern.ch/guthirt