

HERZENSGEBET UND MEDITATIVER TANZ

SICH GRÜNDEIN IN DER MITTE DES EIGENEN HERZENS UND AUS DER INNEREN QUELLE SCHÖPFEN



Kontemplation ist ja nichts anderes als sich öffnen für das geheime, friedliche und liebende Einströmen Gottes, so dass er die Menschen im Geist der Liebe entflammt.

Johannes von Kreuz

WANN

jeweils am Mittwoch von 19.30–20.50 Uhr
(ausgenommen in den Schulferien)

ORT

Katholisches Pfarreizentrum St. Josef,
Stapfenstr. 25, 3098 Köniz

DAS HERZENSGEBET

ist eine Form der kontemplativen Meditation. Dabei führt ein persönliches Herzenswort – das im stillen Sitzen unaufhörlich wiederholt wird – in die Tiefe des eigenen Herzens, auf dessen Grund die göttliche Quelle fließt.

MEDITATIVER TANZ

Unter Anleitung bewegen wir uns mit einfachen, ruhigen Tanzschritten oder Gebärden zu Musik, meistens im Kreis um eine Mitte – um so zur eigenen Mitte zu finden. Durch die ganzheitlich erlebbare Verinnerlichung wird der Tanz zum Gebet.

VERLAUF DES ABENDS

Meditativer Tanz, Leibarbeit und Gebetsgebärde gehen im wöchentlichen Wechsel der kontemplativen Meditation voraus. Dieses Sitzen in der Stille dauert 2 x 20 Minuten, unterbrochen von 5 Minuten Gehen. Zum Sitzen stehen Kissen, Schemel, Hocker und Stühle zur Verfügung.

WILLKOMMEN

sind alle, die sich angesprochen fühlen (auch Menschen, die bereits eine andere Form der Meditation praktizieren). Tanzerfahrung ist nicht erforderlich. Das Angebot ist ökumenisch. Beim ersten Kommen ist ein kurzes Gespräch mit der Leitung vorgesehen, ca. 20 Minuten vor Beginn.

KONTAKT UND LEITUNG

Veronika Wyss, Meditationslehrerin Via Cordis

Tel. 031 311 01 03

E-Mail: veronika_wyss@bluewin.ch

Meditativer Tanz:

Rosemarie Blättler, Tanzleiterin



«himmlisch geerdet. body, mind & soul» steigt vertieft ein in den interkulturellen und interreligiösen Dialog und überrascht mit neuen spirituellen Angeboten in Form von Kursen, Workshops, Seminaren, Referaten und vielem mehr. Alle Informationen finden Sie unter: www.himmlisch-geerdet.ch oder indem Sie diesen QR-Code scannen.



Katholische Kirche Region Bern
Pfarrei St. Josef Köniz