



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

MEDITATION

Unterwegs zur Mitte

**Donnerstags
19.30 Uhr
Ittigen**

Foto: unsplash



Meditation auf biblischer Grundlage

Wir haben die Meditation als einen wichtigen Teil unseres spirituellen Lebens entdeckt und pflegen sie in einer ökumenischen Gruppe.

Im Meditationsraum der Kirche Ittigen treffen wir uns jeweils am 2. und 4. Donnerstag im Monat. Ausser im Juli und an den Feiertagen.

In dieser ökumenischen Gruppe wird ein biblischer Text während 20-25 Minuten Stille meditiert. Wir stimmen uns ein mit einer Körperwahrnehmung und/oder einem Lied/Text und schliessen ab mit einem Kurzaustausch und Segensgebet.

Daten 2024:

11. und 25. Januar

8. und 22. Februar

14. März

11. und 25. April

23. Mai

13. und 27. Juni

Wir laden sie gerne ein!

Für weitere Informationen kontaktieren Sie:

Esther Streiff-Béraud, Tel. 031 921 72 11

Martina Tschanz, Tel. 031 921 59 14

Ende Juni schliessen wir unser Angebot in Ittigen nach mehr als 25 Jahren ab. In der Kirche Guthirt, Ostermundigen, wird weiterhin jeden 3. Donnerstag im Monat meditiert.

Ökumenisches Zentrum Ittigen
Meditationsraum
Rain 13
3063 Ittigen
www.kathbern.ch/guthirt



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



EVANGELISCH
REFORMIERTE
KIRCHE
BOLLIGEN