



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 2025:

16. Januar

20. Februar

20. März

15. Mai

19. Juni

21. August

18. September

16. Oktober

20. November

18. Dezember

Ansprechperson:

Rosmarie Itef, Blankweg 9, Ostermundigen, 031 931 27 07

Esther Streiff, Mühlestrasse 21, Ittigen, 031 921 72 11