



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.

Die Gestaltung des Abends übernimmt jeweils ein Gruppenmitglied.

Daten Herbst 2021:

12. und 26. August

9. und 23. September

14. und 28. Oktober

11. und 25. November

9. Und 23. Dezember

Wir laden sie gerne ein!

Für weiter Informationen:

Esther Streiff-Béraud, Tel. 031 921 72 11

Martina Tschanz, Tel. 031 921 59 14

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