

Du schaffst meinen Schritten weiten Raum

Ps 18,37

Ökumenische Exerziten im Alltag

Ein geistlicher Übungsweg auf Ostern hin



Ein Angebot der Kirchen in Bern West

Mittwoch, 8./15./22./29. März / 5. April 2023

jeweils von 19.30 - 21.15 Uhr

Fünf Abende im Reformierten Kirchgemeindehaus Bümpliz

Die Elemente des Kurses

- tägliche Gebets- und Meditationszeit von 20 – 30 Minuten
- Fünf Kursabende mit Impulsen und Anregungen zum jeweiligen Wochenthema
 - Meditationsanleitungen und -übungen
 - Erfahrungsaustausch in der Gruppe
 - Einführung in die Unterlagen für die tägliche Gebets- und Meditationszeit
- Einzelgespräche mit einem Mitglied des Leitungsteams

Kursgeld

Fr. 80.- bis Fr. 120.- (Selbsteinschätzung) oder nach Absprache

Leitung und Begleitgespräche

Karl Graf, Theologe und Exerzitienbegleiter

Ruth Schöni, Exerzitienbegleiterin

Stefan Ramseier, Pfarrer (nur Begleitgespräche)

Unsere Erwartung

Sie sind bereit, sich auf regelmässige Meditation und Gebet im Alltag einzulassen mit Hilfe der Anregungen, die wir Ihnen anbieten.

Sie sind bereit zum Austausch und zur gemeinsamen Meditation in der Gruppe.

Sie sind bereit für ein oder mehrere persönliche Begleitgespräche.

Wir geben Ihnen gern weitere Auskunft:

Stefan Ramseier: stefan.ramseier@refbern.ch, Telefon 031 926 13 37

Karl Graf: karl.graf3@bluewin.ch, Telefon 031 869 05 79

Was sind Exerzitien im Alltag?

- Schweigend da sein und das Hören auf Gott einüben, damit ich seine Gegenwart besser wahrnehmen kann, in der Stille und im Alltag.
- Einführung zum Meditieren mit Leib und Seele und zum Betrachten von Bildern und biblischen Texten.
- Die biblische Botschaft in die eigene Lebenssituation hineinwirken lassen, mich in der Tiefe berühren und wandeln lassen und daraus handeln.

Weitere Infos

Karl Graf, Telefon 031 869 05 79, Mail: karl.graf3@bluewin.ch

Anmeldung

bis am 1. März 2023



Du schaffst meinen Schritten weiten Raum

Ps 18,37

Ich melde mich an für die Exerzitien im Alltag in Bern West
8. März - 5. April 2023

Name und Vorname.....

Adresse.....

PLZ/Ort.....

Telefon/e-mail.....

Datum/Unterschrift.....

«Nicht das Vielwissen sättigt die Seele,
sondern das Verspüren und Verkosten
der Dinge von innen her.»

Ignatius von Loyola (1491-1556)

EVANGELISCH-REFORMIERTE
BERN-BETHLEHEM

KIRCHGEMEINDE

reformierte kirchgemeinde
bümpliz



Evangelisch-
methodistische
Kirche



Katholische Kirche Region Bern
Bern-West
Pfarreien St. Antonius | St. Mauritius



Bitte frankieren

Ev.-ref. Kirchgemeinde Bümpliz
Sekretariat
Bernstrasse 85
Postfach
3018 Bern