



Exerzitionen im Alltag mit Focusing
Do. 11.11.2021, 19:30 – 21:30 Uhr

Exerzitien im Alltag mit Focusing

Auf dem Weg zum Licht – Exerzitien im Advent

Exerzitien im Alltag sind ein persönlicher Übungsweg im Wahrnehmen der Gegenwart Gottes in unserem Leben mittels Stille und Meditation. Sie bietet einen Rahmen ehrlicher Begegnung mit Gott und mit sich selbst. Wir ergänzen die ignatianischen Exerzitien im Alltag mit Focusing, einer Methode, welche die ganzheitliche Körperwahrnehmung mit einbezieht und fördert. Sich auf diesen Weg einlassen bedeutet, sich täglich Zeit zu nehmen für persönliches Beten/Meditieren mit Hilfe der angebotenen Anregungen (etwa 30 Minuten), sich wöchentlich als Gruppe zu treffen um gemeinsam still zu werden, sowie im Einzelgespräch persönlichen Erfahrungen nachzuspüren und auftretende Fragen zu klären.

Fünf Donnerstagabende während fünf Wochen:
11.11., 25.11., 2.12., 9.12., 16.12.2021



Claudine Aeberli
Leitung



Evelyne Zahnd
Leitung

Datum

Do. 11.11.2021, 19:30 – 21:30

Ort

Villa Bernau, Seftigenstrasse 243,
3084 Wabern bei Bern

Kosten

Fr. 270.- für Unterlagen,
Meditationshilfen und ein
persönliches Begleitgespräch

Anmeldung & weitere Infos

Für den unverbindlichen,
obligatorischen Infoabend ist
eine Anmeldung bis 31.10.2021
obligatorisch.
www.vbg.net/agenda