



Meditationsgruppe

Wir meditieren in einer Gruppe. Dies ist eine schöne Ergänzung zur Stille allein. Nach einer Einstimmung und meditativem Gehen besteht die Möglichkeit, in einer **Anhörrunde** zu erzählen, was beschäftigt. Die anderen hören mit Wertschätzung zu, ohne zu diskutieren. Das Gesagte wird vertraulich behandelt. Anschliessend wird **20 Minuten meditiert**. Die Form des stillen Daseins ist frei (z.B. auf Atem achten, Herzensgebet, mit Bibeltext,). Ein einfacher Kreistanz und ein Segen bilden den Abschluss.

Die Gruppe organisiert sich selbstständig und wird durch Pfr. Stefan Wyss bei Bedarf unterstützt. Interessierte melden sich bei ihm für weitere Infos und Einführung. Vorkenntnisse sind keine nötig.

Mittwoch alle 14 Tage 19.00 Uhr bis ca. 20.15 Uhr
(Daten **2026** auf Rückseite)

Kirchgemeindehaus
Uttigenstrasse 31A, Uetendorf-Allmend, im UG

Pfr. Stefan Wyss 033 345 46 66
stefan.wyss@kirche-thierachern.ch

Daten Treffen Meditationsgruppe 2026

| Monat | Mittwoch | Mittwoch | Mittwoch |
|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| Januar | 7 | 21 | |
| Februar | 4 | 18 | |
| März | 4 | 18 | |
| April | 1 | 15 | 29 |
| Mai | 13 | 27 | |
| Juni | 10 | 24 | |
| Juli | 8 | 22 | |
| August | 5 | 19 | |
| September | 2 | 16 | 30 |
| Oktober | 14 | 28 | |
| November | 11 | 25 | |
| Dezember | 9 | 23 | |