

MEDITATIVE SPAZIERGÄNGE AM ABEND

DEM WASSER ENTLANG



Andreas Hermsdorf / pixelto.de

*Mach wieder
Wasser aus mir*

*Strömen will ich
im Strom*

*ins Meer
münden*

Rose Ausländer

WANN

Drei Freitagabende: 15. Juli / 19. August / 09. September 2022, jeweils 18 bis max. 20.30 Uhr

WAS

Wasser ist lebendig und lebensspendend. In einem ewigen Kreislauf sind Quelle, Flüsse, Meer, Wolken und Regen miteinander verbunden. Dieser Kreislauf, aber vor allem die schiere Unermesslichkeit der Ozeane sind Sinnbild für das Göttliche. Die drei Abendspaziergänge führen uns einem Bach entlang. Im meditativen Gehen kommen wir zur Ruhe. Wir lauschen dem Rauschen des Wassers, lernen von seiner Weisheit, öffnen uns für die Präsenz des Göttlichen. Wir lassen innere Erstarrungen wieder ins Fliessen kommen.

ROUTEN

15. Juli: Vom Friedhof Köniz durchs Köniztäli bis zum Fuss des Ulmizbergs.

19. August: Von Mittelhäusern in den Sensegraben und zur Schwarzwasserbrücke.

9. September: Von Niederscherli in den Scherligraben, über Sensematt und Heitibüffel nach Mittelhäusern.

DURCHFÜHRUNG

Nur bei regenfreiem Wetter. Die Teilnehmenden werden jeweils **bei ihrer Anmeldung** über Route, Treffpunkt und Durchführung informiert.

TEILNAHME / VORAUSSETZUNGEN

Kondition für ca. zweistündige Wanderungen mit Pausen auf guten Wanderwegen.

LEITUNG

Dr. theol. Eleonore Näf, freiberufliche Theologin, Ausbildung «Meditieren + Heilen» bei Peter Wild; Craniosacral-Therapeutin in eigener Praxis

KURSKOSTEN

Pro Abend: 30–50 Fr. (nach Selbsteinschätzung)
Bei finanziellen Engpässen hilft ein Fonds der Pfarrei.
Bitte melden Sie sich bei der Kursleitung.

ANMELDUNG UND INFOS

Anmeldung bis am Mittwoch vor dem jeweiligen Abendspaziergang: Eleonore Näf, 031 301 34 22, oder kontakt@heilkraft-der-stille.ch.

Infolyer: www.inspirierend.info / www.sanktjosefkoeniz.ch.



Katholische Kirche Region Bern
Pfarrei St. Josef Köniz

www.sanktjosefkoeniz.ch
031 970 05 70
josef.koeniz@kathbern.ch