



Reformierte
Kirchgemeinde
Konolfingen

Beten ja - aber wie?

Schritte zum vertieften Beten

Ein christlicher Meditationsweg

Februar – März 2024

Was sind Exerzitien im Alltag?

- ✘ Exerzitien sind Übungen mit dem Ziel, die Verbindung zu Gott mitten im Alltags- und Berufslebens zu suchen und zu bewahren.
- ✘ Exerzitien sind eine gute Möglichkeit, den Alltag bewusster wahrzunehmen und herauszuspüren, was im eigenen Inneren lebt.
- ✘ In den Exerzitien werden die persönliche Stille und das einfache Dasein vor Gott eingeübt. Sie führen zur Treue zu dieser Stille hin, weil sich darin Gottes Anwesenheit verbirgt.
- ✘ Exerzitien laden uns ein, einen neuen Zugang zum Beten zu entdecken und zu finden.

Elemente des Kurses

Tägliche Gebets- und Meditationszeit zu Hause: 20 bis 30 Minuten.

Fünf Kursabende mit:

- ✘ Anleitung zu Meditation mit Bibeltexten, Liedern und Bildern
- ✘ Impulsen und Anregungen zum jeweiligen Wochenthema (*Ins Beten finden / Hilfen zum Beten / Eigene Worte finden / Schweigen und Hören*)
- ✘ Gemeinsame Meditation in der Gruppe
- ✘ Erfahrungsaustausch in der Gruppe
- ✘ Ein persönliches Begleitgespräch

Ort: Reformiertes Kirchgemeindehaus, Kirchweg 10, 3510 Konolfingen

Daten: Montag: 19. 2. | 26. 2. | 4. 3. | 11. 3. | 18. 3.

Jeweils 19.30 – 21.00 Uhr. Ein Infoabend findet am 5. Februar, 19.30 Uhr im Rahmen eines Input-Abend zum Thema „Was tun wir, wenn wir beten?“ statt.

Anmeldung: Bis 6. Februar online, per Mail oder telefonisch: Kirchgemeinde Konolfingen, www.konolfingen.org, info@konolfingen.org, Tel: 031 790 00 30. Platzzahl ist beschränkt, Mitglieder d. Ref. Kirche Konolfingen haben Priorität.

Kursgeld: CHF 0.- für Mitglieder und Freiwillige der Kirchgemeinde Konolfingen, CHF 120.- für alle Anderen.

Leitung: Sr. Lydia Schranz (Diaconis Schwesterngemeinschaft Bern, Exerzitienleiterin), Pfr. Simon Zwygart (Kirchgemeinde Konolfingen).

Bei Fragen können Sie sich gerne an die Kursleiterin Sr. Lydia Schranz (lydia.schranz@diaconis.ch, Tel: 079 247 77 51) oder an Pfr. Simon Zwygart (simon.zwygart@konolfingen.org, Tel: 031 790 00 37) wenden.

*«In unserem tiefsten Innern,
da will Gott bei uns sein.
Wenn er uns nur daheim findet
und die Seele nicht ausgegangen
ist mit den fünf Sinnen.»*

Meister Eckhardt

**Weitere Angebote für
Erwachsene, Jugendliche
und Kinder unter:
www.konolfingen.org**