

Mittwochs während der Vorlesungszeit
13.15–14.00 Uhr
Raum der Stille, UG der Unitobler (B-105)
Länggassstrasse 49, 3012 Bern

KRAFT DER STILLE

Kontemplative Meditation

Start am Mi, 26. Februar 2025
mit Einführung am 5. und 12. März

Innehalten und aufatmen in der Wochenmitte

In den Ansprüchen von Studium und Arbeit öffnest du dich für die Kraft der Stille. Zwei Sequenzen Sitzen, dazwischen meditatives Gehen.

Leitung: Thomas Schüpbach-Schmid
(Hochschulseelsorger)

Anmeldung und nähere Informationen:
078 842 78 90 oder
thomas.schuepbach@refbejuso.ch

Eine Einführung in die Grundlagen und die Praxis des kontemplativen Sitzens wird am Mi, 5. und 12. März von 13.15 bis 14.00 Uhr angeboten. Willkommen sind alle Interessierten - gleichgültig, ob sie in vergangenen Semestern schon teilgenommen haben oder neu teilnehmen wollen.

Für Studierende kostenfrei!