

SITZEN IN STILLE

zweiwöchentlich mittwochs, 19.30 Uhr

Meditation via integralis · 2027/1. Halbjahr · in der Limi Greifensee

www.pfarrei-greifensee.ch
Tel. 044 940 89 57

Kath. Pfarrgemeinde Johannes XXIII
Greifensee · Nänikon · Werrikon
Im Städtli 13 · 8606 Greifensee

Kirche.einfach.anders.

RUHIG WERDEN. STILLE ERFAHREN.

in der Limi in Greifensee (Im Städtli 7)

via integralis verbindet Zen-Meditation mit christlicher Kontemplation und Mystik. Der Erfahrungsweg des Sitzens in der Stille fördert die achtsame Präsenz im Jetzt, die Entfaltung des eigenen Potentials und Mitgefühl im Leben. Letztlich geht es um das Bewusstsein der Einheit mit dem Göttlichen und ein Leben in Verbundenheit mit der ganzen Schöpfung.

regelmässig: Sitzen in Stille – mittwochs, 19.30-20.30 bzw. 21.15 Uhr
19.15 Uhr ankommen/Platz bereiten, 2x25 Min. Sitzen in Stille, Gehmeditation
+ = Sitzen in Stille plus: 3. Sitzeinheit, Kurzvortrag und fakultativ "Dialog aus der Stille"

6.1., 20.1.+, 3.2., 3.3., 17.3.+, 31.3., 14.4., 26.5.+, 9.6., 23.6., 7.7. (mit Apéro)
Anmeldung vor der ersten Teilnahme (immer möglich) erbeten.

Tag in STILLE – 10.00-15.00 Uhr: Karsamstag, 27. März und Samstag, 12. Juni
5x25 Min. Sitzen in Stille, Gehmeditationen, Vortrag, Gelegenheit zum Einzelgespräch, Mittagslunch (mitbringen), Spaziergang in Stille, Abschlussfeier. Anmeldung bis 5 Tage vorher. Freiwillige Spende.

Leitung: Hella Sodies, Kontemplationslehrerin via integralis
hella.sodies@pfarrei-greifensee.ch, 044 940 53 15

www.pfarrei-greifensee.ch
Tel. 044 940 89 57

Kath. Pfarrgemeinde Johannes XXIII
Greifensee · Nänikon · Werrikon
Im Städtli 13 · 8606 Greifensee

Kirche.einfach.anders.