



Kloster  Kappel

Meditation

in der Wochenmitte

Raum Giebel, Kloster Kappel
jeweils am Mittwoch
20.00–21.00 Uhr

Einführungsnachmittag
für Interessierte und Neueinsteigende
am Sonntag, 24. März 2024
15.30–18.30 Uhr, Raum Giebel

Reformierte Kirche Kanton Zürich
www.klosterkappel.ch

Meditation in der Wochenmitte

Meditation als Übung im gegenstands- und absichtslosen Da-Sein hat eine lange christliche Tradition. Wöchentlich treffen wir uns im Kloster Kappel zum gemeinsamen Üben. Nach einem kurzen Impuls sitzen wir zweimal 25 Minuten in der Stille, unterbrochen von einer Gehmeditation. Das offene Angebot richtet sich an Menschen, die äusserlich und innerlich zur Ruhe kommen und sich auf einen Weg der Veränderung einlassen möchten. Tragen Sie am besten bequeme Kleidung. Meditationsmatten und Kissen sind vorhanden.

Eintritt frei (Kollekte).

Daten bis April 2024

Jeweils Mittwochs, Raum Giebel, 20–21 Uhr

Januar	17. / 24.
Februar	07. / 28.
März	06. / 13. / 20. / 27.
April	10. / 17.

Einführungsnachmittag

Neuanfänge sind Gelegenheiten zum Auszug aus inneren Verflechtungen. Schenken Sie sich einen Neuanfang. An unserem Einführungsnachmittag werden Sie sorgsam zu den leichten Körperübungen und der angeleiteten Meditation herangeführt. Der Nachmittag bietet auch Raum zum Austausch.

Leitung und Informationen

Pfrn. Ilona Monz | Theologische Mitarbeiterin Kloster Kappel, Pfarrerin der Kirchgemeinde Kappel am Albis.
ilona.monz@klosterkappel.ch | Tel. 044 764 12 59.

Kloster Kappel
Kappelerhof 5
8926 Kappel am Albis

Tel. 044 764 88 10
info@klosterkappel.ch
www.klosterkappel.ch

Follow us:

