



Zentrum christliche Spiritualität
Zürich

Meditation am Donnerstag

Jeden Donnerstag um 19 Uhr

Zentrum christliche Spiritualität
Werdstrasse 53, Zürich

www.zentrum-spiritualitaet.ch
Telefon 043 317 90 27

Stilles Da-Sein

Kontemplative Meditation

jeden 1. u. 2. Donnerstag im Monat, 19 – 20 h

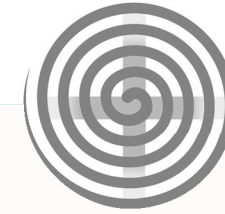
Feierabend für Leib und Seele

jeden 3. Donnerstag im Monat, 19 – 20:45 h

Meditatives Bibelteilen

jeden letzten Donnerstag im Monat, 19 – 20 h

Ohne Anmeldung - freiwilliger Unkostenbeitrag



Meditation am Donnerstag

Stilles Da-Sein (Kontemplative Meditation)

In der Kontemplation sind wir in Stille ganz da. Wir öffnen uns innerlich dem Geheimnis Gottes und sind bereit, uns von ihm ergreifen und beschenken zu lassen. - Kontemplativ leben heisst, auch im Alltag stets eine Lücke offen zu lassen – für das Wunder lebendiger Gegenwart, für das Geheimnis göttlicher Präsenz.

Kurze Übung zur Sammlung, Impuls, stilles Sitzen, meditatives Gehen, stilles Sitzen, Abschlussgebet.

Leitung: Sr. Alix Schildknecht, Regina Strubel, Exerzitienleiterinnen

Feierabend für Leib und Seele

Den Tag beschliessen mit einem biblischen Wort, mit Stille und Gebetstänzen.

Nach einem reich gefüllten Tag zur Ruhe kommen – wer möchte das nicht! Wir lassen in der Stille einen biblischen Text auf uns wirken; einfache Schritte zu wohlthuender Musik helfen uns, mit Leib und Seele zu beten und den Tag in Gottes gute Hand zu legen.

Mitnehmen: leichte, rutschfeste Schuhe.

Leitung: Sr. Marianne Bernhard, Ev. Schwesternschaft Saronsbund, Quartierkloster Philadelphia, 8004 Zürich; Exerzitienleiterin

Meditatives Bibelteilen – Nahrung auf den Weg

Es hilft, Glauben und Leben, Bibel und Alltag miteinander zu verbinden. Mit einer einfachen Methode kann der Umgang mit dem Wort Gottes erlernt werden, sodass es uns nährt und uns hilft, unseren christlichen Auftrag in Kirche und Welt wahrzunehmen.

Leitung: Sr. Alix Schildknecht, Exerzitienleiterin