

Auszeit – Abendmeditation 2026

Herunterfahren, einen Gang zurückschalten und zur Ruhe kommen, vielleicht sogar zu sich finden. Das wünschen sich viele in der heutigen Zeit.

Bewusstes Sitzen in der Stille kann dabei helfen. Wir treffen uns zweimal im Monat von 19.15 bis 20.00 für eine Zeit der Stille im Saal der Reformierten Kirche Muri. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.



Nach einem kurzen Text, der zum Innehalten einlädt, sitzen wir zweimal 15 Minuten in der Stille. Zum Abschluss hören wir einen Segen oder einen guten Gedanken auf den Heimweg.

Die Daten 2026:

6. und 20. Januar
3. und 17. Februar
3. und 17. März
7. und 21. April
5. und 19. Mai
2. und 16. Juni

7. und 21. Juli
4. und 18. August
1. und 15. September
6. und 20. Oktober
3. und 17. November
1. und 15. Dezember

Information und Anmeldung:

Brigitta Josef, ref. Pfarrerin, 077 524 65 93
brigitta.josef@ref-muri-sins.ch