



Foto: Herbert Goetsch – unsplash.com

# Meditation

**Still bewegt in den Tag**

**Mittwoch, 6.45 bis 7.30 Uhr  
Kirche Bremgarten**

In der Tradition der Zen-Meditation sitzen wir 2 x 20 Minuten in Stille, angeführt und unterbrochen durch achtsames Gehen.

Kontakt und Informationen:

Pfrn. Franziska Wilhelm, 076 374 72 16, [franziska.wilhelm@refbern.ch](mailto:franziska.wilhelm@refbern.ch)

*«Leih der Stille dein Ohr, damit du das Singen der Ewigkeit vernimmst.»*

Helga Schäferling



Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde  
**Matthäus**  
Bern und Bremgarten