



Einmal in der Woche innehalten

Zeit

Jeden Montagabend von 19.30 bis 20.30 Uhr

Ort

Kapuzinerkloster, Klosterkirche
Endingerstr. 9, 8640 Rapperswil

Ablauf

Ankommen und stilles Sitzen im Inneren Chor

- 19:30 eine musikalische Einstimmung
- Ein Gebet, ein Gedanke für die Stille
- 20 Minuten sitzen
- 8 Minuten meditatives Gehen
- 20 Minuten sitzen
- Gebet und Abschluss

Gestaltung / Weitere Infos

Das Innehalten wird von unterschiedlichen Mitgliedern der Lebensgemeinschaft gestaltet. Bei Fragen oder für eine individuelle Einführung in die Meditation wenden Sie sich bitte an:

Br. Kletus Hutter

kletus.hutter@kapuziner.org / 055 220 53 05