

Herausgeberinnen:



katholisch biel/bienne catholique  
pastoralraum biel-pieterlen



reformierte kirchgemeinde biel

Bild Vorderseite: Felix Heiber, Dornach

# Spirituelle Übungswege in Biel und Umgebung

**Meditation am Montag:** Sitzen und Gehen im Schweigen; mit einleitenden Atem- und Bewegungsübungen. Jeweils Montag 19:00 – 21:00, Wyttlenbachhaus oder Stadtkirche (Sommer). Info/Flyer: Marcel Laux 032 341 89 58.

**Seelenklänge:** Klangmeditationen, die mit Orgel und Obertongesang die Seele berühren. Jeweils erster Dienstag im Monat 18:45 – 19:15, Stadtkirche. Info/Flyer: Pascale Van Coppenolle 032 341 25 48.

**Via Integralis:** Kontemplation; Zen Tradition in Verbindung mit christlicher Mystik. Jeweils Dienstag 20:15 – 21:30, Zendo, M. Weidauer-Weg 25, Biel. Info/Flyer: Anita Wysser 078 615 91 33.

**Meditatives Morgengebet:** Ein Stück Lebensliturgie; eine halbe Stunde gemeinsamen Hörens mit Klang, Stille und Text. Jeweils Mittwoch 07:00 – 07:30, Stadtkirche. Info/Flyer: Kathrin Rehmat 079 280 37 90.

**Kreis- und Volkstänze:** Beschwingt oder meditativ. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Jeden zweiten Donnerstag 14:30 – 16:00, Wyttlenbachhaus, Biel. Info/Flyer: Laura Lombardo, 032 365 56 66.

**Kontemplation und Herzensgebet I und II:** Jeden zweiten Freitag 19:30 – 21:00 im Wyttlenbachhaus, Biel, sowie Samstag 08:00 – 09:30 im Kath. Kirchenzentrum Lengnau. Info/Flyer: Bernhard Caspar 032 377 36 27.

**Exerzitien im Alltag (Frühling):** Geistliche Übungen während 4 Wochen vor Ostern, tägliche persönliche Auszeit, wöchentliche Austauschtreffen und ein Begleitgespräch. Kirche Bruder Klaus. Info/Flyer: Markus Stalder 032 366 65 92.

**Exerzitien im Alltag (Winter):** Meditationen mit Wort, Bild, Musik, Bewegung während 5 Wochen vor Advent. Tägliche persönliche Auszeit, wöchentliche Gruppentreffen, Begleitgespräch; in Büren a/A. Info/Flyer: Petra Burri 032 351 35 62.

**Shibashi:** 18 einfache Übungen aus der chinesischen Heilkunst; diese fördern die innere Sammlung und die Ausgeglichenheit. Info für Angebote in Lengnau: Elsbeth Caspar 078 891 19 68; in Biel: Madeleine Froidevaux 032 329 56 01.

**Taizé Abendgebet:** Jeweils erster Freitag im Monat 19:30 – 20:00, Kirche Bruder Klaus. Info/Flyer: Kordula Gisler 032 366 65 99.

**Taizé Singen:** Jeweils letzter Freitag im Monat 20:30 – 21:30, Kirche Bruder Klaus. Leitung Christine Schweizer. Info/Flyer: Esther Seiler 032 365 87 13.

**Taizé Feier:** Zweisprachig dt/fr. Jeweils erster Sonntag im Monat. Sommerzeit: 19:00, Winterzeit: 17:00, Evangelisch-methodistische Kirche, Karl-Neuhausstr. 28. Info: Heidi Streiff 032 323 34 44.

**Timeout:** schweigen – meditieren – bewegen (4-6x/Jahr) im Gertrud Kurzhaus und in der Ref. Stephanskirche in Mett. Ökumenisches Leitungsteam. Kontakt/Flyer: Sekretariat Bruder Klaus 032 366 65 99. Info Marcel Laux 032 341 89 58.

**Herz- und Kraftliedersingen:** Ökumenisch. Jeden zweiten Dienstag 18:00 – 19:00, Haus pour Bienne. Musikalische Leitung Jacqueline Zimmermann. Info/Flyer: Hans Metzger 078 618 98 51.

**Pilgern 1:** Tagespilgern auf dem Jakobsweg. Die Natur und die Landschaft geniessen und der Spiritualität Raum geben. Einmal im Monat März – Oktober, ohne Juli. Info/Flyer: Regula Sägeser 079 667 15 00.

**Pilgern 2:** Angebote der kath. Kirche. Kontakt: Sekretariat Bruder Klaus 032 366 65 99.

**Versöhnen und Heilen:** Verschiedene meditative und der Selbstheilung dienliche Angebote. Info/Flyer: Rébecca Kunz 031 972 33 11, 079 613 63 91.

**Körperwahrnehmung und Heilendes Tanzen:** Wechselnde Angebote in Biel. Info/Flyer: Rébecca Kunz 031 972 33 11, 079 613 63 91.

Aktuelle Informationen zu den einzelnen Angeboten finden Sie auf der ökumenischen Website: [compass-bielbienne.ch](http://compass-bielbienne.ch)