

# Die Kraft der Stille

## Kontemplative Meditation



**Freier und gelassener werden  
im Einüben von Präsenz**

In den Ansprüchen von Studium und Arbeit öffnest du dich für die Kraft der Stille. Zwei Sequenzen Sitzen, dazwischen meditatives Gehen.

**Mittwochs 13.00 - 13.45 Uhr (während der Vorlesungszeit)**

Anmeldung und nähere Informationen bei Thomas unter  
078 842 78 90 / [thomas.schuepbach@refbejus.ch](mailto:thomas.schuepbach@refbejus.ch)

**Länggasstrasse 41, 4. Stock  
3012 Bern**