

UTVIDET MEDITASJONSKVELD

Sentrerende bønn

Lambertseter kirke

23. nov 2021 kl. 19.00–21.15

Nybegynnere møter kl. 18.00

*Velkommen til meditasjon
i Lambertseter kirke.
Meditasjonsformen vi bruker,
heter «sentrerende bønn».
Det er en enkel form for
stille bønn.*

KVELDEN BESTÅR AV:

- Innføring for deg som ikke har erfaring med sentrerende bønn
- Undervisning
- Meditasjonspraksis i to økter

Deltar du på innføringen kl.18.00,
kan du avslutte kvelden etter praksis, 1. økt

TIDSPLAN

- 18.00** Innføring i sentrerende bønn
v/Asle Rossavik
- 19.00** Kontemplativ lesning av Bibelen
v/Ola Westad
- 19.40** Praksis i sentrerende bønn, 1. økt
- 20.00** Pause/alenetid
- 20.25** Praksis i sentrerende bønn, 2. økt
- 20.45** Lyttegruppe
- 21.15** Slutt

NB!

- Oppmøte fem minutter i forkant
- Kvelden er gratis
- Meld fra på epost til ar387@kirken.no om du kommer på innføringsdelen

Mer informasjon på
areopagos.no eller
lambertseterkirke.no

areOPAGOS



DEN NORSKE KIRKE