

WANDERN & MEDITIEREN

Wir wissen: Es gibt verschiedene Arten von Weisheit: Weisheit, die aus den Sinnen entsteht, Weisheit, die aus dem Nachdenken entsteht, Weisheit, die aus der Meditation entsteht. Beim Gehen können sich alle diese Weisheiten entfalten.



LOMBACHALP

Wandern und Meditieren auf der Lombachalp

Wandern und Meditieren im Bergfrühling mit Blick auf die Berner Alpen auf der Lombachalp (ob Habkern, Berner Oberland)
am 4. Mai 2024 mit Peter Wild und Brigit Meier-Anneler

Wandern und Meditieren mit den herbstlichen Farben des Hochmoors auf der Lombachalp
am 19. Oktober 2024 mit Peter Wild und Brigit Meier-Anneler



Mit Blick in die Weite und Achtsamkeit für die Nähe sind wir mit allen Sinnen in Lebendigkeit und Ruhe unterwegs.

Die beiden Meditationstage können auch einzeln besucht werden.

Kosten pro Tag:

Fr. 80.- Seminarbeitrag, zuzüglich Fr. 17.- Shuttle-Bus

Programm:

9.04 Uhr mit dem Postauto von Interlaken West nach Habkern (individuelle Anfahrt bis Habkern möglich), anschliessend gemeinsame Fahrt mit dem Shuttle-Bus von Habkern auf die Lombachalp.

Hier beginnt unsere Wanderung mit meditativen Impulsen. Reine Wanderzeit (ohne Halte) dauert ca. 2 Stunden. Es hat einen etwas steileren, aber völlig ungefährlichen Anstieg; Wanderschuhe und Wanderstöcke sind zu empfehlen. Unterwegs machen wir an verschiedenen Stationen Halt zum Meditieren, zum Sein, zum Picknicken. Jede Teilnehmerin, jeder Teilnehmer bringt die eigene Verpflegung mit.

Rückkehr mit dem Shuttle-Bus nach Habkern und von dort mit dem Postauto (Abfahrt um 16.36 Uhr). Zurück in Interlaken um 16.52 Uhr. Anschlussmöglichkeiten in alle Richtungen.

Anmeldung per Email oder per Telefon
(bis spätestens 12. April 2024, respektive 27. September 2024)) an:

Brigit Meier-Anneler, snow-lion@bluewin.ch; 078 896 40 46
oder

Peter Wild, petreg.wild@bluewin.ch; 079 702 85 72