



# *Shibashi für den Frieden*

*Meditation  
in Bewegung*

*19. August 2026*

*19.30–20.30 Uhr*

*Heiliggeistkirche Bern*

*Zu den Shibashi-Friedenstagen rund um den 15. August  
senden Shibashi-Praktizierende in der ganzen Schweiz  
mit Leib und Seele Frieden in unsere Welt. Shibashi,  
eine Form von Taiji und Qigong, wird als Meditation in  
Bewegung praktiziert. Ruhig fließende Bewegungen har-  
monisieren Körper, Geist und Seele und tragen bei zu Ge-  
lassenheit und innerem Frieden. Diesen Frieden wollen  
wir in die weite Welt tragen und wirken lassen. Sie sind  
eingeladen zum Mitbewegen, zum sitzenden Betrachten,  
zum inneren Mitgehen in Stille.*

Auskunft:

dorothea.egger@shibashi-net.ch,  
rosmarie.itel@bluewin.ch

Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht nötig.  
Mit Kollekte.

Vorbereitungsgruppe:

Monique Berger, Dorothea Egger, Judith Hartmann,  
Rosmarie Itel, Daniela Meier, Anna-Barbara Santschi

Organisation:

Shibashi Netzwerk Schweiz, [www.shibashi-net.ch](http://www.shibashi-net.ch)

Weitere Informationen: [www.shibashi-weltfrieden.ch](http://www.shibashi-weltfrieden.ch)

Das Angebot wird unterstützt von der  
Katholischen Kirche Region Bern und der offenen kirche bern



offene kirche bern – in der Heiliggeistkirche,  
[www.offene-kirche.ch](http://www.offene-kirche.ch)    offene kirche bern  
Offen: Dienstag bis Freitag 11–18.30 Uhr, Sonntag 13–17 Uhr



Katholische Kirche Region Bern