

Sentrerende bønn

Introduksjonskurs 07.03.26



Introduksjonskurs i sentrerende bønn

Sentrerende bønn handler om å stilne innenfor Gud bakenfor egne ord, tanker og følelser. I bønnen åpner vi oss for Guds kjærlighet og helende nærvær.

Sentrerende bønn er en form for kristen meditasjon som har lange røtter i kirkens historie. Den presenterer gammel visdom i en moderne utforming og gir den både en form og regularitet. Det er en personlig bønn, men den praktiseres ofte i grupper.

1

KONTEMPLASJON

Dype røtter i kristen kontemplativ tradisjon

2

STILLHET

En enkel praksis hvor vi øver oss på å være i Guds nærvær

3

FOR ALLE

Ingen erfaring? Ikke noe problem.

Påmelding innen torsdag 5.mars til hildeher@gmail.com

Tidspunkt

7. mars 2026
kl. 10.00 - 16.00

Sted

Trondheim Frikirke,
Brøsetvegen 145A

Arrangør

Areopagos Midt-Norge
i samarbeid med
Trondheim Frikirke

Introduksjons-kurset er et **gratis** tilbud, men vi ber om bindende påmelding for å kunne legge til rette for kurset.

Spørsmål kan stilles til Hilde Gunn Hervik, telefon 470 69 220.



areopagos.no

Sentrerende bønn

Månedlig praksisgruppe i Tempe kirke



Stille kontemplasjon

Sentrerende bønn hjelper oss nærmere Gud

For mange blir det slik at bønnen stagnerer, mister kraft eller blir en vane. Å praktisere sentrerende bønn kan styrke din forbindelse med Gud og revitalisere både bønn og gudstjeneste.

I vår praksisgruppe finner du støtte, veiledning og fellesskap fra mennesker som deler din søken etter å hvile i Gud.

1

KONTEMPLASJON

Dype røtter i kristen kontemplativ tradisjon

2

STILLHET

En enkel praksis hvor vi gir slipp på tankene

3

FOR ALLE

Ingen erfaring? Ikke noe problem.



Datoer våren 2026

22. januar

20. februar

26. mars

23. april

21. mai

Tidspunkt

19.00 - 20.00

Sted

Tempe kirke
Kløbuveien 132,
7031 Trondheim

Areopagos Midt-Norge

Ta kontakt med
Anders for mer
informasjon:
a.asphaug@gmail.com

