

Program

Fredag 16.00 - 17.00 Ankomst og indkvartering

17.00 Velkomst, præsentation og indledning

18.00 Aftensmad

19.00 Samling: Oplæg om Den hellige Birgitta af Vadstena

21.30 Aftenmeditation

Lørdag

7.30 Stræk, bøj og bed (for dem, der har lyst til - med kroppen og i fællesskab – at sige 'godmorgen' til den nye dag)

8.00-8.30 Morgenmeditation

8.30 Morgenmad

9.45 Temasamling

12.00 Middagsmeditation

12.30 Frokost

13.30-16.30 Egen tid til fordybelse, gåture og andet

15.00 Tag-selv-kaffe

16.30 Temasamling

18.00 Aftensmad

21.00 Aftenmeditation

Søndag

8.00-8.30 Morgenmeditation

8.30 Morgenmad og tid til fordybelse, refleksion, gåture

11.00 Temasamling

11.30 Nadvergudstjeneste

12.30 Frokost

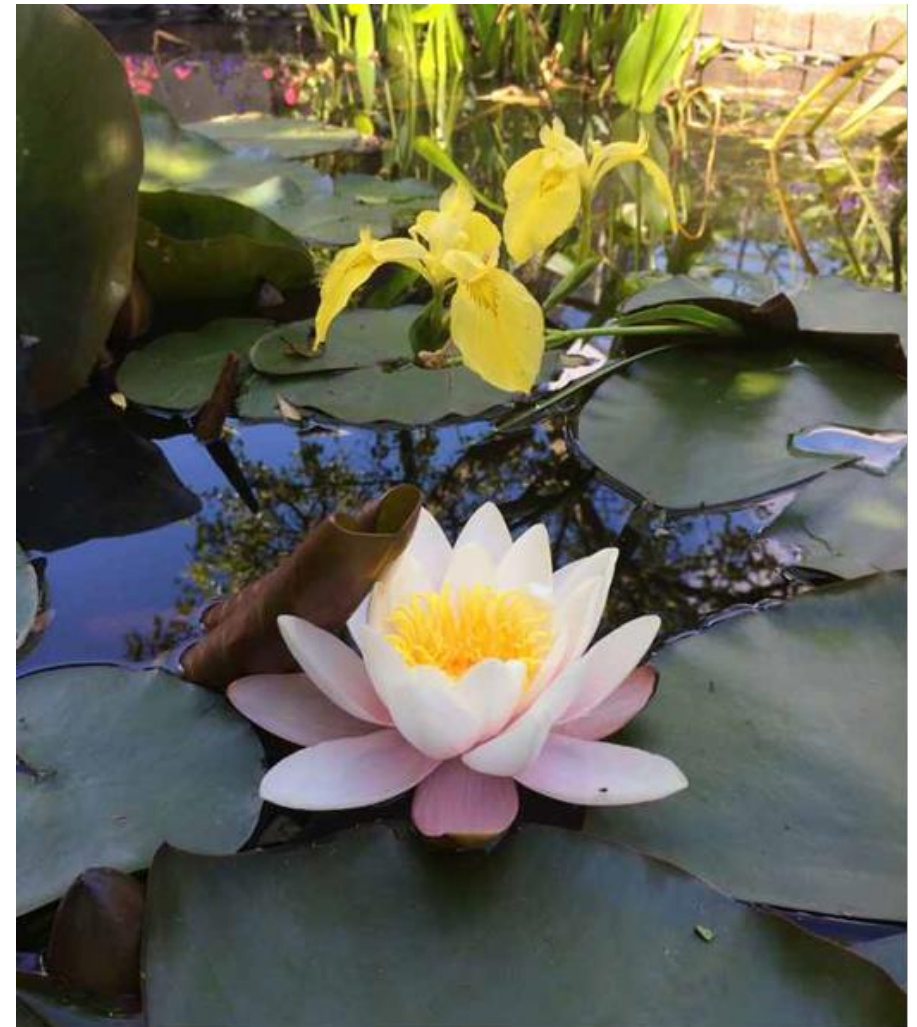
13.30 Kaffe og afslutningsamling

14.00 Farvel og tak for denne gang

* Ændringer i programmet kan forekomme / Undervejs er der mulighed for individuelle samtaler med mig

Birgitta-retræte

Ådalen Retræte den 14.-16. juni 2019



*"Som et strejf af en dråbe
fik vi lov til at håbe
på de ting som skal komme
før end livet er omme"*

Kim Larsen

Velkommen til Birgitta-retræte

Billedet på forsiden af åkanden, den gule iris, dråben på bladet og den blå himmel, der spejler sig i den lille dam, er fra en junidag for et par år siden. Jeg er vild med det billede. Jeg bliver glad af at se på det, og det er som om det gir os lov til at håbe - som Kim Larsen formulerer det - på de ting som skal komme, førend livet er omme.

På Ådalen Retræte - omgivet af den tidlige sommers grønhed og skønhed og i følgeskab med Den hellige Birgitta af Vadstena - som har lagt navn til retræten – er vi sammen om *at håbe*. Vi vil bruge dagene på at komme ned i gear, mærke os selv og lægge mærke til hinanden og naturen. Man siger, at Gud åbenbarer sig gennem tre bøger: naturens bog, det skrevne ord og hjertets bog. I klosterne ”læser” man alle tre bøger. Det samme vil vi gøre. Vi vil gøre os bevidste om, at Gud har involveret sig i vores liv her på jorden.

Birgitta, der var borgfrue og ud af fornem adelsslægt, valgte da hun blev enke at leve sit liv i fattigdom. Hun var mystiker, politiker og pilgrim, og blev stifter af en ny klosterorden for både kvinder og mænd. Klosterets motto var *”Bed og arbejd”*, og dagen var delt ind i forskellige aktiviteter. Vi behøver ikke at gå i kloster for at lære lidt af det. Vi kan oversætte det til vores tid, ved at vi ikke altid skal kommunikere og være på skærmen, men have pauser, hvor vi er offline.

Dagene, vi er sammen, vil være delt ind i forskellige tider – med oplæg, meditation og fælles spising. Derudover med størst mulig frihed til at finde sin egen rytme inden for stilhedens fællesskab. Det hellige rum, som munke og nonner fandt i klosteret, det tror vi, findes i menneskehjerter.

De venligste hilsner og velkommen
Grethe Holmriis

Dato: 14. -16. juni 2019

Sted: Ådalen Retræte, Gl. Viborgvej 400, 8920 Randers NV
www.aadalenretraete.dk. Indkvartering på eget værelse med toilet og bad.

Retræteleder: Grethe Holmriis, teolog og tidligere præst

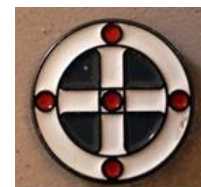


Tilmelding: Senest 1. juni til Grethe Holmriis
e-mail: gholmriis@gmail.com; mobil 51 83 84 90

Pris: 1600 kr. inkl. vegetarkost og eneværelse m. eget bad og toilet. Sengelinned og håndklæder er inkluderet i prisen.

Din tilmelding er endelig, når du har indbetalt 500 kr. i depositum på konto nr. 7446 1090990 mrk. med dit eget navn. Restbeløbet på 1100 kr. betales senest den 7. juni.

Medbring: Skriveting til egne notater samt indesko og fodtøj og andet praktisk tøj til traveture i skoven. Og gerne ting, der hjælper dig til at finde ro. F.eks. farver, puslespil, musik til eget lydløst brug. Men efterlad spændingsromaner og ugjort arbejde derhjemme. Og lad mobiltelefon være slukket. Undervejs er der mulighed for individuelle samtaler med mig



Læs om Birgittaforeningen i Mariager på www.birgittaforeningen.dk