

# Retreat for kyrkjeleg tilsette

Velkomen til retreat på Åkerlehaugen 24 – 27 oktober 2017

**Tema i år vil bli: "Å finne sin plass".**

Korleis formar trua meg? Kva skaper mitt bilde av meg sjølv? Korleis blir min identitet forma? Kva let eg påvirke meg?

Retreat for kyrkjeleg tilsette i Møre har blitt ein tradisjon, som starta i 2012. No inviterer vi til ny retreat med åndeleg vegleing.

Målet med ein retreat er å søke Gud og utdjupe den personlege relasjonen til han. I bøn og meditasjon søker retreatdeltakaren å lytte både til Gud og til seg sjølv. Denne retreaten vil vere taus. Det vil seie at ein får ro til å vere i bøn og møte Gud, mest muleg utan andre impulsar som kan forstyrre.

Åndeleg vegleing vil seie at alle får samtale med vegleiar ein halv time kvar dag. Der får du hjelp til å leve i relasjon med Gud, og du får impulsar til bøn og meditasjon. Du står elles fritt til å bruke vegleinga og tida på retreat som du vil.

## **Impulsar til tema:**

"Om nokon er i Kristus, er han ein ny skapning". 2. Kor 5.17

"Hvert eneste øyeblikk velger du ditt jeg. Men velger du deg selv? Kroppen og sjelen har tusen muligheter, nok til å bygge opp mange "jeg". Men bare ett av dem gir kongruens mellom velgeren og det valgte" (Dag Hammarskjöld) Augustin sa at å finne Gud er å finne seg sjølv. Ignatius seier at målet er å bli det du er skapt til å vere.

Det vil bli korte undervisingsbolkar onsdag og torsdag som utdjupar desse spørsmåla. Bøneimpulsar til bruk i meditasjon vil også rette seg mot dette, å finne sin identitet i Gud.

Anne Karin Apalseth og Arne Vigestad vil leie retreaten. Anne Karin er utdanna åndeleg vegleiar og har mange års erfaring som vegleiar og retreatarbeidar på Sandom. Arne Vigestad er også utdanna åndeleg vegleiar. Han har tidlegare vore prest på sjukehus og i fengsel.

Som gjest på ein retreatstad ventar ein at du respekterer dei tause tidene og rytma som er lagt for retreaten. Du kan ta det opp med retreatleiar dersom det blir vanskeleg. Du kan sjølsagt tre ut av retreaten når du vil.

Om retreat frå [www.retreater.no](http://www.retreater.no):

## Sammen i stillhet

**Tausheten er retreatens tydeligste kjennetegn og viktigste virkemiddel.**

Tausheten - som gjør det mulig å høre Gud tale.

### Retreatens hensikt

er å søke den treenige Gud og en dypere personlig forening med ham i Jesus Kristus. Dette til forskjell fra kurs og lignende der man søker kunnskap og kompetanse.

### Retreatens vesen

er bønn, den indre samtale med Gud. Bønnen forutsetter en minst mulig avbrutt stillhet som gjør det mulig å lytte både til Gud og seg selv.

### Retreatens ytre kjennetegn:

**Avskjerming:** For å oppnå slik stillhet trekker man seg for en tid tilbake fra hverdagens impulser, krav og gjøremål – til et egnet sted, avskjermet fra media, markedskrefter og meningsutveksling.

**Taushet:** Stillheten fremmes videre av at retreaten foregår i taushet. Dette er det som skiller retreaten tydeligst fra andre oppbyggelige samvær, og antakelig dens viktigste virkemiddel.

**Ro:** Uansett grad av taushet er retreatens grunnpreg ro og rast, hvile og avspenning. Man gir seg god tid. Måltider inntas i taushet, gjerne med musikk.

**Disiplin:** Dagsrytmen bidrar også til å falle til ro og oppnå indre samling. Den skaper rammer for møtet med Gud, rom der Gud kan virke.

**Fellesskap:** På en retreat slipper du å ta ansvar for andre. Noen retreater synliggjør fellesskapet sterkt gjennom felles aktiviteter, felles bønne- og måltidstider, langbord og på annen måte. Andre retreater legger mer opp til den enkeltes vandring. Å være sammen i stillhet og bønn gir allikevel en sterk erfaring av fellesskap.

### Retreatens øvrige virkemidler:

**Guds ord:** Retreaten gir rom for møte med bibeltekster, alene og i fellesskap.

**Nattverd:** På en retreat feires det vanligvis nattverd, gjerne hver dag.

**Liturgisk bønn:** Den personlige bønnen støttes av jevnlig felles tidebønner.

**Meditasjon:** På en retreat settes det av tid til meditasjon.