

LENGSEL ETTER GUD OG ET RIKERE BØNNELIV

En smak av ignatiansk bønnepraksis og veiledning

Høsten 2025 og våren 2026 kan du delta på et kurs med retreatkvelder, åndelig veiledning og stille dager. 6 kvelder, 4 samtaler og minst 2 stille dager inspirert av ignatiansk bønnepraksis.

Innhold:

- ❖ *Erfaringsbasert kunnskap som fordyper din personlige relasjon til Gud, og gir inspirasjon til egen tjeneste.*
- ❖ *Oppdagelsen av stillhet og din egen måte å be på.*
- ❖ *Smak av åndelig veiledning gjennom samtaler med veileder.*

Temaer:

Bønneformer, Hjertekunnskap, Kristen meditasjon og Guds ord, Jesusmeditasjon, Luther, Gudsbilder, Kors i liv og tro, Syndserkjennelse/skriftemål, Skjelne ånder, Valg, Leve i kjærlighet, Søke Gud i alt.

Program for kurskveldene:

Tid: Kl. 18.00 – 21.00

Måltid (med egen niste. Frukt og drikke serveres)

Inn for landing (bønneøvelse)

Undervisning

Gruppe

Tilbakeblikk og bønneøvelse

(Kl. 21.30: Kveldsbønn for de som overnatter og de som ønsker)

Kurset har en progresjon og et ønske om tillitsfullt fellesskap og det forventes at deltakerne er med på alle retreatkveldene og 2 ganger stille dager med overnatting. Den første stille dag (med overnatting) er for alle. Det gis en bønneimpuls til bruk mellom hver samling og alle deltakerne skal ha 1 veiledningssamtale mellom hver kurskveld, 4 til sammen. (Alt dette er utgangspunkt for prisen for hele opplegget).

Stille dager etter hver kurskveld:

08.30: Morgenbønn

09.00: Frokost (smører egen lunsjniste)

09.30: Jesusmeditasjon

12.00: Middagsbønn.

12.30: Nistelunsj

Ellers: Egentid til bønn og tur og mulighet for å. veiledning.

14.45: Felles oppsummering

15.00: Hjemreise

Datoer for retreatkveldene (og stille dager):

Tirsdager (-onsdager)

09 (-10) september

07 (-08) oktober

18 (-19) november

..

13 (-14) januar

10 (-11) februar

10 (-11) mars

Ledere:

Diakon/prest Gunhild Andersen, pastor Filip Løvgren og prest Joachim Grün fra Solåsen Pilegrimsgård leder kveldene. De har teologisk bakgrunn, utdanning i ignatiansk veiledning og mange års erfaring med retreat og åndelig veiledning.

Pris og betaling:

Samlet pris for hele programmet (inkl. 2 overnattinger/stille dager): kr. 3700

Tillegg for overnatting/stille dager utover dette: kr 800 pr. gang.

Påmelding:

Så fort som mulig (begrenset antall) og senest innen 24. august 2025.

På Peterstiftelsens nettsider, hvor du angir hvilke stille dager/overnattinger (fortrinnsvis én pr. semester. Første obligatorisk. Kan velge flere):

www.peterstiftelsen.no/event/

Ved spørsmål, kontakt:

post@peterstiftelsen.no

