

## **Ignatiansk retreat.**

Ignatiansk retreat er preget av og har sitt utspring i den ignatianske tradisjonen, hvor grunntanken er at Gud lar seg erfare i alt av alle.

Retreatdagene er dager i stillhet i en ramme av nattverd gudstjeneste, felles stille bønn i kapellet og en daglig samtale med din veileder/medvandrer. Den daglige samtalen kan være en hjelp til å holde fokus og til å se hva Gud inviterer deg til der du er i livet nå. Den åpne dagsrytmen gir rom til egen bønn og refleksjon – en hjelp til et møte med deg selv og med Gud og få reflektere over livet, valg, prioriteringer eller bare være hos Gud.

Måltidene inntas i stillhet – de fleste med musikk.

I denne retreaten 26.-29 mars, vil det bli gitt daglige, korte innføringer i tema som stillhet, lengsel, ulike måter å be på og tilbakeblikk på dagen.

Retreaten ledes av Valfrid Botnen.