

## Hvad betyder retræte for os?



”Retræte er et pusterum, hvor stilheden kan give en stærk og trøstende erfaring af at være båret af Gud.”

**Sognepræst Anne-Marie Mehlsen  
(Vigersted-Kværkeby)**



”Retræte er at løfte låget til kirkens skattekasse og få del i den dybe visdom om mit forhold til mig selv, til andre og Gud.”

**Sognepræst Hanne Vesth  
(Ringsted)**

## Tilmelding

Tilmelding og betaling senest 7. juli

Tilmelding hos Hanne Vesth

tlf. 57 61 08 80 / e-mail: [hve@km.dk](mailto:hve@km.dk)

**Betaling: 2.100 kr.**

Reg. nr. 4955 Konto nr. 3524096595

Skriv: RETRÆTE + dit navn!

(Du kan søge om tilskud fra menighedsplejen på kr. 500 hos en af præsterne)

Betalingen er bindende. Du får dog pengene tilbage, hvis vi aflyser pga. for få deltagere.

*Vi kan være 17, og vi skal være mindst 15 for at gennemføre.*

## Praktisk

Opholdet er med fuld forplejning, og køkkenet kan tage hensyn til evt. allergi og andre kosthensyn. Vi får hvert sit værelse med sengelinned og håndklæder, nogle med eget bad andre med gode badefaciliteter på gangen. Huset byder på dejlig udsigt, skøn have og mulighed for at nyde naturen omkring. Der er naturligvis også ”Templet” til gudstjenester og bøn.

Villa Fjordhøj, Rådmandsvej 23 B,  
4230 Skælskør. Tlf. nr. 58 19 14 51.  
[www.villafjordhoej.dk](http://www.villafjordhoej.dk)  
mail: [villafjordhoej@stofanet.dk](mailto:villafjordhoej@stofanet.dk)

## Kloster-rytme

# RETRÆTE

**8. –10. september 2019**



**Du får tid til ro og fordybelse og kan**

opleve hvordan tiden forandrer sig fra at løbe fra dig til at komme til dig.



**Villa Fjordhøj i Skælskør er et hus**

med charme, sjæl og gode rammer om stilheden med en vidunderlig have, lige ned til vandet og smuk natur.

# Indhold

**Retræten** lægger vægt på, at både nybegyndere og øvede skal kunne få en god og udfordrende tid, der kan give ro og fornyet livsglæde til hverdagen derhjemme.

**Stilheden** indbyder dig først og fremmest til at hvile og bare være og sanse og finde nye veje. Dernæst kan stilheden give dig en særlig erfaring af Guds nærvær.

**Gudstjenesterne** er meditative og sætter rytmen - en klosterrytme, hvor der ind imellem er god mulighed for at nyde naturen i haven eller på gåture i området.

**Du får tilbudt** en individuel samtale med en af retrætenes ledere, foruden små fælles vandreture og kropsbøn i haven.

**Giv dig selv** en pause til at mærke Guds nærvær, lytte, være, og finde en større ro, som vil smitte af på din hektiske hverdag derhjemme, eller gøre stilheden mere gylden.

**Det du ikke skal tage med.** Lad arbejde og adspredelse blive hjemme og lad andre passe dine pligter, så du ikke skal chekke din mobil.

**Om det, du kan tage med.** Tag behageligt tøj med og overtøj + fodtøj til vandring under himlen i vejret.

# Program

## Søndag den 8. september

- 14 - 15 Ankomst og indkvartering
- 15 Fælles velkomst og kaffe
- 16 Gudstjeneste (ind i stilheden)
- 18.30 Aftensmad (dæmpet musik)
- 19.30 Kropsbøn i haven
- 20 Gudstjeneste

## Mandag den 9. september

- 7.30 Kropsbøn i haven
- 8.30 Morgenmad (dæmpet musik)
- 9.30 Gudstjeneste
- 12.30 Frokost (dæmpet musik)
- 13.30 Gudstjeneste
- 18.30 Aftensmad (dæmpet musik)
- 19.30 Kropsbøn i haven
- 20 Gudstjeneste

## Tirsdag den 10. september

- 7.30 Kropsbøn i haven
- 8.30 Morgenmad (dæmpet musik)
- 10.30 Nadvergudstjeneste (ud af stilhed)
- 12 Afrunding
- 12.30 Frokost
- 13.30 Farvel for denne gang

## Andre har sagt om retræterne

”Jeg fik kontakt med min kreative side. En side, som jeg havde sat på hylden, og som jeg nu kan mærke, at jeg skal have gang i.”

”Jeg brugte retræten til at tænke og føle min karriremæssige udfordring og fremtid igennem!”

”At jeg var lidt overanstrengt og stresset, havde jeg nok en ide om, men da stilheden kom, gjorde min krop og mit sind det mig helt klart, og jeg har sovet så meget - og så vidunderligt.”

”Jeg fik det svært, men retræten bragte mig videre i forhold til mit livs smertepunkter.”

”Nu her 3 uger efter retræten er jeg stadig opfyldt af gudsnærvær, opløftelse og glæde.”

”Kunne jeg finde på at tage på retræte igen? Ja, for mig blev det en spændende weekend, hvor jeg både fandt ro til fordybelse og oplevede et intenst fællesskab – alt sammen i en kærlig og rummelig atmosfære. Det kan bestemt godt tåle at blive gentaget!”



**Vi har lavet retræter siden 2012**