

Hvem	Gruppeleder: Benedicte Tønsberg , sogne- og stiftspræst for åndeligt søgende i Aalborg Stift og medleder Jens Knudsen , tidl. lærer.
Særligt for denne gruppe	Onsdag d. 21. okt. kl 19.00 er der informationsaften om åndelig medvandring og pilgrimsgudstjeneste med Valfart
Hvor	Margrethekirken, <u>Revlingbakken 18, 9000 Aalborg</u>
Hvornår	1. onsdag den 18. <u>November 2015</u> 2. onsdag den 16. december 2015 3. onsdag den 20. <u>Januar 2016</u> 4. onsdag den 17. <u>Februar 2016</u> 5. onsdag den 16. <u>Marts 2016</u> 6. onsdag den 13. april 2016 Alle dage kl 19.00-21.30
Hvad	Få inspiration til at træde nye spor i dit åndelige liv! I gruppen vil vi arbejde med at give troen et mere tydeligt udtryk i vores liv. At udvikle en personlig praksis, så troen bliver integreret i hverdagen. Vi vil gennemgå forskellige former for bøn og meditation og introducere åndeligt følgeskab.
Hvor meget	Deltagelse koster kr. 1.500,- for hele forløbet.
Tilmelding	Gruppeleder: Benedicte Tønsberg, abt@km.dk , tlf. 51207409 Medleder: Jens Knudsen, ydeknudsen@jubii.dk , tlf 60495950
Mere information	Onsdag den 21. oktober 2015 er informationsaften. Ellers spørg gruppeleder Benedicte Tønsberg, abt@km.dk , 51207409 eller medleder Jens Knudsen, ydeknudsen@jubii.dk , tlf 60495950

ÅNDELIG MEDVANDRING



Et kursusforløb i Aalborg Stift

2015-2016

Kursus i Åndelig Medvandring

Hvad går det ud på?

- at deltage i et menneskeligt og åndeligt fællesskab
- at være hinandens medvandrere
- at være lydhør og aktivt deltagende
- at blive mere bevidst om, hvem du selv er og hvordan Gud er på færd i dit liv
- at lade sig berige og opbygge af Guds nærvær og hinandens nærvær
- at få inspiration til en trospraksis i hverdagen

I Åndelig Medvandring kommer du med i en gruppe, får regelmæssig åndelig vejledning af gruppelæderen og tilbydes forskellige redskaber til dit eget åndelige liv.

Desuden lærer du, hvordan du selv kan være åndelig medvander for andre.

Vi mødes ca. 1 gang om måneden i Praksisgruppen. Imellem disse mødes deltagerne minimum én gang, to eller tre sammen, i såkaldte ”Anam Cara” grupper og deler tanker og erfaringer som hinandens medvandrere.

Deltagelse koster 1.500 kr. for hele forløbet, som sættes ind på konto 8122 0007739788 ved tilmelding.

Læs mere om det landsdækkende økumeniske program *Åndelig Medvandring* på www.aandeligmedvandring.dk.

Åndelig Vejledning

Åndelig vejledning er en praksis, der stammer helt tilbage fra de første kristne.

Åndelig vejledning er en fortrolig samtale med et andet menneske om din åndelige søgen. Den giver dig mulighed for at reflektere over din oplevelse af og erfaringer med Gud.

Hovedpersonerne i den åndelige vejledning er Gud og dig. Det er jeres forhold, der er i centrum. Vejlederen kan bl.a. hjælpe dig med at træne blikket for, hvor Gud er i din dagligdag, og opmuntre dig til at reagere på det, som du opdager.

Vejlederen er bekendt med de ubevidste mekanismer, der kan blokere dig i dit gudsforhold, og kan derfor foreslå dig nye veje i din tilgang til Gud.

Din vejleder har tavshedspligt og modtager regelmæssigt selv åndelig vejledning og supervision.



Benedicte Tønsberg

træffes: Danmarksgade 52, 9000 Aalborg

mail: abt@km.dk

tlf. 51207409

Sogne-og stiftspræst for åndeligt søgende i Aalborg stift.

Er uddannet åndelig vejleder, retraceleder og pilgrimspræst.

Hjemmeside (under opbygning) : www.aandeligtsoegende.dk

