

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Adresse: Ådalen Retræte Gl. Viborgvej 400, 8920 Randers NV

Der afgår bybus nr. 11 fra Randers til Aalum. Bussens endestation ved Aalum kirke er ca. 500 m. fra Ådalens adresse.

Tilmelding: tilmelding foregår enten via tilmeldingsformularen på www.aadalenretraete.dk eller pr. mail til info@aadalenretraete.dk

Pris : I alt kr. 1650,-. Depositum 500 kr indsættes ved tilmelding på konto i Vestjysk Bank 7738 1328770 mrk. "24.04.20"

Deltagere: Max 20.

Værelserne: Nye med eget bad og toilet. Der er opredte senge og håndklæder.

Naturen : Ådalen ligger i et naturskønt område ca. 15 km. vest for Randers mellem Fussingø skov og Nørreå dalen. Rige muligheder for vandreture med adgang til skoven direkte fra grunden.

Maden : Lækker og indbydende, enkel og sund med mange salater og friske grøntsager. Hvis der skal tages særlige hensyn, så giv besked.

Medbring: Gerne ekstra farvestifter. Bibel og retrætedagbog. Hjemmesko/travesko.



Retræteleder:

Cand.theol. Benedicte Tønsberg,
f.1956 uddannet retræteleder,
åndelig vejleder og pilgrimspræst.

Mulighed for åndelig vejledning
under retræten.

www.andeligtsogende.dk.

Forårsretræte på Ådalen

1. -3. april 2022



Det kosmiske Træ eller Livs-Hjulet

Tema: Hildegard af Bingen

*Stilleretræte omkring Marias Bebudelse
med fordybelse i Hildegards visioner og tekster*

Den økologiske profet Hildegard af Bingen

*Menneskehed, tag og kast et godt blik på dig selv.
Du har i dig himmel og jord og hele skabelsen.
Du er en verden – alt ligger skjult i dig.
(Hildegard 1098-1179)*

For Hildegard er alt i kosmos - mennesker, Gud, planter, dyr, ædelsten - intimt forbundet med hinanden fra de yderste stjerner til den mindste enhed. Vi er forbundet med hele kosmos og hvad vi gør har betydning for alt andet.

Se på solen. Se månen og stjernerne. Betragt skønheden af al det grønne, jorden frembringer. Tænk nu. Hvilken glæde Gud giver menneskene med alle disse ting. Hele naturen er til menneskets disposition. Det er meningen at vi skal arbejde med den. Ellers kan vi ikke overleve.

Retræten indeholder en præsentation i ord, musik og billeder af Hildegard, mystiker, forfatter, komponist og læge. Vi vil lægge særlig vægt på Hildegards optagethed af **Maria**, som hun kalder "Guds grønneste skud", *Viridissima Virga*.

Hildegard insisterer på, at der er nedlagt en frisk og grøn livskraft i alle skabninger, "*viriditas*". Viriditas er *Guds grønne gro- og spirekraft*, som forbinder alt i universet. Mennesket må få øje på den kraft, ære den og forundres over den. For ødelæggelsen af denne forunderlige, friske og fugtige livskraft- gennem det, som Hildegard kalder synd - fører til fysisk og åndelig død.

Hildegards fremstilling af den grønne kraft og af Guds feminine Visdom, der utrætteligt forsøger at råbe en sovende menneskehed op, er dybt relevant for vores tid. Der kan være inspiration og nyt håb at hente i hendes visioner og profetier.



Også forskere indenfor holistisk medicin, som opfatter krop og sjæl som en helhed, inspireres i dag af Hildegard, når man undersøger, hvad det er, der blokerer en patients adgang til den livgivende, grønne energi.

Dagsrytme

Fredag

17.00 Ankomst
18.00 Aftensmad
19.00 Samling
20.30 Kaffe/the
21.00 Aftenmeditation

Lørdag

8.00 Morgenmesse
8.45 Morgenmad
9.30 Samling
12.30 Frokost
18.00 Aftensmad
20.30 Aftens Kaffe /the
21.00 Aftenmeditation

Søndag

8.00 Morgenmesse
8.45 Morgenmad
9.30 Samling
12.30 Frokost
13.30 Afsluttende samling og afrejse