Retreater och Kurser

januari till juli 2027



S:t Davidsgården och Meditationsgården

STIFTELSEN BERGET RÄTTVIK

I stillheten blir du stark

STIFTELSEN BERGET

Tempelvägen 10
795 91 RÄTTVIK

BERGET
I stillheten blir du stark

KANSLIETS ÖPPETTIDER:
Kansliet är bemannat i mån av tid, samtal kopplas till köken övriga tider, vi besvarar mail varje dag.
Måndag– fredag kl. 10-12.30
Telefon: 0248 - 79 71 70
E-post: info@berget.se
www.stiftelsenberget.com

BANKGIRO:	574-3323
SWISHNUMMER:	123 337 20 75
ORGANISATIONSNUMMER:	883200-5949

PRAKTISKA ANVISNINGAR

Anmälan kan göras via:

- hemsida: www.berget.se.
- telefon: 0248-79 71 70
- e-post: info@berget.se
- brev: Tempelvägen 10
  795 91 RÄTTVIK

Uppge alltid kurs/retreatdatum, telefon, namn och postadress.

När anmälan kommit in skickas information och faktura.

Därefter betalas avgiften in på Bergets bankgiro: 574-3323 eller Swish: 123 337 20 75

Tyvärr finns det inte längre **taxi** i Rättvik.
Meddela vid anmälan om du har behov av hämtning så försöker vi lösa det.

Sänglinne och handdukar ingår i priset.

Avbeställningsavgiften är 750:-.
Om avbokningen sker 2 veckor eller senare före bokad kurs eller retreat är den 50 % av priset.

Reservation för eventuella prisjusteringar, ändringar i programmet samt feltryck.

S:t DAVIDSGÅRDEN



S:t Davidsgården är en tyst retreatgård. Jesus sa till sina lärjungar: "Följ med mig bort till en öde trakt, så att vi får vara ensamma och ni kan vila er lite" (Mark 6:31).

I retreaten lämnar du vardagen men inte verkligheten. Du tar en paus från allt du brukar ha omkring dig och får möjlighet att se ditt liv i ett nytt ljus. Du kan ge efter för din längtan efter stillhet och frid. Du har gott om tid att i tystnaden fullfölja dina tankar och lyssna till vad Gud har att säga dig.

Bergets husfolk förbereder en stillhetens och vänskapens miljö för alla gäster. Sängen är bäddad, maten lagad och framdukad med omsorg. Mässan och tidebönerna är dagarnas rytm. Retreatledaren finns till hands för enskilda samtal. Ibland kan det vara skönt att gå igenom sina tankar med en medmänniska. Det finns också möjlighet till bikt.

MEDITATIONSGÅRDEN



På **Meditationsgården** hålls kurser som alltid har kvalificerade och erfarna ledare, som möter dina behov av att förkovra dig, både på det personliga planet och det yrkesmässiga. Här får du möjlighet att möta människor med erfarenheter som kan berika dig.

Kurserna i meditation ger rotfäste, avspänning och öppenhet för den andliga dimensionen. Den kroppsliga förankringen i sittställningen hjälper oss till en positiv helhetsupplevelse. Här lär man sig att "sitta sig till stillhet".

Förutom meditation finns här kurser och retreater i mindfulness, yoga, ignatiansk vägledning, ikonmålning, skrivarkurser, stilla dagar, akvarellmålning, kontemplation med mera. Kursdeltagare har givetvis möjlighet att ta del av bönerytmen i S:t Davids kapell.

Kurserna arrangeras i samarbete med studieförbundet Bilda.

Bilda

FRISKVÅRDSBIDRAG

Du kan få friskvårdsbidrag av din arbetsgivare för kursavgiften på Bergets kurser.

Yoga, meditation, mindfulness som stresshantering är några av de friskvårdsaktiviteter som Skatteverket godkänner som friskvård. Kolla med din arbetsgivare vad som gäller på din arbetsplats.



STIG IN I VÅR BÖNERYTM

30/11–3/12

Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa och tideböner.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.



RETREAT - KÄRLEKENS TON

- Gud är kärlek, och har skapat oss i och till samklang med sig själv

3–6/12

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

Genom Herdepsalmen (Ps 23) får vi söka efter kärlekens ton i så olika livssituationer som vila och kamp, lidande och kraft. Kanske upptäcker vi hur denna ton, om än sprucken i oss, redan bär. Sen stämmer vi in i tonen från psaltaren, NT, psalmboken, Taizé, den moderna lovsångsgenren och tystnaden.

OBS. Inga krav! Vi sjunger med de röster vi har!

Retreatledare är **ERIK HULTBY**, sjukhuspräst i Sala.

Helpension 4 110:-



STIG IN I VÅR BÖNERYTM

7–10/12

Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa och tideböner.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.

MEDITERA OCH SKRIV

26–29/11

Torsdag kl. 18.00 till söndag kl. 14

Vill du hitta ett nytt sätt att skriva? Ett sätt som handlar mindre om teori och regler och mer om känslor och intuition? Då är den här helgkursen något för dig.

Vi arbetar med korta snabba övningar och triggar igång kreativiteten genom olika stimuli. Meningen är att i ett första skede skriva utan att tänka (på vad det skall bli eller att det måste bli bra) och på så sätt skapa starka scener och ett undertryck i i texten.

Genom gestaltningsövningar och genom att använda intuitiva metoder får vi fatt i berättelser vi kanske inte visste att vi hade i oss, eller trodde oss ha ord för.

Tanken är att släppa prestationsångesten och hitta tllbaka till kreativitet och skrivlust. En viktig del är att jobba med texterna utifrån ett ”mindfullt” förhållningssätt, till exempel icke-dömande, tillit och acceptans.

Meditation och mindfulnessövningar hjälper oss med det. Under kursen ligger fokus på processen – att skriva mycket och att släppa kontrollen kring vad en text ska vara. En viktig del är också att dela med med sig av sina texter till de andra. Både nybörjare och personer som skrivit länge är välkomna.

Kursledare är **VIKTORIA MYRÈN**, författare och skrivpedagog, hennes senaste bok är ”Sköra varelser” (2022)

Kursavgift 1 800:- plus helpension 4 110:-





Intresserad av att leva kommunitetsliv?

På Berget lever en ekumenisk kommunitet som gärna tar emot fler medlemmar från olika kyrkotraditioner!

Vi är sju bofasta medlemmar varav två postulanter, men vi har plats för åtminstone två medlemmar till.

Om du har frågor mejla kommunitetens ledare:

peder@berget.se



IGNATIANSK RETREAT
”Att urskilja andarna”

10–13/12

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

Introduktion till Ignatius av Loyolas *Andliga övningar.*

Ledare för retreaten är jesuitpater **ULF JONSSON**.

Helpension 4 110:-

BERGET HÅLLER STÄNGT 14–22/12



JULFIRANDE PÅ BERGET

23 – 27 december

Julfirandet börjar den 23/12 med ankomst kl. 17.30 och avslutas med frukost den 27/12 kl. 10

Juldagar i vila, enkelhet och glädje inför *Kärlekens under*, som är mänsklighetens och världens räddning: att Gud blev människa.

Dagarna ger möjlighet att samla sig, läsa, delta i bibelmeditationer, öva djupmeditation och delta i julens gudstjänster. Tystnad en del av dagen.

Helpension 5 480:-

NYÅR MED MEDITATION OCH REKREATION

30 december – 2 januari

Onsdag kl. 17.30 till lördag kl. 14

En nyårshelg med möjlighet till meditation och fördjupning. Meditation tre gånger per dag samt en vägledning per dag. Gott om tid för vila och rekreation.

Tystnad halva dagen.

Dessa dagar leds av medlemmar i **KOMMUNITETEN DEN HELIGA TREENIGHETEN PÅ BERGET**.

Helpension 4 110:-

TRETTONDEDAGSRETREAT
- *”DET ILLUMINERANDE LJUSET”*
4–7/1
Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 14

En retreat om ljusets betydelse i naturen och i den kristna tron, förstådd genom den kristna mystikens visdom.

Retreatledare är **fader PEDER BERGQVIST**, katolsk präst och föreståndare på Berget.

Helpension 4 110:-



STIG IN I VÅR BÖNERYTM

7–10/1 och 11–14/1
Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 10 och måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa, tideböner och måltider.

Möjlighet att komma på torsdag eller måndag och stanna en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.

RETREAT - *Psaltaren - själens garderob*

14–17/1
Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

Tillsammans får vi klä vårt inre liv i de skiftande känslor och förhållningssätt som Psaltarens psalmer på ett starkt och tidlöst sätt klätt i ord. Vad någon annan känt och uttryckt i sin ande får vi "klä ut oss i" för hitta fram till ångestrop, tårar, vrede och lovsång som vi kan göra till våra egna uttryck och så växa och förbättra vår "andedräkt". I lyssnandet till de ord som enligt löftet är Ande och liv, i Mässa, bön, meditation och tystnad låter vi samme Helige Ande som inspirerade Psaltarens sånger och böner vidga vår andes erfarenheter och uttryck, ja förnya själens garderoben.



FREDRIK SIDENVALL leder retreaten, präst i Svenska kyrkan med femton års erfarenhet som skolledare och med erfarenhet av pedagogik och utvecklingspsykologi.

Helpension 4 110:-

BARA VARA DAGAR - MED MEDITATION

7–10/1 och 11–14/1

Torsdag kl. 18.00 till söndag kl. 10 och måndag kl. 18.00 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter vila och återhämtning.

Vi erbjuder meditation för- och eftermiddagar.

I meditationen får vi sitta oss till stillhet och ro, viket ger oss förankring och rotfäste i tillvaron.

Dagarna vänder sig både till dig som är nybörjare och till dig som vill fördjupa din meditation.

Du kommer på torsdag eller måndag och stannar en eller flera dagar.

Dagarna leds av **MEDLEMMAR I *KOMMUNITETEN DEN HELIGA TREENIGHETEN PÅ BERGET***.

Helpension 1 370:- per dygn.



YOGA- OCH MINDFULNESSRETREAT

21–24/1

Torsdag kl. 18.00 till söndag kl. 14

Du som vill investera i dig själv – välkommen till fyra yoga- och mindfulnessdagar. Det är en möjlighet att sakta ned ordentligt, skala av och hitta verktyg som hjälper dig att lyssna inåt och återknyta kontakten med din kropps egen intelligens.

På morgnarna väcker vi kroppen mjukt med yoga för att hitta kraft och stannar lite extra i positioner för att känna in kroppen. Under dagarna utför vi även den vilsamma och terapeutiska yinyogan. I yinyogan stannar vi länge i positionerna för att öva oss i medveten närvaro och att möta oss själva precis som vi är utan krav. Vi aktiverar kroppens bindväv och frigör spänningar som samlats av stress och stillasittande.

Utöver yogan ingår även sittande meditation, gående meditation i skön natur samt gott om tid för att bara vara. Vi är i tystnad delar av retreaten. Denna retreat passar dig oavsett om du är nybörjare eller har lång erfarenhet.

På Berget i Rättvik finns skogar, ljuvliga promenadslingor och närhet till Siljan. Du kan värma dig vid brasan, basta samt boka en behandling av Lotta.

Ledare är **LOTTA RANNER**, certifierad yogalärare med flera års erfarenhet av att leda yoga. I naturen - från de svenska fjällen till Amazonas regnskogar - har hon hämtat både kraft och läkning. Med inspiration från både inre och yttre resor väver hon varsamt in det i sina klasser och skapar ett tryggt rum för att landa i dig själv.

Kursavgift 1 800:- plus helpension 4 110:-

STIG IN I VÅR BÖNERYTM

18–21/1

Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa, tideböner och måltider.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.

RETREAT - *"Om att bevara friden mitt i AI och andra oroande omvälvningar"*

21–24/1

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

Vad är skillnaden mellan artificiell intelligens och mänsklig intelligens? Och vad vill Gud med människans förmåga att tänka, förstå och hitta lösningar på olika problem? Hur ska vi kunna bevara det mänskliga när maskinerna tycks kunna allt?

Retreaten utgår från bibliska texter, kyrkans tradition och påven Leo XIVs första encyklika "Människans storhet" (*Magnifica humanitas*).

Under dessa dagar söker vi med Guds hjälp finna hållbara och hoppfulla förhållningssätt till allt det nya som den digitala och tekniska revolutionen ställer oss inför. Vi söker att pröva allt och att tolka tidens tecken i Guds och trons ljus.

Retreatledare är **fader PEDER BERGQVIST**, katolsk präst och föreståndare på Berget.

Helpension 4 110:-



STIG IN I VÅR BÖNERYTM

25–28/1

Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa, tideböner och måltider.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.

RETREAT

- Andlig läsning av den första Mosebokens texter

28–31/1

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

Berättelserna om Adam och Eva, om ormen och kunskapens träd, om Noa, om Babels torn... är allt detta gamla sagor? Eller Guds ord?

På vilket sätt kan det belysa våra liv, och vara ett glatt budskap för oss i dag?

Det blir spännande att under dessa dagar på nytt läsa Bibelns första sidor och upptäcka hur de talar till oss idag.

Retreatledare är **SR VERONICA OP**, dominikansyster med många års erfarenhet av att leda retreater och undervisa om de bibliska texterna.

Helpension 4 110:-



RETREAT - *"En väg till Guds Jerusalem"*

11–14/2

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

I retreatens form möter vi verklighetens utvandrare från Nås, de som inspirerade Selma Lagerlöf att skriva sin stora roman ”Jerusalem”. Genom att spegla våra egna erfarenheter i nåsemigranternas livsöden får vi tillfälle att reflektera över våra egna livsvägar: våra livsval, händelser och tillfälligheter som präglat oss, vårt sökande efter tro. Med hjälp av metoder hämtade från den ignatianska spiritualiteten söker vi urskilja hur Gud har funnits med längs våra emellanåt slingrande vägar.

Det är en fördel men ingen nödvändighet att ha läst eller ha tillgång till boken ”En väg till Guds Jerusalem” (Artos förlag) i samband med retreaten.

Retreatledare är **EVA CRONSIOE**, präst i Svenska kyrkan och författare.

Helpension 4 110:-



BARA VARA DAGAR - MED MEDITATION

1–4/2

Måndag kl. 18.00 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter vila och återhämtning.

Vi erbjuder meditation för- och eftermiddagar.

I meditationen får vi sitta oss till stillhet och ro, viket ger oss förankring och rotfäste i tillvaron.

Dagarna vänder sig både till dig som är nybörjare och till dig som vill fördjupa din meditation.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Dagarna leds av **MEDLEMMAR I *KOMMUNITETEN DEN HELIGA TREENIGHETEN PÅ BERGET***.

Helpension 1 370:- per dygn.



MEDITATIONSDAGAR

4–7/2

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

Dagar då du får möjlighet att meditera fyra gånger per dag. Vi mediterar både inne och ute, om vädret tillåter. Meditationen är framför allt inspirerad av "Ignatius andliga övningar i kontemplativ form" där vi fokuserar på uppmärksam närvaro: i naturen, i andningen, i händerna och i namnet Jesus (Jesusbönen i dess kortaste form).

Varje dag erbjuds också ett föredrag om kristen mystik.

Det är tystnad halva dagen, fram till och med middagen klockan 13.00 och därefter möjlighet till samtal.

Dagarna leds av fader **PEDER BERGQVIST**, föreståndare och **KRISTINA ANDERSSON**, meditationsledare, båda är medlemmar i *kommuniteten Den Heliga Treenigheten på Berget*.

Helpension 4 110:-

MEDARBETARRETREAT 7–10/2

KURS I TAI CHI, DEN KORTA YANGFORMEN DEL 1 OCH ZENMEDITATION

16–21/2

Tisdag kl. 18 till söndag kl. 14

TaiChi-delen i kursen är den första delen i den korta Yangformen. Tai Chi är en dynamisk rörelseform där intention, andning och rörelse så småningom integreras i kroppen. Det hela mynnar ut i att kroppen blir mer samlad, öppen, avspänd och vaken.

Det är också en kurs för dig som vill förbättra din balans och koordination, bli mer medveten och få en bättre kontakt med din kropp, hitta din andning i vardagen och lösa upp spänningar.

Yang-formens enkla rörelseformer är speciellt bra för oss som är äldre, eftersom vi genom årens lopp har tappat lite av kontakten med kroppen och andningen.

Den är också till för yngre och den som vill förbättra exempelvis sin kropps fysiska förmåga i olika sammanhang, tex utförsåkning, golf och så vidare.

Med hjälp av övningarna underlättar vi för kroppen att släppa det ”hårda greppet” som vi i allmänhet har, och andningen blir då lite mer fri och då kan också mer energi bli tillgänglig får oss i vår vardag.

Vi börjar och avslutar varje dag med Zenmeditation, där vi har en lätt kontakt med andning och kropp och är upprätta och vakna under sittningen.

ISTVÁN SZABÓ är kursledare och har praktiserat Tai chi, Zenmeditation och Basal Kroppskännedom sedan början av 80 talet. Han har bl.a. gått i lära hos Jaques Dropsy som var en förgrundsgestalt inom basal kroppskännedom, Tai chi och Zenmeditation i Skandinavien.

Kursavgift 1 850:- plus helpension 6 850:-



BARA VARA DAGAR - MED MEDITATION

22–25/2

Måndag kl. 18.00 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter vila och återhämtning.

Vi erbjuder meditation för- och eftermiddagar.

I meditationen får vi sitta oss till stillhet och ro, viket ger oss förankring och rotfäste i tillvaron.

Dagarna vänder sig både till dig som är nybörjare och till dig som vill fördjupa din meditation.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Dagarna leds av **MEDLEMMAR I *KOMMUNITETEN DEN HELIGA TREENIGHETEN PÅ BERGET***.

Helpension 1 370:- per dygn.



STIG IN I VÅR BÖNERYTM

22–25/2

Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa och tideböner.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.





RETREAT

- ATT BE MED ROSENKRANSEN

25–28/2

Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Vi behöver alla stöd i vår bön och där kan rosenkransbönen vara till hjälp. Under denna retreat går vi igenom denna bön tillsammans både genom att se hur den är upplagd och genom att be den gemensamt.

Retreatledare är **MARIE ERENIUS BERGQVIST**, medlem i *Kommuniteten Den heliga Treenigheten på Berget*.

Helpension 4 110:-

BARA VARA DAGAR - MED MEDITATION

1–4/3

Måndag kl. 18.00 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter vila och återhämtning.

Vi erbjuder meditation för- och eftermiddagar.

I meditationen får vi sitta oss till stillhet och ro, viket ger oss förankring och rotfäste i tillvaron.

Dagarna vänder sig både till dig som är nybörjare och till dig som vill fördjupa din meditation.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Dagarna leds av **MEDLEMMAR I *KOMMUNITETEN DEN HELIGA TREENIGHETEN PÅ BERGET***.

Helpension 1 370:- per dygn.



Vi finns på Instagram:
stiftelsenberget1962

SESSHIN - TO TOUCH THE HEART-MIND

5–10/3

Fredag kl. 18 till onsdag kl. 10.30

Sesshin hör hemma i den zenbuddhistiska traditionen och innebär ett erbjudande till den som går - eller vill gå – Uppvaknandets Väg att under ett antal strukturerade dagar i tystnad, men tillsammans med andra, fördjupa sig i medveten närvaro. Vi övar zazen (sittande meditation varvad med gående meditation) cirka 7 timmar per dag. Varje dag finns inslag av praktiskt arbete, föredrag och möjlighet till ett personligt samtal med läraren.

Vegetarisk mat serveras under Sesshin.

Dagarna leds av **JOAKIM RZEPKA WEJÅKER**. Joakim är zenlärare och arbetar som beroendeterapeut. Joakim har givits tillåtelse att verka som självständig lärare (denkai) av sin lärare Karen Terzano (www.ordinarymind.se).

Kursavgift 1 000:- plus helpension 6 850:-

STIG IN I VÅR BÖNERYTM

1–4/3

Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa och tideböner.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.



RETREAT

- SJÄLENS LÄNGTAN EFTER GUD

11–14/3

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

Stillhetens frukt är bön.
Bönens frukt är tro.
Trons frukt är kärlek.
Kärlekens frukt är tjänande.
Tjänandets frukt är frid
(Moder Teresa)



Bönen, både den enskilda och gemensamma, är en möjlighet för andlig återhämtning och en väg till existentiell hälsa. Genom stillhet, bön och reflektion söker vi Guds närvaro och vägen till frid. Kom och upptäck hur vi tillsammans kan vandra denna väg.

Ledare för retreaten är **MATTIAS NORDSTRÖM**, präst och direktor för Samaritherhemmet diakoni och **RUTH NORDSTRÖM**, advokat, föreläsare och författare. Tillsammans har paret Nordström skrivit boken ”Själens längtan efter Gud – en bönbok för vardagen”, som blir utgångspunkt för retreaten.

Helpension 4 110:-

15–18/3 MEDARBETARDAGAR inför påskfirandet



RETREAT - "Jag är det sanna vinträdet" (Joh 15:1)

18–21/3

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

Vi stannar upp några dagar i stillhet och mediterar över det sanna vinträdet: Jesus Kristus. Vinträdet planteras som ett skott, en stickling, i jungfru Marias sköte. Han blir det han inte varit, människa, ändå förblir han den han var, nämligen Gud av Gud.

För att bära mer frukt blev det sanna vinträdet beskuret: genom omskärelsen, i hans utblottelse, beskuren sin härlighet, sin rikedom, beskuren från sina närmaste, sin familj, sina vänner. Ingen fanns där att trösta honom. Han fick trampa vinpressen själv, där han själv var frukten och hans blod var vinet.



Retreaten är så en möjlighet att förbereda sig för att ta emot Kristi påskmysterium. Vi stannar upp några dagar för att i stillhet, tystnad och lyssnande ta emot det vi behöver och det Gud vill ge oss.

Retreatledare är **fader PEDER BERGQVIST**, katolsk präst och föreståndare på Berget.

Helpension 4 110:-

PÅSK PÅ HELA BERGET 25–29/3

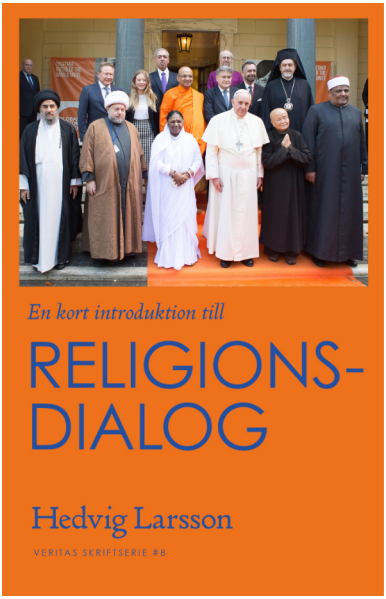
Torsdag kl. 16.30 till måndag kl. 14

Fira påsk från Skärtorsdagen till Annandag Påsk!

Vi erbjuder gemenskap i vår avkopplande miljö med tideböner, Mässa, föredrag, möjlighet till kristen djupmeditation, enskilda samtal, fina promenader, med mera. Tillsammans får vi följa och fira Påsk!

Bergets husfolk tar emot alla gäster med god mat, bön och en omsorgsfull gemenskap.

Helpension 5 480:-



RELIGIONSDIALOG

- Varför skall vi prata om andra religioner?

1–4/4

Torsdag kl 17.30 till söndag kl 14

Varför ska vi prata om andra religioner? Och vad är det för mening med att prata med dem som tillhör andra religioner? Dessa och några andra frågor kommer vi att ta upp under denna kurs. Vi ser på hur synen på icke-kristna personer och deras religioner har sett ut under århundradenas lopp, och hur den har utvecklats. Det blir även tillfälle att dela erfarenheter och tankar kring hur religionsdialog kan fungera i Sverige i dag.

HEDVIG LARSSON är sedan många år medlem av KID (katolska kyrkans kommission för interreligiös dialog). Hon är teologie doktor i religionshistoria, har undervisat bland annat på Newmaninstitutet och Marie Cederskölds högskola. För närvarande är hon verksam vid S:ta Birgittas folkhögskola i Stockholm.

Kursavgift 1 000:- plus helpension 4 110:-

STIG IN I VÅR BÖNERYTM

1–4/4

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa och tideböner.

Du kommer på torsdag och stannar en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.

5–8/4 MEDARBETARDAGAR

VOLONTÄR PÅ BERGET!

Vi söker volontärer för kortare eller längre perioder. Som volontär delar man livet på Berget med gemenskap, bön och arbete.

Det kan handla om en begränsad tid eller om att pröva sin kallelse till kommunitetsliv.

Innan man börjar som volontär får man komma på en provvecka.

Ring eller skriv till Ingrid Eriksson för mer information:

ingrid@berget.se



RETREAT - *Hur svarar jag bäst på Guds kärlek?*
- Om att urskilja Guds vilja i stort och smått

8–11/4
Torsdag kl. 17.30 till söndag kl.14

Våra liv är fyllda av val, stora och små. Som kristna är vi kallade att söka, omfamna och försöka uttrycka Guds vilja i allt, för en mening och ett hopp som inte beror av dagsform, och för att Guds rike ska kunna nå fler.

Men hur kan jag förstå vad som mer utbreder Guds ära och ger mitt liv större mening i val mellan alternativ som ur perspektivet tro och moral är lika goda? Som mellan studier och jobb, mellan olika yrken eller bostadsorter; eller när det gäller själva livsformen, mellan en andlig kallelse som utesluter familj och att gifta sig?

Med inspiration från den spiritualitet som fått namn efter Jesuitordens grundare, S:t Ignatius av Loyola, leder jesuitpater Thomas Idergard deltagarna i denna reträtt genom några av den andliga urskiljningens grundläggande förutsättningar och steg, främst i hur jag kan förstå hur Gud verkar i världen och i just mitt liv, hur jag kan bli fri att göra ett val, de tre huvudsakliga sätten som ett val kan göras på och vilka frukterna kan bli i det vardagliga, ”det lilla”.

Reträtten varvar kortare föredrag med enskild vägledning.

P. THOMAS IDERGARD SJ är katolsk präst och konsulent för att främja evangelisationen i katolska stiftet i Sverige.

Helpension 4 110:-

FÖRSAMLINGSRETREAT

Något för församlingar och grupper av olika slag. Ni kommer till en färdig retreatmiljö och har möjlighet att fira gudstjänst i er egen tradition, med era egna ledare.

Intresserad, eller har du frågor? Kontakta: peder@berget.se

STIG IN I VÅR BÖNERYTM

12–15/4
Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa och tideböner.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.

BARA VARA DAGAR - MED MEDITATION

12–15/4

Måndag kl. 18.00 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter vila och återhämtning.

Vi erbjuder meditation för- och eftermiddagar.

I meditationen får vi sitta oss till stillhet och ro, viket ger oss förankring och rotfäste i tillvaron.

Dagarna vänder sig både till dig som är nybörjare och till dig som vill fördjupa din meditation.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Dagarna leds av **MEDLEMMAR I *KOMMUNITETEN DEN HELIGA TREENIGHETEN PÅ BERGET***.

Helpension 1 370:- per dygn.





BILDTERAPI OCH MEDITATION

15–18/4

Torsdag kl. 18 till söndag kl. 14

Kursen kräver inga förkunskaper. Allt material tillhandahålls vid kursen. Kursen omfattar meditationspass, avspännings- och visualiseringsövningar inför målarpassen, måleri utifrån inre bilder och samtal om bildskapandet både individuellt och i grupp.

Kursen avslutas med en processanalys av vars och ens samtliga bilder. Som grund för vårt Bildterapeutiska arbete ligger C.G. Jungs tankar om det omedvetna och vår intuitiva skaparkraft. Meditationen är inspirerad av Za-zen och kristen djupmeditation i Mäster Eckharts anda. Antalet är begränsat till högst 8 deltagare.

Kursledare är **KARIN SZABÓ**, leg. Psykolog och Bildterapeut sedan mer än 30 år tillbaka.

Kursavgift 1 800:- plus helpension 4 110:-

STIG IN I VÅR BÖNERYTM

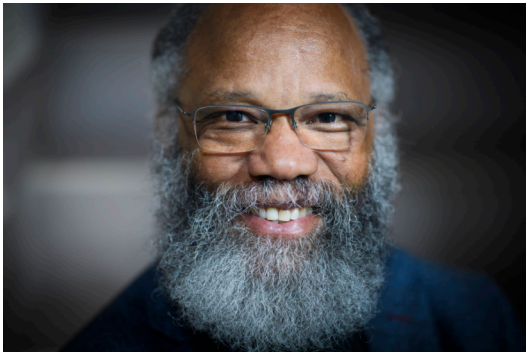
19–22/4

Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa och tideböner.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.



RETREAT

- KIERKEGAARDS APOFATISKA MYSTIK

En uppfattning av människans kontemplativa sensorium

22–25/4

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

Den materialistiska världsbilden menar att mystika upplevelser är overkliga. Immanuel Kant menar att människan är oförmögen att få kunskap om den yttersta (noumenella) verkligheten. Kierkegaard ansluter sig till den apofatiska traditionen och framhäver att den enskilda individen kan uppleva Guds närvaro och kärlek. Denna retreat ger oss en inblick i Kierkegaards väg till ett intimt möte med Gud.

TED HARRIS är präst i Svenska kyrkan, teol. dr. och medlem i FTO (*Franciskus Tredje Orden i Svenska kyrkan*). Han har skrivit *Konsten att leva innerligt* (2008) tillsammans med Ann Lagerström, *Att leva helhjärta*t (2013) tillsammans med Carolina Johansson, Mänsklig Blomstring (2016) och *Vägar till Välbefinnande* (2019). Han föreläser om Kierkegaards existentiella filosofi och kristen kontemplation.

Helpension 4 110:-

STIG IN I VÅR BÖNERYTM

26–29/4

Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa och tideböner.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.

BARA VARA DAGAR - MED MEDITATION

19–22/4

Måndag kl. 18.00 till torsdag kl. 10.

Dagar för dig som längtar efter vila och återhämtning.

Vi erbjuder meditation för- och eftermiddagar.

I meditationen får vi sitta oss till stillhet och ro, viket ger oss förankring och rotfäste i tillvaron.

Dagarna vänder sig både till dig som är nybörjare och till dig som vill fördjupa din meditation.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Dagarna leds av **MEDLEMMAR I *KOMMUNITETEN DEN HELIGA TREENIGHETEN PÅ BERGET***.

Helpension 1 370:- per dygn.



ALTERNATIV KONFERENSMILJÖ

- en lugn och fridfull miljö att landa i för dig och dina medarbetare

Ni kan lägga upp dagarna på Berget som det passar era behov!
Vi har boendet, maten, miljön, gemenskapen och bönen!
Vid frågor kontakta Bergets föreståndare: peder@berget.se

INTRODUKTION I MEDITATION

- att sitta sig till stillhet

29/4–2/5

Torsdag kl. 18 till söndag kl. 14

Att sitta i meditation är en väg till att lära känna oss själva, men också en väg till Herrens undervisning om oss själva. Kursen vänder sig både till nybörjare och dem som vill fördjupa sig i kristen djupmeditation. Vi mediterar tre gånger varje dag med ett föredrag och ett kvällssamtal om dagen.

Ledare är **BERIT EDMAN**, meditationsledare och associerad medlem till Kommuniteten Den heliga Treenigheten på Berget.

Kursavgift 800:- plus helpension 4 110:-

RETREAT - "Bara den som vandrar nära marken kan se dina under Gud"
29/4–2/5



Torsdag kl. 18 till söndag kl. 14

Med utgångspunkt från Sv. Ps. 787 ser vi hur larven, myran och barnet kan vara våra förebilder. Larven lär oss vara nära och närvarande, myran lär oss vikten av att använda vår kropp och barnet lär oss om förhållningssätt.

"Bara den som vandrar nära marken kan se dina under, Gud. Låt oss aldrig bli så stora att vi inte ser de små, larven som kryper och myran som stretar och barn som lär sig gå" (Sv. Ps. 787).

Retreaten leds av **BRODER MICAEL CHRISTOFFER SSF**, förstaordensbroder i *Society of Saint Francis*.

Helpension 4 110:-

3–5/5 MEDARBETARDAGAR



RETREAT
"TILLS HELA GUDS FULLHET FYLLER ER"
- tomma händers lovsång
6–9/5
Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

Efter Kristi himmelsfärd vänder vi våra blickar mot Andens Pingst och söker efter kärlekens ton i våra liv med Ef 3:14–21 som utgångspunkt. Kanske upptäcker vi hur denna ton, om än sprucken i oss, redan bär. Sen stämmer vi in i tonen från psaltaren, NT, psalmboken, Taizé, den moderna lovsångsgenren och tystnaden.

OBS. Inga krav! Vi sjunger med de röster vi har!

Retreatledare är **ERIK HULTBY**,

sjukhuspräst i Sala.

Helpension 4 110:-

STIG IN I VÅR BÖNERYTM
10–13/5
Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa och tideböner.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.



MEDITERA OCH SKRIV

6–9/5

Torsdag kl. 18.00 till söndag kl. 14

Vill du hitta ett nytt sätt att skriva? Ett sätt som handlar mindre om teori och regler och mer om känslor och intuition? Då är den här helgkursen något för dig.

Vi arbetar med korta snabba övningar och triggar igång kreativiteten genom olika stimuli.

Meningen är att i ett första skede skriva utan att tänka (på vad det skall bli eller att det måste bli bra) och på så sätt skapa starka scener och ett undertryck i i texten.

Genom gestaltningsövningar och genom att använda intuitiva metoder får vi fatt i berättelser vi kanske inte visste att vi hade i oss, eller trodde oss ha ord för. Tanken är att släppa prestationsångesten och hitta tillbaka till kreativitet och skrivlust. En viktig del är att jobba med texterna utifrån ett ”mindfullt” förhållningssätt, till exempel icke-dömande, tillit och acceptans.

Meditation och mindfulnessövningar hjälper oss med det. Under kursen ligger fokus på processen – att skriva mycket och att släppa kontrollen kring vad en text ska vara. En viktig del är också att dela med med sig av sina texter till de andra. Både nybörjare och personer som skrivit länge är välkomna.

Kursledare är **VIKTORIA MYRÈN**, författare och skrivpedagog, hennes senaste bok är ”Sköra varelser” (2022).

Kursavgift 1 800:- plus helpension 4 110:-

BARA VARA DAGAR - MED MEDITATION

10–13/5

Måndag kl. 18.00 till torsdag kl. 10.

Dagar för dig som längtar efter vila och återhämtning.

Vi erbjuder meditation för- och eftermiddagar.

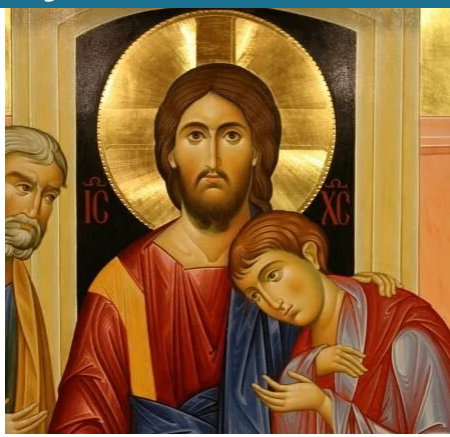
I meditationen får vi sitta oss till stillhet och ro, viket ger oss förankring och rotfäste i tillvaron.

Dagarna vänder sig både till dig som är nybörjare och till dig som vill fördjupa din meditation.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Dagarna leds av **MEDLEMMAR I *KOMMUNITETEN DEN HELIGA TREENIGHETEN PÅ BERGET***.

Helpension 1 370:- per dygn.



RETREAT

- "Jag är den älskade lärjungen" (Joh 13:23)

13–16/5

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

Vi stannar upp några dagar i stillhet och mediterar över vad det betyder att vara den älskade lärjungen.

Vi övar oss i att ta emot Guds kärlek, att upptäcka den kärlek som bor i oss, och att älska oss själva, utan att skämmas.

Evangelisten och aposteln Johannes får vara vår modell dessa dagar. Vi låter den franciskanska förståelsen av viljan och kärleken fördjupa innebörden av en sund självkärlek.

Retreaten är så en möjlighet att komma nära Gud och sig själv, i tystnad och stillhet.

Retreatledare är **fader PEDER BERGQVIST**, katolsk präst och föreståndare på Berget.

Helpension 4 110:-



17–20/5

KOMMUNITETENS RETREAT

STIG IN I VÅR BÖNERYTM

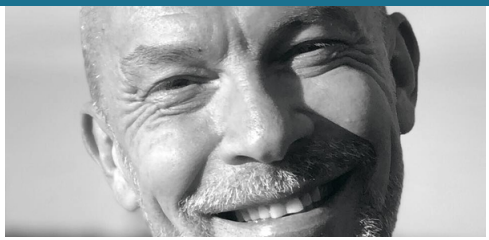
24–27/5

Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10

Dagar för dig som längtar efter avskildhet, tystnad och bön. Vi följer S:t Davidsgårdens rytm med Mässa och tideböner.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Helpension 1 370:- per dygn.



MEDITATION & YIN YOGA

13–16/5

Torsdag kl. 18 till söndag kl. 14

Inga förkunskaper krävs. Vi provar och går igenom grunderna i meditation, sittställning, förhållningssätt till tankar, med mera. Yin yoga passar alla men är speciellt bra om man är stel och orörlig. De enkla övningarna passar nybörjare så väl som vana utövare. Yin yoga kännetecknas av passiva positioner med en lätt, mjuk stretch, utförda i stillhet och medveten närvaro.

Kursledare är **JARMO NYKYRI**, meditationsledare, Yin yogalärare, Rosenterapeut, röstcoach. Anställd som diakoniassistent i Ängekyrkan Härnösand.

Kursavgift 1 700:- plus helpension 4 110:-





MEDITATIONSHELG

21–23/5

Fredag kl. 18.00 till söndag kl. 14

Dagar för vila och återhämtning. Vi erbjuder meditation cirka 4 timmar per dag. I meditationen lär vi oss att sitta oss till stillhet och ro. En hållning som ger oss förankring och rotfäste i en för många splittrad tillvaro. Vi kommer till oss själva, vi är i vårt vara utan prestationer, igenkända och älskade.

Meditation både inne i meditationshallen och ute i naturen. Föredrag av f. Peder om den Kristna mystiken.

Tystnad till och med middag varje dag. Dagarna vänder sig både till dig som är nybörjare och till dig som vill fördjupa din meditation.

Dagarna leds av **fader PEDER BERGQVIST**, föreståndare och **INGRID ERIKSSON**, meditationsledare, båda är medlemmar i *kommuniteten Den Heliga Treenigheten på Berget*.

Helpension 2 740:-



RETREAT
- "Jag vill tro, hjälp min otro"

27–30/5

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

En retreat om tro och tvivel, längtan och tillit. Under några dagar får vi lämna vardagens brus och ge plats för stillhet, bön och eftertanke.

Med bibeltexter, tystnad och reflektion får vi närma oss våra egna frågor om tro och Gud.

Här behövs inga färdiga svar. Bara en vilja att stanna upp, lyssna och kanske våga be: Jag vill tro. Hjälp min otro (Mark 9:24).

JOHNNY STIGESJÖ är präst i Svenska kyrkan, tertiare i FTO (*Franciskus Tredje Orden i Svenska kyrkan*) och använder sin fritid att möta tro och tvivel på sociala medier.

Helpension 4 110:-

BARA VARA DAGAR - MED MEDITATION

24–27/5

Måndag kl. 18.00 till torsdag kl. 10.

Dagar för dig som längtar efter vila och återhämtning.

Vi erbjuder meditation för- och eftermiddagar.

I meditationen får vi sitta oss till stillhet och ro, viket ger oss förankring och rotfäste i tillvaron.

Dagarna vänder sig både till dig som är nybörjare och till dig som vill fördjupa din meditation.

Du kommer på måndag och stannar en eller flera dagar.

Dagarna leds av **MEDLEMMAR I *KOMMUNITETEN DEN HELIGA TREENIGHETEN PÅ BERGET***.

Helpension 1 370:- per dygn.



ALLA ÄR VÄLKOMNA PÅ BERGET!

Vi samarbetar med alla de fyra kyrkofamiljerna (Svenska kyrkan, frikyrkorna, de ortodoxa och katolikerna) och är även en plats för den som inte är aktivt kristen.

Det finns möjlighet att lägga dagar, veckoslut, kurser och retreater, på Berget.

Vid frågor kontakta: peder@berget.se

INTEGRAL ZEN, MYSTICISM, AND JUNG - BROADENING THE RIVER OF LIFE
1–6/6
Tisdag kl. 18 till söndag kl. 14

An Integral Zen Sesshin integrating elements of Ki-Aikido, Jungian dreamwork, and mysticism into Zen practice. Open to both beginners and experienced Zen practitioners.

Integral Zen was founded by Doshin Roshi and opens the Zen path to both healing and awakening. Integral Zen is a pioneering approach within the Rinzai Zen lineage, incorporating elements of Integral Theory (Ken Wilber) and C. G. Jung's work on religion and practices related to the individuation process. Karl is a Sensei in the Integral Zen lineage.

Ki-Aikido is a style of Aikido practiced with mind and body unified. Ki-Aikido is a modern Japanese martial art with roots in budo, traditional Shinto purification practices, and Japanese yoga.

The sesshin will be held in silence, with twelve periods of sitting meditation each day. There will be one hour of bodywork each day in the form of Ki-Aikido, led by Jakob. We practice zazen (sitting meditation), interspersed with kinhin (walking meditation).

Each day includes practical work, talks, and an opportunity for a personal conversation with the teacher.

The leaders are:

- **KARL BEER**: studied with Fr. Enomiya-Lassalle and Fr. Ama Samy; Sensei in the Integral Zen lineage of Doshin Roshi.

- **JAKOB HILDING**: Ki-Aikido instructor, black belt, and student of Doshin Roshi.

Cost: There is no teacher fee (donations to the teacher are appreciated).

Helpension 6 850:-



7–10/6 MEDARBETARDAGAR

YOGA OCH MEDITATION
10–13/6
Torsdag kl. 18 till söndag kl. 14

Kursen vänder sig till både nybörjare och dem som under en helg vill fördjupa sig i yoga och meditation. Vi kommer att yoga och meditera i ett flöde under dagarna men med utrymme för egen tid. Varje dag avslutas med samling för reflektion och samtal kring meditationens och yogans betydelse för kropp, själ och ande. Ges även möjlighet till tystnad.

Ledare är **CHARLOTTA LINDHOLM**, diakon och utbildad till Meditationsledare på Berget. Lotta är också yogaledare på Friskis och Svettis.

Kursavgift 1 000:- plus helpension 4 110:-



VÄNFÖRENINGENS ARBETSDAGAR

14–18 juni

Måndag kl. 13 till och med fredag kl. 14
Välkommen att dela arbete, gemenskap och bön några dagar i vår fantastiska miljö.
Om du är intresserad av dessa dagar kontakta: info@berget.se

BERGETS ÅRSMÖTEN

Härmed tillkännages att Stiftelsen Bergets Vänförening och huvudmannaförsamling har årsmöte:

Lördagen den 19/6 KL. 12

S:t Sigfrids Boklåda har årsmöte fredagen den 18/6 kl. 19.00

RETREAT PÅ HELA BERGET

"KALLELSE TILL INRE BÖN"



21–24 juni
Måndag kl. 17.30 till torsdag kl. 10
Retreatledare är det katolska stiftets biskop i Sverige,
kardinal **ANDERS ARBORELIUS** OCD.
Helpension 4 110:-



RETREAT - med pilgrimsvandring - "I denna ljuva sommartid"

24–27/6

Torsdag kl. 17.30 till söndag kl. 14

Tillsammans gör vi långsamma dagsvandringar runt Berget. Vi gör turer i varierad längd, vilket innebär att du bör ha hyfsad kondition och kunna röra dig i skog och mark.

Vi delar Bergets bönerytm och måltider.
Dagarna leds av fader **PEDER BERGQVIST**, föreståndare och **KRISTINA ANDERSSON**, meditationsledare, båda är medlemmar i *kommuniteten Den Heliga Treenigheten på Berget*.

Helpension 4 110:-

28–30/6 MEDARBETARDAGAR

DANSRETREAT
1–4/7
Torsdag kl. 18 till söndag kl. 14



Längtar du efter att dansa och röra dig fritt? Vill du få en ökad känsla av närvaro i nuet och bli mer i kontakt med dig själv och din kropp? Välkommen till en dansretreat med utgångspunkt i frigörande dans och med inspiration från dans- och rörelseterapi. Inga förkunskaper krävs, passar såväl vana som ovana dansare. Du blir guidad och inspirerad till dans och rör dig helt efter din egen förmåga. Upplevelsen i nuet är viktigare än prestationen. Genom att i dans och rörelse öka närvaron i kroppen kan du också få en fördjupad insikt om vad som pågår i ditt inre. Danspassen varvas med gott om tid för vila och rekreation i Bergets vackra miljö. Vi iakttar tystnad delar av dagarna.

Ledare **LENA LINDKVIST**, beteendevetare, dipl. frigörande dansinspiratör och dipl. i dans och rörelse som terapeutiskt verktyg. Utbildad i dansterapi och skapande dans.

Kursavgift 1 500:- plus helpension 4 110:-

KURS I IKONMÅLERI
6–11/7



Tisdag kl 17.30 till söndag kl 14.00

Välkommen till kursen i ikonmåleri. Årets tema är ärkeängeln Mikael - kursen innehåller förutom praktiskt måleri även bibelintroduktioner och föredrag om ärkeängeln Mikael i Kyrkans liv och tradition.

Jesusbönen och S:t Davidsgårdens gudstjänstliv ingår som en del i kursen.

TOMAS ÅBERG har 30 års erfarenhet av ikonmåleri, och har undervisat på Berget i 20 års tid. Tomas arbetar i Gällivare församling och är medlem i EKIBS - Ekumeniska kommuniteten på Bjärka Säby I kursavgiften ingår pannåer och färgpigment.

Kursavgift 1 800:- plus helpension 6 850:-



IGNATIUS ANDLIGA ÖVNINGAR - något för dig?

10 dagar *som del av en 30 dagars retreat:*

Måndag 12 juli kl. 18 till fredag 23 juli kl. 10

Möjlighet finns också att göra en ***8 DAGARS IGNATIANSK RETREAT:***

Måndag 12 juli kl. 18 till onsdag 21 juli kl. 10.00

(En 8-dagars retreat är inte en del av Andliga övningar i sin helhet)

Retreaten följer den visdom som det spanska 1500-talshelgonet Ignatius av Loyola presenterade i boken *Andliga övningar*. Dessa övningar växte fram ur Ignatius egna livserfarenheter. Han såg övningarna som en väg att möta Jesus Kristus i de bibliska texterna och den egna bönen. Att verkligen möta Jesus är att ställas inför livsval. Övningarna kan vara en hjälp att:

• bättre urskilja din djupaste längtan och hur Gud berör och kallar dig i ditt liv,

• bli alltmer medveten om hur Gud är närvarande och verksam i ditt liv och i allt,

• ge allt mer av dig själv till människorna omkring dig, som en person ”kontemplativ i handling”.

Upplägget under retreaten består av cirka fyra meditationer per dag (omfattande en timme vardera), dagligt samtal med en andlig vägledare, den heliga Mässan och tillfälle till bikt. Vägledaren är följeslagare under retreaten. Fullständig tystnad råder under dagarna, ingen kontakt med omvärlden, inga föredrag.

10 dagars retreat ger en möjlighet att göra övningarna i den form som Ignatius ursprungligen gav dem, nämligen 30 dagar, med det antal dagar som han själv brukade tilldela övningarnas olika avsnitt (som han kallade för ”veckor”). Därför innehåller:

år 1, dag 1–10: övningarnas inledning och det som kallas ”Första veckan”

år 2, dag 11–20: övningarnas ”Andra vecka”

år 3: dag 21–30: övningarnas ”Tredje och Fjärde vecka”.

Vägledare under reträtten kommer att vara **SUSANNE CARLSSON**, präst i Svenska och Anglikanska kyrkan, jesuitpater **FREDRIK HEIDING**, samt vägledarna **CHRISTINA BENGTSSON MACRI, ANDREAS CARLGREN** och **HENRIK STRÖM**.

Retreatavgift 1 700:- plus helpension 13 700:- (sammanlagt 15 400:- för 10 dagar)

eller 10 960:- (sammanlagt 12 650:- för 8 dagar).

För mer information: henrik.strom@sanktaeugenia.se

BERGET

I stillheten blir du stark

BLI VÄN MED BERGET!

Vänföreningen S:t David är Bergets stödförening.

Medlemmarna stöder Berget med förböner, gåvor och arbetsinsatser.

Vänföreningens medlemmar får regelbundet vänbrev från Berget samt tidskriften UNUM som utkommer 4 gånger per år.

Två gånger om året finns möjlighet att vara med på arbets- och gemenskapsdagar och varje år möts vi till årsmöte då huvudmän och styrelse utses.

Medlemsavgiften är 300 kr per år.

Vill du bli medlem, använd vårt bankgiro eller Swish-nummer och ange ”Vänföreningen”.

BG: 574-3323

Swish: 123 337 20 75

Frid och allt gott önskar vännerna på Berget!



E-post:
info@berget.se

Senaste nytt:
www.stiftelsenberget.com

STIFTELSEN BERGET

Tempelvägen 10
795 91 RÄTTVIK