



LUONTORETRIITTI

24.-26.8.2018

Nykyinen suorituskeskeinen elämäntapa, joka tähtää kaikessa yhä parempien tuloksien tekemiseen, johtaa päivittäiseen kiiruhtamiseen. Aikaa ei jää pelkkään olemiseen, jota pidetään ajan hukkaamisena.

Oleminen ei kuitenkaan ole toimetttömyyttä. Hiljaisuudessa ihminen kohtaa vapaasti omat ajatuksensa ja tunteensa ja antaa kasvualustan omalle sisäiselle luovuudelleen.

Aistejaan ja sisintään voi herkistää kuuntelemalla ja tarkkailemalla luonnon ääniä luostarin hautausmaalla, Rukousmetsäpolulla sekä Vaeltajan ristillä.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset 9.8.2018 mennessä
puh: 017 5701 401 tai
sähköpostilla kurssit@valamo.fi

VALAMON OPISTO
Valamontie 42, 79850 Uusi-Valamo
Puh. 017 570 1401 • kurssit@valamo.fi
www.valamo.fi/opisto



VALAMON OPISTO
VALAMO FOLKHÖGSKOLA



LUONTORETRIITTI

24.-26.8.2018

LUONTORETRIITTI

24.-26.8.2018

OHJELMA

Perjantai 24.8.

- 15.00 Saapuminen ja päivällinen
15.45 Kurssin avaus
16.00 Rukousmetsäpolun kiertäminen
18.00 Suuri ehtoopalvelus, pravilo
19.30 Iltapala
Mahdollisuus hiljentymiseen iltanuotiolla luostarin rannassa

Lauantai 25.8.

- 6.00 Aamupalvelus ja liturgia*
7.30 - Aamiainen
9.00 "Hiljentyjän aistit käyttöön" (luokka 204)
10.00 Luontovaellus Vaeltajan ristille ja laavulle. Laavulla nokipannukahvit ja kiitosakatistoksen kuunteleminen
14.30 Lounas
15.30 - Mahdollisuus hiljentyä musiikkia kuunnellen (luokka 204)
18.00 Vigilia
20.00 Iltapala

Sunnuntai 26.8.

- 7.30- (Aamiainen)
9.00 III hetki ja Liturgia
11.00 Lounas
Kurssin yhteenveto ja palautekeskustelu

**Lähtöpäivänä huoneet tulee luovuttaa kello 12.00 mennessä.
Avain palautetaan luostarin vastaanottoon.**

Tervetuloa kurssille!

Saapuessasi luostariin ilmoittaudu vastaanotossa, josta saat huoneesi avaimen ja nimikortin. Kurssilaisia pyydetään pitämään nimikorttia esillä erityisesti Trapesassa asioidessaan.

Ateriat ovat tarjolla ohjelmaan merkittyinä aikoina luostarin kahvila-ravintola Trapesan noutopöydässä. Ilmoittautumisen yhteydessä on hyvä mainita mahdolliset ruoka-ainerajoitteet.

Vaellusreitti Vaeltajan ristille ja laavulle on noin 4,5 km. Rukousmetsäpolku on noin 2 km. Varaa mukaan hyvät jalkineet ja sään mukaiset varusteet. Huomioithan, että vaellusreitit eivät ole esteettömiä.

Luostarin veljestö toivottaa kurssilaiset lämpimästi tervetulleiksi luostarin jumalanpalveluksiin.

Retriitin **hintaa on 247 €** opistohotellin yhden hengen huoneessa.
Hintaan sisältyvät kaikki ohjelmaan merkityt **ateriat**.

Oikeudet muutoksiin pidätetään.