



Paastonajan arkiretriitti 2023

Arkiretriitissä hiljennytään oman arjen keskellä. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa yhteensä kuusi kertaa alkaen sunnuntaina 26.2.2023 klo 12.00-13.30 ja sitten maanantaisin alkaen 6.3. klo 18.30-20.00. Osallistujat varaavat arkisin 20-30 minuuttia aikaa hiljentymiseen oman aikataulunsa mukaan.

Osallistujat saavat jokaiselle päivälle hiljentymistä tukevan tekstin ja kysymyksiä pohdittavakseen. Ryhmätapaamisissa voi jakaa ajatuksia ja kokemuksia. Ryhmää ohjaa Risto Lehtinen. Lue paastoajan arkiretriitistä lisää kääntöpuolelta.

Tiedustelut ja ilmoittautuminen: Arja Rannanpää-Kortelainen, seurakuntapastori, 09 2340 5413, 050 377 4024 tai sähköpostilla: arja.rannanpaa-kortelainen@evl.fi



Arkiretriitistä

Retriitti on vetäytymistä arkielämästä ja hiljentymistä esimerkiksi hengellisistä syistä tai stressin välttämiseksi. Länsimaiden kristillisistä, hiljaisuutta korostavista retriiteistä käytetään usein sekaannusten välttämiseksi nimitystä hiljaisuuden retriitti erotukseksi muista retriiteistä.

Arkiretriitissä hiljentymisen on jaettu arkipäiville 5-6 viikon jaksolle. Menetelmä on johdettu Ignatius Loyolan jo 1500-luvulla kehittelemästä 30 päivän valmennusohjelmasta jesuiittaveljilleen. Loyolan retriittiperinne syntyi hänen teoksensa "Hengellisiä harjoituksia" ansiosta. Retriittiohjaajille tarkoitettu teos kuvaa ohjelman, joka sisältää muun muassa mietiskelyä, rukoilua ja keskusteluja ohjaajan kanssa. Ohjelmaa on lyhennetty käytännön syistä päivien mittaiseksi. Jo kahdeksan päivän retriitti on erittäin vaativa hengellinen matka omaan jumalasuhteeseen.

Retriitillä katsotaan olevan juuret jo erämaaisien ja -äitien hengellisessä perinteessä. Retriitin tarkoituksena voi olla hengellinen kasvu, arjen huolten unohtaminen ja itsetutkimus. Arkiretriitin työskentelyrytmi on sovitettava arkeen ja tavoitteena on löytää pysyvästi omaa aikaa päivittäiseen hiljentymiseen.

Arkiretriitin ryhmän luottamuksellisissa ympäristöissä voi jakaa muille tärkeiksi kokemiaan ajatuksia ja oivalluksia,

joita päivittäinen työskentely tuottaa oman elämän kokemuksista. Muu ryhmä on merkittävä voimavara oman hengellisen kasvun tukena laajentaen ymmärrystä muiden osallistujien kokemusten ja pohdintojen kuuntelijana. Viikoittainen tapaaminen lohduttaa ja rohkaisee jatkamaan joskus ylivoimaiselta tuntuvaa itsetutkimusta arjessa.

Paastonaika kirkossamme

Paastonaika tuo lisämerkitystä arkiretriitille. Paaston ydin ei ole syömisestä ja juomisen rajoittamisesta, vaan paljon syvemmällä. Paaston aikana voimme keskittyä huolehtimaan itsestämme ja luopua turhasta. Voimme lukea hengellistä kirjallisuutta, liikkua ja levätä enemmän. Voimme luopua nautintoaineista, turhista ostoksista, rajoittaa tiedotusvälineiden ja useimman sosiaalisen median seuraamisesta. Lähimmäisiämme voimme huomioida uhraamalla heille enemmän aikaa ja kuuntelemalla heitä olemalla aidosti läsnä.

Aloita paastonaika tuhkakeski viikon messussa 22.2.2023 klo 18.

Retriitti voi muuttaa elämäsi suunnan kohti sinulle tärkeimpiä päämääriä.

Uskallatko ottaa riskin?

Tervetuloa Paavalinkirkon arkiretriittiryhmään su 26.2. - 3.4.2023!



Paastonajan arkiretriitti 2023

Arkiretriitissä hiljennytään oman arjen keskellä. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa yhteensä kuusi kertaa alkaen sunnuntaina 26.2.2023 klo 12.00-13.30 ja sitten maanantaisin alkaen 6.3. klo 18.30-20.00. Osallistujat varaavat arkisin 20-30 minuuttia aikaa hiljentymiseen oman aikataulunsa mukaan.

Osallistujat saavat jokaiselle päivälle hiljentymistä tukevan tekstin ja kysymyksiä pohdittavakseen. Ryhmätapaamisissa voi jakaa ajatuksia ja kokemuksia. Ryhmää ohjaa Risto Lehtinen. Lue paastoajan arkiretriitistä lisää kääntöpuolelta.

Tiedustelut ja ilmoittautuminen: Arja Rannanpää-Kortelainen, seurakuntapastori, 09 2340 5413, 050 377 4024 tai sähköpostilla: arja.rannanpaa-kortelainen@evl.fi



Arkiretriitistä

Retriitti on vetäytymistä arkielämästä ja hiljentymistä esimerkiksi hengellisistä syistä tai stressin välttämiseksi. Länsimaiden kristillisistä, hiljaisuutta korostavista retriiteistä käytetään usein sekaannusten välttämiseksi nimitystä hiljaisuuden retriitti erotukseksi muista retriiteistä.

Arkiretriitissä hiljentymisen on jaettu arkipäiville 5-6 viikon jaksolle. Menetelmä on johdettu Ignatius Loyolan jo 1500-luvulla kehittelemästä 30 päivän valmennusohjelmasta jesuiittaveljilleen. Loyolan retriittiperinne syntyi hänen teoksensa "Hengellisiä harjoituksia" ansiosta. Retriittiohjaajille tarkoitettu teos kuvaa ohjelman, joka sisältää muun muassa mietiskelyä, rukoilua ja keskusteluja ohjaajan kanssa. Ohjelmaa on lyhennetty käytännön syistä päivien mittaiseksi. Jo kahdeksan päivän retriitti on erittäin vaativa hengellinen matka omaan jumalasuhteeseen.

Retriitillä katsotaan olevan juuret jo erämaaisien ja -äitien hengellisessä perinteessä. Retriitin tarkoituksena voi olla hengellinen kasvu, arjen huolten unohtaminen ja itsetutkimus. Arkiretriitin työskentelyrytmi on sovitettava arkeen ja tavoitteena on löytää pysyvästi omaa aikaa päivittäiseen hiljentymiseen.

Arkiretriitin ryhmän luottamuksellisissa ympäristöissä voi jakaa muille tärkeiksi kokemiaan ajatuksia ja oivalluksia,

joita päivittäinen työskentely tuottaa oman elämän kokemuksista. Muu ryhmä on merkittävä voimavara oman hengellisen kasvun tukena laajentaen ymmärrystä muiden osallistujien kokemusten ja pohdintojen kuuntelijana. Viikoittainen tapaaminen lohduttaa ja rohkaisee jatkamaan joskus ylivoimaiselta tuntuvaa itsetutkimusta arjessa.

Paastonaika kirkossamme

Paastonaika tuo lisämerkitystä arkiretriitille. Paaston ydin ei ole syömiseen ja juomisen rajoittamisessa, vaan paljon syvemmällä. Paaston aikana voimme keskittyä huolehtimaan itsestämme ja luopua turhasta. Voimme lukea hengellistä kirjallisuutta, liikkua ja levätä enemmän. Voimme luopua nautintoaineista, turhista ostoksista, rajoittaa tiedotusvälineiden ja useimman sosiaalisen median seuraamisesta. Lähimmäisiämme voimme huomioida uhraamalla heille enemmän aikaa ja kuuntelemalla heitä olemalla aidosti läsnä.

Aloita paastonaika tuhkakeski viikon messussa 22.2.2023 klo 18.

Retriitti voi muuttaa elämäsi suunnan kohti sinulle tärkeimpiä päämääriä.

Uskallatko ottaa riskin?

Tervetuloa Paavalinkirkon arkiretriittiryhmään su 26.2. - 3.4.2023!