

Gyülekezeti testi-lelkigyakorlat Bakonybél, 2024. november 22-24.

„Vagy nem tudjátok, hogy testetek a bennetek levő Szentlélek temploma, akit Istentől kaptatok, és ezért nem a magatokéi vagytok? Mert áron vétettetek meg: dicsőítsétek tehát Istent testetekben!” 1Kor 6,19

Kedves Testvérek!

Ádventre, karácsonyra felkészítő **testi-lelkigyakorlatra** hívjuk a gyülekezet felnőtt tagjait **helye:** a bencés Szent Maurícius Monostor vendégháza (Bakonybél, Szent Gellért tér 1.),

Jelentkezési határidő: 2024 november 10.

Részvételi költség: 31.000,- Ft.

Részvevők száma: max. 14 fő

Mitől lelkigyakorlat?

A hétköznapihoz és gyülekezeti programokhoz képest lényegesen intenzívebben éljük meg Isten közelségét az igén, a csenden, a beszélgetéseken, a szerzetesekkel együtt töltött imaalkalmakon, a testvéri közösségen keresztül. A lélek gyakorlatai ezek, amikor a gondolkodás mellett lelkünk a megszólított, miközben hitünk mélyül és mélyül Istenben, akivel szoros személyes kapcsolatba kerülünk.

Mitől testigyakorlat?

Idén először hívjuk meg Szabó Livi gyógytornász testvérünket, aki az óvodában 3. éve heti rendszerességgel szervezett anya-és apatornák vezetője, hívó, Krisztus felé elköteleződött, négy gyermekes édesanya, az egészséges testmozgás képviselője. Livi gerinc-és nyújtótornáival segíti testünket, hogy a felüdített és átmozgatott test frissen és felkészülten lehessen helye a léleknek, a koncentrációnak, az ígére-és egymásra figyelésben, Isten üzeneteinek befogadására. A 25 és 50 perces tornák a lelkigyakorlatos részek előtt, illetve után lesznek.

Utazás

Bakonybélbe a 165 km-es út kb. 2,5 órát vesz igénybe. 9 személyes kisbuszunkat szeretném felajánlani. Még egy autó elég is lenne az utazáshoz. Az útiköltséget közös autó esetén szétosztjuk. Az utazást egyénileg is megoldható.

Szállás

Szállásunk kétszemélyes szobákban lesz, amelyekhez zuhanyzó és mosdó tartozik. Szép, igényes, újszerű, de egyszerű, jól fűtött szobákat kapunk.

Étkezéseink hűtővel, mikrószütővel, tűzhellyel, felszerelt konyharésszel ellátott étkezőben lesz. Lelki alkalmaink, beszélgetéseink, imádságaink istentiszteletünk külön teremben lesz, aminek előterében cipőnk, papucsunkat le kell venni. Fázósabb testvéreknek érdemes hozni egy vastagabb zoknit.

Étkezés

Kérem, hogy akinek ételérzékenysége van, a jelentkezéssel együtt jelezze. 2 vacsoráról és 2 reggeliről kell magunknak gondoskodnunk. Ennek koordinálására létre fogunk hozni egy excel táblázatot. Az otthonról hozott finomságok a bőség ékes példája szokott lenni. Ez alkalommal a könnyű és egészséges ételeket, zöldségfélét és tejtermékeket előnyben részesítjük.

Amit hozni kell

- saját Biblia
- kisebb sétákhoz meleg ruha
- meleg zokni a külön terembe
- két napra kényelmes sportos (beltéri) ruházat a tornához
- laticel/jóga matrac a tornagyakorlatokhoz
- törölköző a tornához
- esetleg izomlazító krém

Isten áldása legyen ádventi testi-lelkigyakorlatunkon, elvonulásunkon, közösségünkön!

Programtervezet

Péntek

16:00 – indulás a templomtól kisbusszal/egyéni
18:30 – érkezés Bakonybélbe
19:00 – megérkező torna 25'
19:45 – vacsora
20:30 – kompletórium (esti ima a szerzetesekkel)
21:00 – esti elnyújtó torna 25'
21:30 – kötetlen testvéri beszélgetés

Szombat

6:30 – laudes (szerzeteseknél, fakultatív)
7:15 – ébresztő
7:45 – reggeli torna 25'
8:15 – reggeli
9:00 – lelkigyakorlat 1.
9:45 – torna 25'
10:15 – kávészünet
10:45 – lelkigyakorlat 2.
11:45 – szünet
12:00 – napközi ima (szerzetesekkel)
12:25 – torna 25'
13:00 – ebéd
13:45 – pihenés/séta
15:00 – lelkigyakorlat 3.
16:00 – szünet
16:30 – torna 50'
16:50 – szünet
17:30 – lelkigyakorlat 4.
18:45 – szünet
19:00 – vacsora
20:30 – kompletórium a szerzetes testvérekkel
21:00 – esti elnyújtó torna 25'
21:30 – kötetlen testvéri beszélgetés

Vasárnap

7:00 – laudes (a szerzetesekkel, fakultatív)
7:45 – reggeli torna 25'
8:00 – reggeli
9:00 – úrvacsorai istentisztelet
10:00 – torna 50'
10.50 - szünet
11:15 – morzsaszedés
11:45 – pakolás
12:00 – korai ebéd
12:45 – indulás
15:30 – hazaérkezés