

# Velkommen til Holmely

## Retreat 13.-16.juni 2025

### med pilegrimsvandring på Selja



Foto: Siri Kolset



#### Om retreaten og oss...

**Holmely omsorg og retreat** – er Normisjon sin retreatplass i Nordfjord. Retreaten i juni vil ha eit kristent keltisk preg med pilegrimsvandring på Selja som hovudprogram den eine dagen. Holmely ligg ein times reise frå klosterøya Selja.

Vi brukar songar og bønner frå den keltiske tradisjonen gjennom retreaten.

Vi som skal leie denne retreaten er:

**Brit Lundby Hilde** retreatleiar, har god kunnskap om det keltiske, St. Sunniva og Selja og bur i Innvik i Stryn. Har leia fleire keltiske retreatar.

**Jan Gudmund Skrivervik** frå styret, vil hjelpe til under retreaten.

Retreaten vil vere i samarbeid med det kristne keltiske nettverket Anamcara



## –Kva betyr retreat?

Retreat handlar om å *trekkje seg tilbake* frå den vante kvardagen. Kanskje sette på pauseknappen? Sette av tid til Bibel og bøn, tid til stillheit og *vandring med Gud*. Kanskje slå av mobilen, stenge *verda* litt ute? På retreat er vi gjerne *tause...*; det betyr at du skal sleppe å prate med sidemannen om ver og vind, eller eigne eller andre sine prosessar, vere på fornamn. På retreat fyller vi ikkje dagane med mykje undervisning, men vi har små drypp gjennom dagen; med faste samlingar og bøn i kapellet. Det blir sett av tid til samtale med ein av leiarane, om det er ønskjeleg. Retreat er ikkje ein konkurranse om å vere stillast mogleg, eller å sjå mest mogleg åndeleg ut. Men å vere deg sjølv i eit fellesskap, utan så mykje prat. Vi set av tid til å lytte «innover» og «oppover» Jesus sa: «*Kom avsides med meg og kvil dykk litt...*» Det ønsker vi å leggje til rette for. Om det betyr å sove litt meir eller litt mindre, å gå på tur eller å drikke kaffi med sjøutsikt, vere åleine eller vere i eit fellesskap, eller det å få påfyll for sjela, kan vere ulikt. Gud veit kva vi treng. Han kjenner *deg*!



## –Ut på tur...

Naturen kring Holmely inviterer til kvile og påfyll! Det er fine tur-moglegheiter i nærområdet! Vi ynskjer eine dagen ein tur ut til kysten og den andre ut på Selja. Når vi skal ut på øya Selja, reiser vi med båt frå Selje sentrum over til Bø. På øya vert det leia pilegrimsvandring fram til klosterruinane med stasjonar til bøn og ettertanke, og vi avsluttar med nattverd. Ta med godt fottøy og kle for allslags ver, dagstursekk og gjerne termos til varm drikke (og gå-stavar). Det tar ca 25 min å gå på god sti frå båten, og vi skal klatre opp vel 70 trappetrinn i naturstein til Sunnivahola.

[www.seljamonastery.no](http://www.seljamonastery.no) Det kan være klokt å ha reiseforsikring på plass før avreise.



## –Ein retreatdag består av...

- Ei ramme med faste tidebønner i kapellet
- Bibel-meditasjon
- Måltid med musikk, ofte keltisk inspirert
- Stille andakt i kapellet
- Kveldssamling med delestund
- Stille tid frå kveldsbønn til morgonbønn/ stille frukost



### –Kva er tidebønn?

Vi har faste samlingar i kapellet. Morgon – og kveld, og ofte ved middagstid. Det er bibelske salmar som utgjer sjølve hovudelementet i ei tidebønn, og skjer ofte i veksellesing. Dette er bønner som framleis vert bedne av millionar av kristne over heile verda. Vi blir med i ein kontinuerleg bønnestraum frå heile kyrkja til alle tider. Å be ut ferdig nedskrivne bønner; kan gi hjelp til ei kvilepuls i bønnelivet og å gå djupare i bønn.



### –Kva er bibelmeditasjon/Jesusmeditasjon?

Fleire trusvegjar brukar uttrykket meditasjon. Holmely er ein kristent retreat-stad og bruker Bibel og bøn i ei fordjuping av ein bibeltekst/bibeltekstar. Vi trur at Bibelen er ei levande bok og at Jesus er hos kvar den som søkjer Han. Vi ønskjer at Guds ord skal få fylle oss, og set derfor av god tid til denne forma for stille.



### –Når startar vi og når avsluttar vi?

Retreaten startar fredag kveld 13.juni med varm kveldsmat kl. 19 og avsluttar måndag formiddag etter lunsj ca. kl. 14. Det er høve å komme tidlegare på dag om det er enklast med tanke på reise. Det er berre å ta kontakt!



### –Kva kostar ein retreat?

Inkludert i pris er: Oppreidd seng, handkle, toalett/bad, full pensjon, arr.avgift og båttransport til/frå Selja. Vi følgjer same prissystem som andre retreat-stader og har fleksibelt system, med ein anbefalt pris og forslag til reduksjon ved behov. Vi ønskjer at den som treng å kome på retreat, ikkje skal hindrast av prisen: **3 døgn: Frå 5000 - 3200,- (i tillegg kjem båt t/r på 400,- som betalast saman med opphaldet)**

Betal i forkant til **konto 3000 14 72204** eller kontant/kort på slutten av opphaldet.

### Påmelding/ spørsmål:

Påmeldingsfrist 1 veke før: (min 6 gjester)

Holmevegen 26 6711 Bryggja Tlf: 57 85 34 25 / 93 42 33 00 e-post: holmely@normisjon.no eller påmeldingslink heimesida [www.holmely.no](http://www.holmely.no)