

Fredag: från ca kl.17.00 inkvartering

18.00 middag

19.30 Info, genomgång och fördelning av kökspassen och disk passen , dukning osv

20.30 meditation

Lördag :

08.00 morgonmeditation

08.30 Frukost

09.45 Steg 11

Sökte genom Bön och Meditation att förbättra vår medvetna kontakt med Gud, sådan vi uppfattar Gud, och ber då endast om kännedom om Guds vilja med oss och kraft att utföra den.

11.00

12.00 lunch under i tystnad under stillsam musik

13.00 Ida Högström föreläser om medberoende

16.00 kaffe, frukt,

16.45 utlopp för inre barnet

18 middag

19.30 utlopp för inre barnet

20.30 kvällste med kex och ost

Söndag:

08.00 morgonmeditation

08.30 frukost

09.30 Promenad i tystnad

11.00

12.00 festligare lunch med efterrätt

13.00 Samling på verandan , återkoppling om Retreaten

15.13 Buss 438 mot Sthlm

