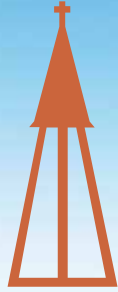


Rundbrevet



SANDOM

NR 3 - 2021

Finn din
retreat.
Se baksiden!

På vandring



Glimt fra husfolk-livet

Praktiske ting vi er glade for å ha fått fullføre.



Det er blitt tid til å ordne flere uferdige prosjekt i vår og sommer. Vær, økonomi og arbeidstid har spelt på lag. ☺ Veslestugu-taket har stått delvis uten skiferheller siden

det ble installert pipe. Nå er de fine villskiferhellene kommet på plass igjen. Og siden feieren meldte sin ankomst ble det snekra en flott spesial-stige som tar vare på både feieren og villskiferen. Takknemlig for å ha en så nevenyttig Steinar!

I Bakkehuset skiftet han vinduer på husfokkrommene til den typen som er godkjent for rømningsveier. Før sommeren ble også myggnett satt inn og rommene er igjen veldig brukbare. Og vi er takknemlige.

Rørtrøbbel.

Det er jo slik at gamle hus med gamle rør kan gi oss noen overraskelser. Avløpsrørene fra Stillhetens Hus gikk tette under et par retreater og trengte derfor ettersyn. Begge gangene vi hadde bruk for rørleggere kom de på veldig kort tid og «reddet» oss, slik at gjestene kunne dusje og bruke toalettene igjen. Hør bare her om siste spyleoppdrag: Vi ringte rørleggeren. En var på vei fra fjellet med spyleutstyr, den andre var på vei hjem – begge i retning Garmo/Sandom! Og innen 15 minutter var de i gang med å åpne rørene for oss!!! Vi har virkelig fått merke at vi har med en å gjøre som har mye større oversikt enn vi. Så takken går også til vår himmelske Far, som har omsorg for oss. Nå har rørleggerne «gått gjennom» rørene med kamera, vi har fått på plass strakstiltak, og så blir det graving og rørfornyning etter hvert.



Solbær-dugnad.

En ettermiddag reiste vi på solbærdugnad, - og takket være Kristin kan vi friste gjestene med kortreist solbærsyltetøy.

Vi takker også for økonomiske bidrag til vår drift på Sandom.



Sitat

Mor Teresa ble en gang spurt om hva hun sier til Gud når hun ber.

Hun svarte: «Ingenting, jeg bare lytter.»
«Men hva sier Gud til deg, da?»

«Nei, han sier ingenting han heller ...
han bare lytter han også.»

(Sjodin: Lyden av stillhet)

Anne-Karin

«Vandring blir forandring»



Å gå på en lang tur er ikke noe jeg er vokst opp med. Det er jo mye mer naturlig for folk som vokser opp i Norge. Av og til var vi på biltur til Harz, som er et fjellområde i nærheten av den byen der jeg vokste opp.

På slutten av siviltjenesten ble jeg invitert med på en fjelltur til Sverige. Jeg hadde ingen anelse angående utstyr, og gikk lange fjellturer med fritidssko med glatt skosåle ... Turen ble ganske utfordrende fordi jeg ikke var vant til å gå så langt, men turen og fjellområdet satte sitt preg på livet mitt både personlig, men også åndelig, slik at jeg fikk en lengsel etter å gå mer på tur.

Jeg oppdaget etter hvert, at det nesten er livsviktig for meg å gå på tur. Når jeg er på vandring, da begynner jeg å reflektere over ting og tang. Jeg tenker gjennom samtaler, konflikter og opplevelser. Jeg er i samtale med Gud og tar han med inn i mine opplevelser fra den siste tiden. Mens jeg vandrer gjennom det ytre landskapet, vandrer jeg i like mye i det indre. Og begge deler med Gud som medvandrer.

En gang var jeg på en vandretur i Skottland. På begynnelsen var det en «hastetur» med 30 kilo på ryggen. Jeg prøvde å gå så mange kilometer som mulig. Jeg tok med meg hastigheten i livet mitt på vandringen, men sakte og sikkert begynte jeg å senke farten. På slutten av reisen var jeg i Edinburgh og tilbrakte litt tid i byen. Der la jeg merke til at de startet å gå over gaten før trafikklyset ble grønt. Mens jeg ventet helt til det var tid til å gå ... Vandringer har forandret meg og det vil jeg aldri miste.

I bibelen finnes veldig mye om vandring og vi som kristne er en del av et folk på vandring med Gud, slik som Israel var på vandring med Ham.

I dette rundbrevet finner du flere artikler om temaet, og vi håper at du finner inspirasjon og refleksjon til din egen vandring i det ytre og det indre landskapet.

Vi på Sandom ønsker deg en velsignet høst

Tobias



*Herre, lær meg din vei
så jeg kan vandre i din sannhet!*

Sal. 86,11

Å være menneske er å være i bevegelse. Salig er uvirksomhetens timer, ti da arbeider vår sjel.



To påstander som tilsynelatende beskriver ulike ting. Ta påstandene med deg som deler av en helhet når du leser videre. I sommer gikk jeg på Kollen med utgangspunkt i boligfeltet i Garmo. En tur med flott utsikt hvor stigningen er litt bedre fordelt, enn via den stien som starter i tunet på Sandom. En tur jeg husker tilbake på med glede. Den gav gode opplevelser, smak av solmoden markjordbær og jeg kjente en sval bris i ansiktet. Jeg hadde en fornøyde følelsen når jeg skrev navnet mitt i boka på toppen.

Når jeg går slik så arbeider min sjel. Noen ganger trenger jeg virkelig litt kronglete og vanskelig terreng, andre ganger er det myk skogbunn som er favoritten. Noen ganger trenger jeg å gå raskt og langt, mens andre ganger er det helt motsatt. Jeg går ikke for å prestere noe, men for å gi meg sjøl muligheten til nå igjen meg sjøl. La tankene flyte. Se på alt det flotte omkring. Tanker, inntrykk, assosiasjoner blir til en ordløs dialog med Skaperen – en indre vandring.

Det er godt å dele gode minner og opplevelser.

Jeg har lyst til å prøve å dele et godt minne med rundbrevets lesere. På retreat med fjellvandring i sommer var det noen av oss som prøvde ut en ny rute. Vi gikk utpå Ausfjellet og ryggen ned til vassvegen, for dere som er lokalkjente. Vassvegen er 1,5 – 2 meter bred. Det var et syn når et lam plutselig hoppet elegant over vassvegen rett foran oss. Lammet løp brekende foran oss noen hundre meter før det svingte inn i skogen. Hvilken beskjed som ble gitt til de andre sauene, vet vi ikke, men teoriene var mange. Var det et farevarsel – «hold dere unna», eller «nå har dere mulighet til å se noen rare mennesker», eller... De var i hvertfall borte fra stien langs vassvegen. En felles opplevelse som ga grunnlag for ettertanke og refleksjoner.

Å være på vandring er å være i bevegelse. Det er å ta imot inntrykk, opplevelser, erfaringer og kunnskap. Å være på vandring er også å gi meg sjøl muligheten til å nå igjen meg sjøl.

Karen Marie Engeseth



Uvirksomhetens time

Uvirksomhetens timer! Alle ord
og handlinger forstummer: Ingen vind
får kruse sommerkveldens glatte fjord.

Det er en skjærgårdsstillhet i ditt sinn,
der sund og viker ligger oljeblanke
og fanger skumringens forventning inn.

To nelliker ved stranden står som slanke
og bleke alterlys, i kveld tent
for ditt tilbakeblikk, din eftertanke.

Og alt i deg er aktivt innadvendt,
og alt i deg er friskhet, frø og kilde,
og alt tar del i kveldens sakrament.

Det er som allting i naturen vil det:
at du skal hvile! Mykt som i pastell
flyr måken over vannet - lik et bilde

på sjelens havblikkmøte med seg selv.
...en seiler glir i sundet. Kjølvannsstrimer
er alt som skjelver i den vare kveld.

Å, skjønne er uvirksomhetens timer!

Andre Bjerke

På vandring i pensjonsalderen – Noen refleksjoner

Inntil august i fjor levde jeg som fast husfolk på Sandom. Nå har jeg bodd i barndomshjemmet i Harstad i nesten ett år, det første året av pensjonsalderen. Jeg hadde bestemt meg for at dette første året skulle være et sabbatsår. For å si det på en annen måte- et år for å ligge brakk. Tenk på et jorde som hviler i sol og regn og vind, mellom avlingene, så har du bildet. Jeg kan vel si at det var en bestemmelse Jesus og jeg ble enige om, og det har blitt et slikt år. Det har ikke bare vært pandemiens skyld, selv om den hjalp, for å si det slik! Mange aktiviteter ligger fremdeles nede, og det var forståelig om noen valgte å ikke være så sosial som før. Så slik startet vandringen i pensjonsalderen for meg.

Noen har kalt pensjonsalderen for Del 3, eller Det tredje kapittel, av livet - underforstått, siste del. Vi har lagt bak oss barndom, ungdom, og arbeidsliv, og er snart framme. Det betyr at vi, om kort eller lang tid, skal få legge sammen gåstavene og tre inn i hvilemodus. Denne del 3 kan ta ett år eller ti år, men vi vet at avslutningen nærmer seg. Det er alt vi vet. Eller kanskje det er begynnelsen?

Mange pensjonister vandrer, bokstavelig talt, og i alle slags vær, året igjennom. Om vinteren «grygger vi i snyen», som vi sier her i strøket. I regn og vind finner vi en gapahuk og koker kaffe. Kanskje pausen og rasten blir viktigere med årene? Noen dager bruker vi mer tid på hvilen enn på selve turen! Når vi ikke kunne møtes inne, ble turen ute et godt og sunt alternativ.

Pausen, eller rasten, hører med til vandringen, på alle plan. Vi stopper opp. Vi ser oss tilbake. Vi sorterer og rydder, både i bilder, papirer og gamle klær. Gamle minner dukker opp og følelser engasjeres. Hva kan jeg legge fra meg? Hva tar jeg med

videre? Hva kan noen andre ha bruk for? Jeg rydder for døden, var det noen som sa. Det høres brutalt ut, men det kjennes befriende å erkjenne at slik er det. Jeg vil være klar, slektningene mine skal få slippe å ta seg av det verste! Jeg legger viktige deler av livet mitt fra meg og takker han som ga meg det. Samtidig som noe i familiens historie kaster lys over det som er nå. Det tar jeg med meg!

I hvileåret ser jeg også framover innimellom. Hvordan skal jeg blomstre i den tiden jeg har igjen? Vil han åpne noen nye veger? Er det tidligere oppgaver jeg nå skal si nei takk til? Og jeg prøver å legge uroen for å bli gammel og alene, over på Gud, mens han minner meg på om å ha tillit til ham. Jeg trenger ikke å vite alt nå. Pausen hjelper meg til å gripe dagen i dag. Stillheten finner meg igjen. Jeg lytter innover. Jeg stopper opp og ser verden rundt meg. Tar inn perspektivet. Det finnes verre ting enn et rotete loft og skvallerkål i hagen! Det er ikke nødvendig å sammenligne seg med naboen.

Så er det slik at vandringen i pensjonsalderen blir mer ensom etter hvert. På første pinsedag i år vandret en turkamerat bokstavelig talt inn i himmelen. Han og kona skulle bare gå en liten tur i marka etter gudstjenesten. Å tre inn i hvilen så



brått og uventet var kanskje godt for ham, men hårdt og brutalt for oss som hadde vandret og rastet sammen med ham. Han hadde feiret sin syttiandre fødselsdag på pinseaftnen. Så lite vi vet! Men vi andre er enige om å fortsette de ukentlige vandringene, også til stedet der han falt om. Utsikten der er fantastisk, landskapet åpner seg opp mot snødekte fjell mellom himmel og hav. Et vakkert sted å avslutte vandringen på!

Slik har min vandring gjennom pensjonsalderen begynt. Jeg går turer, noen ganger alene, fordi jeg oppsøker stillheten

og nærværet. Nå sitter jeg alene på hytta midt i skogen, mitt særlige stille sted, og skriver. Katten Ignatius sover på hemsene. Jeg har medvandrere på flere plan! Og jeg er glad for at man aldri blir pensjonert som medvandrer, på alle plan. Nå har jeg jo tid. Det er godt! Det er en av de tankene som gir lys over vandringen, og åpner opp for nye utsikter, og nye veier. Vandring – medvandring. Det er gode ord!

Anna Magni

På vandring - med Guds smil «i Bagasjen»



På en retreat med fjellvandring for noen år siden hadde vi en eiendommelig og fin opplevelse på den siste fjelldagen når vi var på vei ned fra toppen av Soleggen. Der hadde vi tatt inn storheten i det mektige landskapet og Guds skaperverk.

På vandringen ned fra toppen så vi plutselig at en sommerfugl hadde landet på sekken til en av deltakerne. Vi vet jo ikke hva den tenkte - i den grad sommerfugler tenker – Kanskje var det fargene på bekledding og sekk som tiltrakk seg oppmerksomheten, eller så var det bare et sammentreff i tid for en flaksende sommerfugl og en sekk i bevegelse, eller så hadde Gud en finger med i spillet og ordnet det slik akkurat der og da?

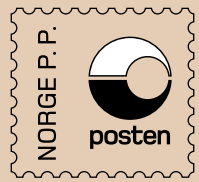
Det som skjedde videre, var langt mere merkelig og opplevdes som «et

smil fra Guds hånd». Sommerfuglen ble sittende lenge, over en halvtime satt den der nesten uten å bevege seg mens gjesten gikk nedover dalen mot bilene. «På vandring» var, som også denne sommeren, tema for meditasjonsserien. Vi var på indre og ytre vandring – og sommerfuglen lyste opp vår vandring og ga oss et lite glimt av noe av det vakreste Gud har skapt, og som han ønsket å dele med oss på veien ned fra fjellet! Bildene her ble tatt denne dagen og gir oss et kraftfullt minne av at en enkel hendelse som ble til noe stort fordi «Gud er alltid større»

I ettertid så jeg at det også var en passasjer til med på turen. Ser du myggen mellom bena på sommerfuglen?

Steinar Hov





Avsender: Sandom Retreatsenter,
Kollavegen 334, 2685 GARMO

Retreater høst 2021/vår 2022

Se mer på: www.sandom.no

HØST 2021	
13. – 18.9	Retreat med fjellturer utenom allfarvei. (venteliste)
10. – 17.10	Fleksibel taus retreat med tilbud om åndelig veiledning
21. – 24.10	Utforsk din blinde intelligens. Enneagramkurs m/Nina Sjøvold
1. – 6.11	Høst-retreat med delvis taushet.
11. – 14.11	Stillheten det gror i. Taus retreat m/Virve Tynnemark.
18. – 21.11.	Arven etter Edin - Vend deg om i glede! Sted: Lia Gård.
22. – 26.12	Juleretreat med delvis taushet.
30.12. – 2.1.	Nyttårsretreat med delvis taushet.

VÅREN 2022	
13. – 19. 2	Fleksibel taus retreat med tilbud om åndelig veiledning
6. – 11. 3	Ignatiansk retreat med åndelig veiledning
9. – 12. 4	Ski-retreat med toppturer i Jotunheimen
13. – 18. 4	Påskeretreat. Påskens mysterium dag for dag.
25. – 29. 5	Frihet og legedom i Kristus. m/Helhet gjennom Kristus.
9. – 12. 6	Delvis taus Retreat med sanseopplevelser og vandringer
27.6 – 2.7	Retreat med fjellturer utenom allfarvei.
4. – 13. 7	Ignatiansk retreat med åndelig veiledning

OBS!
Vi har en ny
gavekonto!

For å gi en gave til Sandom:

Bankgiro: 2085 63 43589 – Vipps 551162

IBAN: NO43 2085 6343 589 – BIC (Swift): SPTRNO22

RUNDBREVET sendes gratis 4 ganger i året til alle interesserte
Tlf. 458 70 414 • e-post: retreat@sandom.no • www.sandom.no
Grafisk produksjon: Dale-Gudbrands trykkeri as, Tretten. www.dg-trykk.no