

FILOSOFI-RETREAT

SANDØYA 18. - 20. SEPTEMBER 2026

Sandøya retreatsted v/ Øystein, ønsker å invitere deg til en Filosofi-retreat.

Han sa til dem: «Kom med meg til et øde sted hvor vi kan være alene, og hvil dere litt!» For det var så mange som kom og gikk at de ikke fikk tid til å spise engang. (Markus 6,31)

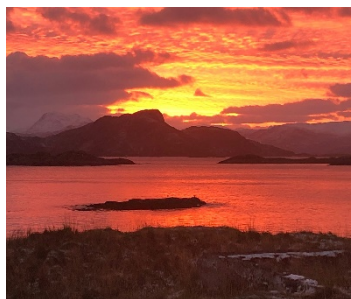
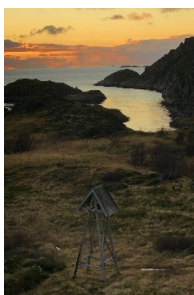
Filosofi er tenkningens vei gjennom kompliserte tankelandskaper. Det er en slitsom vei, men den kan også være berikende. Retreaten er en ramme for å bevege seg videre innover på veien. Hvor vi ender opp kan ingen av oss vite på forhånd, men vi kan bevege oss i tillit til at Gud, som kalles Sannheten, går sammen med oss når vi bruker våre tenke-evner.

Retreaten har ikke noe bestemt tema. Vi går inn i stillheten den første kvelden. Det blir stille tidebønner og stille måltider. Det blir noen enkle innledninger til ettertanke. Det vil også være mulighet for samtaler underveis, både med retreatleder og i noen felles samlinger.

Sandøya retreatsted er forankret i den kristne tradisjonen, men vi vet også at alle har sin egen vei i tro og tvil. På retreat kan du ta deg tid til å søke, lengte, bli oppmerksom på ditt eget indre, bearbeide, hvile og tilbringe tid med Gud på din måte. Kom som du er. Du skal ikke yte eller prestere noe. Du skal ikke leve opp til forventinger. Stillhet, bønn og refleksjon hjelper oss til å lytte til vårt eget hjerte og til Guds stemme.

Å reise på retreat sammen med andre handler om å være på *sin* vei, og la andre være på *sin* – men likevel kjenne på et fellesskap. Vi har alle hver vår vei men beveger oss i de samme landskapene.

La jobb, PC og hverdag ligge igjen hjemme. Vi anbefaler også å ha mobilen avslått eller i flymodus under retreaten. Det skal ofte lite til før retreaten med dens prosesser blir forstyrret. De hjemme kan ta kontakt med Øystein på 91779380 hvis det skulle være noe viktig.



Vi håper rammen for retreaten vil gi deg en opplevelse av stille fellesskap og stor frihet i forhold til egne behov. Alt på programmet vil være frivillig.

Retreatleder Øystein har hovedfag i filosofi fra 2003, og har senere utgitt bøker på forlaget CosmicusBooks.

PROGRAM

Fredag

- 17.10:** Fergen går fra Bellvika 1710 ankomst Sandøya ca kl 19.15
- 19.30:** Innlosjering
- 20.00:** Ankomstbønn, velkommen og stille tidebønn i Saltkapellet
- 20.45:** Varm kveldsmat på kjøkkenet m/ info og innledning
Vi går inn i stillheten.

Lørdag

- 08.00-09.30:** Glidende stille frokost u/ musikk
- 09.45 -10.05:** Stille tidebønn i Saltkapellet
- 12.00-13.00:** Glidende stille lunsj m/ musikk
- 13.15-13.30:** Enkle tanker om filosofi
Mulighet for samtale
- 18.00-18.30:** Middag – stille måltid m/musikk
- 19.00-19.20:** Stille tidebønn i Saltkapellet.
- 20.00-21.00:** Kveldssamling m/ dele/lytterunde og noe søtt i stua.

Søndag

- 08.00-09.30:** Glidende stille frokost m/ matpakkesmøring til lunsj og fergen
- 09.45-10.05:** Stille tidebønn i Saltkapellet
Mulighet for samtale
Matpakke til lunsj
- 14.30-15.00:** Middag + dessert – stille måltid m/ musikk
Vi pakker + rydder/støvsuger/vasker fellesareal og rom
- 16.30:** Dele/lytterunde som avsluttes m/ avreisebønn i Saltkapellet
- 17.45:** Fergen går. Ankomst Bellvika kl 19.45
-

PRAKTISK INFO

Pris pr person:

Enkeltrom: Kr 2100,- (inkluderer kost, losji, vertskap)

Dobbeltrom: Kr 1800,- (inkluderer kost, losji, vertskap)

Overnatting i eget telt: Kr 900,- (inkluderer kost, bruk av fellesareal inne, vertskap)

Pris ferge: Kr 266,- t/r

Alle sengene har gode madrasser, dyner og puter. Vi disponerer ett bad med dusj (og toalett) sammen i 1. etasje av hovedhus. I tillegg er det toalett i 2. etasje og i Russebua. Trappen opp til 2. etasje er litt bratt. Gi gjerne beskjed hvis du kan få utfordringer med det. Det gamle huset er lytt, så ta gjerne med «sov-i-ro» 😊

Ta med: Sengetøy, håndklede, toalettsaker, turklær og sko, regnklær, inneklær og innesko, badetøy?, VARME klær til stille tidebønner i Saltkapellet (uisolert m/ enkel terrassevarmer + tepper), mat til fergetur, skrivesaker (finnes lesestoff i «biblioteket» på Sandøya, male/tegneting i hobbybenken), ørepropper (lytt i huset), matboks til lunsj/hjemreise/snacks, drikkeflaske/termos og turkopp, liten tursekk, snacks (nøtter/sjokolade/frukt) til tur/mellommåltid, mobil i flymodus/avslått, lader

Mat: Alle måltider serveres.

Info om stedet: Les gjerne mer om Sandøya retreatsted på: <https://sandoyaretreat.org/>

Påmelding og info: Første person til mølla! Send påmelding og/eller spørsmål til:

oysteindg@gmail.com

Skriv i påmelding om hvilke sovealternativ som er aktuelle for deg, og om du har spesielle diettbehov. Det ideelle er enerom eller enetelt, men venner og par kan ha dobbeltrom. Du vil få tilbakemelding på om du har fått plass på retreaten fortløpende. Når det nærmer seg kommer litt ekstra info og du får vite hvor du skal sove. Tips gjerne andre aktuelle om retreaten.

Med forbehold om endringer/avlysning/utsettelse pga sykdom, for få deltakere eller været.

Velkommen til «den talende stillheten» for å lytte til ditt eget og Guds hjerteslag!

Hilsen Sandøya retreatsted

v/ Øystein Daae Gjertsen

