

Mag ik even stilte?

Stilte moet gegeven worden, of gevonden – maar hoe *doe* je dat dan?



Even terughalen...



Even terughalen...

Dit is een stuk tekst zonder spaties. Zo'n tekst is moeilijk te lezen, vind je niet? Een woord en brij. Wat je mist zijn spaties. Letterlijk betekent 'spatie' ruimte. Dankzij opengelaten ruimtes wordt een tekst leesbaar. Stel je voor dat jouw leven een tekst is. Zittener dan ook spaties in opengelaten ruimtes. Als je alles aan elkaar vastplakt krijg je zo'n tekst zonder spaties. Een tekst zonder spaties is onleesbaar. Een leven zonder spaties is onleefbaar. Dus zorg voor spaties in je leven, open ruimtes. Daarom is stilte belangrijk. Hoe zorg jij voor spaties in jouw leven?



We vinden het moeilijk, maar
het is erg nodig

Moeilijk, want: waar en hoe vind je in de
drukte van elke dag tijd voor afzondering
en gebed?



We vinden het moeilijk, maar
het is erg nodig

Nodig, want: tijd van stilte en
afzondering bieden tegenwicht tegen
druk en stress



Wat zegt Jezus over het zoeken van stilte?

1. *Het is iets tussen jou en God* – er is ruimte om het op jouw manier te doen



Wat zegt Jezus over het zoeken van stilte?

1. *Het is iets tussen jou en God* – er is ruimte om het op jouw manier te doen
2. *Zoek de afzondering* – zoek een plek van stilte, trek je terug in je ‘innerlijke heiligdom’



Wat zegt Jezus over het zoeken van stilte?

1. *Het is iets tussen jou en God* – er is ruimte om het op jouw manier te doen
2. *Zoek de afzondering* – zoek een plek van stilte, trek je terug in je ‘innerlijke heiligdom’
3. *Ga voor eenvoud* – het gaat niet om de woorden die je spreekt, maar om het samen zijn met God



Klein uitstapje: zonder binnenkamer geen buitenleven

Matteüs 5: Laat je licht schijnen voor de mensen

Matteüs 6: Trek je terug in je binnenkamer

Het een kan niet zonder het ander!



En nu jij



En nu jij



1. Laat er enige regelmaat zijn (en vermijd schuldgevoel)



En nu jij



1. Laat er enige regelmaat zijn (en vermijd schuldgevoel)
2. Alle begin is moeilijk (dus geef het de tijd)



En nu jij



1. Laat er enige regelmaat zijn (en vermijd schuldgevoel)
2. Alle begin is moeilijk (dus geef het de tijd)
3. Kies de vorm die bij je past (het gaat om jouw binnenkamer)



En nu jij



1. Laat er enige regelmaat zijn (en vermijd schuldgevoel)
2. Alle begin is moeilijk (dus geef het de tijd)
3. Kies de vorm die bij je past (het gaat om jouw binnenkamer)
4. Koester wat er is (kijk niet naar wat er beter kan)

