

waarin karavaanwegen lopen van duidelijke afspraken en klare voornemens. De woestijn met oasen van gebed. De woestijn vanwaar je terugkeert met een andere kijk op de wereld van mensen. In haar eenzaamheid zullen wij misschien ontdekken, dat er nog andere mensen zijn naast ons en ver van ons. Dan zullen we misschien ontdekken waartoe het eten dient: niet om op te slokken of weg te werpen, maar om het te delen in honderdduizend stukken, en zo de wereld heel te maken. Dan zullen we misschien ontdekken wat onze echte noden zijn, niet de laatste snufjes, noch de laatste mode, maar de honger van het hart en de vragen van de geest. Vooruit, laat ons af en toe tijd maken en naar de woestijn gaan. De weg die hij ging...

Daarna het luisterlied: 'De stilte' van Stef Bos te beluisteren op Youtube

<https://www.youtube.com/watch?v=v0cFfAD2p4o> of

<https://www.youtube.com/watch?v=v0cFfAD2p4o&list=RDv0cFfAD2p4o>

Niets is sterker, dan de stilte,  
niets heeft zoveel kracht  
Als het zwijgen van de nacht.  
Niets is sterker, dan de stilte,  
niets is sterker dan het woord,  
dat niemand hoort.

Er is vandaag weer zoveel gezegd,  
zoveel mensen op de wereld  
hebben zoveel uitgelegd,  
gekanker op een ander  
door die beterseters;  
maar die beterseters

zouden beter moeten weten  
en vergeten wat ze weten.  
Want...

Neem een voorschot op de dood,  
voel de stilte om je heen.  
Wie de zwijzaamheid verdragen kan,  
voelt zich nooit alleen.  
Kom hier bij me, hou me vast.  
En vraag niet wat ik voel.  
Woorden zeggen vaak te veel,  
wat ik niet bedoel.

#### 4.4 Gebed (kies eventueel \* of \*\* *Sim D'Hertefelt*, of beide) (traag, meditatief)

\* Als de ziele luistert, spreekt het al een taal dat leeft...

Heer, leer ons de stilte lief te hebben,  
de diepte van ons hart,  
het verhaal van onze medemens,  
Uw stem in het heelal.

**\*\*Zoals Gij tot ons spreekt in stilte,  
maar de stilte niet vult met Uw  
stem,  
is de stilte Uw heldere spreken tot  
ons.**

**Zoals Gij de leegte niet vult met Uw  
aanwezigheid,  
maar de leegte leeg laat,  
is de leegte Uw nodigende  
aanwezigheid.**

**Zoals Gij ons raakt in ons verlangen  
en het niet vervult,  
maar het aanwakkert met Uw gave,  
is het verlangen Uw vurige  
aanraking.**

**Daarom kan ik hopen noch  
wanhopen,  
doen noch ongedaan laten.  
Gij laat mij zijn, zoals ik ben,  
ben ik Uw diepste levensdroom.**

#### 4.5 Lied Z.J. 571 Niet als een storm (op DDW10, nr. 20)

Aan- en opmerkingen aan [guido.debonnet@skynet.be](mailto:guido.debonnet@skynet.be)

Bijlage bij Adem-Tocht december 2017

## Ik heb de stilte lief Babs Mertens

### 1 Samenvatting van de tekst

#### Stilte als grondtoon

Midden alle lawaai en hollen als tiener en twintiger was er een vage nostalgie naar stilte en iets diepers. Ik ontdekte het gaandeweg op een woestijntocht in Syrië in een klein oud klooster. Zelfs de zachtheid van de woestijnwind liet zich gewillig horen.

#### Vernieuwde waarneming

Die stilte in de woestijn maakte mij onrustig. Ik moest er even uit zijn! Maar toch verscherpte mijn waarneming en kreeg ik de stilte lief.

#### De stem van het hart

Hoe langer ik in de stilte vertoefde, hoe meer de bewegingen van mijn hart zich lieten horen. Gezeten op een berg kwam diep verdriet in mij op. De stilte hielp mij mijn verdriet te bevrijden.

#### Geredde tijd

Terug thuis bleef ik de stilte zoeken. Ik wist dat ik ze in kerken vinden kon. "Elk authentiek moment van stilte is tijd die gered wordt." Wandelend in de natuur werden buiten en binnen één. Ik leerde aandachtig in de stilte aanwezig zijn.

#### Kapers op de kust

Het cultiveren van dat stukje stilte in mezelf verliep niet zonder problemen. De drukte die ik in het leven ervoer, was in mijn tienertijd bij mij binnengekomen. Als kind hunkerde ik naar stilte.

#### Stille verwondering

Mijn muziekkeuze veranderde volledig: ik koos voor klassieke muziek. Heel vroeg in de morgen ging ik wandelen terwijl het nog stil is. Ik genoot van de mist en van de opgaande zon. Ik nam foto's en begon verstilde landschappen te schilderen.

#### Die grote stilte

De Syrische oorlog met zoveel vernieling bracht bij mij ontredde. Ik leefde dat intens van op afstand mee. Maar tevens ervoer ik dat het luisteren naar mensen veel stilte veronderstelt.

#### De zachte bries

In Syrië had ik het mogen ervaren: in die stilte wist ik dat wat leeft in mij belangrijk is. En in de zachte bries mocht ik God ervaren, zoals Elia. In die stilte kon ik mijn verdriet in de ogen kijken en het verhaal van een vluchteling beluisteren. God doorkruist als een zachte bries mijn stilte.

#### Als de stilte spreekt

Vooraf in ontredde situaties kan God in de stilte krachtig aanwezig zijn. Bij een kerkbezoek mocht ik dit ervaren. Syriërs getuigen dat God ook tussen de ruïnes aanwezig is. Van de stilte gaat een onnoemelijke dragende kracht uit, ook in moeilijke momenten.

#### De stilte als gids

Ik was de stilte kwijtgeraakt. Meer en meer zoek ik ze nu op. Daar kan ik mezelf leegmaken om de ander te ontmoeten, om onrecht en lijden in het oog te zien en om het volle leven, weer nabij te zien.

## **2 Methodische suggesties voor de bijeenkomst**

\* Praat het onderwerp niet dood. Neem gerust 20-25' de tijd voor een gebedsmoment door meerdere suggesties die *als keuze* zijn aangegeven **toch alle** te nemen.

\* Voor meer informatie over Babs Mertens: zie **bijlage 2** – Kerknet 9 oktober 2017.

\* Zie ook het Essay *Zwijg niet over de stilte* in **Tertio**, 13-09-2017. Zie **Bijlage 3**.

\* Je kan de vragen nemen en kans geven aan iedereen om zich uit te spreken over hoe elk de stilte ervaart: als positief, welke moeilijkheden men erbij ervaart, hoe té veel stilte tot drukkende vereenzaming kan leiden.

## **3 We hebben de stilte verloren...**

We hebben de stilte verloren. De mens van onze eeuw is de stilte kwijtgeraakt. Van de vroege ochtend, als de wekker afloopt, tot de late avond leven we in lawaai. Men is zelfs overgegaan om het lawaai te meten. Vakmensen hebben berekend hoeveel decibels het menselijk zenuwstelsel nog precies kan verdragen. Het lawaai is de vijand van de stilte. Denken we maar aan het lawaai door het verkeer: auto's, moto's, vrachtwagens, vliegtuigen en zo meer; het oorverdovende geratel van machines in fabrieken; boxen alom waaruit muziek je om de oren wordt gegooid; daardoor lopen we gevaar te vergeten wat de grote betekenis is van rust en stilte.

Het kwijtraken van de stilte heeft de mens uit zijn evenwicht gebracht, want ieder geluid heeft stilte nodig als tegenpool en ieder woord krijgt pas waarde als het voortkomt uit het zwijgen.

Velen kennen wel de stilte van de eenzaamheid;(...); om iemand eer te bewijzen houdt men één of meer minuten stilte.

Maar we moeten weer leren wat het wil zeggen: in stilte te vertoeven bij het mysterie van de werkelijkheid, bij de zin van ons bestaan. Stilte is nodig om onze gedachten te zuiveren en ons te leren diepgang te geven in de vaak oppervlakkige bedrijvigheid van het leven van iedere dag.

De mens in wiens hart het stil en rustig is, kan luisteren en zich openstellen voor zijn Schepper. Stilte is noodzakelijk om de diepte van ons bestaan te raken. Stilte is leven en vaak belangrijker dan spreken. Ja, stilte behoort tot het wezen van de mens.

## **4 Suggesties voor een gebedsmoment** (Breng ev. het OT en DDW10 mee)

### **4.1 Tekst van Frank Bogers (internet)**

In het begin was er slechts duisternis en leegte.

De kosmos was slechts een eindeloos niets.

Geen licht, geen beweging, geen leven, geen geluid.

In haar leegte stuitte de duisternis op zichzelf.

Zij werd zich bewust van de leegte, de stilte.

Kun je je deze stilte voorstellen, de stilte van het niets?

Kun je zo stil worden dat je het hoort?

Kun je naar de stilte in jezelf luisteren?

Adem diep en langzaam, zodat je adem in stilte je longen vult.

Voel hoe de binnenstromende lucht je keel ruimer maakt.

Voel de energie naar binnen stromen.

Luister naar deze energie, naar het niets.

Voel deze kern van stilte in je.

Adem terug langzaam uit.

Ook de kosmos ervoer die energie.

De energie werd vibratie.

Het was de vibratie van een geluid waaruit alle andere geluiden werden geboren.

Het heelal werd vervuld met geluid.

Het geluid werd één en vermenigvuldigde zich.

Het geluid werd alomtegenwoordig.

In je ademhaling, in je hart, in de wind, in de bomen en in de lucht.

Het leeft in je eigen geest en in het ritme van al je gedachten.

**Schriftlezing en bezinning: kies zowel 4.2 en 4.3 of één van beide.**

**4.2 1 Kon., 19, 3-15** en daarna het gedicht van Guillaume Van der Graft.

### **Stilte**

Zolang er nog ergens iemand bestaat  
met wie ik als mens kan spreken  
vind ik ook wel een stilte  
midden op straat  
een stilte die niet kan breken.

Een kostbare stilte van zuiver glas  
dat ik zelf  
met mijn stem heb geslepen.  
Als ik er niet was  
en die stem er niet was  
had niemand die stilte begrepen.

Maar als Hij er niet was  
en Zijn stem was er niet  
dan was er van stilte geen sprake.  
Alleen maar van zwijgen,  
zo hard als graniet  
en dat kan je doodeenzaam maken.  
Maar de stilte,  
dat is een tweestemmig lied,  
waarin God en de mens elkaar raken.

### **4.3 Evangelie: 'De woestijn roept...' (over Johannes de Doper)**

Hij is de woestijn ingegaan, vertelde men. Hij was die avond niet meer in de stad. Vreemde man... wat bezielt hem toch?

Hij was anders niet contrair. 's Avonds aan de poort, waar alle mensen samenkomen, kon hij urenlang vertellen. Boeiend om van die man te horen! En nu gaat hij op zijn eentje de woestijn in. Wat bezielt hem toch?

Hij kon zo smakelijk eten en drinken, en gulzig zijn tanden zetten in het zachte vlees van de watermeloen, zodat het sap over zijn baard droop. En nu gaat hij zich voeden met een verwaalde sprinkhaan, nu gaat hij dorst lijden. Vreemde man... wat bezielt hem toch?

Hij heeft de woestijn opgezocht en haar stilte beluisterd met zijn hart. Toen wist hij wie hem bezielde. En is hij teruggekeerd naar de wereld van de mensen. Hij wist wat het echte voedsel was. Hij sprak vanaf dan andere woorden, elke avond, aan een andere stadspoort. Nu roept hij ons op, om met hem weer de woestijn in te gaan; de rug toe te keren of een van beide naar de kijkkast van elke avond. De rug te keren naar het comfort en de luxe in zijn vele vormen.

De woestijn kan hard, maar deugddoend zijn, ook de woestijn die wij onszelf maken; elk moment waarin we bewonderend stilstaan en bewust leven. De woestijn