

In Beeld: Zingeving in de inloophuizen

Thema: Stilte

'De stilte is een vriend die je nooit verraadt', Confucius

In de jaarverslagen van inloophuizen staat veelal niet iets over zingeving en STILTE. Uit een rondgang langs de inloophuizen blijkt, dat STILTE weldegelijk een rol speelt. In de STILTE 'gebeurt' soms zingeving.

Verschillende inloophuizen hebben bewust of soms als vanzelfsprekend aandacht voor STILTE. Bijvoorbeeld in de vorm van een stilteplek of een kapel. Bezoekers hebben zo hun eigen reden om deze te bezoeken. Er brandt een kaars, mensen kunnen opschrijven wat hen bezig houdt, of er hangen of liggen teksten. Op sommige plekken moet de stilte ruimte wijken voor een bredere doorgang voor invaliden: "Stilte vind je bij ons net zo goed tijdens een gesprek, tijdens de inloop". Vooraf aan een maaltijd is er ruimte voor stilte of een tekst of gebed. Verder is er op veel plekken aandacht voor stilte in laagdrempelige vieringen of vormen van meditatie.

Stilte ruimtes in inloophuizen

In *Inloophuis Domino in Gouda* grenst de stilte ruimte aan de ruimte van de inloop. Op de deur wordt uitleg gegeven hoe de stilte ruimte te gebruiken. Er ligt materiaal op een tafeltje voor een gebed. En men kan er briefjes achterlaten met daarop een intentie voor gebed, wat later in een viering kan worden meegenomen.



Aandachtscentrum Den Haag

Aangekleed met een laken met handen ... hangen er hartenkreten aan de muur.

Website met stilte

In Den Haag hebben ze de verschillende stilteplekken in de stad verzameld op een site <http://www.stilteindenhaag.nl/>. Via een kaartje kun je ze aanklikken. Er zijn tevens foto's te vinden van 'stilteplekken'.

Bezoekers over stilteplekken:

'Als ik een pittige dag heb gehad, soms als mensen erg ziek zijn of een uitzichtloze situatie, dan loop ik wel eens de kapel in. Ga ik even zitten in stilte. En brand een kaarsje', (wijkverpleegkundige in de wijk).



In het boek bij de stilteplek:

'Voor een spannende dag met mijn moeder die voor een onderzoek naar het ziekenhuis moet'.

Stilte en vieringen

Sommige inloophuizen hebben elke dag als ze open zijn een viering. Bijvoorbeeld het *Stiltecentrum bij Hoog Catharijne* in Utrecht.



Bij het *Aandachtscentrum in Den Haag* komen de vrijwilligers elke dag bijeen voor een gebedsdienst waar iedereen bij aan mag schuiven.

't *Stoofje in Oudenbosch* heeft een vrijdagavond meditatie.

In de *Open Hof in Groningen* is elke week een viering. Van vrijwilligers wordt verwacht dat zij regelmatig daaraan meedoen.

Bijna alle wijkpastoraten in Rotterdam hebben iets van een viering. Het wijkpastoraat in het *Oude Noorden in Rotterdam*, heeft haar *Zwaanshalsviering*. Deze vieringen worden voorbereid en uitgevoerd in samenwerking met wijkbewoners. Het *Oude Westen* heeft een buurtkerk de *Union*, waar elke week een viering is, en waar gegeten kan worden. Ook *Delfshaven* kent een laagdrempelige viering. De *Pauluskerk* kent twee keer per week een avondgebed.



Stilteplek bij kledinguitgiftepunt en ontmoetingsplek in Apeldoorn



San Egidio in Apeldoorn, heeft een kledingbank waar mensen één keer per maand kleding kunnen uitkiezen. Hier werken veel vrijwilligers met een warm hart aan het zorgvuldig sorteren van 2^e hands kleding en op zaterdag is dit een drukbezochte plek voor de uitgifte van kleding. Het uitdelen ervan. Mensen die enkele kledingstukken komen uitzoeken kunnen er ook een kop koffie of thee drinken, en de kleding passen in een pashokje.

In de ruimte is ook een stilteplek aanwezig. Op deze plek wordt 's morgens met de vrijwilligers de dag begonnen. Tegelijk vinden ook bezoekers deze plek wanneer zij langskomen voor kleding. De kledingbank is een uitgiftepunt, ontmoetingsplek, en er is ruimte om even stil te zijn.

Stilte voor de maaltijd

In veel inloophuizen wordt gezamenlijk gegeten. Bij de maaltijden is er vaak even stilte of een tekst. Vorig jaar tijdens regionale bijeenkomsten werd de stilte voor de maaltijd genoemd als kernwaarde van het inloophuis. *'Aan tafel zitten met uiteenlopende mensen, het samen stil zijn aan het begin van de maaltijd en het doorgeven en delen van brood en eten'*. In het Inloophuis De Wissel in Schiedam is er ook stilte voor de maaltijd, en worden er kaartjes neergelegd met een zegenwens, die bezoekers mee naar huis kunnen nemen. (Foto: Pauluskerk Rotterdam).



Stilte als hulpmiddel bij (h)erkennen van zinvragen

Marchien Timmerman schreef in 'Als aan de keukentafel' over inlooplekken. Het is van belang om zinvragen te herkennen. En een gevoel van zinloosheid te herkennen en stil te staan bij het ontbreken van zin.

Veel vrijwilligers herkennen de situatie van een 'lastige stilte' tijdens een inloop en in een gesprek. Soms bij het horen van pijnlijke of verdrietige verhalen. Hoe kun je goed gebruik maken van STILTE, vraagt zij zich af.

Het onderzoek 'Als aan de keukentafel' is te downloaden via de website van Hogeschool Windesheim

'Gij moet het eenzaam laten', Ida Gerhardt

Wat gebeurt er eigenlijk in de stilte? Je trekt je terug. Je sluit je af van wat er om je heen gebeurt. Er is aandacht voor dat wat er in je leeft. Tussen de dagelijkse doenerigheden.

Bezoekers, en ook vrijwillige gastheren/vrouwen zelf, zijn actief en druk met de dingen die er te doen zijn. En na de activiteit ga je naar huis met nog een hoofd met verhalen. Waar raakt het? Wat blijft er hangen?

In het gedicht 'Over de eerbied I' van Ida Gerhardt, (zelf googelen), heeft ze het over 'het eenzaam laten' van het zaad dat ligt te slapen, 'en dat al kiem gaat maken'. In de stilte, in de eenzaamheid kan het zaad rijpen. Wat er leeft aan pijn, aan verdriet, aan vreugde...soms moet je het 'laten'. Net als zaad, wat in de grond gestopt wordt, om te ontkiemen. In stilte wachten en hopen. Dat is moeilijk soms, je weet niet of het zaad wat je laat ook opkomt. Of het 'aanslaat', en gaat ontkiemen en bovenkomen. Uit het gedicht van Gerhardt spreekt echter ook vertrouwen. Er zit leven binnen leven. Het zaad lijkt hard en dood, maar onverwacht, komt leven, komt er een puntje boven de grond, een eerste blaadje. 'En het zal groen ontwaken'.

Stilte quotes

'Je kunt je weerspiegelingen niet in stromend water zien, maar wel in stilstaand water. Wat van zichzelf stil is, kan dingen tot stilte brengen'.

"Ik ontdekte dat ik minder en minder te zeggen had, tot ik uiteindelijk stil werd en begon te luisteren. En in die stilte hoorde ik de stem van God". Kierkegaard.

'Liefde is troost in droefheid, stilte in tumult, rust in onrust, hoop in wanhoop'.

'Na de stilte komt muziek het dichtst bij het zeggen van het onzegbare'.