

Over stilte (deel 3)

Stilte in geloof en spiritualiteit

Vrijwel alle geloofsovertuigingen kennen stilte als spiritueel instrument:

- In het christendom is stilte essentieel in contemplatief gebed: God wordt niet alleen aangesproken, maar vooral beluisterd.
- In het jodendom bestaat het idee dat stilte eerbied schept voor het onzegbare van het goddelijke.
- In de islam speelt innerlijke stilte een rol in dhikr en soefistische meditatie, waar herhaling leidt tot verstillig.
- In het boeddhisme is stilte de poort tot inzicht (vipassana): door zwijgend te observeren lost illusie op.
- In het hindoeïsme wordt stilte (mauna) gezien als een directe weg naar kennis van het zelf.
- In het taoïsme is stilte de natuurlijke staat waarin men in harmonie komt met de Tao.

Over de grenzen van religies heen geldt:

stilte is geen leegte, maar een vorm van luisteren die dieper gaat dan taal.

Stilte vraagt geen prestatie, alleen toestemming.

Wie regelmatig stil wordt, leert dat veel antwoorden niet bedacht hoeven te worden, maar zich aandienen wanneer het lawaai plaatsmaakt voor aandacht.

In die zin is stilte niet het tegenovergestelde van leven, maar een intieme manier om het werkelijk te ontmoeten.

Henk