

Een momentje Stilte Alstublieft

Landelijk Initiatief stiltevoorzieningen binnen de bebouwde kom.

Kunt U het zich voorstellen? Binnen de bebouwde kom bevindt zich op loopafstand van de woonkern een stiltecentrum. Een plek waar mensen zich op bepaalde tijden kunnen terugtrekken voor ontspanning en stilte. Tegen een bescheiden vergoeding kunnen de buurtbewoners gebruik maken van deze voorziening. Een droom zult u misschien denken, of is het toch een haalbaar plan en dichterbij dan we ons zo op het eerste gezicht kunnen voorstellen?

Stilte heeft een positieve uitwerking op het algehele welzijn. Innerlijke stilte is naast slapen en voedsel een heel natuurlijke menselijke behoefte. Door stilte te beoefenen ontstaat leegte en rust in je denken. Je wordt geleidelijk aan bewust van de positieve waarde van de innerlijke rust en vrede waardoor ook meer harmonie in het dagelijkse leven ontstaat.

Dit bericht is een oproep aan een ieder die de positieve werking van stilte heeft ervaren en wil meewerken aan het initiatief om een landelijke keten van stiltecentra te vormen. De initiatiefnemers richten zich met name op hen die reeds in een bepaalde vorm activiteiten bedrijven die de werking van innerlijke stilte bevorderen en een geschikte ruimte beheren.

De doelgroep omvat mensen die (bewust) kiezen voor innerlijke stilte. Zij willen met enige regelmaat in een serene omgeving ontspannen en mediteren. In hun huiselijke omgeving is dit niet altijd mogelijk. Het stiltecentrum biedt op gezette tijden stilte of meditatie uren aan. Het aanbod van de stiltevoorziening richt zich zowel op ervaren beoefenaars van stilte of meditatie als op beginners. De beginners krijgen een korte cursus mediteren die onderdeel uitmaakt van het aanbod.

De initiatiefnemers willen het idee onder de naam Mauna naar buiten brengen.

Mauna betekent in stilte zijn. Hiermee wordt volgens de initiatiefnemers de doelstelling van dit concept aangeduid.

Het stilteconcept krijgt handen en voeten door een laagdrempelige voorziening te creëren die in eerste instantie voldoet aan drie criteria. Het stiltecentrum is op gezette tijden open. Tijdens de openstelling kunnen bezoekers inlopen en aansluiten. De

openstelling is uiteindelijk afhankelijk van de vraag. De bereikbaarheid is voor de buurtbewoners optimaal. Hiermee wordt tevens de wijkfunctie onderstreept.

De bezoekers kunnen tegen een redelijke financiële bijdrage gebruikmaken van een abonnementsysteem dat tevens korting geeft op aanverwante activiteiten als bijvoorbeeld yogalessen.

De initiatiefnemers willen een landelijke keten van stiltecentra realiseren waarin verscheidene participanten deelnemen. Mauna wordt een stichting die de belangen van de aangesloten participanten behartigt door bijvoorbeeld:

het plaatsen van gezamenlijke advertenties en berichten in de media;

het uitgeven van een gezamenlijke gids met stiltecentra in Nederland;

het ondersteunen bij de inrichting van de centra;

het vormen van een platform voor kennisuitwisseling en ontmoeting met vakgenoten;

het vormen van een vraagbaak;

het verrichten van onderzoek naar de effecten van stilte op het menselijke welzijn;

het ontwikkeling van methoden.

Heb je zin om mee te doen?