

Zitten voor Vrede 2016

In samenwerking met [Dansende Os](#) organiseert [Zitten in Stilte](#) in Hengelo van vrijdag 30 december 12.00 tot zaterdag 31 december 12.00 uur een stilte-marathon onder het motto: 'Zitten voor Vrede'.

Veel mensen die mediteren weten dat het samen "zitten" met meerdere mensen, op een raadselachtige manier een gunstig effect heeft op de omgeving.

Juist in december, de maand van bezinning, houden we ons bezig met de gedachte van 'Vrede op Aarde' en compassie met mensen die het minder goed getroffen hebben.

Naast dat je in materiele zin een bijdrage kunt leveren door geld te geven, kunnen we ook op een immateriële manier uitdrukking geven aan onze compassie, door samen in stilte te zitten.

We willen met deze Stilte-marathon van 24 uur mensen in de gelegenheid stellen dit mededogen/ deze compassie tot uitdrukking te brengen. Het is de bedoeling dat de meditatie-ruimte 24 uur lang bezet is, liefst met minimaal 2 mensen.

We hebben gekozen voor het volgende schema, zodat er steeds op elk heel uur de mogelijkheid tot inloop is:

20 minuten zitten

5 minuten loopmeditatie

20 minuten zitten

15 minuten pauze

De deur staat 24 uur open voor iedereen, ongeacht religieuze of anderszins levensbeschouwelijke achtergrond.

We beginnen (mits voldoende deelname) op vrijdagmiddag 30 december om 12.00 uur en eindigen zaterdag 31 december om 12.00 uur. De bijdrage in de kosten is €10,00 en tegen een kleine vergoeding zijn soep en broodjes verkrijgbaar.

Het bedrag dat na aftrek van de kosten overblijft, wordt overgemaakt aan de Stichting Warchild.

Wil je meedoen?

Geef je dan op door een mail te sturen naar info@zitteninstilte.nl, of te bellen naar Rudi Hofstede, tel. 06-18449729 (doordeweeks tussen 19.00 – 21.00).

Of deponeer onderstaand strookje in de bus op de leestafel of in de brievenbus van De dansende os, Schalkburgerstraat 28, 7551 GT Hengelo.

Naam:.....

E-mailadres:

Telefoonnummer:.....

1^e voorkeurstijd : van.....tot..... **2^e voorkeurstijd:** van.....tot.....

Of: **geen voorkeur** ja / nee

Totale 'zit'-tijd:uur

Wel / geen bereidheid om 's nachts te zitten

Indien mogelijk: eigen matje en/of kussen/bankje meenemen

Je ontvangt een bevestiging met het tijdstip waarop je bent ingedeeld.

Op elke zaterdag van de even weken biedt 'Zitten in stilte' de mogelijkheid om te kunnen mediteren. Veel mensen die zit-meditatie beoefenen vinden het prettig om dit samen met anderen te kunnen doen, zonder dat er sprake is van een bepaalde traditie of rituelen, zitten in stilte dus.