



De Spil een plek voor Retraite

***Mijn hart zegt U na:
'Zoek mijn nabijheid!'***

(Ps 27:8 NBV)

‘Als ik op retraite zou gaan...’



‘Als ik op retraite zou gaan..’



Om een ‘woord’ ..

.. een zegen

‘Als ik op retraite zou gaan..’



Om een ‘woord’ ..

.. een zegen

De geschiedenis van de Spil

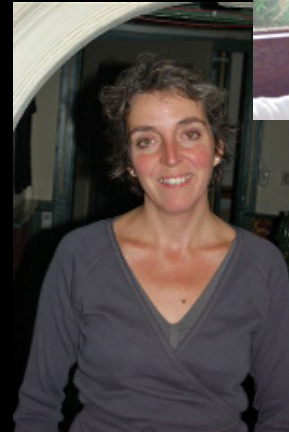
- 1986-1996 YFC & jongeren woongroepen
- Bezoeken aan Taizé
- Ervaringen met christelijke spiritualiteit / gebed
- Victor van Heusden & vrienden: dit willen we ook in Nederland
- Een plek:
 - Voor bezinning / ontmoeting
 - Gebed
 - Een plaats waar de hemel de aarde raakt: Bethel

1996

een plek & een kapel



Een groep vrijwilligers rond Victor & Anneke



Activiteiten & Programma's

- **Individuele retraites**

- Stilte

- Studie

- Gebed

- Gesprek

- **Boekretraites**

- Anselm Grün

- Henri Nouwen

- **Groepsretraites**

- Teams

- Docenten

- Kerkenraden

- **Thematische retraites**

- Gebed

- wandel retraite Ierland

- beelden van Jezus

- Simone Weil /
Kierkegaard

- **Gebedenboek op internet**

- **LEV-groepen**

- Samen Leren & Eten &
Vieren

Dagindeling

8.30 uur	Ontbijt
9.00 uur	morgengebed
10.30 uur	koffie/thee
12.00 uur	middaggebed
12.30 uur	lunch
13.30 uur	stilte
15.30 uur	koffie/thee
18.00 uur	warme maaltijd
21.30 uur	avondgebed

Kapelviering

De Christuskaars brandt

Openingswoorden

Al zit ik in het duister, de Heer zal mij tot licht zijn.*(stilte)*

Lied

*Als alles duister is, ontsteek dan een een lichtend vuur
dat nooit meer dooft, een vuur dat nooit meer dooft.
Als alles duister is, ontsteek dan een lichtend vuur
dat nooit meer dooft, een vuur dat nooit meer dooft.**(bron: Taizé)*

Bijbellezing Psalm 117 *(hardop lezen)*

1 Loof de HEER, alle volken,
prijs hem, alle naties:
2 zijn liefde voor ons is overstelpend,
eeuwig duurt de trouw van de HEER.

Halleluja!

Gebeden

Uw Koninkrijk kome (voor de wereld)
Wij vragen Uw nabijheid ... (voor mensen)
In Uw handen geef ik mijn leven... (in de stilte bij God zijn)

Zegenbede

Moge de vrede van God op je rusten en met je meegaan.

Maar vooral

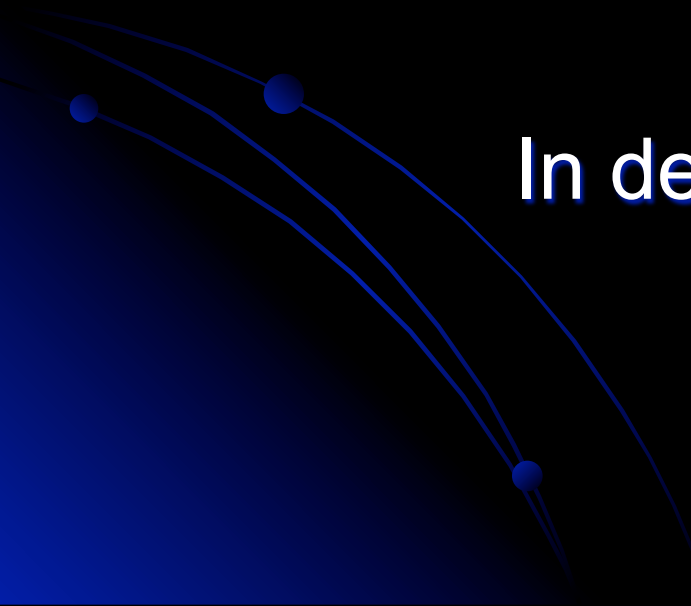
- Een retraiteplek
- Een plaats van gebed en bezinning
- Van stilte & ontmoeting & rust
- “tussen herberg en klooster...”
- Voor geloof- en levensvragen

Een plaats waar ‘de hemel de aarde raakt’

Een ontmoeting met God

Maar wat is dat nu
een retraite?

In de christelijke traditie



Geschiedenis

- Bijbel
 - Profeten: berg / woestijn
 - Jezus: stilte / berg
 - Woestijnvaders
 - Kloosters (o.a. voor de biecht)
 - Moderne Devotie
 - Ignatius van Loyola
 - Anglicaanse kerken
 - Oxford-Beweging
 - Retreat Centers (VS en Engeland)
- >> 'Confrontatie' : met jezelf, God en je leven
- >> Verbinding / beweging / verdieping
- >> God zoeken

De Retraite 'buiten' het Christendom

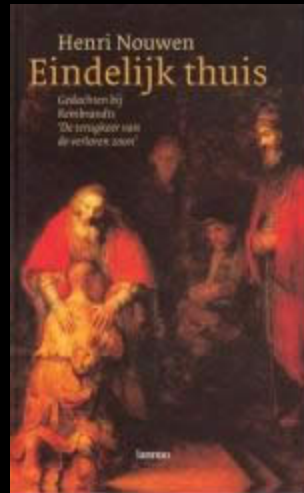
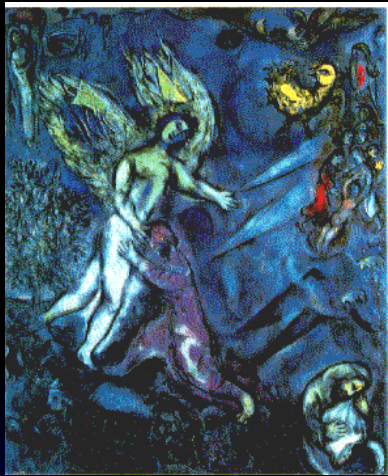
- 'Zelf' -ontwikkeling
 - Trainingen / therapie
 - Mindfulness
- Management
- New Age
 - Gezondheid
 - 'Healing'
 - Meditatie / Stilte
 - Aandacht / Awareness
- Boeddhisme
 - Boeddha & Dharma & Sangha
 - Meditatie
 - Mindfulness
- Islam
 - Soefi
 - Fana / Ego
 - 40 dagen

‘Definitie’

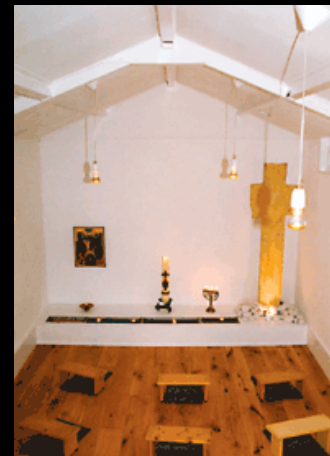
- een weloverwogen **handeling van een persoon**
- waarin deze zich ‘**terugtrekt**’ uit het dagelijkse leven
- en **verwacht** een ‘ontmoeting’ met **God** te hebben
- in de hoop een ‘**(ant?)woord**’ te vinden
- Op/voor een fundamentele **levensvraag**
- Waarbij de **tijd, plaats, ruimte en vorm** er nadrukkelijk toe doet

Bouwstenen / De Ingrediënten

- een **persoon** die God zoekt en deze retraite **doet** (a)
- een vorm van **afzondering** (b)
- een **plek** / een plaats (c)
- een moment / een **tijd** (d)
- het gaat ergens **om & over** (God / geloofs- en levens-thema / -vraag / zoektocht) (e)
- een **vorm** waarin dat gebeurt (f)
- met behulp van bepaalde (**werk**)**vormen** (g)
- onder **begeleiding** van (h)
- alles onder een '**gewijd**' karakter (i)



Stilte





Gewijd



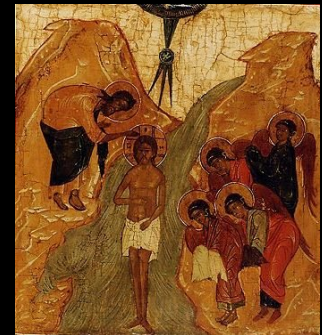
Persoon



Afzondering



Plek



Tijd

Stilte

Oefening



Bronervaring

Jezelf Wereld



'Om..'



Vorm



Begeleiding

een **persoon** die God zoekt

- 'levensvraag'
- onrustig hart
- verlangen
- 'God in mij' die God zoekt
- keuzemomenten
- bezinning
- biecht
- behoefte aan geestelijke begeleiding
- In het 'goede, ware en schone'

een vorm van afzondering

‘en hij stond op om naar....’

- ‘Retirer’
- Beweging; gaan naar....
- Apart stelling: in vorm/inrichting
- ‘afzondering’ in tijd, plaats en ruimte
- Met rituelen: schoenen uit / buiging / kruis
- Doel: focus creëren / jezelf richten op...
- Afwezigheid van de dagelijkse prikkels
- ‘centering’-prayer
- Loslaten om God/jezelf/wereld te ontmoeten

een plek / een plaats

‘voorwaar de Heer is aan deze plaats’

- Stilleplek (bos/berg)
- Kloosters
- Retraitecentra
- Kapel
- Eenzaamheid
- Woestijn
- Altaar
- Stillehoek
- ‘Binnenkamer’



een moment / een **tijd**

- 40 dagen
- 3 jaar
- Een paar dagen
- 'Stille tijd'
- Getijden
- Vastentijd
- Advent / Veertigdagentijd / Paastijd
- Voor de volwassenheid
- In de laatste levensfase

het gaat ergens om & over

- In de religieuze zin kan het gaan over/om:
 - God 'zien' / Jezus / Geest
 - Schuld en vergeving / verzoening; Troost en uitdaging
 - Lijden verbinden met God
 - Zegen over / voor
 - Rituelen / Geestelijke oefeningen
 - Het Goede, Ware en het Schone: Genieten / Rust / Geluk / Dankbaarheid
- In de 'existentiële' zin kan het gaan over/om:
 - levensloop en keuzes
 - levenskunst; omgang met jezelf, partner, kinderen, werk en lijden
 - angst en vertrouwen; (wan-)hoop; geluk en lijden, verlies en winst
 - bewustwording en verantwoordelijkheid
 - inzet en overgave
 - Natuur, schoonheid, genieten, kunst, muziek, gezelligheid en lekker eten
- In de 'psychologische' zin kan het gaan over/om:
 - rouw en trauma verwerking
 - integratie
 - innerlijke genezing en heling
 - ware en valse zelf / authenticiteit
 - zelfonthulling
 - aanvaarding en compassie
 - Levenszin & levenslust

een **vorm** waarin dat gebeurt

- Ongestructureerd <> gestructureerd
- Begeleid <> ongeleid
- Individueel <> groep
- Stilteretraite
- Wandelretraite
- Pelgrimage
- Thematisch
- Ignatiaanse retraite

met behulp van bepaalde ‘werkvormen’ / ‘heilsmiddelen’

- Begin:

Bewustwording

- Dagboek
- Gesprek
- Vragen

- Eind: naar huis

- Gesprek
- Rituelen
- Zegen
- Commitment

- Midden:

verhelderen / transformatie

- Getijden
- Gebed
- Gesprek (groep)
- Spirituele autobiografie
- Ascese / vasten
- Liturgie
- Symbolen
- Rituelen
- Lectio
- Meditatie
- Bibliodrama
- Stilte
- ‘Nacht’ & ‘Wanhoop’
- Schilderen / tekenen
- Geestelijke begeleiding
- De verwondering

onder begeleiding van

- Priester
- Monnik
- Geestelijk begeleider
- Predikant
- ‘Vrijwilliger’
- ‘Boekje’
- Internet
- ‘Zelfstandig’

alles onder een 'gewijd' karakter

'De Heer is aan deze plaats..'

- Naamgeving
- Getijdengebeden
- Tafelliturgie
- Aanwezige symbolen
- Kapel
- Rituelen (zegen)
- Sacramenten
- Boekenkast
- Audiovisueel materiaal
- Spreker
- Huisstijl / inrichting
- Eten en drinken

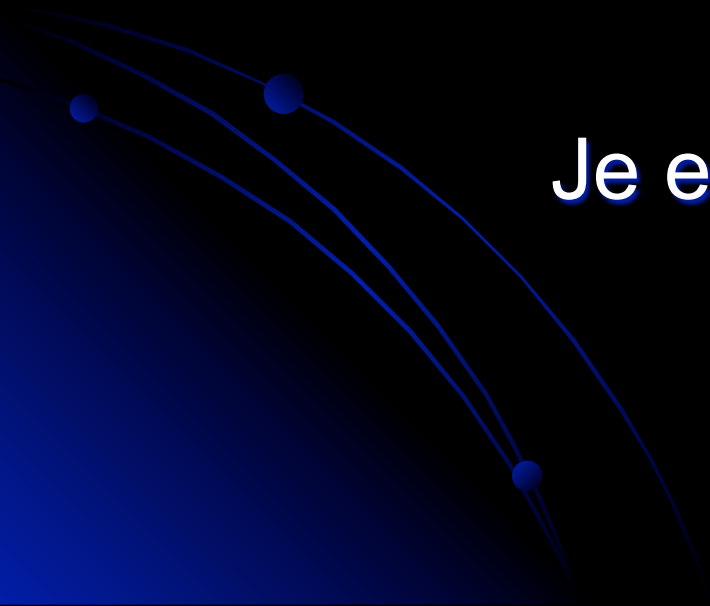


Alles (ver)wijst naar
focust op / aandacht voor

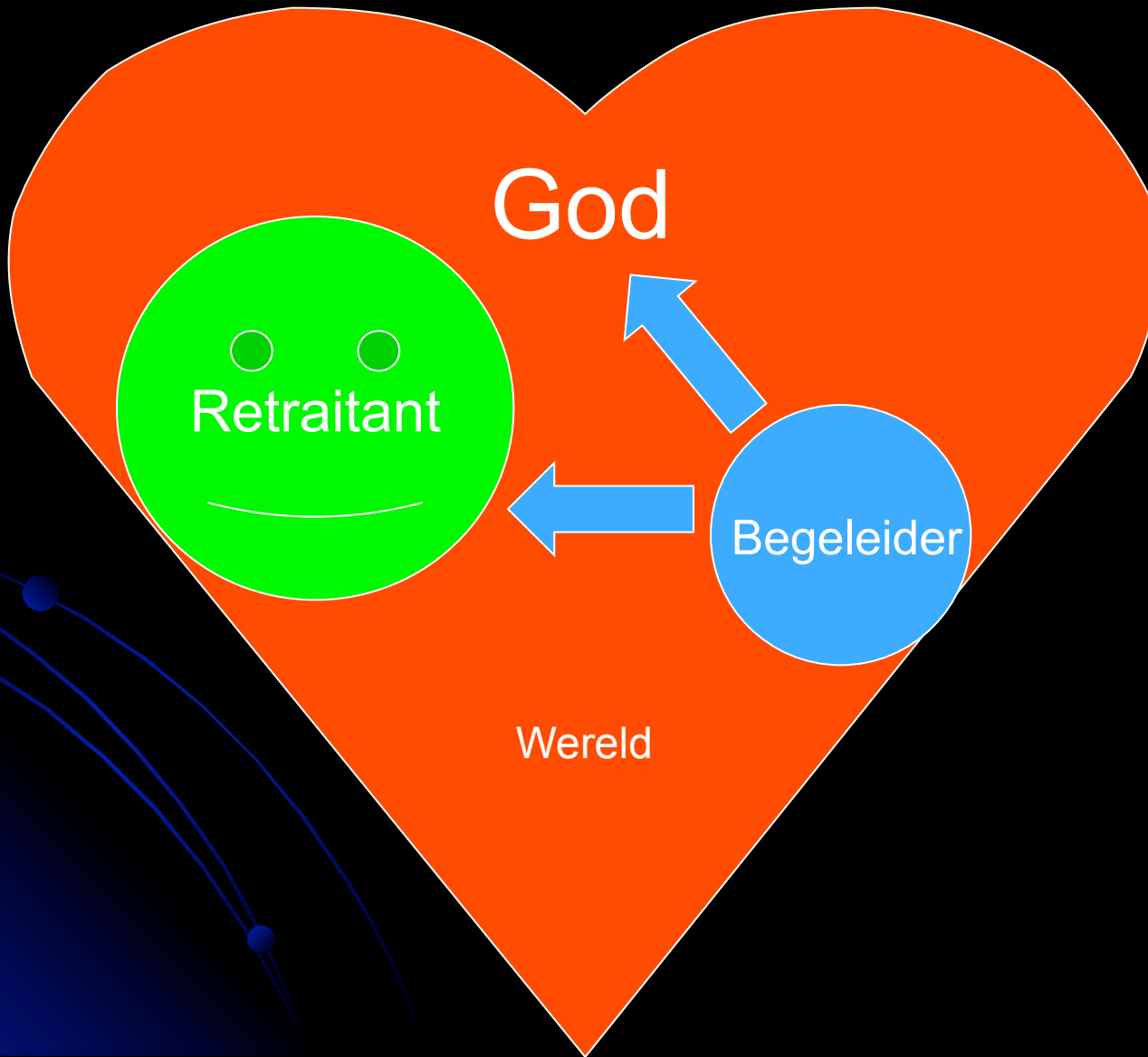
God

Je eigen leven / jezelf

Deze wereld



De Drie 'actoren'



De drie 'actoren'

- God

- Namen

- Schepper
 - Ik Ben.. Bevrijder
 - Liefde
 - Vader Zoon Geest
 - Gekruisigde & Opgestane
 - Moeder
 - Vriend

- Dilemma's

- Immanent & Transcendent
 - Verborgen & gekend
 - Aanwezig & afwezig
 - Nu & Straks
 - Katafatisch & Apofatisch

- De reitraitant

- Een open verhaal
 - Verleden & heden & toekomst
 - Levensvraag
 - 'heel' de mens

- De begeleider

- Competent
 - Distantie
 - Onderscheiding: God & Mens & de weg
 - Kunst van het 'verdiepend' luisteren

Wat 'gebeurt' er?

- Begin: *Waarom heb je besloten naar de Spil te gaan? Wat zoek je hier?*
 - Vragen
 - Verlangens
 - Thema's
- Tijdens: *Wat vind je hier?*
 - Wat spreekt je aan?
 - Wat raakt je: gedicht / woord / tekst / lied / gebed / beeld / ervaring
 - Waar heb je wat aan
- Vertrek: *Wat neem je mee naar huis*
 - Welke ontdekkingen?
 - Over God / omgaan met God
 - Over jezelf
 - Over je leven

>> Kapel!!!

Wat 'gebeurt' er?

Je hele levensverhaal 'anders zien'

- Liefde / Verbinding

- Liefdesrelatie met/in God / Jezus / Geest
- Genade / Troost
- Geliefde Zoon/Dochter
- Heling / 'genezing'
- Geluk & Genieten & Dankbaarheid & Rust & Stilte & Schoonheid
- >> God vinden in alles

- Omvorming / Transformatie / Beweging

- vanuit de schepping: 'worden wie je bent' ; zoals God je gewild heeft
- vanuit de staat van misvorming: bekering / metanoia
- vanuit de herschepping: de nieuwe mens / uitdaging
- vanuit Christus: gelijkvormigheid aan Christus
- de gerechtvaardigde zondaar & de heiliging
- de mystieke omvorming in God waarin het individu 'lijkt' te verdwijnen
- >> Liefde

‘Mystagogie’

Inwijding in de Heilsgeheimen

Thuiskomen bij God, jezelf en wereld

Valkuilen

- Cultus van het ‘zelf’
 - Past naadloos bij de ego-cultuur
 - Teveel ‘psychologie’
 - Te weinig theologie
 - Te zweverig
 - Focus op het negatieve / ‘ontbrekende’
- 

Vriendelijk licht

(Huub Oosterhuis)

Zo vriendelijk en veilig als het licht,
Zoals een mantel om mij heen geslagen
Zo is mijn God, ik zoek zijn aangezicht,
Ik roep zijn naam, bestorm Hem met mijn vragen,
Dat Hij mij maakt, dat Hij mijn wezen richt
Wil mij behoeden en op handen dragen.

Want waar ben ik, als Gij niet wijd en zijd
Waakt over mij en over al mijn gangen.
Wie zou ik worden, waart Gij niet bereid
Om als ik val, mij telkens op te vangen.
Ik leef niet echt, als Gij niet met mij zijt.
Ik moet in lief en leed naar u verlangen

Spreek Gij het woord dat mij vertroosting geeft,
Dat mij bevrijdt en opneemt in uw vrede.
Ontsteek die vreugde die geen einde heeft,
Wil al uw liefde aan uw mens besteden.
Wees Gij vandaag mijn brood, zowaar Gij leeft –
Gij zijt toch zelf de ziel van mijn gebeden.



Augustinus

*Te laat heb ik U lief gekregen, o schoonheid zo oud en toch zo nieuw,
te laat heb ik U lief gekregen.*

*En zie, Gij waart in mij en ik was buiten: dáár zocht ik U.
Ik stortte mij op de mooie dingen die Gij gemaakt hebt, ik wanstaltige.
Gij waart met mij, maar ik was niet met U!
Ze hielden mij verre van U, die dingen
– die er niet eens zouden zijn als ze niet in U bestonden.*

*Gij hebt geroepen en geschreeuwd en mijn doofheid ver-broken;
geschitterd en gestraald en mijn blindheid verjaagd;
gegeurd hebt Gij en diep ademde ik u in en nu snak ik naar U;*

*Geproefd heb ik U en nu dorst en honger ik.
Gij hebt mij aangeraakt, en ik ben ontvlamd naar Uw vrede.*

Be still, for the presence of the Lord (EVL 241)

1. Be still, for the presence of the Lord,
The Holy One is here.
Come, bow before Him now,
With reverence and fear.
In Him no sin is found,
We stand on holy ground.
Be still, for the presence of the Lord,
The Holy One is here.
2. Be still, for the glory of the Lord
Is shining all around;
He burns with holy fire,
With splendour He is crowned.
How awesome is the sight,
Our radiant King of light!
Be still, for the glory of the Lord
Is shining all around.

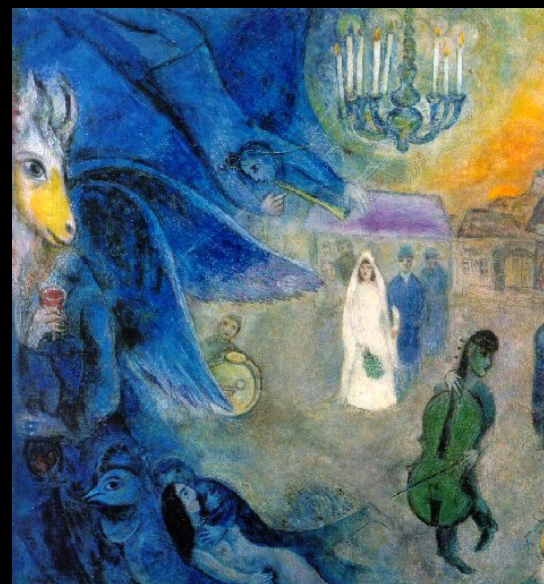
HEER MIJN GOD



Ik weet niet waar ik heen ga.
Ik ken de weg niet die voor me ligt.
Ik kan niet met zekerheid zeggen
waar hij zal eindigen.
Ook ken ik mezelf niet echt,
en als ik denk dat ik Uw wil volg,
dan betekent dit nog niet
dat ik dat ook werkelijk doe.
Maar ik geloof dat het verlangen om U te behagen
U in feite ook behaagt.
En ik hoop in dat verlangen te leven
bij alles wat ik doe.
Ik hoop nooit iets te doen zonder dat verlangen.
Als ik dit doe dan weet ik
dat Gij mij zult leiden langs het rechte pad,
hoewel ik er misschien niets van begrijp.
Daarom zal ik altijd op U vertrouwen,
ook al lijkt ik verloren en in de schaduw van de dood.
Ik zal niet bang zijn
want Gij zijt steeds bij mij,
en Gij zult mij nooit aan mijn lot overlaten
om mijn gevaren alleen te doorstaan.

Thomas MERTON

Is ook Genieten van....



***Mijn hart zegt U na:
'Zoek mijn nabijheid!'***



Voorwaar de Heer is aan deze plaats ...



