

# **”Stilletime” i kirkerne på Mols** **hver søndag aften kl. 17.30 - 18.30**

Vi mødes enten i Vistoft, Tved eller Knebel. I disse smukke kirkerum sidder vi sammen i stilhed, hver især i fordybelse, bøn eller refleksion, eller blot i rolig afslapning. Vi starter tit med at synge lidt sammen, nogle gange hører vi et kortere musikstykke. Alle er velkomne!

Kontaktperson er Lennart Landsfeldt, Fuglsøvig 13, 8420 Knebel, tlf. 61 77 99 21.

## **Stilletimen holdes i følgende kirker:**

**18. marts: Knebel Kirke**

**25. marts: Tved Kirke**

**1. april: Knebel Kirke**

**8. april: Knebel Kirke**

**15. april: Vistoft Kirke**

**22. april: Tved Kirke**

**29. april: Knebel Kirke**

**6. maj: Vistoft Kirke**

**13. maj: Tved Kirke**

**20. maj: Vistoft Kirke**

**27. maj: Tved Kirke**

**3. juni: Knebel Kirke**

# Stilletteime – tid til ro og refleksion

*Af Lennert Landsfeldt*

Jeg kører ud til kirken i Tved, som denne søndag er kirken, hvor vi holder stilletteime. Solen er ved at gå ned og himlen eksploderer i flotte farver. Det bliver snart mørkt, men René, graveren i Tved, som også mediterer med, har allerede tændt lys og sat alterlysene frem.

Stilletteimen ligger fra klokken 17:30 til 18:30 hver søndag i enten Tved, Vistoft eller Knebel Kirke. Vi bruger i reglen den kirke, hvor der har været gudstjeneste tidligere på dagen, så kirken er varmet op. Man kan se i kirkebladet eller på kirkernes hjemmeside, hvilken kirke, der er stilletteime i. Stilletteimen er en tidslomme, som man kan gå ind i og bruge til at reflektere over ugen, der er gået, og det man har oplevet, eller til at kigge frem og forberede sig på ugen, der kommer. Man kan også sidde uden noget specielt tankeindhold, og bare være med det, der kommer, med det der er. Nogen mediterer eller bruger en mindfulnesspraksis eller lignende, mens andre måske beder eller tænker.

Stilletteimen kan man vælge at bruge, som man vil, blot det foregår i stilhed. Stilletteimen er et lille åndehul, hvor man kan give sig selv plads til at slippe forpligtelser, krav og forventninger og søge ind til kernen i sit eget væsen. Stilletteimen er en ny måde at bruge kirken på, som bygger videre på det, du får med ved de almindelige gudstjenester. Vi har holdt stilletteime hver søndag i kirkerne på Mols i over 5 år.

De smukke gamle kirkerum er fantastiske steder at praktisere i stilhed. Væggene er tykke, og på det valgte tidspunkt er der meget lidt aktivitet udenfor. Der er derfor en helt speciel dyb stilhed og ro i kirkerummet, og man fornemmer de mange hundrede år, hvor mennesker er kommet og gået her. Ofte i forbindelse med store og betydningsfulde begivenheder som dåb, konfirmation, vielse og begravelse. Men selvfølgelig også ved de almindelige gudstjenester. Det er, som om der går linjer ud til alle sognets beboere og tilbage gennem generationerne. Kirkerne er meget forskellige og har hver for sig en særlig stemning. Det sker også, at nogen foreslår, at vi starter med at synge en salme. Vi har nogle gange medbragt en højtaler og spillet noget musik i en kortere periode.

I stilletteimen sidder vi normalt 50 minutter i stilhed. Dette kan for nogle være rigtigt lang tid. Man kan derfor enten bare komme lidt senere og sidde i kortere tid, eller komme kl. 17:30 og så bare gå tidligere. Det er helt op til den enkelte. Det er ikke særligt forstyrrende for de, der sidder i 50 minutter, så man skal ikke føle sig forpligtet til at sidde hele perioden.

Den lille klokke ringer og stilletteimen er ovre for denne gang. Vi stiller stolene på plads og slukker stearinlysene og lyset i kirkerummet. Uden for kirken er himlen mørk og luften er kølig. En særlig klarhed og ro gennemtrænger krop og sind.

**Alle er velkomne. For yderligere oplysning kan du kontakte Lennert Landsfeldt, Fuglsøvig 13, 8420 Knebel. Mobil: 61 77 99 21 eller E-mail: [l.landsfeldt@gmail.com](mailto:l.landsfeldt@gmail.com)**