

TIŠINA

Se počutiš neprijetno, ko okoli tebe vlada tišina, ko vsi utihnejo in v ozadju ni slišati radia ali televizije? Ali takoj začneš pogovor z drugimi ali pa se nameniš prižgati radio, televizijo, računalnik? Mogoče si sam doma in te tišina spominja na to, kako je dosti lepše, ko je tvoja družina s tabo. Mogoče se želiš vedno igrati v družbi drugih, ker se lahko vmes pogovarjate, sam pa se počutiš osamljenega.

Če je tako, je čas, da spoznaš tišino! Si kdaj pomislil, da tudi tišina govori svojo govorico in se lahko pogovarja s tabo? Pravzaprav ta govorica tišine ne prihaja iz prostora, v katerem se nahajaš, ampak iz tebe, in ji lahko rečeš notranja tišina.

In zakaj govorice tišine ne slišimo? Ponavadi zaradi vsega, kar nas obdaja, zaradi hrupa v nas in okoli nas.

In kako se lahko s tišino pogovarjamo? Zelo preprosto, samo zapremo oči in ji prisluhnemo.

Tišina ni nekaj praznega in strašljivega. Ko tišina spregovori, se začnejo dogajati čudeži in z njimi prideš do zakladov v sebi. Odkriješ jo takrat, ko občutiš srečo in radost, kot da bi se po dolgem času vrnili domov. Ko jo enkrat zaslišiš, ne potrebuješ več nobenih dodatnih pojasnil, kako do nje. Ko spoznaš njeno govorico, ji lahko prisluhneš tudi takrat, ko je okoli tebe vse hrupno in ni potrebno, da se umakneš od drugih, da se pogovarjaš z njo.

Z notranjo tišino lahko vedno navežeš stik in se napolniš z energijo, ki izhaja iz njenega globokega mira. Tako je lahko notranja tišina tvoj stalni spremljevalec. Zapri oči in opazuj svoje misli, ne poskušaj jih ustaviti niti jim ne posvečaj pozornosti. Samo sprosti se in prisluhni tišini!



»Tišina ni praznina. Prežeta je s polnostjo in ustvarja stanje, v katerem vladajo sožitje, pesem in navdih. V tišini se rodi globlji pomen življenja.«

(Tony Samara)

»Bog je prijatelj tišine. Opazujte, kako narava - drevesa, cvetje, trava - raste v tišini; opazujte zvezde, luno in sonce, kako se premikajo v tišini... Tišino potrebujemo zato, da bi se lahko dotaknili duše.«

(mati Tereza)

»Pogosto se sprašujemo, zakaj Bog ne odgovarja na naše molitve. Zakaj moliti? Mnogi od nas bi želeli, da nam odgovarja v skladu z našimi željami, ampak Božja pot je drugačna. On pozna preteklost, sedanost in prihodnost. Odgovarja nam v tišini. Pripravljeni moramo biti, da ga poslušamo in poslušamo na Njegov odgovor.«

On pozna preteklost, sedanost in prihodnost. Odgovarja nam v tišini. Pripravljeni moramo biti, da ga poslušamo in poslušamo na Njegov odgovor.«

(avtor neznan)

Kot nadaljevanje sledita 2 aktivnosti z lista 'V tišini'.

Vir: Blanka Volavšek Šimonovi

