

lesbrief 41 De traditie en beoefening van Christelijke Meditatie (4)

door Kim Nataraja

Vervolg lezing Laurence Freeman: "Wat meditatie christelijk maakt is ons geloof in Jezus. Het is ook christelijk omdat het gebeurt in een historische en theologische traditie, die direct leidt naar de geest van Christus. Het is christelijk omdat we binnen de gehele context van christelijk gebed en praktijk mediteren. Omdat we met andere christenen mediteren en omdat we door het vuur van geloof en liefde gemotiveerd zijn, stelt het ons in staat het evangelie te verkondigen. Het meditatieonderwijs in de moderne wereld is zodoende een vorm van evangelisatie.

Meditatie is een eenvoudige oefening van 'zuiver gebed'. Het vervangt geen andere vormen van gebed. Het geeft deze vormen juist een nieuwe betekenis en vitaliteit. Het vervangt niet de behoefte aan geestelijk leven of theologische lezingen. Het hernieuwt de zelfkennis van de kerk en geeft de theologie een nieuwe scherpzinnigheid en zelfvertrouwen, die betrokken is op de profane en wetenschappelijke wereld. In deze seculiere wereld wordt meditatie stevig gefundeerd door wetenschappelijk en medisch onderzoek. Het wordt beschouwd als weldadig voor onze lichamelijke gezondheid en geestelijk welzijn. We kunnen dit ronduit onderschrijven en naar een diepere betekenis wijzen – naar de geestelijke vruchten die meditatie op gang brengt en naar de betekenis en waarheid als ervaring, niet als concept. In meditatie ontdekken we tijdens het proces van onze eigen transformatie en vergoddelijking de betekenis van het menselijk bestaan.

Het is eenvoudig. Dit is de reden waarom we het hier hebben over kinderen en meditatie. Maar het gaat om meer dan over kinderen, die baat hebben bij meditatieonderwijs in deze traditie. Ook wijzelf herinneren ons de intrinsieke kracht en het wonder van de traditie die ons gevormd heeft en waartoe wij behoren.

Het is echter ingrijpend. Meditatie verandert het leven van degene die het beoefent en van de gemeenschap waarin het in praktijk wordt gebracht. Dit gebeurt eerder door middel van stilte dan door verdeeldheid, omdat het een transformatieproces in de ziel teweegbrengt en disharmonie niet naar buiten toe projecteert. Het resultaat hiervan is dat het de verhoudingen tussen mensen verandert en dit herschikt de macht en de betekenis van gezag. In deze zin is meditatie net zo gevaarlijk en net zo bevrijdend voor het menselijk potentieel als het evangelie zelf.

Ik heb geprobeerd in het kort te laten zien hoe deze eenvoudige praktijk tot de christelijke traditie behoort. Heden ten dage wordt ons een weg van radicale eenvoud geboden om vanuit deze traditie opnieuw de wereld in haar diepste crisis tegemoet te kunnen treden met hoop, visie en de liefde van Christus."