

## José PYPE

*Promotor van christelijke meditatiegroepen*

Als vertegenwoordiger van een farmaceutische firma draait José PYPE helemaal mee in de ratrace van de samenleving. Tweemaal daags zet hij de innerlijke motor echter stil om te mediteren volgens het model van benedictijn John MAIN. Sinds enkele jaren coördineert hij de groepen voor Christelijke Meditatie in Vlaanderen. Samen tellen die enkele honderden leden.

# ‘Ik voelde me ontsnapt uit de gevangenis’

Lieve WOUTERS

Een lange persoonlijke zoektocht heeft José PYPE erop zitten wanneer hij in 1992 in contact komt met de groepen voor Christelijke Meditatie. Eindelijk vindt hij de ontbrekende schakel in zijn leven, de schakel naar zijn religieuze wortels en naar de wereld rondom. „Ik voelde me ontsnapt uit de gevangenis. Je krijgt een vrijheid van geest die niemand je nog kan afpakken.”

*–Het geloof uit uw kindertijd had u overboord gegooid, de band met de christelijke traditie doorgeknipt. En dan duikt die plotseling toch weer op als een bevrijdend gedachtegoed.*

Aan het einde van het secundair onderwijs keek ik met een aardige dosis meewarigheid naar mensen die nog geloofden. Rond mijn dertigste begon ik echter een soort leegte te voelen. Het gevoel van vitaliteit dat ik had toen ik religie van me afwierp, was helemaal weg. In de plaats daarvan kwamen depressieve gevoelens, angst, zwakte. Niet dat iemand dat opgemerkt zal hebben. Naar buiten toe hield ik me sterk, maar innerlijk sloeg ik alarm.

Op een dag in februari 1984, ik weet het nog precies, liep ik langs een raamafliche waarop een bijeenkomst van transcendent meditatie werd aangekondigd. Zo begon ik trouw te mediteren. Met het christelijke geloof had dat toen nog niets te maken. Het was gewoon een techniek, een bewustzijnsontwikkeling.

Na enige tijd voelde ik echter een zekere vervreemding ontstaan. We zaten daar in ons kleine kringetje als in een soort cocoon. Ik kon er goed uitrusten, maar met de buitenwereld kreeg je er geen aansluiting. Toch betreur ik die fase in mijn leven niet, want deze meditatievorm heeft me wakker gemaakt voor mijn eigen religieuze wortels. Die hebben daardoor water gekregen. In de stilte konden ze groeien.

*–Hoe hebt u de christelijke traditie dan uiteindelijk herontdekt? Waar zat de knoop?*

Ik begon boeken te lezen die me interessant leken, zoals *De verhalen van een Russische pelgrim*, dat me in het bijzonder aansprak. De gelijkenis tussen het Jezusgebed (waarbij je voortdurend de woorden „Jezus, ontferm u over mij” herhaalt) en de herhaling van een mantra bij de meditatie, trof me. Ik probeerde dieper binnen te dringen in mijn oude geloof, maar dat leek toch een te klein geworden maatpak. Tot ik ontdekte dat ook in het hedendaagse christendom een vorm van meditatie bestaat. Die ontdekking, opnieuw op een februaridag acht jaar later, gaf me een gevoel van bevrijding. Dat was de ontbrekende schakel.

Het gebeurde tijdens een bijeenkomst met Laurence Freeman in de abdij van Tongerlo. Na de dood van benedictijn John Main, die de groepen voor Christelijke Meditatie stichtte, nam Freeman de leiding over. Ik begon naar meditatiegroepen in Grimbergen te gaan, heel gedreven. Na enkele jaren vroeg Agnes D’Hooghe me om een groep te beginnen in Waasmunster, iets wat me toen afschrikte, maar ik ben blij dat ik het gedaan heb. Door verantwoordelijkheid te nemen, doe je zelf ook enorme stappen vooruit.

*–Hoe gaat zo’n meditatie sessie ertoe?*

We komen bijeen in de kapel van het klooster in Waasmunster. We beginnen met een eenvoudig openingsgebed, waarna een korte inleiding volgt, een fragment uit het evangelie of een gedachte van John Main of Laurence Freeman. Een gong geeft aan wanneer we ‘de stilte binnengaan’ en de meditatie begint. Er wordt nog even meegegeven dat een alerte houding aangewezen is: een rechte rug, het herhalen van een enkel woord. Dat kan bijvoorbeeld ‘Jezus’ zijn.

„Christelijke meditatie schept verbondenheid en gemeenschap, want voorbij de woorden lijken we allen sterk op elkaar”

Het is belangrijk dat we ons beperken tot de ‘armoede’ van dat ene woord. De kunst is om je gedachten niet te laten uitwaaiëren, maar door te dringen tot de werkelijkheid voorbij de woorden. Een gong geeft na 25 minuten het einde aan van de meditatie. In een ander lokaal doen we aan contemplatieve dialoog: een korte uitwisseling over de inleiding.

*–Heeft de christelijke meditatie u als persoon veranderd?*



José Pype: „In de Kerk moet meer plaats zijn voor meditatie.” © Frank Bahnmueller

Helemaal. Het maakt je open en schenkt je een vrijheid van geest die niemand je kan afpakken. Maar het is ook een moeilijke weg: altijd opnieuw word je geconfronteerd met jezelf. Het perspectief is echter oneindig: je blijft erin groeien. Al maak ik op het werk nog zoveel herstructureringen mee, ze maken me alleen maar sterker, want ze brengen me telkens naar de essentie terug: liefde, energie, Christus.

Ik zou het kunnen vergelijken met het doopsel van Christus in de Jordaan. De hemel gaat open en via een duif laat God weten dat Hij zijn geliefde Zoon is. Met dat beeld leef ik. Je gaat die van liefde openbrekende hemel overal zien en voelen.

*–U zegt dat de christelijke meditatie u ook dichter bij de wereld brengt, in tegenstelling tot een fenomeen als mindfulness. Hoe zit dat?* Mindfulness kan voor veel mensen een opstap zijn naar de herontdekking van het

geloof. Die stap is nodig, want op een gegeven moment heb je de bodem nodig van een levende traditie met een vertolking. Jammer genoeg is mindfulness ook wel een hype en soms losgesneden van de religieuze traditie. Dan ga je mediteren met een bepaald doel, bijvoorbeeld stress verminderen. Eigenlijk moet het gaan om het creëren van een open geest.

De christelijke meditatie schept verbondenheid en gemeenschap, want voorbij het bewustzijn gelijken we allen sterk op elkaar en worden afstanden overbrugd: rijk en arm, mensen van verschillende geloofs-overtuigingen, slachtoffers van een aardbeving mijlenver weg. Het is jammer dat er in de Kerk niet meer plaats is voor deze ervaring.

Van 18 tot 20 juni vindt in Chimay een retraite plaats met Laurence Freeman. Meer informatie vindt u bij José Pype, 0476 30 88 53, jose.pype@skynet.be.