

“Oh ja! Van kijken naar zien” van Dick Verstegen (uitgeverij Asoka, 2021)

“Van kijken naar zien” is het centrale thema van dit 108 pagina’s tellende boek van zenleraar Dick Verstegen. Met kijken wordt bedoeld dat we in onze waarneming en beleving de werkelijkheid eenzijdig en analytisch benaderen. We proberen de werkelijkheid in concepten te vangen, te interpreteren en te objectiveren. Dit is wat wij doorgaans doen. Met zien wordt bedoeld dat we de werkelijkheid passief en ontvankelijk op ons in laten werken. De auteur noemt hier het woord zo-heid, de werkelijkheid zoals die is, tevens een ander woord voor menselijk bewustzijn. Er ruimte voor helder gewaarzijn.

Vanuit deze visie komen er diverse onderwerpen aan bod. Hij beschrijft het zelfreflecterende vermogen van de mens dat een voorwaarde is om zo-heid te ervaren, om te kunnen zien. Er wordt uitgebreid aandacht besteed aan de hartsoetra, het belangrijkste leerstuk van het Mahayana boeddhisme, een tekst die uitdrukkelijk gaat over zo-heid. Daarna wordt ingegaan op de Ene geest, de bodhi-mind, die de bron is van het zien. Uitvoerig aan bod komt het thema van lijden aan de ene kant en het ervaren van vrijheid aan de andere kant. Als we weigeren te zien wat zich voordoet, ontstaat lijden. Door te zien ervaren we vreugde, liefde en vrijheid. Natuurlijk is de gang van kijken naar zijn niet zonder obstakels. Het proces van leren werkelijk te zien komt in essentie neer op het helder in het vizier krijgen van onze obstakels. Dit proces verloopt in een aantal stappen: het begint bij herkenning, vervolgens erken je wat je herkend hebt, dan volgt de zo-heid van onze ervaring, die de springplank is naar innerlijke aanvaarding, door totale ervaring wordt losgelaten wat zich voordoet. Het obstakel verdampst als het ware.

Het boek is met vlotte pen geschreven, de auteur legt deze binnen de nonduale spiritualiteit zeer belangrijke thematiek van leegte en zo-zijn zoveel mogelijk met alledaagse taal uit. Het boekje is heel verhelderend voor mensen die balanceren op de rand van dualiteit en non-dualiteit en een mooie richtingwijzer naar zo-heid!

Paul Soons