

“Ga in stilte en word vrij” (Jeroen Witkam, Uitgeverij Asoka 2016)

“Ga de stilte in en ervaar de ruimte waarin je het onverwachte antwoord kunt horen” is het ultieme advies van Jeroen Witkam. Dus ga voorbij aan alle antwoorden die theologen, filosofen en psychologen geven op onze levensvragen en word stil.

Jeroen Witkam is een monnik, wiens levenswerk het is geworden de joods-christelijke traditie en het zen-boeddhisme te verbinden. Hij gebruikt daarbij oude zenmethoden zoals koans (hoofdstuk 5) en de “tien plaatjes van de os” (hoofdstuk 4), maar ook de wijsheid van het enneagram (hoofdstuk 3), de christelijke woestijnvaders en de bijbel (hoofdstuk 1).

Het boek begint (inleiding) met een boeiend relaas van zijn spirituele en psychologische biografie, hij is rooms-katholiek opgevoed, wordt monnik en abt in de Trappistenabdij te Zundert. Begin jaren zestig maakt hij kennis met het zen-boeddhisme. In hoofdstuk 1 beschrijft hij op diepgaande en doorleefde wijze de mystieke tradities van oost en west. De unieke bijdrage van het oosten is de ontdekking van de goddelijke dimensie van het menselijke bewustzijn, waarin de mystieke weg, de innerlijke weg naar de eenheid van het goddelijke toe, beschreven wordt in termen van bewustzijn. De christelijke mystiek zal dit over het algemeen beschrijven in termen van Gods handelen of ingrijpen. Opvallend in het oosten is ook de positieve waardering van het lichaam in het proces van verstilling, door een juiste lichaamshouding en ademhaling. Dit in tegenstelling tot de westerse traditie die erg intellectueel gericht is en alwaar de denker centraal staat. In hoofdstuk 2 bespreekt de auteur in heldere en alledaagse bewoordingen, de grondformule van zazen: “VORM IS LEEGTE, LEEGTE IS VORM” afkomstig uit de hartsutra. Met vorm wordt de vergankelijke en veranderende vorm van het lichaam bedoeld. Met vorm zitten we altijd in de dualiteit, tegenstellingen. Als je de dualiteiten kunt loslaten dan lossen de tegenstellingen zich op in eenheid, in leegte.

Kortom dit is een spiritueel juweeltje, door een zenmeester die in staat is de kern van mystiek te verwoorden in alledaagse taal. Aanbevolen voor een ieder met verlangen naar ervaring van nondualiteit.

Paul Soons