

Het boek bevat bespiegelingen over allerlei thema's van het leven, zoals dood, ziekte, vriendschap, vrijheid, identificatie, verlichting. En dat vanuit een non-duaal perspectief, vaak aansluitend bij uitspraken van zen meesters of uitgedrukt in Haiku's, gedichten uit de zen traditie.

De bespiegelingen van de schrijver en de aangehaalde zen-anecdotes voeren je waarneming (kijken) voorbij de concepten, terug naar het zuivere waarnemen en laat zo de lezer zien en ervaren dat alles een is. Ze zijn als het ware voertuigen die je meenemen naar zuiver zijn, waarbij je het voertuig uiteindelijk weer achter je laat.

De schrijver heeft dit boek geschreven, terwijl hij geteisterd werd door allerlei ziekten en ongemak. Naast veel lijden, heeft dit ook bijgedragen aan wat hij noemt het breken van de spiegel, waardoor er nog meer licht naar binnen stroomde.

In zijn zoektocht naar de zin van het leven, komt hij ertoe te zeggen dat het enige antwoord geen antwoord is. Het leven heeft geen zin, noch is het zinloos. Het is er gewoon. De zin van het leven is zin hebben in het leven, is liefhebben zonder iets of iemand in het bijzonder lief te hebben.

De benadering van de schrijver, is zoals hij zelf aangeeft, een soort derde weg. Deze gaat noch uit van ontsnapping aan het lijden, noch van acceptatie, hoewel dat laatste er een gevolg van is. Het is de weg van niet kiezen, omdat er niets te kiezen valt, omdat het bestaan geen alternatief kent.

Het is een heel mooi boek geworden en het is een voorbeeld van hoe een non duale kijk op het leven troostend kan zijn in het alledaagse leven, in allerlei situaties, meer specifiek bij lichamelijk lijden, ziekten en ongemak. Het is een werk met vele diep doorleefde ervaringen.

Dit boek is geschikt voor een ieder op de non duale weg, al is het maar dat we allemaal te maken krijgt met lichamelijke ziekten en achteruitgang of zal krijgen, in kleinere of grotere mate. Die klachten bieden de mogelijkheid voor een opening naar zuiver waarnemen en kunnen ons zo de kunst van het kijken leren.