

Je lezer kennismaken met de fascinerende wereld van iaido, de Japanse zwaardvecht-kunst zoals die door de legendarische samoerai werd bedreven. Deze kunst wordt door Aris geïnterpreteerd als zen in actie: 'Vandaag de dag is de ware Weg van het Zwaard het bevechten van de vijand in onszelf, zoals ego, angst, boosheid en wrok. Door iaido te bestuderen en te beoefenen, vergroten wij onze innerlijke kracht.' Aanbevolen voor eenieder die geïnteresseerd is in oosterse wijsheid en toepassing van boeddhistische beginselen in business. (KK)

ॐ

### Willigis Jäger **EEUWIGE WIJSHEID**



Asoka, 2011, € 15,95

Het getuigt van ambitie: de bron blootleggen waaruit alle religies en spirituele tradities voortkomen. Maar zenmeester en benedictijn Willigis Jäger doet een poging. Schijnbaar moeiteloos verbindt hij mystieke stromingen uit alle windrichtingen. Toch legt hij het zwaartepunt van zijn 'eeuwige wijsheid' daar waar hij ervaringsdeskundig is, en dat is bij het zenboeddhisme en het christendom. Van andere spirituele stromingen, zoals hindoeïsme, shintoïsme en natuur-godsdiensten vernemen we weinig tot niets. Daarmee wordt het boek iets te royaal aangeprezen. Maar prijst het zich daarmee uit de markt? Bestlist niet.

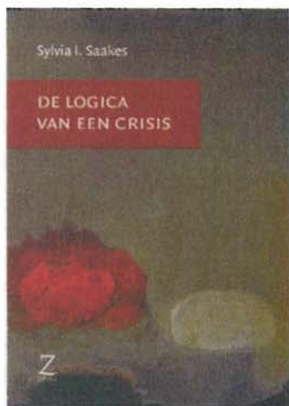
*Eeuwige wijsheid* voert ons langs de kernbe-

grippen van de mystiek. Willigis Jäger ver-trekt bij de vergankelijkheid van het aardse lichaam. Daarvan doordrongen zijn voert ons wat hem betreft bijna als vanzelfsprekend naar de volgende stap. Dat is het moment ten volle beleven. 'Het sacrament van het ogenblik of aandacht, aandacht, aandacht', heet niet voor niets een hoofdstuk. Dan zal iedere dag een goede dag zijn. Een prachtig en voor iedereen bereikbaar startpunt van een spiritueel en mystiek leven.

Lastiger wordt het waar Willigis Jäger getuigt van de diepe verlichtingservaring dat alles één is. Hij schrijft vol overtuiging over een ervaring die hij zelf heeft meegemaakt en die zijn leven, net als dat van andere praktiserende mystici, ingrijpend heeft veranderd. Willigis schrijft zo aanstekelijk dat je als lezer gauw geneigd bent te denken: dat wil ik ook! Maar helaas, we kunnen willen wat we willen maar een mystieke eenheidservaring overkomt ons. We kunnen slechts de weg gaan. Jäger: 'Hiervoor is in het boeddhisme de weg van zen, in het hindoeïsme de weg van yoga, in de islam de weg van de soefi's, in het jodendom de weg van de kabbala en in het christendom de weg van de mystiek.' Een weg te gaan; *Eeuwige wijsheid* is een oproep daartoe. In kraakhelder Nederlands uit het Duits vertaald door Piet Hermans. (PJ)

ॐ

### Sylvia I. Saakes **DE LOGICA VAN EEN CRISIS**



Zwerk, 2011, € 19,50

Een crisis heeft het goed met je voor. In vier stappen kun je ontdekken welke door jou nog niet ontwikkelde kwaliteit er verborgen ligt in de crisis. Stap 1 is de kenmerken van je crisis waar te nemen, zonder oordeel en onvoorwaardelijk. Door te schouwen op een meditatieve manier, kun je de logica van een crisis ontdekken. Saakes voegt aan dit meditatieve schouwen een tweede stap toe: afstemmen. Door je af te stemmen op de diepste en pijnlijkste emotie van de crisis, brengt de crisis je precies bij die aspecten van 'zijn' waarmee je het contact was kwijtgeraakt. De emotie transformeert daardoor tot kwaliteit van 'zijn'. Stap 3 is het herkennen van de invloed van de buitenwereld op jou en stap 4 is het onderkennen van jouw invloed op de buitenwereld. Immers, als we leren onze emoties te transformeren en te integreren in het dagelijks leven, dan is dit zowel weldadig voor onszelf als dat het nieuwe perspectieven oplevert in het maatschappelijk leven.

Helder zet Saakes het transformatieproces uiteen met voorbeelden en opdrachten. Het geeft inzicht in de weg die gegaan kan worden, door tussen de klippen van drama en verdringing door te varen. Het is een heel interessante benadering en een goede doorontwikkeling van andere bekende methoden.

De waardevolle kern van het boek ligt in de uitgebreide beschrijving van de vier stappen, het middelste deel van de drie delen van het boek. Deze hoofdstukken zijn ook het best geschreven. De andere delen zijn minder geslaagd. Deels is dat omdat er regelmatig krom taalgebruik in voorkomt. Ook is de leesbaarheid minder omdat lange zinnen van meerdere regels zijn opgeknipt door voor ieder voegwoord een punt te zetten. Sterk zijn deze delen als het gaat over de uitleg van begrippen en over de verwantschap van haar methode met de zijnsgerichte stromingen van met name Osho (Bhagwan) en Almaas. Maar waarom staat dit laatste helemaal aan het eind van het boek? Minder sterk zijn de delen om de vier stappen heen, die als de 'methode n/u' wordt aangeprezen, waar de auteur in herhaling valt. In de benadering van de reguliere gezondheidszorg (GGZ) gaat ze te kort door de bocht, evenals in haar kritiek op het denken vanuit paradigma's. Hier had beperking het boek goed gedaan. (DV)