

Gedichten van een parallele wereld (6)

Een persoonlijke beleving van meditatie en zen

JL Mommaerts



Dat

'Geloven dat'
is een weersvoorspelling
maar
géén spiritualiteit.
Echt geloof
kent geen 'dat'
en is dus tevreden
met elke dat
als het geen 'dat' is.
'Dat'
is mensenwerk.
Geloven in 'dat'
is geloven
in wat anderen zeggen.
Altijd.
Het staat te vér van jou.

Je kan geloven
in mensen
maar nooit
in 'dat'
zonder te verliezen
waar het in essentie om gaat.

Aurelis

Vanzelf

Geven
vraagt niets terug
en vooral
niet
het verminderen van
een behoefte
tot geven.

...

Het is beter
een emmer te zijn
vol water
en méér nog
en méér nog
zodat de emmer overstroomt
en vanzelf
helemaal vanzelf
water geeft
waar nodig.
Géén frustratie.
Géén verdienste.
Géén behoefte
om te geven.
Het gebeurt zó vanzelf
dat het is
alsof er niets gebeurt.



Aurelis

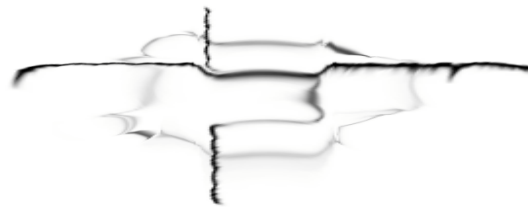
Tempel

Als
je in een tempel bent
kijk dan
rond.

Heel
langzaam.
De echte tempel
is onzichtbaar.
De echte muren
zijn onzichtbaar.
Het echte altaar
is onzichtbaar.
Het is er allemaal
en niet
en dan toch
wel
maar helemáál
van binnenuit.

...

Kijk
en voel.
Sla een gat in de muur
en er is geen gat.
Er zijn alleen maar
minder stenen.

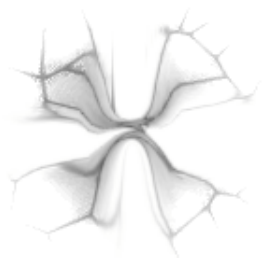


Aurelis

Lijm

Mét gehechtheid
is materie
materie.
Zonder gehechtheid
is materie
materie
en niet-materie
tegelijk.
Het kleeft niet meer.
Het blijft niet langer
buiten jou
maar vliegt
dwars doorhéén jou
en raakt jou
diep van binnen.

Kijk!
Het is niet materie
die mensen eelt berokkent
maar de lijm
die veroorzaakt
dat zelfs materie
niet zichzelf kan zijn.



Aurelis

Binnenin

Verspil je leven niet
aan wachten
om te zijn
wat je bent
altijd geweest bent
en altijd zal zijn:
zó groot
dat je alles
en iedereen
ontmoet
binnenin.

De andere kant
van het universum
is even dichtbij
als het tipje
van je neus,
het hart
in je lichaam,
het centrum
van al je gedachten.

Verspil je leven niet
aan dingen buiten jezelf!

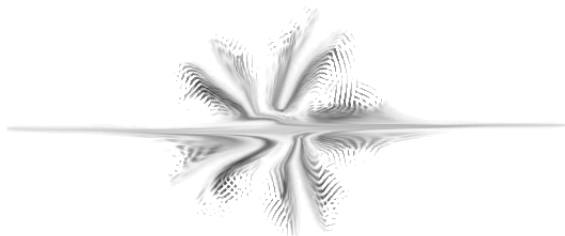


Aurelis

Ziel

Ziel
 is veranderlijk
 noch onveranderlijk
 noch boven
 noch beneden
 noch ergens
 noch nergens
 noch nu
 noch gisteren of morgen.
 Als ziel
 begint
 begint het universum.
 Als ziel
 eindigt
 eindigt het universum.
 Zonder centrum
 is het centrum.
 Zonder grenzen
 zijn grenzen.
 ...
 Altijd.
 Overal.
 Helemaal.

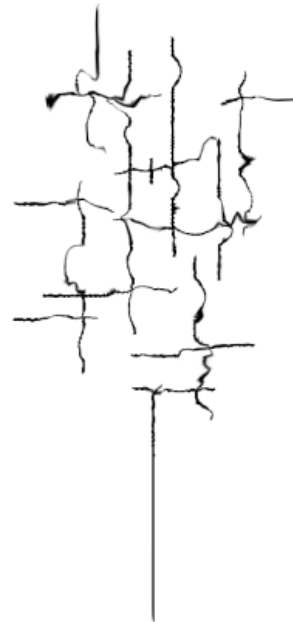
Aurelis



Jij en ik

Ik voel mij blank
 maar ik voel mij ook
 zwart
 of rood
 of geel
 of zelfs groen als het moet.
 Ik ben 'rijk'
 maar ik ben ook heel arm
 zolang nog
 zo véél armoede bestaat.
 Zolang nog
 kinderen doodgaan
 voor redenen
 die geen redenen zijn
 zijn het mijn kinderen
 die doodgaan.
 Zolang mensen
 onmenselijk worden behandeld
 ben ik het
 zelf
 die onmenselijk wordt behandeld.
 ...
 'Eigen volk eerst.'
 Mijn volk
 is iedereen.

Aurelis



Oceaan

Op planeet zen
doet men vaak
alsof de golfjes van de zee
slechts golfjes zijn
en nooit golven.
En toch
kom ik echte golven tegen
in de diepte.
Huizenhoge golven.
Torenhoge golven.
Zelfs
levensgrote golven
en groter nog.

Tja.
Dan kán je niet meer
alleen het bootje zijn
of wat kleine golfjes.
Dan móet je wel
de grote golven zijn,
de levensgrote golven
en zelfs
de hele oceaan!



Aurelis

Ziel

'Gelukkig zijn'
is dikwijls maar een laagje.
Men maakt zich wijs
dat de vijver
een ijsklomp is
en het begint pas te vriezen...
Diep gelukkig zijn
is contact.
Een overvloed.
Een Uitbarsting!
Een
bijna-niets.
Diep gelukkig zijn
is voelen
dat alles leeft.
Alles leeft.
Alles
heeft een ziel!

Gisteren.
Morgen.
Vandaag.
Alles heeft een ziel
en het is één grote ziel.

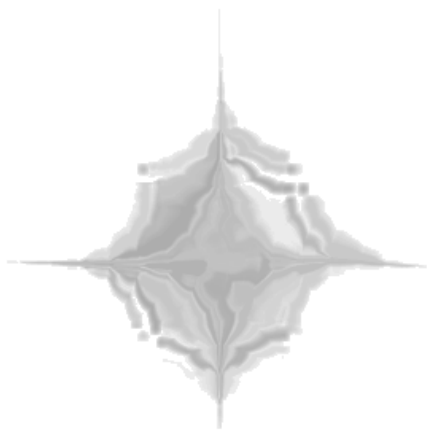


Aurelis

Venster

Als iets belangrijk is
is het leuk.
Als iets niet leuk is
vraag jezelf dan af
waarom
het niet belangrijk is.
Is het er niet
of
ben jij er niet?
Kan je
eenheid voelen
of niet?

Alles is een venster
maar soms is het venster wel
héél erg zwart.
Kijk dan
en beslis
wat wat waard is
maar gooi niet
de wereld weg
vanwege een paar
zwarte vensters.



Aurelis

Niet raken

Een meisje
zweeft
door de menigte
alsof haar voeten
de grond
niet
raken.
Haar hoofd
verschijnt
her en der

Ze zweeft
door
de menigte
alsof haar voeten
niet raken
alsof
ze op weg is
steeds
steeds verder
op weg
alsof
haar voeten
de grond niet
raken.

Een meisje.
Alsof.



Aurelis

Zon

De 'juiste houding'
 bij meditatie
 is de houding
 van iemand
 die geen vleugels heeft.
 Je kan 'enorm je best' doen
 en méér nog.
 'Enorm je best'
 en méér nog
 is nooit genoeg.

Een idee van leven
 is nooit
 een vervangmiddel.
 Je gooit jezelf
 misschien
 een meter vooruit
 maar je bereikt zo nooit
 de zon.
 Je bent 'veilig'
 als een vogel
 die sterft
 in zijn ei.

Aurelis



Grijs

Des te 'beter'
 je wil mediteren
 des te beter
 je iets anders doet
 dat niets
 absoluut
 niets
 met meditatie te maken heeft.

Wee!
 Als je trekt
 aan een plant
 om hem beter te doen groeien
 hou je
 in je hand
 een ontworteling
 een schim
 een idee
 een 'ziel'
 zonder ziel
 een verloren stuk
 natuur-geweest...
 Kleuren verdwijnen.
 Alles wordt grijs.

Aurelis



Moeiteloos

Troost!
 Er is geen falen
 op de Weg.
 Als er falen is
 dan is het de Weg niet
 maar
 een hoop stenen
 stof
 allerhande
 dat ergernis brengt.

De Weg
 herken je
 aan zijn Afwezigheid
 zijn ultieme
 Vriendelijkheid
 zijn altijd
 is alles
 overal
 in orde.
 Pas op.
 Niet gemakkelijk!
 Maar wel altijd
 moeiteloos.



Aurelis

Voor altijd

Hard!
 Heel heel hard!
 Zo verschrikkelijk
 hard!
 En tegelijk
 zacht.
 Een glimlach.
 Ogen
 die bemoedigen.
 Een gebaar
 dat troost brengt.
 Een ooit
 iemand
 die van alles
 het hardste droeg
 uit liefde.
 Liefde
 waarnaar de hele wereld
 alles
 alles
 met duizenden
 handen
 reikt.
 Oneindige liefde
 voor altijd
 hier.



Aurelis

Antwoord

Bidden
om iets te bereiken
voor het kleine zelf
is zo'n ongelooflijke
oorverdovende
nonsens.
Er is toch
niemand
die luistert
hiernaar.

Het is een kwestie van
andere taal
andere wereld
ander universum.

...

Écht bidden
is telkens opnieuw
je hart
op een schaalte leggen
en er verder
niet aan denken.
Je 'vraagt'
en weg is de vraag
lang lang
vóór het antwoord.

Aurelis



Méér

Wat je nooit gedacht had
is ineens daar.
Wat je nooit gezocht had
ineens
ben jij het
zelf.
Je valt
ineens
zonder dat het áánkomt
uit elkaar.
Duizend stukjes.
En het doet geen pijn.
Het is het beste
dat jou ooit overkwam.
Ineens
is de lijm op
die jou hard maakte
500 jaar lang.
Ineens
sta je daar
en ben jij het
zelf.
Je valt uit elkaar
en wat overblijft
is immens veel méér.

Aurelis



Nergens

Een open deur
die uitgeeft op een muur
is weliswaar een
open deur
maar er is geen opening.
Wat is dit waard?
Doen alsof
is minder dan niets.
Het voorkomt
zoeken.
Het voorkomt
voortgaan.
Hier
én daar zijn
tegelijk.

Doen alsof
is minder dan niets.
Je kan niet vooruit.
Je kan niet achteruit.
Je kan alleen nog
ergens zijn
en ergens
is nergens.



Aurelis

Groet

Gegroet
kast
gegroet
tapijtje
gegroet
lucht die ik inadem
en terug uitadem
gegroet
wereld
mijn wereld
die al zo oud is
onbegrijpelijk oud
en
tegelijk
zo nieuw
onbegrijpelijk nieuw
gegroet
zon en maan en wind en regen
gegroet
boeddha in mij
gegroet
glimlach.



Aurelis

Dag

Mag ik je erop wijzen
dat het leven kort mag zijn.

Het mag.

Wat doet het ertoe?

Een dag is een dag
of je nu duizend jaar leeft
of één dag.

Het is beter

die dag van je leven
volledig te beleven

dus

niet zomaar
met een stukje van jezelf.

Jij bent het

en je bent belangrijk
niets-ontziend

onnoemelijk interessant

de eerste dag

én de laatste.

Verspil
geen ogenblik ervan!



Aurelis

Koan

Een koan

los je niet op.

Je 'hangt hem op'
aan een héél dun draadje

ergens

nergens.

Het is een zaadje.

Het groeit vanzelf

als je het loslaat

en *niet* voortdurend ronddraait.

Zorg dat het zaadje
voedsel krijgt en water

en als het

uitkomt

wees dan stil.

Ga er niet op dansen

met je onbehouwen voeten.

Geef het jezelf

en er komt een bloem

alléén voor jou

diep in jou.



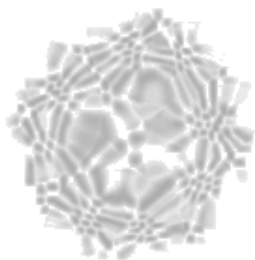
Aurelis

Dingen

Dingen
zijn belangrijk
en niet de vensters
waardoorheen
mensen kijken
naar dingen.
Dingen
zijn belangrijk
want dingen zijn
wat jij bent.
Vensters
staan slechts overal
tussen.
Vensters dienen om
zelf *weinig* gezien te worden.

En toch
voor mensen die
bijziend zijn
is het vlekje op het venster
groter
dan de berg in de verte.
Vlekjes-mensen...
Ze doen dikwijls
zelfs hun best
om de berg niet te zien!

Aurelis



Meer en meer

Eenvoud.
Mijn ogen zien
hier en nu
minder en minder
maar
wat ze zien
is meer en meer.
Met mijn ogen
bijna dicht
zie ik de hele wereld
het universum!
Met mijn ogen
helemaal dicht
zie ik
mijzelf.

Eén
klank.
Eén
hele grote ruimte.
Een paar
geluiden van buiten.
De druk
van de vloer op mijn been.

Aurelis



Ouder

Ouder worden.
 Het lichaam 'takelt af'
 omdat het zich
 klaarzet
 voor een veel grotere
 schoonheid.
 Niet de schoonheid van
 'dood'
 maar de schoonheid van
 een dieper leven
 dood
 diepst mogelijk
 leven.

Een landschap
 een héél klein hoekje
 natuur
 mooier dan ooit
 voor ogen
 die kijken
 vlak voor ze dichtgaan.
 Er is geen kunst
 groter
 dan die van binnen.

Aurelis



Diepte

De andere kant
 is altijd
 de andere kant
 bekeken vanaf deze kant.
 Het is
 een vreemd gedoe.
 Mensen 'kijken'
 en 'willen'
 en doen er 'alles' voor
 en toch niets
 zodra ze zien
 dat het erop aankomt
 zich te verplaatsen.
 Men wil
 kopen
 en zelfs
 krijgen
 is te veel gevraagd.

De diepte
 van een vijver
 is diep
 voor de vijver
 maar niet voor zichzelf.

Aurelis



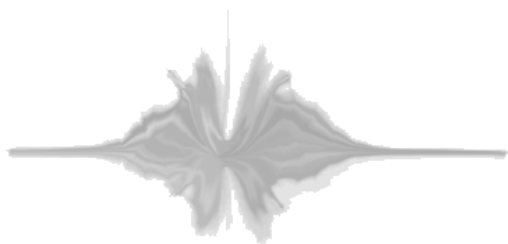
Mindlessness

Ik wil niet zijn
vol van geest.

Ik wil zijn
leeg van geest
om vol te zijn
van betekenis.
Wie overal alles
volpropt
met geest
herkent geen kat
van een duif
noch een rozijn
van de leegte
waarin die rozijn
kan *levend* zijn
als eender wat.

Mijn wereld heeft
betekenis
in méér dan 2 dimensies.
In 2 dimensies
leven dode letters
op mensen van papier
zonder ziel.

Aurelis

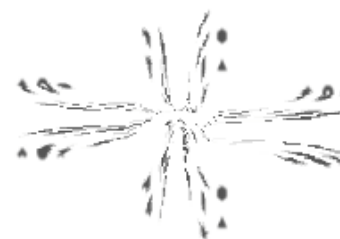


Kleine bloem

Meditatie is eerder
deze kleine bloem
dan die 'grote filosofie'
maar het is niet
daarom
zeker niet
minder groots.
Filosofie
kan
de wereld in kaart brengen.
Meditatie
is
de wereld.

Kom!
Laat ons gaan
naar eender waar
en daar
elkaar
beminnen
van binnen
als waren we de laatste 2
mensen
op deze wereld.

Aurelis



Jij!

Eén
 met het universum.
 Elke handeling
 doen
 op een manier
 die uit jou komt
 helemaal.
 Alles is belangrijk.
 Alles
 is de moeite waard
 te leven.
 En jij!

 Jij!-
 bent degene
 die dit leven geeft.
 Jij
 breidt uit.
 Jij
 bent alles.
 Je scheidt
 het universum
 en het universum
 ben Jij.

Aurelis

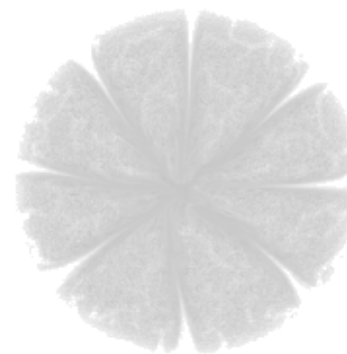


Vrijheid

Vrijheid
 is vrijheid van binnen.
 Doen wat je graag doet
 maar dan
 helemaal
 en niet
 altijd opnieuw
 en opnieuw
 achter jezelf rennen
 in een cirkeltje.

 Vrijheid
 is jezelf zijn
 kunnen
 durven
 willen
 doen.
 Meedrijven
 met de wolken
 overal
 en nergens.
 De maan
 én de zon
 zijn jouw vrienden.

Aurelis



Dezelfde zee

Onverstoorbaar
 vooruit gaan.
 Je komt allerhande tegen
 en je komt allerhande
 niet tegen
 en het is altijd
 jij.
 Dingen die je kan vinden
 zijn niet jezelf
 en dingen die je kan verliezen
 zijn niet jezelf.

Alles verandert
 voortdurend
 en dus
 gaat niets verloren
 tenzij
 wat nooit geweest is.
 Nieuwe schepen
 ja
 nieuwe havens
 ja
 maar het is altijd
 dezelfde zee.

Aurelis

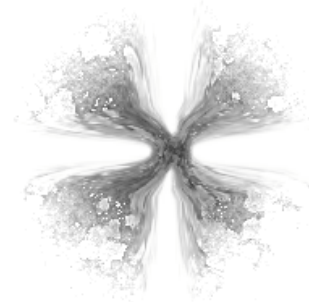


Alles

Zonder
 woorden
 komen woorden
 die geen woorden zijn
 maar stukjes verf
 van het mooiste schilderij
 het diepste
 het grootste.
 En kijk
 het is overal!
 of je nu je ogen open hebt
 of dicht.
 Het is in jou
 en jij bent het.

De eerste klank
 van een lang muziekstuk
 is reeds
 voldoende.
 Eén woord
 zonder woord
 en alles is gezegd.

Aurelis



Overvloed

Een ochtend
na een zwarte nacht
is een ochtend
waarop
de wereld ontwaakt!

Het licht
is bijna tastbaar.
De lucht
is vol verwachting.

Alles
is anders
voorgoed.

Alles
is aanwezig
voorgoed.

Alles
leeft.

Geuren.
Vormen.

Gevoelens.
Gedachten.

Een dans.
Een overvloed.



Aurelis

Aanwezig

Binnen staan.
Aanwezig zijn.
Met anderen
zonder anderen
jezelf zijn.

Naar toe gaan.
Aanwezig zijn.

Binnen staan
en niet
opzij gaan.

Niet
terug gaan.
Vertrouwen!

Naar toe gaan.
Met anderen
zonder anderen
jezelf zijn.

Aanwezig zijn.
De wereld
wacht op jou
en wil
dat je komt

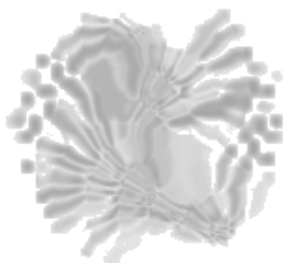
o zo verschrikkelijk graag!



Aurelis

Reeds daar

Nooit
 alleen zijn.
 Wat je ziet
 en wat je hoort
 en alles
 wat je aanraakt
 is warm
 voor jou
 en 'alleen voor jou'
 zelfs als
 het universum verdwijnt.
 Wees jij!
 Wees jij!
 Wees jij!
 Heb geen angst.
 Ga vooruit!
 Men wacht
 op jou.
 Men wacht
 en kijkt naar jou.
 Hoe lang de weg nog is,
 op de diepere weg
 ben jij
 reeds daar.



Aurelis

Geen angst

Er is geen angst
 voor dood
 voor pijn
 voor ouder zijn
 voor nachten
 of dagen.
 Er is geen angst
 voor de stilte
 van een leven lang.
 Er is
 leegte
 en de leegte van de leegte
 en de volheid
 van de leegte
 de volheid
 en de grootsheid
 en de daar-heid
 hier-heid.
 Er is
 het gevoel
 en het gevoel
 is dieper dan diep.



Aurelis

Eén vraag

Eén
levenslange
mislukking
kan de deur openen
voor het meest waardevolle
als jij
in deze mislukking
voor deze openheid
open staat.

Eén vraag
als je ze vraagt
zonder verwachting
en zonder
jezelf
er tussen te gooien
en zonder te grijpen
wat je krijgt
en zonder te hebben
wat je hebt
en zonder te vragen
wat je vraagt...
één vraag
is voldoende
voor een Antwoord.

Aurelis



Voor Jou

Aanvaarden
is weg zijn
helemaal weg zijn.
Alléén
vorm zijn
diepere vorm
voor inhoud
en diepere inhoud

Alléén
helemaal weg zijn
en daardoor
helemaal dáár-zijn
hier-zijn.
Alléén
jezelf zijn
helemaal
diep, dieper
en dieper nog.
Open zijn.
Leeg zijn.
Aanwezig zijn
en klaar zijn
voor Jou.

Aurelis



Voertuig

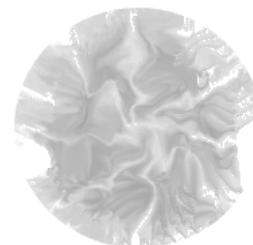
Met het lijden
 van alléén jezelf
 in je voertuig
 ga je gemakkelijker vooruit.
 Met het lijden
 van velen
 in je voertuig
 ga je moeilijker vooruit
 vooreerst
 maar eens je op dreef bent
 breek je sneller
 doorheen muren.
 Muren van steen.
 Muren van ego.
 Wat is van belang
 hierin?
 ...
 Er is geen absolute grond
 in de wereld van mensen.
 Er zijn bomen
 struiken
 een park
 en heel mooie vijver.



Aurelis

Eerbied

Ik bied eer aan
 alles wat ik zie
 en
 in alles wat ik zie
 zie ik mijzelf.
 ...
 Langzaam
 gaat het
 naar beneden.
 Afgelegd
 zijn alle gewaden
 die mijn ziel
 omhullen
 verhullen.
 Helemaal
 open.
 Ik bied eer aan
 alles
 en voel mij
 door alles
 ontvangen.
 Deze wereld
 zélf
 is mijn ziel.



Aurelis

Buiging

Elke buiging
is een vernieuwing.

De oude ik
blijft eerbiedig staan.

De nieuwe ik
gaat eerbiedig naar
beneden
legt zijn vormen neer
als een mooi tapijtje
en komt
terug naar boven
als inhoud,
lichter dan lucht.

Elke buiging
is een groei,
een meditatie,
een glimlach,
een gebed,
een handeling
in deze wereld
en deze wereld
is tegelijk ook
de andere.

Aurelis



Religie

Religie is
wat leeft in mensen
en niet in boeken of begrippen
of in 'hoofden die weten'
van 'zij die weten'.

Religie is
wat leeft in mensen
diep diep
in harten van mensen
en al de rest is
bijgeloof.

God is een gevoel
een aanwezigheid
en daarom ook
een zekerheid
óf twijfel
maar zeker geen
wetenheid.
Vang Hem in een doos
en je hebt niets anders
dan een doos
hoe groot die doos ook is.

Aurelis



Hier

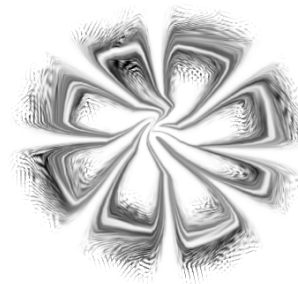
Alles is gelijk
 en tegelijk
 is alles
 onnoemelijk veranderd.
 Na 1000 jaar
 onderwereld
 is ineens
 deze wereld
 helemaal hier.
 En kijk!
 Deze wereld
 is de Andere Wereld,
 de Levende Wereld,
 het Koninkrijk van Ginder.
 ...
 Bomen ruisen.
 Wolken drijven voorbij.
 Dieren leven.
 Mensen sterven.
 Een meisje
 schrijft
 in haar dagboek
 haar verliefdheid.



Aurelis

Bijna

Leegte.
 Je kijkt naar iets
 en terwijl je kijkt
 ben je het reeds.
 Je luistert naar iets
 en terwijl je luistert
 ben je het reeds.
 Er staat geen jij in de weg.
 ...
 Dingen
 gevoelens
 gedachten
 verlangens
 vallen
 helemaal naar jouw
 centrum
 zonder obstakels.
 Bijna
 komen ze in jou
 volledig zichzelf tegen
 als zijn ze
 er altijd geweest.



Aurelis

Omhoog!

Omhoog!
 Alles omhoog!
 Geen twijfel.
 Geen achteruitkijken.
 Geen
 gedachten
 aan wat had kunnen zijn.
 Geen
 contacten
 buiten
 omhoog!
 Ogen
 zo mooi
 een mond
 een lichaam...

Omhoog!
 Alles omhoog!
 Alléén
 omhoog!
 En nooit meer
 nooit meer
 nooit meer
 nooit meer.

Aurelis



Leegte voor

Open aandacht
 is leegte voor.
 Het doek
 waarop
 het schilderij zich afspeelt.
 Het spel
 gespeeld
 als de speler het spel is.
 De maan
 waar de vinger naar wijst
 en de vinger
 is de maan.

Open aandacht
 is open
 van binnen uit
 voor alles
 of voor één ding-
 het geeft niet
 als jij
 niet het sleutelgat bent
 maar een open deur
 in een muur
 die louter bestaat
 uit jezelf.

Aurelis



Geen moeite

Klaar staan
 helemaal klaar staan
 wil zeggen
 geen moeite doen
 en ook
 geen moeite nodig hebben.
 Alles gebeurt
 vanzelf.
 Jij bent het
 meer dan ooit
 véél méér dan ooit
 en tegelijk
 ben jij het niet
 helemaal niet.
 Je bent een riet
 in de wind
 de maan
 rond de aarde
 de zee
 onder de zon.
 Je komt en gaat
 en niets verandert
 en niets
 is nog ooit
 hetzelfde.

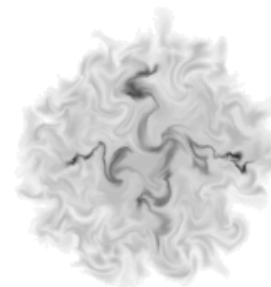
Aurelis



Pure wijsheid

Alléén
 niets.
 Alléén
 niet-denken
 niet-doen
 je wordt lichter
 en lichter
 en helemaal
 doorzichtig
 pure wijsheid
 open
 voor alles
 en méér
 en méér.
 ...
 De wereld
 bestaat
 als dezelfde wereld
 en tegelijk
 ook helemaal anders.
 Je bent
 en je bent niet
 en je bent
 en je bent niet.

Aurelis



Zonder

Een streven
zonder resultaat.
Een gericht zijn
zonder doel
en áls het komt
dan is het
iets helemaal anders
volledig apart
een louter geschenk
waarvoor
de grootste openheid
en dank.

Het geven
is volledig
en het krijgen
is volledig
en het zijn
aanwezig zijn
is volledig
zonder het minste
obstakel
of verdienste.

Aurelis



Nooit meer

Ik zet mij neer
en sta nooit meer recht.
Ik zet mij neer
en sta nooit meer
recht.

Alles is goed.
Dit Grote Boek
heeft nog steeds
hele mooie pagina's
lijnen
letters...

Een afscheid
van Schoonheid
is nooit
een afscheid.
Mijn ziel juicht!

Ik zet mij neer
en sta nooit meer recht.
Alles is goed.
Elk ogenblik
is het laatste
én het eerste.
Géén-plaats.
Géén-tijd.

Aurelis



