

## HET WONDERLIJK LICHAAM (7) Adem

Adem

Ademend leven gewaarzijn

Adem is bundelende kracht

Adem is centrerende kracht

Adem is openende kracht

Adem is bezielende kracht

Adem is verbindende kracht

Gina

Ars longa

Der Atem

in einer Vogelkehle

der Atem der Luft

in den Zweigen.

Das Wort

wie der Wind selbst

sein heiliger Atem

geht es aus und ein.

[Www.advaita-avadhuta.eu](http://www.advaita-avadhuta.eu)

Immer findet der Atem

Zweige

Wolken

Vogelkehlen.

Immer das Wort

das heilige Wort

einen Mund.

(aus: Hilde Domin, Gesammelte Gedichte, Frankfurt am Main 1987, 295)

Lichter nog

I.

In de lucht die ik adem, is alles, zijn allen

aanwezig

als vluchtige vleugen, onmiskenbare sporen,

als tranen en torens, als oevers en afgronden,

als stromende rivieren, als regen, als zeeën.

Ik voel het,

ik voel hen

in de myriaden moleculen, vlokkend stof,  
vloeibaarheden, rood bloed, als blauw en wit, paarsig goud,  
oud als wouden, stenen, huiden die verleiden naar

het duister,

naar het Licht.

II.

In de lucht die je ademt, is alles en ben ik

aanwezig

als een vluchtige geur, een onmiskenbaar spoor, een  
bouwsteen, een breekijzer, een gammele brug, een wolk  
van waaierende wind, een kind, nauwelijks geboren.

Voel je het?

Ik voel jou

als een halfwild paard, een naakte koningin, een zee  
met meeuwen, golvend tij, een strand, ongenaakbare  
wand, onvoorstelbare hoogte, adembenemend.

Ik adem

jouw zuchten.

III.

In de lucht die wij ademen zijn wij tesamen

aanwezig

als golven naast golven, inslag op schering, schuimend

bewogen door onvaste winden. Allen worden

gewaaid, met alles voortgedreven wie weet waarheen?

Wij voelen

luchtige

bruggen die tussen ons buigen, dun als licht, ijl als

kometenstaarten, zwevend als engelen, zwanger

van leven, van dood, geuren van rotting en bloesems,

waarop wij

ontmoeten.

IV.

In de lucht die ik adem is alles, maar ik ben

lichter nog

dan de vluchtige vleugen, een onmiskkenbaar spoor

van onbeschreven vormen en dromen zijn in mij

aanwezig

of bewegen ongevormd tussen moleculen

en uren, door muren. Iets gaat daar voorbij, hoger,

dieper nog,

lichter nog.

Ons wezen is een wittere substantie die aan  
draden geregen zich tot vreemde verten ontplooit,  
dan weer klontert tot glanzende steen, tot een wind, een

ademend

kind, tot iets wat leeft en sterft en weten kan : ik ben

lichter nog

dan de lucht.

V.

Ik adem jou door alles heen tot nog dieper in

mijn lichte hart,

die witte grot.

Luk Heyligen

