

Mathias Bellmann



ZENLYRIK

*Originalausgabe*

*© by Mathias Bellmann. Das Werk einschließlich aller  
Inhalte ist  
urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten.*

Zen ist nicht und kann nie sein und doch umarmt Zen die ganze Welt. Zen ist dein Weg und doch gibt es deinen Weg nicht. Wahrheit heilt und befreit und ist doch leer. Zen bleibt der Dharma des Buddha. Denn Zen fragt dich: „Willst du weiter leiden oder dich befreien?“

Diese Gedichte sind deine Brücke zum Erwachen. Nutze sie als Meditationsobjekte. Meditiere über die Gedichte und lerne dich besser zu entspannen. Lies die Gedichte, um die buddhistische Weisheit zu verstehen, die dir hilft dein Leben heilsamer zu gestalten und dich vom Leiden zu befreien. Der Geschmack des Dharma ist der Geschmack der Befreiung. Das hat Buddha gesagt! Befreie dich mit den Dharmagedichten von deinem Leid und deinen Sorgen, indem du den Weisheitsblick entwickelst. Werde glücklich durch das Lesen der Gedichte, denn die Weisheit des Dharma offenbart dir die Geheimnisse des Glücklichen!



## **Inhaltsverzeichnis**

Perlenkette

Durchschneiden

Torloses Tor

Sutra

Wahres loslassen

Der Stab

Hohler Stamm

Sein Halblächeln

Kleiner Kaktus

Berggeist

Herbstlaub

Mystische Natur

Ungeboren

Brennen

Durchschauen

gesellen

Stress pur

Gemachtes Leid

Deutsche

Unschuldig

Moderne Zeit

Fließen

Karmafalle

Ex

Resonieren

Zeitstrom

Aktenleichen

Ergreifen

Ameise

Ruhe

Gewahr

Kopfhörer

werkzeugen

Unpassierbar

Deine Gier

Kleiner Wald

Dharmapala

Wegbegleiterin

Zueinander finden

Dein Tag

Arbeitsstress

Unsere Zukunft

Überall

Saison

Aufgeblasen

Alles zieht vorbei

Klar

Spiegel  
Nächstes Leben  
Nachbarin  
Verbindung  
2.0  
Zeitenwende  
Innenkehr  
In der Küche  
Karmaschätze  
Erleuchtetes Gesicht  
Am Rand  
Wahrer Feind  
Nie wieder  
Reife  
Alpträume  
Kochen  
Unerleuchtet  
Linien  
Direkt  
Fest  
Job  
Fensterblicke  
TV  
Rohes  
Hektik

Baumhort  
Chefetagen  
Ernten  
Im Fleisch  
Illusionär  
Keramikstuhl  
Befreite Augenblicke  
Zwing dich!  
Verändert  
Marktplätze  
zazen  
Strahlen  
Gehmeditation  
Keine Garantie!  
Ohne Worte  
Städtler  
Tee  
Sinnloses Leid  
Unsterbliche Kunst  
Trennwände  
Reiz(sch)wellen  
Mondfinger  
Sinn finden  
Klosterköche  
Lose Herzen

Mehr  
Zenkreuz  
Am Straßenrand  
Werbung  
Regenwetter  
Ameisenhügel  
Bewegend  
Fülle  
Himmlische Freunde  
Malerin  
Zersprengte Kette  
Gartenteich  
Unsichtbares Öl  
Quälendes Sehnen  
Ruhiger Sturm  
Vergehen  
Dein Herbst  
Einsam  
Riesenkraft  
Wahres Wunder  
Geflutet  
Wassergeist  
Wandern  
Durchdringen  
Untergehende Sonne

Windhauch  
Gedankenschraken  
Nur  
Trübes Fenster  
Großstadtmenschen  
Verdienste  
Wasserspiegel  
Herbst  
Waldfluss  
Fußspuren  
Du  
Schlange - Seil  
Schlammpfütze  
Kopfstand  
Wahre Ursachen  
Wacher Blick  
Zwei Welten  
Trostlos  
Frühe Früchte  
Praxis  
Zengärten  
Glaswand  
Sehnsucht  
Wüste  
Dieselbe

Erinnerungen  
Mantra  
Das Leben  
Zwei Klappen  
Ohne Augenlider  
Ausreißen  
Ströme  
Buddhas Liebe  
Weißer Stupa  
Heldenträume  
Praxis  
Platscher  
Migra  
Atemzüge  
Karma Vipaka  
Unentrinnbar  
Alles  
Erwacht  
Heile Welt  
Vereinen  
Gesunden  
Wahre Ursachen  
Grell  
Askese  
Stand

Liebesglück

Lebe!

Loslassen

Buddhina

Zen!

Praxis

Auseinandergelebt

Sunyata

Rituale

Samma Sankappa

Tiefe Verbundenheit

Todesboten

Gelb

Gedanken

Verzweigte Äste

Glut

Im Frühling

Investieren

Bordsteine

Schulen

Dein Leben

In dir

Bodhisattvas

Dein Kreis

Unaufhaltsam

Weltlich  
Egogefühle  
Zwei Abgründe  
Wahrer Pfad  
Zwang  
Herzenslast  
Dein Erfolg  
Bodhibaum  
Alles weg  
Wahre Wege  
In Samsara  
Lebensadern  
Totes Mitgefühl  
Erschaffen  
Frühnebel  
Klammern  
Große Meister  
Ungeduld schmerzt  
Schlingpflanzen  
Großstädte  
Perlenohrring  
Wenig Sand  
Der Preis  
Auswirken  
Falsche Illusionen

Mittlerer Pfad  
Ewigkeiten  
Erleuchtungsmoment  
Weibliche Kraft  
Dahinter  
Sinnsuche  
Dharmarede  
Alter  
Gespenster  
Große Zeichen  
Stromeintritt  
Arupa  
Eisern  
Lohnknechte  
Oase  
Geraubte Freunde  
Im  
Meckern  
Erbarmen  
Leere Kerne  
Mutter  
Gewahrsein  
Urstoff  
Bande  
Siddhartha

Juwelenglanz  
Nebel  
Dharmabrüder  
Weitergabe  
Wieder  
zielen  
Grüne Tage  
Zerfressen  
Wahres Fahrzeug  
Empathie  
Begehren  
Verloren  
Bodhisattva Tugenden  
Verkaufte Mädchen  
Erlösung  
Armut  
Erkenne!  
Stierbulle  
Am Baum  
Ende und Anfang  
Bodhisattvas  
Tief fallen  
Seon  
Welten retten  
Herzraum

Energie  
Geballte Faust  
Leuchten  
Heutzutage  
Sonnenaufgänge  
Konstruiertes Ego  
Auflösen  
Jeden Tag  
Trübe Sicht  
Chan  
Buddhas Pfad  
Dharma Dao  
Virtuelle Inhärenz  
Hohle Hand  
Herbst  
Dünne Fäden  
Ewiger Wandel  
Schmach  
Teppiche  
Symbole  
Sieben  
Pagode  
Klare Augen  
Stiller Morgen  
Frei sitzen

Das Nirwana  
Asketen  
Birken  
Unweltlich  
Höchste Hügel  
Mittlerer  
Sitzkissen  
Weggerannt  
Dharmavortrag  
Windhauch  
Einheit  
Sinnsuchende  
Schritte  
Arbeitskampf  
Angekettet  
Nachbarschaft  
Skandhas  
Höchste Wahrheit  
Geheilt  
Phantome  
Eine Frage  
Vereint  
Weltenretter  
Virya Paramita  
Altes Stroh

Wilder Bär  
Taos Furtgänger  
Nimmermehr  
Ohne Hass  
Fang an!

## ***Perlenkette***

*Kurz im lang.  
Dieses Leben  
Zwischen den Wiedergeburten.*

## ***Durchschneiden***

*Im Zen.  
Kein Wort. Kein Bild.  
Gelöst.*



## ***Torloses Tor***

Im Rot der Hagebutte  
Und im Blau des Himmels  
Findest du das Gegenteil.

## ***Sutra***

Avalokiteshvaras Herz.  
Sariputras Lektion.  
Leeres Gespräch.

## ***Wahres loslassen***

Im Zen  
Gibt es kein Ziel.  
Im Zen  
Gibt es keinen Weg.

## ***Der Stab***

Chan begann.

Seon schob sich rein.

Zen erobert die Welt.

## ***Hohler Stamm***

Drinnen warm.  
Draußen kalt.  
Körperlichkeit.

## ***Sein Halblächeln***

Tränen und lachen  
Sind Menschensachen.  
Nach dem Erwachen.

## ***Kleiner Kaktus***

Pflanze welkt.  
Bodhisamen  
Gesät.



## ***Berggeist***

Blauer Berg.  
Unbekannter Schreiber.  
Leeres Gedicht.

## ***Herbstlaub***

Der Wind weht.  
Die Kerze erlischt.  
Du schaust tiefer  
Und zerstörst  
Das Ego-Haus.

## ***Mystische Natur***

Im Wind.

Im Regen.

Im Sommer.

Loslassen.