

Flödande liv

Dikter av Satyananda

Flödande liv

Flödande liv

*Vatten i rörelse,
stillhet utan slut.
Allt kommer till ro
vilande i sig självt.*

*Orörlighet i förändring.
Liv utan center.
Överallt och ingenstans.
Inget att förstå - bara vara.*

*Brusande strömmar
forsande, virvlande, porlande.
Glittrande ljus av guld och vitt.
Vilande glädje utan skäl.*

*Flödande liv,
speglade alla former.
Tar emot allt
med ett kluckande skratt.*

Välkommen hem

*Välkommen hem,
till ditt eget hjärta.
Trött på att söka
och att försöka,
att bli någon, att vara speciell,
att spela en roll
för att bli sedd och älskad.*

*Kärleken finns inte där
i någon speciell situation
med någon speciell person.
Det räcker,
helt och hållet
med den du är.
Kärleken lever dig - inifrån.*

*Sökaren dör, vägen försvinner
och du blir kvar.
Naken, öppen och fullständigt levande.
Ditt hjärta är inte bara ditt,
det är allt.
Du bär ingenting, du gör ingenting
och ändå sker allt - av sig självt.*

*Du behöver inte längre veta.
Förståelsen spelar ingen roll.
Du är i allt och allt är i dig.
Ingenting saknas och ingenting behövs.
Allt är redan där.
Välkommen än en gång,
till mitt hjärta som också är ditt.*

Redan där

*Du är det du söker efter.
Det finns inget annat än just detta.
Allt är redan där.*

*Närmare än dina tankar.
Närmare än dina känslor.
Närmare än din andning.*

*Det finns där innan något annat tagit form.
Stilla, vilande i sig själv.
Fullständigt, utan behov av något annat.*

*Sökaren är problemet –
det som ligger i vägen.
Hitta den som söker.
Stanna, vänta och låt allt vara som det är.*

*Du kan inte göra något.
Bara vara där.
Och undret sker –
allt blir helt.*

Vad mer kan du begära?

*Vinden smeker din hud,
solen värmer din kropp -
ditt hjärta är fullt.
Vad mer kan du begära?*

*Inget att uppnå,
inget att leta efter -
detta nu är nog.
Vad mer kan du begära?*

*Inget idag, inget imorgon,
bara detta ögonblick -
intensiv näraro vilande i sig själv.
Vad mer kan du begära?*

*Livet lever genom dig, använder dig
och uttrycker sig genom dig -
du är tacksam över att finnas till.
Vad mer kan du begära?*

Ditt ursprungliga ansikte

*Ditt ursprungliga ansikte
finns alltid där
väntande
på att du skall försvinna*

Välsignad

Välsignad

*Så underbart att inte veta
vad som händer nästa ögonblick
eller imorgon eller nästa år.
Varför skulle jag bära på detta vetande,
varför skulle jag bevara det?
Vinden blåser,
gräset växer i stillhet,
träden ler mot mig
med sina skrovliga, varma stammar.
Tårar rinner på mina kinder
av tacksamhet och rörelse.
Denna skönhet och denna kärlek
räcker mer än nog.
Hjärtat flödar över.
Jag är välsignad.*

Ge inte upp

*Länge var jag rädd.
Liten och osäker.
Men jag hade en gnista
och en stark envishet.*

*Jag gav aldrig upp
fast det tog lång tid.
Många avkrokar och mörka hål
och ingen att luta mig mot.*

*Jag litade på fel personer,
blev besviken och ville strunta i allt.
Jag gav bort min makt och min kraft
för att få kärlek och bekräftelse.*

*Efter många år bestämde jag mig:
"Det är mig det handlar om!"
Jag tog mitt liv på allvar
och beslöt att inte ljuga längre.*

Mysteriet



*Mysteriet som du är, ditt sanna Själv, uppenbarar sig i alla former.
Gömt inom formerna finns det formlösa, aldrig åtskiljt från formerna.
Släpp taget, gå ur vägen och låt Det ta över.
Låt dig smältas, överlämna dig, ge upp och bli känd.*

Kärlek

Vill du, vågar du?

*Det oemotståndliga mötet mellan kvinna och man är något som inte kan beskrivas i ord.
Attraktionen är en mystisk dragningskraft som inte lämnar någon oberörd.*

*Är du beredd att bege dig djupare in i detta mysterium?
Är du beredd att förlora dig själv och dina invanda föreställningar för att finna ditt hjärta och en
livslång relation med din älskade?
Är du beredd att bli sedd och uppskattad precis som du är och att ta emot din partners kärlek
utan att vilja ändra på henne eller honom?*

Följ med oss på en resa utan slut...

Vägen vidare

*Just när du trodde du visste,
vem din älskade var.
Säger hon något,
du aldrig trodde var möjligt.
Du är häpen, glad och överraskad.
Så oväntat, så omvälvande!
En ny dörr öppnades
som du inte ens visste fanns.
Du ser på din älskade, skrattar,
tar hennes hand
och går in...*

Det första mötet

*När jag såg dig
visste jag att det var DU.
Ingen tvekan, bara en lugn visshet.
En lång resa tillsammans väntade,*

*där alla våra svagheter
och alla våra styrkor
långtande efter att visa sig
för att ta oss djupare*

tillsammans.

*Jag kramade om dig,
jag kände din värme,
mitt hjärta öppnades
och allt var helt.*

Ljus och skugga

*Både ljus och skugga
dansar genom våra liv.
När vi försöker hålla kvar den ena
och vi säger:
”så här vill jag alltid ha det”,
knackar den andra på vår dörr.
Igår älskade vi, drucknade i varandra
förlorade i kärlekens vågor.*

*Idag har jag svårt för att se ditt ansikte,
din blick borrar sig in i mig.
Jag skäms för något som jag inte vet
och jag undrar,
hur kan jag nå dig igen?
Jag känner sorg och osäkerhet
längtar efter att vila
tillsammans med dig.*

*Men också denna stund,
detta nya ögonblick,
talar till mig – fast på ett annat sätt.
Kan jag ta också detta till mitt hjärta
och berätta hur det är
för mig just nu?
Och att jag älskar dig på samma sätt
som tidigare.
Det känns bara annorlunda och
jag är osäker och rädd.*

Intellekt och känslor

*Ibland är det viktigt att förstå.
När saker finner sin rätta plats,
kan jag slappna av.
Det finns en ro i detta.
Jag kan då också berätta
om vad jag har funnit
och få svar.
Då har jag ett språk
som gör mig tydlig.
Då kan du se
vem jag är
genom mina ord
som ger vingar åt mina tankar.
Vi kan mötas.*

*Du säger att du vet,
utan att ha ett enda ord.
Livet talar till dig, ordlöst,
men ändå vet du allt du behöver veta.
Du känner, anar, är en del av helheten.
Kroppen vet, känslorna har sitt eget språk
som inte kan ersättas av något annat.
Kroppen kan bara tala sanning,
den är där, just nu, och vet inte av imorgon.
Du säger att du känner mig,
utan att ha sagt ett ord.
Jag finns inuti dig, hela tiden.
På ytan två men förenade i det utsägliga.*

Humor

Gris-sutran

Den Gyllene Galtens betraktelser över livets
förunderliga obegripligheter

*I begynnelsen var jag här med min knorr
och nu är jag här både med och utan knorr.
När jag vilår i den jag är
finns ingenting, inte ens min knorr.
Inte suggor, inte dynga, bara Det.
När jag tar form är jag en välväxt galt.
Min päls är sträv och gyllene.
Mitt liv är helt och inget saknas.
Och min knorr är där – full av styrka och spänst.
Det kommer aldrig att finnas någon tid,
när jag inte är där, alltid närvarande.
Vid min knorr, livet är skönt!*

*Det finns ingen tid,
det har aldrig hänt något,
aldrig någonsin.
All denna väntan och längtan
efter något som aldrig kommer att komma -
fullständigt förgäves.
Jag är alltid här – alltid nu.
Rullande mig i dyngan,
njutande av hur det kittlar
i min sträva rygg.
Vad mer kan jag begära, allt är helt.
Vid min knorr, livet är skönt!*

*Suggor kommer, suggor går.
Ack dessa ljuva varelser som så starkt berör mitt hjärta.
Jag skrattar, jag gråter, jag älskar.
Jag glömmer allt och dansar i leran,
stänker omkring mig och blir alldeles brun.
Vad mer än detta har någon betydelse.
Jag sticker mitt tryne i allt jag kommer åt.
Bökar, gräver, luktar och smakar.
Aaah så gott, så härligt allt doftar!
Varje doft, varje rot, varje potatiskal,
är fullständigt perfekt, är den bästa.
Vid min knorr, livet är skönt!*

*Varför söka efter andra dynghögar?
Varför kämpa och leta efter andra dofter?
Varför drömma om andra suggor?
Jag har ju allt jag behöver!
Mitt framför mitt tryne finns hela universum,
varför skulle jag sörja?
Med ett glatt grymt bökar jag vidare,
tom på tankar men med ett fullt hjärta.
Vad allt är vackert!
Jag kan se på dyngan för evigt.
Solen skiner, min päls är varm.
Vid min knorr, livet är skönt!*

*Jag är ett med allt och allt finns i mig
 Hur skulle jag då kunna sakna något,
 när allt redan är här.
 Jag är kär: I livet, i suggorna, i mina kultingar, i min knorr.
 Jag äter, rullar mig, älskar, bökar, betraktar.
 Jag ser livet i rörelse fast ingenting sker.
 Stora mirakel, jag är alltid kvar och allt kommer ifrån mig.
 Jag flyttar mig inte, ingenting händer och samtidigt denna otroliga mångfald.
 Jag begriper ingenting, behöver inte förstå.
 Förståelse är ju bara idéer, idéer är ju bara tankar,
 tankar är ju bara energi i rörelse.
 Jag vet inte vilken blir min nästa tanke, spelar ingen roll, har ingen kontroll.
 Vid min knorr, livet är skönt!*

*Den högsta sanningen finns i mitt tryne, i min knorr, i mina klövar.
 Den högsta sanningen är att jag ligger här, mitt i dyngan.
 På rygg, skakande mig i välbehag.
 Mina klövar skälver, knorren vibrerar, trynet flåsar.
 Åh ett sånt svinaktigt liv!
 Många pratar om att man måste kämpa, man måste spara
 för att det inte räcker till.
 Jag säger bara: om det är det du vill så gör det!
 "A pig 's gotta do what a pig 's gotta do".
 Du kommer snart att tröttna på att försöka
 och på att leta efter något bättre.
 Vid min knorr, livet är skönt!*

*Allt finns ju här.
 Bara lita på ditt tryne.
 Följ känslan i din knorr
 och ställ frågan:
 Var kommer all dynga ifrån?
 Gå djupt i ditt hjärta, glöm allt du vet.
 När du minst anar det,
 öppnar sig allt.
 Och du ligger där förundrad:
 Var det så enkelt, så oväntat självklart.
 Jag har ju alltid varit här, jag är ju den jag letat efter.
 Vid min knorr, livet är skönt!*

Om dikterna



I poesin försöker jag fånga det som inte kan sägas i ord. Här upplever jag mig själv naken, öppen och sårbar. Jag är bara här och livet flödar igenom detta kropp-sinne. Vad kan jag göra? Det bara händer och jag har ingen makt över det som ska komma. Det finns bara denna närvaro och kärlek som uttrycker sig själv.

Dikterna kommer till mig nästan helt färdiga. Jag bara hyvlar av hörnen och där är dikten. Jag kan inte göra något åt innehållet. Det är inte mitt utan jag används.

Oftast går jag omkring med några rader i huvudet som inte vill lämna mig. Jag sätter mig ner, skriver de första raderna och så flyter det på. Dikten bär med sig sin egen form och sin egen rytm. Symmetrin är viktig och upplevelsen av balans. Så tar dikten bara slut och det finns inget mer att säga, just nu. Någon gång kan jag återvända och försöka ändra på något som jag inte gillar. Men detta brukar inte fungera. Det första stannar kvar och jag får lära mig att lämna det och gå vidare.

Denna samling innehåller alla mina dikter på svenska. Njut och res tillsammans med mig.

Satyananda 2010

www.satyananda.se