

Puur & ongezoet

SPIRITUALITEIT MET JE POTEN IN DE KLEI

Puur & ongezoet

SPIRITUALITEIT MET JE POTEN IN DE KLEI

STEFAN SCHOENMACKER

Schrijver: Stefan Schoenmacker
Coverontwerp: Stefan Schoenmacker
ISBN: 9789465121987
© Stefan Schoenmacker, januari 2025
Uitgeverij Brave New Books

Inhoud

Voorwoord 9

Vrijheid van denken 11

Vrij om... 12

Voelen wat je voelt 13

Vervulling 14

HAIKUnst 15

Verlichte maatschappij 16

Verandermanagement 18

Thuis 19

Thich Nhat Hanh 20

Gedicht: Stilte 21

Tekort 22

Stoppen met vechten 23

Revolutionaire liefde 24

Relatie 2.0 25

HAIKU 27

Pilletjes en stilstaan 28

Oplossingen vanuit vrede 29

Op een bergtop zitten 30

Ongelukkige mensen 31

HAIKU 32

Oneindig vrij 33

Onderzoek naar de ziel 34

Menselijke kwaliteiten 35

Kwaliteiten 36

HAIKU 37

Kuil in de bank 38

Kerstfeest 39

Kennen voorbij woorden 40

Jouw cadeau 41

HAIKU 42

Johan Cruijff 43

Je hart volgen 45

Innerlijke oorlog 46

Illusoir 48

HAIKU 50

Ik besta als een patroon 51

Het systeem 53

Het gat in je maag 55

Het arrogante verstand 57

HAIKU 59

Grootste trauma 60

Gezonde economie 61

Geleefde wijsheid 62

Fractalen en hoop 63

HAIKU 65

Een tafeltje in een café 66

Eeuwigheid en thuis 68

Erkenning en liefde van je vader 69

Depressie 70

HAIKU 71

Denken in de nieuwe wereld 72
De ziel is verheugd 73
Alles is goed zoals het is 74
De spirituele relatie 75
HAIKU XL 76
Aan de overkant is het beter 77
Afstompen voor de verbinding 78
Alles is verbonden 79
Dankbaarheid 80
Nondu-HAIKU 81
Dood 82
Overgave 83
Wakkere pijn 84
Voelen 85
HAIKU 87
Waar 88
Goed 90
Stoppen met vechten 91
Eindig 92
HAIKUunst 2 93
Wakker worden 94
Aanvaarding 96
Perspectief wisseling 97
Gaatjes 99
Gedicht: hoop 100
Dankwoord 102
Nawoord 103

Voorwoord

De problemen in onze wereld stapelen zich op: de schade die we aanrichten aan het milieu en het klimaat, escalerende mondiale spanningen, een explosieve groei van psychisch-emotioneel lijden, de buitenproportionele zelfverrijking van een kleine elitaire groep mensen, de armoede van een steeds groter wordende groep broeders en zusters, verslaving aan zo'n beetje alles wat je maar kunt bedenken, een doorgeslagen controledrang van overheden en instituten, de bodemloze put van een helse hebzucht naar macht en bezit, een verlammeende groeiende eenzaamheid in een overvolle wereld waar steeds meer mensen een plek innemen. De verwarring is groot en de problemen kunnen niet meer worden opgelost op het denkniveau waarop ze zijn ontstaan.

Het verouderde systeem waarin we momenteel samenleven staat op barsten. Maar door de scheuren in de betonnen muren van het huidige maatschappelijke systeem heen, worden - voor de goede waarnemer - de fundamenteën van een nieuwe, hoopvolle manier van omgaan met de wereld en elkaar al zichtbaar. De barsten zijn ontstaan door de dromen van het grote hart dat nog weet heeft van de realiteit welke haar oorsprong is. Wanneer steeds meer zielen - vaak eenzame - de dromen van het hart dromen, waardoor dit te groot wordt en niet meer in het systeem past, dan barst het systeem uit elkaar als een hogedrukvat waarbinnen de druk te hoog oploopt.

Daar ligt de zwakheid van ieder werelds systeem, én de immense kracht van het hart dat van een betere wereld droomt. De droom is daarom een van de belangrijkste fundamenteën van de werkelijkheid. Zodoende is het tijd voor een nieuwe mens die zich herinnert wie hij ten diepste is en die zijn ware aard onthult. Hij is geboren uit het stille licht van de sterren; hij is de gevleugelde schepper van een nieuw paradijs op aarde, vanuit een hemel die is opengebrosen in miljarden flonkerende kleuren en een klaterende symfonie van helende klanken.

En ja, er is werk aan de winkel. Niet met het bedenken van nieuwe idealen en systemen, maar met het systematisch openen van het hart. Dát is de ware revolutie. Laten we beginnen.

Vrijheid van denken

Het is belangrijk dat er vrijheid van denken is, maar denken op zich is geen vrijheid. Het kan zelfs een gevangenis zijn waaruit het moeilijk lijkt om te ontsnappen: piekeren, obsessie, fanatisme, idealisme of de arrogantie van het zeker menen te weten hoe het zit.

Het in vrijheid kunnen denken kan je tot het inzicht brengen dat denken en vrijheid niet synoniem zijn. Je kunt daardoor op het punt komen dat je het denken zelf los kunt laten.

Het denken kun je als een menukaart zien. Er staan daar een beschrijving en een plaatje van een pizza op, maar dat is niet hetzelfde als de maaltijd zelf. Als je dat helder ziet dan hoef je de menukaart in het restaurant niet op te eten in de veronderstelling dat het de echte maaltijd is - iets wat we in het dagelijkse leven met ons denken wel doen. Dus als we stoppen met het opeten van de menukaart - het geloven van al die zelfbedachte verhalen in ons hoofd - dan ontstaat er vrijheid ván het denken. En wie wil er nu niet vrij zijn van al die gekmakende rampscenario's en in plaats daarvan rusten in een ontspannen Zijn?

Descartes zei: 'Ik denk, dus ik ben'. Descartes 2.0 zou zeggen: 'Ik wéét dat ik denk, dus ik ben'.