Centrum voor Tantra

Brandstof voor mijn spirituele beoefening

Remmelt over Mantra als toegang tot 'Dat'

THE GREAT WORK

Love

Is the great work

Though every heart is first an

Apprentice

Hafiz

Remmelt: 'Ik ben bijna 30 jaar betrokken bij het Centrum voor Tantra en geef er meer dan 20 jaar les. Je kunt wel zeggen dat Tantra 'het' ding is in mijn leven. Een passie waarvoor ik mijn eerdere grote liefde voor het theater heb opgegeven, wat veel zegt over de aantrekkingskracht die Tantra op mij heeft.

Aanvankelijk, zeg de eerste 20 jaar, heeft Mantra nagenoeg geen plek ingenomen binnen ons Centrum. Niet in het lesprogramma noch in mijn persoonlijke spirituele beoefening. Dat is pas iets van de laatste jaren. Zoals ik eertijds ben gegrepen door Tantra zoals dat door het Centrum voor Tantra werd en wordt uitgedragen, zo ben ik nu 'ten prooi gevallen' aan de beoefening van Mantra.

Naast dat ik leraar ben, ben ik evenzeer een leerling. Ook als het om de Mantra's gaat. In het Meesterschap in Mantra programma ligt de focus op de leren van de Vedische Mantra's. Deze Mantra's zijn 'gehoord en verstaan' door de sjamanen; de priesters van die tijd. Ze hebben de universele krachten uitgedrukt in klank. Daarmee zijn het kosmische gezangen, vol animistische aspecten; rudimentair en krachtig. Op het agressieve af soms, niets zoetsappigs aan.

Ze vormen de oudste en meest traditionele stroming van Mantra's, tussen 3000 en 7000 jaar oud – mogelijk nog ouder - en er wordt gezegd dat de Vedische Mantra's in al die tijd onveranderd zijn gebleven. Over traditie gesproken: het is aardig om te weten dat de Gayatri (de moeder van alle Mantra's en bij de meesten van ons wel bekend) deel vormt van deze Vedische traditie.

Vanuit deze traditie hebben zich de andere Mantra stromingen ontwikkeld. Binnen het programma de 'Yoga van Klank', dat gegeven wordt door Russill Paul, houden we ons bezig met alle vier de stromingen van Mantra.

We beoefenen Bhakti Yoga (devotionele Mantra), Nada-Yoga (luisteren zonder tussenkomst van denken), Shakti Yoga (Tantrische Mantra met Bija Mantra's) en Vedische Mantra.

Me verbonden weten met ‘Tat’

Ik ben vol door Mantra gegrepen en er bijna dagelijks mee bezig. Toch is niet eenvoudig voor me om er over te spreken. Het is me zo dierbaar dat ik er alleen dingen over wil zeggen die recht doen aan de diepte ervan. Ik wil het niet hebben over de concepten over Mantra. Wel over hoe mijn ziel erop reageert.

Ik voel me er onmiskenbaar toe aangetrokken. Wat is er dan zo aantrekkelijk voor me; waartoe voel ik me geroepen? Deze vraag raakt me en brengt me dichterbij een antwoord: er is een kracht die me roept. Iets wat niet zichtbaar is of concreet, maar wat naar me lonkt en waarop mijn hart op reageert met verlangen.

Mantra’s zingen gaat niet over het zingen van liedjes. Mantra’s brengen me taal en toewijding en de intimiteit waarin ik me verbind met ‘Tat’: ‘Dat’, het Ene, het onzichtbare, onkenbare en ondeelbare. Ze openen de mogelijkheid voor me om me verbonden te weten met ‘Dat’ Ene. Ze herinneren me er aan dat ik niet een afgescheiden losse menselijke entiteit bent, maar een manifestatie van die Kracht.

Bestaat er betere brandstof, een sterkere motivatie voor een dagelijkse spirituele beoefening in welke vorm dan ook? Voor mij (nog) niet.

De taal van mijn liefde

Russill Paul beschrijft het zingen van Mantra’s - ‘The Yoga of Sound’ - als ‘Tapping the hidden powers of music and chant’. Voor mij voelt het op dit moment als ‘Learning to speak the sacred language of love’. Ik zie daarbij ‘power’ en ‘love’ niet als verschillend, maar beiden als deel van het ‘Ene’.

‘De heilige taal der liefde’ spreken en me verbinden is lang niet altijd eenvoudig voor me. Intense gebeurtenissen in mijn jeugd hebben ertoe geleid dat ik me een lange periode totaal afgesloten heb gevoeld, onverbonden en letterlijk harteloos. Ik was nauwelijks in contact met mijn lichaam, ik voelde geen verlangen en al helemaal geen liefde. Ik was gedesillusioneerd, duister en vol minachting voor wat je het ‘Goede’ of ‘God’ kunt noemen.

Ik had niet helemaal geen verlangen overigens. Er was in die tijd vooral veel verlangen naar het duister: daar waar ik niets meer te maken zou hebben met het leven hier op aarde. Weg van hier, naar waar het donker en stil is en waar ik me opgenomen zou voelen. Niet hier, maar dáár willen zijn, voedt steeds mijn onvermogen om ‘hier’ te zijn en mijn verlangen aan nabijheid met mijn medemensen te erkennen. Mijn liefde uit te drukken.

De Īśupaniṣat Śānti Mantra

Laat me een voorbeeld geven van wat een specifieke mantra in dit proces voor me betekent. De laatste Mantra uit het 'Meesterschap in Mantra' programma is de īśupaniṣat śānti mantra:

om pūrṇamadaḥ pūrṇamidaṁ pūrṇāt pūrṇamudacyate

pūrṇasya pūrṇamādāya pūrṇamevāvaśiṣyate

om shanti, shanti, shanti

De vertaling:

Aum. Dat is volledig. Dit is volledig.

Volledigheid komt voort uit volledigheid.

Wanneer volledigheid van volledigheid word weggenomen,

Blijft volledigheid volledig.

Aum. Vrede! Vrede! Vrede!

(Uit: 'De Upanishads' - Vertaald door Wim van der Laar)

De volledigheid blijft volledig

Het is absoluut onvolledig om het belang dat deze Mantra voor mij heeft, te duiden via de betekenis ervan. Maar goed, ik werd allereerst getroffen door de eerste regel:

‘Dat is volledig. Dit is volledig.’

Hoe die binnenkwam was: ‘Daar is volledig. Hier is volledig.’ Gezien wat ik eerder schreef over mijn diep gewortelde voorkeur voor ‘Daar’, kun je je misschien voorstellen hoe confronterend die boodschap voor me was. De impact ervan maakte me opnieuw, met niet mis te verstane intensiteit, duidelijk hoe ik vanuit mijn voorkeur voor ‘daar’ het Ene in tweeën scheur in een goed deel en een slecht deel. En op die manier het leven en de mensheid bij herhaling onderbreng in het slechte deel.

Als ik nu deze Mantra zing, herinneren de woorden en de betekenis ervan me aan dit fundamentele en ontwrichtende misverstand. Niet dat het daarmee over is, maar het wordt wel op een diepe laag heropend en keer op keer in mijn bewustzijn gebracht. Een wond die open is kan helen. Een wond die dicht zit ettert.

‘Wanneer volledigheid van volledigheid word weggenomen, blijft volledigheid volledig.’ Russill voegt aan zijn vertaling van deze strofe de woorden toe: ‘zelfs met geweld.’

‘Wanneer volledigheid van volledigheid word weggenomen,
Zelfs met geweld,
Blijft volledigheid volledig.’

Dit zijn woorden van geruststelling en troost voor me.

Zelfs als ik op een bepaald moment of gedurende een lange tijd geïdentificeerd ben met de gewondheid in me, dan nog blijft de realiteit ondeelbaar volledig en in die zin goed. Het helpt me als ik daaraan word herinnerd.

En het is mijns inziens noodzakelijk dat we daar telkens aan worden herinnerd.

De identificatie met ons ego, gebouwd op het fundamentele misverstand van afscheiding en het verlies van verbinding - die droom - is sterk, en wakker worden is niet eenvoudig. Velen van ons 'komen van ver', waarmee we bedoelen: 'die hebben zich ver uit de verbinding moeten terugtrekken, zich moeten afsluiten en verharden'. Weg van ons lichaam, weg van onszelf, weg van andere mensen, weg van het licht, van het goede, weg van God. Op het spirituele pad keren we langzaam terug naar alles waar we ons van hebben moeten afkeren.

Tantra en Mantra zijn voor mij belangrijk op het pad waarlangs dat gebeurt. Het vraagt regelmatige, om niet te zeggen dagelijkse beoefening. Niets vervult me meer dan Dat ('Tat').

All your images of winter

I see against your sky.

I understand the wounds

That have not healed in you.

They exist

Because God and love

Have yet to become real enough

To allow you to forgive

The dream.

Hafiz

Choose a vowel . . . any vowel: A, E,O,U,EE

And sound that vowel.

Watch it emerge from deep inside of you. . .

And watch it disappear into the silence of its origins.

(Vers # 40 uit de 'Vijñāna Bhairava Tantra')

Bekijk hier de video van deze Mantra - met tekst, zodat je mee kan reciteren.

Om Shanti, Shanti, Shanti

Foto credits:

Foto 1 & 5: Concert met Russill Paul e.a. in 'de Duif', Amsterdam, zomer 2018 – fotograaf: Sanne Schouwink

Foto 2: Idem. Fotograaf: Cathelijne van den Bercken

Foto 3 & 4: Concert met Russill Paul in Theater Amsterdam, zomer 2017 – fotograaf: Foppe Schut

Blog:

Dit artikel is altijd vindbaar op onze blog waar we iedere maand een nieuw artikel of video plaatsen. Schrijf je hier in om daarvan op de hoogte te blijven.