

## Interview Parvathi Nanda Nath

Door: Jan den Boer

Ik ontmoet Parvathi voor het eerst op een seminar die zij geeft in Amsterdam in januari. Een kleine vrouw uit India met een zeer krachtige uitstraling. Ze komt uit een oeroude lijn van de tantrische traditie van het Shaivisme uit Kasjmir. Twee jaar eerder ontmoette ik een Tibetaanse lama uit de oeroude Tibetaanse tantra traditie. Een man met de typische Tibetaanse vriendelijkheid, maar ook met een soort afstand: tantra is geheim en voorbehouden aan ingewijden, en door zijn omgeving wordt hij met veel eerbied en respect behandeld. Bij Parvathi niets van dit alles: de pauze is ze een gewone vrouw die op een prettige dagelijkse manier omgaat met de gasten. En ze deelt met liefde en veel inzicht haar inzichten uit de tantra.

Het seminar is een soort Satsang, de bezoekers stellen vragen, die zij beantwoordt. Wat mij raakt is de aandacht en precisie waarmee zij haar antwoorden formuleert. Ze neemt de tijd om te zoeken naar de goede woorden, en wat ze zegt lijkt rechtuit haar hart komen, maar ze spreekt ook met passie en ze neemt de tijd om zorgvuldig na te denken en haar antwoorden ook te verbinden met kennis uit de westerse wetenschap.

Een van de vragen gaat over het opvoeden van kinderen. Ze vertelt hoe ze lange tijd op zoek was naar haar lerares, Lalita Devi Yogini Kashmir. Toen ze haar eindelijk gevonden had en binnenkwam in de ruimte, werd ze weer weggestuurd. Ze realiseerde zich dat er een afspraak was dat ze alleen binnen zou komen als ze helemaal aanwezig was, nam de tijd om te mediteren en keerde weer terug naar haar meester. Het bijzondere was dat haar meester streng was, maar er was geen enkele agressie in haar strengheid. Het was een kracht zonder persoonlijk belang, die gericht was op het onderwijzen van haar. De vader van Parvathi was meer iemand die boos en geïrriteerd kon zijn, en dan zijn eigen wil op kon leggen.

In het seminar volgt een lange discussie over emoties, waarin ze heel precies de tantrische visie op emoties kan uitleggen: emoties volgen een natuurlijk verloop, ze ontstaan in de ruimte die de geest is en lossen op in die ruimte. De uitnodiging is dat proces nieuwsgierig en aanwezig te volgen, zonder de emotie uit te leven of deze te onderdrukken. Emoties bevrijden zichzelf, wij bevrijden ze niet. Door ze op te laten komen en weer op te laten lossen in de ruimte, ontstaat helderheid en inzicht. Dat is ook de uitnodiging in het omgaan met kinderen: reageer niet vanuit persoonlijke woede, want daarmee probeer je het kind te controleren en beperken in zijn ruimte. Wanneer je die persoonlijke woede kan laten oplossen, ontstaat de helderheid waardoor je belangeloos streng kan zijn en datgene kan doen wat goed is voor het kind, en dat geeft juist ruimte.

Een eenvoudig voorbeeld is een kind die zijn jas op de grond gooit in de gang. Word je boos omdat het jou irriteert, of leg je het kind uit dat het zo heel rommelig wordt en ook gevaarlijk kan zijn om dat je erover kunt vallen?

De inzichten van Parvathi in emoties en het omgaan met kinderen maken mij nieuwsgierig naar haar visie op relaties. Twee dagen na het seminar zit ik met haar in een kamer op een etage in de Jordaan, en heb ik de kans om een uur lang mijn vragen aan haar voor te leggen. Ik vertel over mijn jarenlange ervaring met tantra in mijn persoonlijke leven en als tantra trainer. Ik zie daarbij dat voor veel mensen in het westen tantra vooral over seks lijkt te gaan, maar wat mij intrigeert is vooral de spirituele dimensie van intimiteit, seksualiteit en relaties die tantra kan bieden. Een levensvisie die eigenlijk voor het hele leven geldt. Tantra gaat er van uit dat er geen vaste vorm en geen waarheid is, wat veel westerse mensen vertalen in een grote seksuele vrijblijvendheid. Ik vraag Parvathi wat haar visie hierop is.

Ze vertelt over de goden Shiva en Sjakti, die enerzijds de tegenstelling van het mannelijke en vrouwelijke voorstellen, maar tegelijkertijd in hun eenheid die tegenstelling ook verzoenen. Evenals bij de emoties komt ook hier het thema van de ruimte weer terug. De verbinding van Shiva en Sjakti is een vorm die ontstaat in de totaliteit van de ruimte die dynamisch en continu is. In deze visie is het hele leven relatie, zoals mensen ook graag in relatie zijn. In de ruimte zijn we leegte die een vaste vorm krijgt en die vorm lost ook weer op.

In het dagelijks leven hebben we de neiging om op het moment dat rollen ontstaan daaraan vast te houden. In relaties moet een partner voldoen aan verwachtingen op basis van het verleden, op basis van vormen die er feitelijk al niet meer zijn. Daardoor drukken partners zich steeds meer in vaste rollen uit, in plaats van open te communiceren. Dan wordt de relatie meer een zakelijke transactie dan een levende

relatie. De tantrische relatie nodigt je uit om elk moment in expressie te brengen wat je op dat moment ervaart. Een totaliteit van liefde als een complete overgave aan het gevoel van een zelf aan iets groters. Het is niet eenvoudig om je partner en je zelf elke keer weer opnieuw open te ontmoeten in het moment. Maar het is voor Parvathi wel de eerste grote uitdaging van een relatie. Als je die uitdaging verkeerd begrijpt, kan dat leiden tot vrijblijvendheid. De tweede uitdaging is dan ook de passie levend houden en inzetten om de relatie levend te houden. Niet de levendigheid op basis van vaste referenties en een vaste identiteit, maar op basis van wat Parvathi noemt een dans in de totaliteit. Niet leven vanuit een concept. Betekent dit dan toch niet dat je in alle vrijblijvendheid jezelf kunt uitleven in intimiteit en wisselen van partners? Als er geen concepten en vaste vormen zijn, wat bind je dan in een relatie? Parvathi zegt: je kunt natuurlijk naar extreme situaties gaan waarin je zegt ok, er is niets bekend dus wie weet wat er zal gebeuren. Maar dat is eigenlijk de andere kant van de medaille. Vaste rigide concepten over relaties en de vrijblijvendheid van 'alles kan' zijn verschillende uitdrukkingen van hetzelfde: de zoektocht naar valse veiligheid. Sommige mensen vinden veiligheid in de rigiditeit en andere vinden veiligheid in 'alles kan'. Maar het zijn beide valse illusies van veiligheid. De uitnodiging van de tantrische relatie is om te leven in verantwoordelijkheid voor elkaar en commitment naar elkaar. Een motivatie om samen te blijven die uitgaat van je samen helemaal storten in de stroom van het onbekende. En natuurlijk heb je in die stroom van het onbekende regelmatig nog behoefte aan vaste referentiepunten en veiligheid. De uitnodiging van Parvathi is om je daarvan bewust te worden, en deze hunkering naar veiligheid op dezelfde manier als emoties op te laten komen en weer te laten oplossen in de ruimte van de geest. Je hoeft daar helemaal niet naar te handelen. Dat maakt je vrij om samen met je partner te stromen in een relatie zonder te zoeken naar valse veiligheid in vaste concepten of - de keerzijde - weggelopen als het lastig wordt. De uitnodiging is om samen te blijven en samen te onderzoeken wat zich ontvouwt. Een belangrijke vraag die dan opkomt, of dit een uitnodiging is om altijd bij elkaar te blijven, of of er toch een moment kan komen dat je een relatie wel stopt, zonder in de valkuilen van de valse veiligheid te stappen.

Parvathi ziet het beëindigen van de relatie, hoe moeilijk ook, ook als een onderdeel van de gezamenlijke verantwoordelijkheid. Ook hier gaat het niet over weggelopen, maar over onderzoek en erkenning van wat er op dat moment is. Dit onderzoek begint naar wat je samengebracht heeft in de relatie. Wat was die grote drijvende kracht waaruit die relatie ontstond, en is dat vervuld, moet dat vervuld worden. Het is makkelijker om een relatie te beginnen of te eindigen dan om het vol te houden. Voor volhouden is passie nodig. Maar er kan een moment komen dat het volhouden niet meer werkt. De uitnodiging van Parvathi is om uit elkaar te gaan zoals je samenkwam: met schoonheid. Er was iets moois toen de relatie begon, dat kun je blijven zien ook al ga je uit elkaar, je kunt elkaars behoeften eren. Als je zelfs op dat moment de schoonheid kunt blijven zien, is dat helend. Ook in het uit elkaar gaan kan respect en communicatie zijn, zelfs al is het meest respectvolle wat je kan zeggen is: ik kan niet meer met je praten. Als je alle concepten en verwachtingen uit het verleden kunt loslaten, en je kunt zien dat het niet meer met elkaar praten klopt in de stroom van het leven op dit moment, kan zelfs dat op een liefdevolle en respectvolle manier gebeuren. In die onbekende ruimte van de relatie kijk je dus wat je samengebracht heeft, of dat hersteld kan worden, dat kost veel werk maar is ook goed werk. En soms is de waarheid dat een relatie vervuld is, in India zeggen ze dat het karma over is.

Parvathi lacht, zelfs in dit lastige onderwerp straalt een soort lichtheid uit, waarin de ruimte waar ze over spreekt letterlijk voelbaar is. Ze spreekt uit eigen ervaring als het zegt dat het pijnlijk is als je uit elkaar gaat, maar als er geen pijn is vraag je je af of er wel schoonheid was.....

De visie van tantra is een levensvisie die geldt voor alle gebieden van het leven. In de tantra zijn er yogi's van het winkelen en yogi's van de grammatica. Het bijzondere van tantra is dat in tegenstelling tot veel andere spirituele stromingen seksualiteit een geïntegreerde plaats krijgt in het spirituele pad. Parvathi constateert dat wanneer het over de yoga van de seksualiteit gaat, mensen juist daarop inspringen. Dat is geen probleem, omdat bewust-zijn in onze seksuele relatie heel mooi is. Er ontstaat wel een probleem wanneer we denken dat tantra alleen over seksualiteit gaat, en dat tantrische seksualiteit de sleutel zou zijn tot super bewustzijn. Het boeiende is dat dat wel zo kan zijn, maar dat kan ook met winkelen, meditatie, wanhoop, mantra's en alle andere aspecten van het leven. Het idee dat tantra en seksualiteit hetzelfde zijn is volgens Parvathi net zoets als haar hand afkappen en zeggen dit is Parvathi. Dat is niet zo, het is slechts een deel van haar. Seksualiteit is wel een heel mooi en radicaal aspect van tantra. Tantra is radicaal in alles, ook radicaal in het accepteren van seksualiteit op het spirituele pad. De reden daarvan is heel eenvoudig: omdat seksualiteit ook bij het leven hoort. Tantra heeft de spirituele vorm van

seksualiteit kunnen ontdekken omdat de tantrische nonnen en monniken niet celibatair leven. Ze hebben ontdekt dat seksualiteit een sterke kracht is, die je op dezelfde manier als andere menselijke bewustzijn's aspecten kant cultiveren. Om seksualiteit heel centraal te stellen is een mis interpretatie van tantra, maar als het je heelt, als het je helpt om je seksualiteit in expressie te brengen en als het je beter maakt in het beoefenen van seksualiteit, dan is dat prachtig.

Parvathi waarschuwt voor de illusie dat je kunt ontwaken in seksualiteit. De seksuele energie is krachtig en vol passie en het is erg verleidelijk om in zo'n sterke ervaring te denken dat het een verlichting's ervaring is. Maar dat is dezelfde verwarring als de gedachte dat een tornado de complete hemel is, dat zo'n krachtige storm het totaal van de luchtmassa's is.

In een orgasme vergeet je wie je bent, zolang je enig idee hebt wie je bent heb je geen orgasme. Voor veel mensen is dat het enig moment dat ze vergeten wie ze zijn, en dan geeft dat de illusie van een verlichtingservaring. Het is goed dat je een dergelijke ervaring hebt, maar ook misleidend om dit als spirituele ervaring te zien.

Wanneer kun je een seksuele ervaring wel als spirituele ervaring zien? Ik vertel Parvathi over mijn eigen ervaring met tantrische, seksuele meditatie. De opwinding op laten komen, en vervolgens ontspannen net voor het orgasme. Ik ervaar daarin een grote openheid die voelt als meditatie. Ik ervaar daarin ook het openen van mijn hart, zodat ik weer de wereld in kan om vanuit liefdevolle vriendelijkheid te leven. Ik vraag Parvathi hoe ik kan ontdekken of deze vorm van seksualiteit een ego kramp is, of een spirituele opening?

Parvathi zegt dat in dit onderzoek het belangrijkste is wat je motivatie is. Een belangrijk onderdeel van het zelfonderzoek is elke keer opnieuw of je motivatie gericht is op het welzijn van anderen, of op het egoïstisch bevredigen van je zelf. Bij een seksuele meditatie zoals deze, kun je onderzoeken wat er gebeurt in het moment, of er adem en bewustzijn is, meditatie en liefde. Dan is er veel mogelijk. Maar als je deze seksuele meditatie gebruikt om je seksuele energie te sublimeren, omdat je niet met deze kracht om kan gaan, dan zal die sublimatie van energie alleen maar naar het ego gaan. Als je de meditatie alleen maar gebruikt voor persoonlijke bevrediging, dan is het ook alleen maar een ego ding.

Het is niet erg als je niet zeker bent in wat je doet, zolang je je er maar van bewust bent dat je het niet weet en je ermee speelt. Dan kun je volgens Parvathi geen schade veroorzaken. Het is echter niet wenselijk om je zelf voor de gek te houden door iets te snel als spiritueel te verklaren waar het ook ego kan zijn. Als het ego actief is en je bent je bewust dat het ego is, dan heb je de kracht om te kiezen, dan zijn er veel mogelijkheden. De essentie van tantra is dit zelfonderzoek naar de juiste motivatie en om te kiezen om te leven vanuit deugd, verantwoordelijkheid en liefde.

De nadruk op verantwoordelijkheid en deugd zie je nauwelijks bij de Nederlandse tantra cursussen of op de tantra internet sites. De tantrische visie op verantwoordelijkheid en deugd is echter geen ethiek gebaseerd op joods-christelijke of hindoeïstische ideeën. Het gaat volgens Parvathi over leven vanuit spiritualiteit en liefde, openstaan voor de totale stroom van het leven en verantwoordelijkheid daarin nemen zoals ze eerder al vertelde in het kader van tantrische relaties.

De piek van de tantrische beweging in India was tussen de 12e en 14e eeuw, daarna ging het ondergronds. Parvathi ziet de mogelijkheid van een renaissance van de tantrische beweging in het westen.

In het westen ligt de nadruk echter te sterk op seksualiteit, daarom legt Parvathi hier de nadruk op de andere kant van tantra. In culturen waar seksualiteit en onderdrukt wordt, zou die nadruk wel belangrijk kunnen zijn.

In het westen zijn de andere aspecten van tantra veel belangrijker: stilte, rechtvaardigheid en deugd.

Tantrica's waren radicaal, ze namen mensen van alle kastes, ze namen vrouwen, en strijden voor rechtvaardigheid en verantwoordelijkheid in een wereld van intens lijden. Daar zou het gesprek over tantra in het westen veel meer over moeten gaan.

Tantra zoekt een vorm van macht die overgaat in deugd. Tantra nodigt je uit om de macht die je hebt niet alleen voor je persoonlijke bevrediging te gebruiken, maar voor de wereld om je heen. Parvathi stelt voor om de nadruk op tantra massage en dergelijke sterk te verminderen, en tantra te zien als een weg van intense schoonheid ten behoeve van de mensen om je heen. De mogelijkheid van tantra in deze tijd is om te leven in overeenstemming met iets groters dan je persoonlijke bevrediging.

Jan den Boer studeerde filosofie en bouwkunde, is tantra trainer en therapeut. Hij publiceerde het boek 'Tantra, het verlangen naar verbinding.' [www.tantratraining.nl](http://www.tantratraining.nl)

Meer informatie over Parvathi: [www.parvathinandanath.com](http://www.parvathinandanath.com)