

padam padam

Er is een waardevolle mantra die luidt:

Padam, padam, pratipadam
arhati, iti, pratipadikam.

Hetgeen betekent:

Stap, stap, iedere stap

heeft in zich wat nodig is voor de volgende stap.



Deze mantra is bijzonder waardevol voor het leven van alle dag en in het bijzonder als het om spirituele ontwikkeling gaat. Als we een doel in ons leven hebben, maken we gewoonlijk een plan om dat doel te bereiken. Vervolgens moeten we ons inspannen en veel werk verzetten om het gewenste doel te bereiken. In veel gevallen staat ons levensdoel ons niet helder voor ogen en weten we niet wat er nodig is en welke vaardigheden wij moeten ontwikkelen om dit onduidelijke doel te bereiken. De hier gegeven mantra geeft aan dat iedere stap, die we op de weg naar de verwezenlijking van een bepaald doel zetten, alle voorwaarden die nodig zijn voor de volgende stap in zich heeft. Deze kennis kan ons tot grote steun zijn.

Aan de ene kant dienen wij veel aandacht aan het doel te geven en daar op gericht te blijven, eenpuntig gericht te zijn: ekagra. Aan de andere kant moeten we aandacht schenken aan elke stap die we op onze weg doen en aan elke aanwijzing die we krijgen. Om de diepte van deze mantra beter te begrijpen, moeten we onderscheid leren maken tussen het centrum van het krachtveld en de periferie. Het centrum van het krachtveld is gericht op het doel en het is de plek van rechtlijnigheid en eenpuntigheid. In de periferie van het krachtveld horen de signalen thuis waaruit wij kunnen opmaken of wij op de juiste wijze aan het werk zijn of van onze koers afdwalen. Onze geest trekt ons van links naar rechts en onze neigingen en onze luiheid zullen proberen ons af te houden van het doel en ons tevreden te laten zijn met een compromis of met een ander doel. In de periferie van het krachtveld zijn de randvoorwaarden te vinden om de reis te vervolgen. Deze randvoorwaarden kunnen zijn: tijd, financiële middelen, nieuwe ideeën en inspiratie of aanwijzingen van anderen. Wij moeten goed opletten wat er in onze omgeving gebeurt en ons regelmatig afvragen of wij nog steeds het gevoel hebben dat wij "natuurlijk handelen". Met "natuurlijk handelen" wordt bedoeld: werk verrichten dat bij ons past. Dit werk kan een flinke inspanning van ons vragen en hoeft ons niet gemakkelijk af te gaan maar geeft ons wel altijd een goed gevoel in de zin van dat we iets aan het doen zijn wat bij ons hoort. Iedere stap geeft aanwijzingen en we dienen zó fijn afgestemd te zijn dat wij deze aanwijzingen begrijpen. Iedere stap heeft in zich wat nodig is voor de volgende stap. Als wij gaan vertrouwen op deze woorden zal de mantra ons tot steun zijn en ons helpen onze weg in het dagelijkse leven en onze weg van spirituele ontwikkeling te volgen.

Een aanwijzing die in de geschriften meermalen gegeven wordt, is "dat we ons niet moeten richten op het resultaat". Zonder het doel uit het oog te verliezen, moeten we niet uitsluitend op het resultaat uit zijn, maar heel gevoelig zijn voor de reis en de weg. Deze weg wordt uiteindelijk de Weg die zowel Weg als Doel is, waarbij de mens, het doel en de weg met elkaar versmelten. De mantra die dit proces begeleidt, is deze mantra die ons uiteindelijk helpt in te zien dat alles reeds hier en nu aanwezig is.

"Hier en nu" is echter niet tussen verleden en toekomst te vinden. Het is een totaal

andere staat van bewustzijn waarin noch verleden, noch toekomst enige betekenis hebben. "Iedere stap heeft in zich wat nodig is voor de volgende stap", of nog anders gezegd: iedere stap heeft alles in zich. Zoals al in het eitje van de vlinder de rups, de pop en ook de vlinder aanwezig zijn, zo is ook in iedere stap alles aanwezig en bij de eerste stap is het doel al bekend. Dit fenomeen vinden we terug bij het begrip bhavana ofwel de "innerlijke houding". De innerlijke houding waarmee de handeling wordt verricht, is bepalend voor het resultaat. Verfijning vindt voornamelijk, zo niet uitsluitend, plaats op het niveau van de bhavana.

Het innerlijk motief waarmee we de eerste stap zetten, is van het grootste belang en iedere stap in het leven wordt gedragen door de bhavana. Vervolgens wordt ons alles wat nodig is voor de volgende stap gegeven via de causale, subtiele en fysieke wereld. Uiteindelijk kan niemand van ons blijven volhouden dat hij onvoldoende vermogens of een te slecht lot heeft om de weg van menselijke ontwikkeling te betreden. Als we eenmaal een stap op deze weg hebben gezet, zal blijken dat deze mantra zijn belofte waarmaakt, namelijk dat iedere stap datgene in zich heeft wat nodig is voor de volgende stap. Wat wij moeten doen, is een stap zetten, gevolgd door nog een stap. Dat is ons aandeel; vervolgens moeten we ons fijn afstemmen op de signalen die we krijgen, ons open stellen voor de kennis en aanwijzingen die iedere stap met zich mee brengt. Zonder twijfel kan een ieder van ons grote vorderingen maken, zowel in het gewone leven als op het pad van spirituele ontwikkeling, als we maar zouden leren om ons ene been voor ons andere te zetten. Met andere woorden: laten we onze intelligentie toch gebruiken om te leren een stap te zetten. Laten we onze intelligentie niet misbruiken door het verzinnen van excuses voor het niet zetten van een stap. Als we geen stap zetten, komen we niet vooruit. Maar door slechts één enkele stap te zetten, stappen we als het ware de wereld van de mantra binnen.

Padam , padam, pratipadam
Arhati, iti, pratipadikam.

Uit Mehdi Jiwa, Schrijven in Water II