

Genevieve Lewis Paulson

Das Chakra und Kundalini Übungsbuch

Die Erweckung der Chakra-Energien zur
Freisetzung des spirituellen Potentials

Aus dem amerikanischen Englisch von
Matthias Schossig



*Ein klarer Leitfaden
für ein kontroverses Thema, über das
viel Verwirrendes und Falsches zu hören ist*

Bist du es leid, über die Erfahrungen anderer mit Kundalini und Chakren zu lesen? Hast du genug von den Gerüchten, die intellektuelle Scharlatane über diese Begriffe in die Welt gesetzt haben, ohne Rücksicht darauf, was in deinem Körper vor sich geht und was sich in deinem Leben für Veränderungen abspielen? Immer wenn du das Gefühl hast, du läufst nur auf halber Kraft, verfügst du wahrscheinlich nur über einen Teil der Kundalini-Energie, die in dir steckt.

Es gehört zu unseren unveräußerlichen Rechten als Menschen, uns zu entwickeln, an der Evolution des menschlichen Bewusstseins teilzuhaben und über uns hinauszuwachsen. Die Banalitäten des Lebens können den Fluss der Kundalini an der Wurzel blockieren oder aus dem Gleichgewicht bringen. Jeder Mensch hat Kundalini, genauso wie jeder Mensch über seine Sexualität verfügt. Einem Menschen den Zugang zum Wissen über diese Kraft zu verwehren, ist angesichts der aktuellen Diskussion über kosmische Einflüsse ein ebenso gravierender Fehler, wie wenn man der heutigen Jugend die Fakten über Möglichkeiten und Risiken ihres Geschlechtslebens vorenthalten würde. Je mehr wir wissen, desto mehr Möglichkeiten haben wir in unserem Verhalten.

Vielleicht hast du bereits den »großen Knall« einer vollen Kundalini-Auslösung erlebt, ohne darauf vorbereitet gewesen zu sein, die Kraft dieser Energie auf produktive Weise in die richtigen Bahnen zu lenken. Vielleicht schläft deine Kundalini aber auch noch wie ein Bär im Winter, begierig die ersten Sonnenstrahlen des Frühlings deines persönlichen Bewusstseins zu nutzen, um zur vollen Kraft des Lebens zu erwachen. Dieses Buch soll ein Führer sein, um die Vielfalt der neuen Gefühle und seltsamen Empfindungen zu verarbeiten, die auf dich zukommen, wenn die ungebremste Lebenskraft die vielen Energiezentren deines Körpers »aufsprengt«.

Während die Energien des Wassermann-Zeitalters immer intensiver werden, lassen sich immer mehr Menschen durch beispiellos heftige Kundalini-Auslösungen erschrecken, beängstigen oder sogar völlig lahmlegen. In vielen Fällen wissen die Menschen überhaupt nicht, wie ihnen geschieht, und verschlimmern aus Unwissenheit die Symptome ihrer Krankheit und Verwirrung noch.

Für alle, die sich zum ersten Mal mit Kundalini und Chakren beschäftigen, kann dieses Buch eine ausgezeichnete Quelle sein. Es liefert detaillierte Anweisungen für die Reinigung des Körpersystems, um es auf die Aufnahme der neuen Energien vorzubereiten. Weil die Kundalini-Energie manchmal so stark sein kann, dass die menschliche »Hülle« Schwierigkeiten bekommt, während ihrer Auslösung dem Alltag mit seinen Verpflichtungen gerecht zu werden, bietet der Autor verschiedene Möglichkeiten an, ihre Auslösung zu mäßigen oder zurückzuhalten.

Die Entwicklung der individuellen Persönlichkeit kann mit Kundalini plötzlich eine äußerst heftige Qualität bekommen. Fachkundige Anleitung, um die Übergänge zwischen unseren verschiedenen evolutionären Zuständen ohne unerwünschte Zwischenfälle zu durchlaufen, ist vonnöten. Wissen und Verständnis der Kundalini macht den Entwicklungsprozess wesentlich verträglicher für Körper, Geist und Seele.

Inhalt

<i>Vorwort</i>	15
1. Kundalini – Die Energie der Evolution	17
Symptome vorzeitiger Auslösung	21
Absicht	22
2. Die unbeabsichtigte Auslösung der Kundalini-Energie	23
Der Prozess der Auslösung	23
Verschiedene Arten unbeabsichtigter Auslösung	27
Symptome der Auslösung	31
Depression	35
Leben und Sterben – eine Übung	36
Sex und Kundalini	37
Weird City	41
Der Alltag während einer Kundalini-Reinigung	42
Übungen zur Bewältigung einer unbeabsichtigten Auslösung	48
Tiefe, ruhige Atmung	48
Mentale Kontrolle	49
Offene Meditation	49
Das reinigende Sieb	50
Broccoli	50
Rückenentspannung	51
Atemübungen	51
3. Tägliche Übungen	54
Bewegung	54
Freies Tanzen	55
Variationen	56
Energieübungen	56

Variationen	57
Leben im Gleichgewicht	60
Anerkennung	61
4. Inneres Wachstum und die Sieben Körper	62
<i>Die drei persönlichen Körper</i>	64
<i>Der physische Körper</i>	64
Die Reinigung des Physischen	65
Die vollkommene Form	66
<i>Der emotionale Körper</i>	66
Die Reinigung des Emotionalen	66
Emotionale Kontrolle	67
Die vollkommene Form	67
<i>Der mentale Körper</i>	68
Die Reinigung des Mentalen	68
Die Klärung des Gehirns	68
Die Wahrheit	68
Die vollkommene Form	69
<i>Die vier spirituellen Körper</i>	69
<i>Der intuitive und mitfühlende Körper</i>	69
Die Reinigung des Intuitiven und Mitfühlenden	70
»Alles geht einmal vorüber«	70
Leid ist die Kehrseite der Freude	71
Spirituelles Atmen	71
Die vollkommene Form	71
<i>Der atmische Körper (Wille und Geist)</i>	71
Die Reinigung von Wille und Geist	71
Persönlichkeitsveränderungen	72
Festhalten – Loslassen	72
Nicht mein Wille, sondern dein Wille	72
Die vollkommene Form	72
<i>Der monadische Körper (die seelische Ebene)</i>	73
Die Reinigung des Monadischen	73

Kosmische Übung	74
Dieser Augenblick der Ewigkeit	74
Die vollkommene Form	74
<i>Der göttliche Körper</i>	74
Die Reinigung des Göttlichen	75
Den Dämonen entgegentreten	75
Leerstellen	75
Die göttliche Gegenwart	76
Die vollkommene Form	76
Die Zusammensetzung der Körper	76
<i>Beherrschungsübung</i>	76
5. Die Entwicklung der vier Gehirne	78
<i>Das reptilische oder erste Gehirn</i>	80
<i>Das limbische System (paläomammal) oder zweites Gehirn</i>	80
<i>Das dritte Gehirn (neomammal)</i>	80
<i>Das vierte Gehirn</i>	82
Übungen	83
<i>Reptilisches Gehirn</i>	83
<i>Limbisches System</i>	83
<i>Neo-mammal</i>	83
<i>Viertes Gehirn</i>	84
6. Chakren	85
Kundalini-Bewegung und Chakra-Reinigung	89
Energieströme in den Chakren	90
7. Die Chakren der sieben Körper	99
Unterschiede des Fische-Zeitalters und des Wassermann-Zeitalters	101
Körper und Chakren	102
<i>Physischer Körper</i>	104
<i>Emotionaler Körper</i>	107

<i>Mentaler Körper</i>	108
<i>Intuitiv-mitfühlender Körper</i>	111
<i>Wille/Geist-Körper</i>	114
<i>Seelischer Körper</i>	117
<i>Göttlicher Körper</i>	120
8. Die Entwicklung der Chakren	123
Die Arbeit mit Chakren	123
Reinigung und Öffnung von Chakren	123
<i>Energieströme</i>	124
<i>Haltung</i>	125
<i>Körperbewusstsein</i>	126
<i>Empfehlungen</i>	126
<i>Vordere oder hintere Chakren?</i>	127
Die Öffnung von Körperenergien	128
Senden und Empfangen von Energie	128
<i>Bewegung</i>	128
Die Öffnung und Entwicklung der Chakren der sieben Körper	129
<i>Physischer Körper</i>	130
<i>Emotionaler Körper</i>	133
<i>Mentaler Körper</i>	135
<i>Intuitiv-mitfühlender Körper</i>	137
<i>Wille/Geist-Körper</i>	140
<i>Seelischer Körper</i>	143
<i>Göttlicher Körper</i>	146
Töne und Kundalini-Bewegung	149
<i>Mantras</i>	149
<i>Die Chakren mit Glücksgefühlen überströmen</i>	150
9. Die Bestimmung des persönlichen Chakraflusses	154
Das Messen der Chakren	154
Technik	157
Die Analyse der persönlichen Chakrastruktur	160

Dinge, auf die man achten sollte	169
Probemessungen	174
10. Eine Chakrensammlung	176
Begleitchakren	176
<i>Einführende Übung</i>	176
<i>Drei Sexual-Chakren</i>	178
<i>Negative Chakren</i>	179
Die sieben Augen	181
<i>Die Gefahren einer vorzeitigen Öffnung</i>	183
<i>Das Auge des Unbewussten</i>	183
Die sieben Herzen	184
<i>Das erste Herz-Chakra</i>	184
<i>Das zweite Herz-Chakra</i>	185
<i>Das dritte Herz-Chakra</i>	186
<i>Das vierte Herz-Chakra</i>	186
<i>Das fünfte Herz-Chakra</i>	187
<i>Das sechste Herz-Chakra</i>	187
<i>Das siebente Herz-Chakra</i>	188
Eine meditative Übung für die sieben Herzen	188
Ein Kranz von Chakren	192
<i>Der Kranz um die Krone</i>	192
<i>Der Kranz um die Fersen</i>	193
<i>Übung</i>	194
Schulterblattchakren	195
Chakren der Einheit und der Zerstörung	196
Chakren an Knien und Ellenbogen	197
<i>Knie</i>	197
<i>Ellenbogen</i>	198
Chakren des körperlichen Selbstbewusstseins	199
11. Chakren und Beziehungen	200
Energie-Bindungen	201
Charisma und Energie	202

Chakren-Beschneidung	203
»... das füg' auch keinem anderen zu«	205
Klarheit	205
Energiefresser	205
Unruhestifter	206
Sexualität	207
Blockaden	207
Versteh deine Chakren besser:eine Übung	208
12. Chakren und Heilung	209
Chakra-Explosion	210
Schmerz	211
Krankheit und Krankenbesuche	212
Chakra-Heilung im Traum	213
Massage und Körperarbeit	213
Samadhi	213
Steine, Mineralien und Heilung	214
Strahlende Gesundheit	214
13. Karma	215
Situationskarma und Einstellungskarma	218
Das Karma der anderen	218
Gruppen-Karma	219
Bewusstes Aussuchen von Karma	219
Die positive Seite von Karma	220
14. Die Vorbereitung einer absichtlichen Kundalini-Auslösung	221
Fertigmachen zur Auslösung	221
Übungen zur Auslösung zusätzlicher Kundalini-Energie	222
<i>Revitalisierung der Zellen</i>	222
<i>Empfang der Energien aus dem Kosmos</i>	222
<i>Zellregeneration</i>	223
<i>Räkeln</i>	224

<i>Den Kopf freimachen</i>	224
<i>Blockaden lösen</i>	224
<i>Nerven</i>	227
<i>Nadis</i>	228
15. Methoden der freiwilligen Kundalini-Auslösung	232
Warnung	232
Deine Entscheidung	234
Mögliche Wirkungen einer Kundalini-Auslösung	235
<i>Kopfschmerzen und andere Leiden</i>	235
<i>Andere Phänomene</i>	237
Vorbereitung	238
<i>Den Fluss zur Wirbelsäule bringen</i>	238
<i>Die Erweckung der Kundalini auf breiter Front</i>	238
<i>Die Entspannung des Analbereichs</i>	241
Methoden der Kundalini-Auslösung	241
»Misch- und Rieseltechnik«	241
<i>Elementare Kundalini-Auslösung</i>	241
<i>Die Schaukel-Auslösung</i>	242
<i>Auslösung durch die Nadis</i>	242
<i>Übung für das erste Bewusstsein (Unterbewusstsein)</i>	244
<i>Die »Dampfmaschinen«-Übung</i>	245
<i>Maithuna</i>	246
<i>Das spirituelle Licht</i>	247
»Kerzenlicht«	248
<i>Warnungen</i>	248
Gib dein Bestes	249
16. Attribute der Erleuchtung	250
Die Samadhi-Übung	251
17. Der Heilige Geist und Kundalini	254

18. Kundalini und die Zukunft	258
Werte	258
Die Notwendigkeit einer angemessenen Erziehung	259
Rückzug oder Beteiligung?	260
Wir sind nicht allein	261
Schlussbemerkung	262
<i>Ausgewähltes Wörterverzeichnis</i>	263

Vorwort

Als ich zum ersten Mal mit der Kraft der Kundalini konfrontiert wurde, wusste ich überhaupt nicht, was Kundalini eigentlich bedeutet. Erst nach einiger Zeit wurde mir bewusst, was geschehen war. Auf jeder Stufe meiner Entwicklung standen mir hilfreiche Begleiter zur Seite, die immer für mich ein offenes Ohr hatten und mich durch die verschiedenen Erlebnisse führten. Ein Großteil der Informationen, die in diesem Buch gegeben werden, stammt ursprünglich von diesen Begleitern.

Als ich mir darüber bewusst wurde, was vor sich ging, begann ich sofort, mich auf die Suche nach Büchern zu machen, die mir über das, was ich erlebte, Aufschluss geben könnten. In den sechziger Jahren waren solche Bücher noch eine Seltenheit. Ich war dankbar für jeden Titel, den ich finden konnte. Die Arbeit mit Schülern wurde deshalb für mich zu einer wichtigen Quelle von Informationen und Erkenntnissen.

Ich ging keinen leichten Weg. Es dauerte sieben Jahre, bis ich das Größte überwunden hatte. Viel Interessantes, einiges Schmerzhaftes und viele neue Erkenntnisse – aber niemals war es leicht. Ich habe einen traditionellen christlichen Hintergrund. Eine Zeitlang habe ich sogar einer Kirchengemeinde mit über siebenhundert Mitgliedern vorgestanden. Die neuen Ideen und Begriffe waren daher für mich oft fremd und neu. Am Ende wurde ich jedoch durch alles, was ich lernte, in meinem christlichen Glauben gestärkt. Ich merkte, dass Kundalini eine gute Basis für religiöse Glaubenssysteme ist.

Kundalini ist zwar noch kein alltäglicher Begriff, aber immer mehr Menschen sind sich dieser Kraft bewusst und erfahren sie in ihrem Leben. Noch ist es aber nicht soweit, dass beispielsweise der »Kundalini-Blues« allein schon Grund genug ist, sich krank schreiben zu lassen oder Verabredungen abzusagen. Ich hoffe, dass dieses Buch dazu beiträgt, dass die Kundalini-Kraft dein Leben nicht nur bereichert und erleichtert, sondern auch den bestmöglichen evolutionären Wandel erzeugt.

Obwohl ich immer von guten Kräften getragen wurde, und meine Mitmenschen immer reichlich Vertrauen in mich setzten und mir beistanden, war ich auf meiner Reise doch letztlich allein. Alle spirituellen Reisen sind einsam. Leg dir ein Tagebuch an, mit dem du dich aussprechen kannst. Es wird dir immer ein guter Zuhörer sein, dich niemals unterbrechen und sich an alles, was du ihm mitteilst, erinnern. Wer weiß, vielleicht wird aus deinem Tagebuch ja irgendwann ein neues Buch über Kundalini.

Ich hoffe, dass dieses Buch einige mögliche Bedenken zerstreuen, Fragen beantworten und die Einsamkeit, in der du dich auf deinem Weg vielleicht befindest, etwas mildern wird. Ich jedenfalls möchte mein Leben mit niemandem tauschen. Ich hoffe, dass es dir ebenso geht.

Genevieve Lewis Paulson

1.

Kundalini – Die Energie der Evolution

Jeder Mensch hat ein inneres Bedürfnis danach, Hervorragendes zu leisten oder sich irgendwie hervorzutun – einzigartig zu sein. Manchmal kann dieses Bedürfnis auch negative Formen annehmen. Die allem zugrundeliegende menschliche Kraft, die dahintersteht, ist die Kraft der Evolution, das Bedürfnis nach Erleuchtung, nach Gottähnlichkeit in menschlicher Gestalt.

In den Upanischaden wird dies folgendermaßen ausgedrückt:

Während wir in diesem Körper wohnen, haben wir in irgendeiner Form Brahman (Weite, Evolution, das Absolute, Schöpfer, Erhalter und Zerstörer des Universums) verwirklicht, sonst wären wir unwissend geblieben und die große Zerstörung hätte uns erfasst. Wer Brahman kennen lernt, wird unsterblich, während die anderen lediglich zu leiden haben. (IV, iv, 14/ nach der Übersetzung von Swami Nikhilananda)

Im Neuen Testament antwortet Jesus:

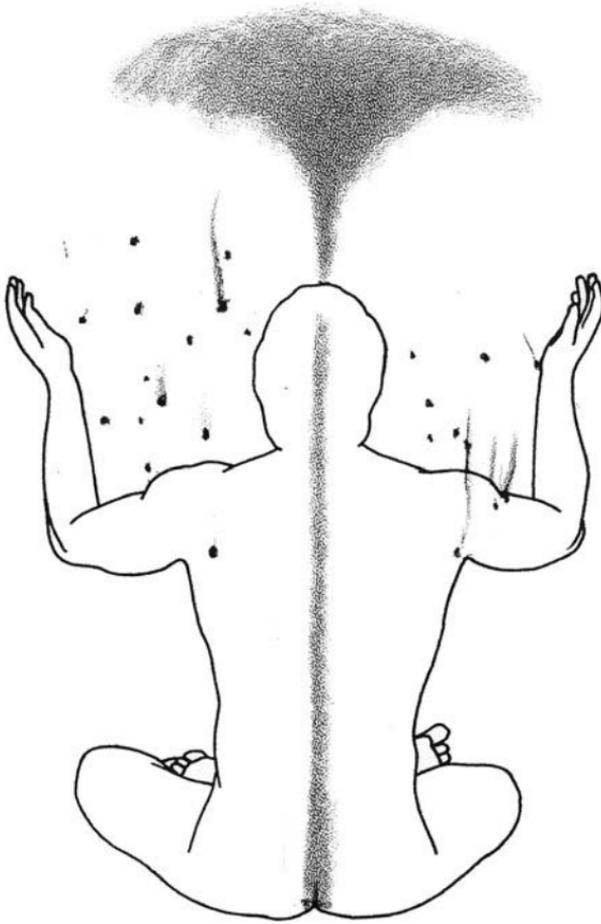
Steht nicht geschrieben in eurem Gesetz: »Ich habe gesagt: Ihr seid Götter«? So er die Götter nennt, zu welchen das Wort Gottes geschah – und die Schrift kann doch nicht gebrochen werden—(Joh. 10,34)¹

Wir alle sind berufen, über unsere menschliche Natur hinauszugehen und zu größeren Höhen zu gelangen. Die Kundalini-Energie treibt uns an, dass wir zur Erleuchtung, zur Erkenntnis des Lichtes Gottes gelangen.

Im tibetischen Yoga und anderen Geheimlehren heißt es:

Mit Hilfe des Shakti Yoga (Beherrschung der Energie), gewinnt der tantrische Yogin die Kontrolle über Körper und Geist und geht dann zu der großen Aufgabe des Erweckens der schlafenden oder angeborenen Kräfte des Göttlichen in Gestalt der schlafenden Gottheit Kundalini, die er in sich trägt, über ... anschließend wird aus der mystischen Vereini-

¹ »Wohl habe ich gesagt: Ihr seid Götter, ihr alle seid Söhne des Höchsten ...« Psalm 82,6



Das Rot-Orange der Kundalini steigt die Wirbelsäule hinauf und vermischt sich mit der göttlichen Energie (Vereinigung von Shakti und Shakta). Die Farbe verwandelt sich zu Gold und manchmal zu Silber.

gung von *Shakta* (im Oberteil des Kopfes) und *Shakti* die Erleuchtung geboren, und der Yogin hat sein Ziel erreicht.²

Der Begriff »Kundalini« kommt aus dem Sanskrit und heißt soviel wie »kreisende Kraft«. Er bezeichnet die grundlegende evolutionäre Kraft des Menschen. Jeder Mensch trägt eine gewisse Menge dieser Kraft bereits in sich, wenn er geboren wird. Wieviel davon verfügbar und nutzbar ist, bestimmt, ob eine Person einen niedrigen Intelligenzquotienten besitzt, ob sie ein Genie ist oder irgendwo in der Mitte liegt.

Es kommt nicht nur darauf an, das zu nutzen, was wir bereits haben, sondern wir müssen eine noch viel größere Menge von Energie aktivieren, die in dem Reservoir von Kundalini an der Basis der Wirbelsäule brachliegt.

Kundalini ist eine Naturkraft, die uns allen gemeinsam ist. Sie hat nichts mit Religion zu tun, obwohl sie von einigen Religionen praktiziert wird und der Prozess der Aktivierung die religiösen Glaubensvorstellungen eines Menschen erweitern und entwickeln kann.

Die frühe östliche Literatur enthält sehr viele Informationen über Kundalini. Die westliche hingegen wenig, obwohl in jüngster Zeit viel geschrieben wird. Das allgemeine Interesse, das dem Wassermann-Zeitalter entgegengebracht wird, wächst schnell. Starke Energien werden wach, die die spontane Auslösung von Kundalini begünstigen. Menschen in allen Lebenslagen, allen Alters und auf allen Ebenen ihrer Entwicklung erleben Kundalini, gleich welcher Kultur sie angehören oder welchen philosophischen oder religiösen Hintergrund sie haben.

Für Menschen, die noch nie etwas von Kundalini gehört haben und sich fragen, warum es ihnen körperlich, geistig oder emotional so schlecht geht, gibt es im Allgemeinen wenig Informationen. Selbst diejenigen, die sich mit persönlichem Wachstum und der eigenen Lebenshilfe beschäftigen, haben keinen leichten Zugang zu Informationen über dieses Thema. Sie sind überfordert, wenn

² aus der Version von W. Y. Evans Wentz

es darum geht, Menschen zu beraten, die einen Überschuss von Kundalini ausgelöst haben, ohne dass ihr System dazu bereit war, und daher auf allen Ebenen ihres Lebens Probleme haben. Wenn das passiert, dann ist das so, als wolle man ein Elektrogerät, das für 110 Volt gebaut ist, plötzlich mit 220 Volt betreiben. Die Sicherungen brennen durch, und die Schaltkreise schmelzen.

Ein Grund für diesen Informationsmangel liegt darin, dass viele Menschen, obwohl sie im Allgemeinen recht gut Bescheid wissen, befürchten, dass die Energie des Kundalini Schaden anrichten könnte. Sie meinen, man solle lieber die Finger von allen Übungen lassen, weil die Möglichkeit bestehen könnte, dass diese gewaltige Energie destruktive Auswirkungen hat. Diese Einstellung ist ebenso falsch wie die Meinung, dass, wenn man Kindern keine Anleitung für ihr Sexualeben gibt, schon nichts schiefgehen wird.

Ein weiterer Grund für den Mangel an Informationen über Kundalini besteht darin, dass man die Beschäftigung mit dieser Energie für eine Modeerscheinung des New Age hält. Nichts könnte weiter von der Wahrheit entfernt sein. Kundalini kann als die älteste bekannte Wissenschaft angesehen werden. In früheren Zeitaltern erweckten die Menschen Kundalini unter der Anleitung von Lehrern und unter genau kontrollierten Bedingungen. Sie überlieferten und erhielten auf diese Weise alles, was sie in diesem Zusammenhang lernten, als esoterisches Wissen. Heute jedoch stehen wir an der Schwelle zu einer neuen Zeit, in der das Wissen, welches früher als esoterisch galt, allen Menschen zugute kommt und in den Bereich des exoterischen Wissens gelangt.

Wenn Menschen, deren Kundalini unbeabsichtigt erweckt wurde, in der Vergangenheit versuchten, ihre Symptome und Zustände anderen mitzuteilen, wurden sie gewöhnlich für verrückt oder körperlich gestört gehalten. Vielleicht hielten sie sich am Ende sogar selbst für verrückt. Der Prozess kann mit großer Verwirrung und Angstzuständen verbunden sein, die alles andere sind als erhabene Gefühle und Euphorie.

Christliche Mystiker hatten durchaus Erfahrungen mit der Auslösung von Kundalini, wie man ihren Schriften entnehmen kann.

Sie hielten sie für gottgewolltes Leid. Sie verstanden den Prozess als einen Vorgang, der zur Vereinigung mit Gott führt.

Ein moderner Vertreter der evolutionären Energie des Kundalini ist Gopi Krishna. Seine eigene Kundalini-Auslösung resultierte aus den Meditationspraktiken, die er ohne jede formale Ausbildung unternahm.³ Er verbrachte Jahre damit, zu verarbeiten und zu verstehen, was mit ihm geschehen war. Seine Erfahrungen und seine Schriften waren für andere, die ebenfalls kein spezielles Training hatten, eine große Hilfe.

Symptome vorzeitiger Auslösung

Jeder von uns ist unverwechselbar. Wir alle haben unsere eigene Geschichte, unseren besonderen Körper, unsere persönliche und spirituelle Entwicklung. Kundalini wirkt sich daher auf jeden von uns anders aus. Folgende Zustände sind Symptome, die eine außergewöhnliche Auslösung von Kundalini anzeigen können, bevor das System dazu bereit ist:

unerklärliche Krankheit

seltames Verhalten

das Gefühl, dass man die Kontrolle verliert, und Schwierigkeiten mit alltäglichen Dingen

Frösteln oder Hitzewellen

Hinweise auf eine gespaltene Persönlichkeit

übermäßige Stimmungsschwankungen, Depression oder Ekstase

Zeiten extremer Trübsinnigkeit oder Brillanz

Verlust oder Verzerrung der Erinnerung

Orientierungslosigkeit mit sich selbst, mit anderen, auf der Arbeit, mit der Welt allgemein

extreme Veränderungen im Erscheinungsbild (Ein Mensch, der eben noch jung aussah, kann von einem Moment auf den anderen um zwanzig Jahre altern.)

Visuelle Effekte, Lichter oder Farben, geometrische Muster, Szenen aus vergangenen Leben oder zukünftigen Ereignissen

³ Siehe: *Kundalini*, von Gopi Krishna

Absicht

Kundalini besitzt ihren eigenen Orientierungssinn. Ihr natürlicher Fluss bewegt sich die Wirbelsäule hinauf und am Scheitel aus dem Kopf hinaus. Auf ihrem Pfad bringt sie neues Bewusstsein, neue Fähigkeiten und grenzüberschreitende Zustände. Wie eine Pflanze sich nach dem Licht richtet, so drängt uns die Kundalini, nach Erleuchtung zu streben. Sie beseitigt auf ihrem Weg alle Hindernisse und verursacht dabei Symptome wie die oben beschriebenen. Sie wird das tun, was ihrem Wesen entspricht. Wir können diesen Prozess sowohl fördern als auch behindern.

Ein vollständig entwickelter Mensch verfügt über überdurchschnittliche paranormale Begabungen, ein hohes spirituelles Bewusstsein und kann mit Recht als genial oder gottähnlich bezeichnet werden. Früher oder später werden wir alle mit Kundalini konfrontiert. Je besser informiert und je vorbereiteter wir sind, desto wunderbarer wird die Erfahrung sein.