



I SEGRETI DI SHAKTIPAT E KUNDALINI YOGA

Volume - 1 (Domande e
Risposte)

COLONEL T SREENIVASULU

Colonnello T Sreenivasulu

Autore di La potente energia sconosciuta a Dio

Copyright © 2023 T Sreenivasulu

Tutti i diritti riservati.

www.sahajananda-ashram.com

Dedica

Aspiro a dedicare questo lavoro a tutti i praticanti del Kundalinī yoga che hanno preso l'iniziazione Shaktipāt in passato e a coloro che lo faranno in futuro.



Sua Santità Swami Sahajananda Tirtha, il venerabile Guru dell'autore all'età di 85 anni nel 2009.

Contenuti

Ringraziamenti.....	vii
Prefazione.....	1
Introduzione.....	5
Manifestazione dei Kriyā.....	10
Shaktipāt.....	21
Karma, creazione, illusione e scritture.....	40
Suono Anahata, mente ipersensibile.....	53
Guru Gita, stato Tandra e distacco.....	57
Argomenti generali.....	62
Problemi legati al sesso.....	87
Samadhi, morte e dopo la morte.....	100
Problemi legati all'energia Kundalinī.....	108
Sadhan.....	122
Gunas, terzo occhio, preghiera e obiettivi.....	169
Problemi vari.....	176
Glossario.....	185
Ashram dell'Ordine Shaktipāt.....	189
Monaci dell'Ordine di Shaktipāt.....	194
A proposito dell'autore.....	195

Ringraziamenti

Sarò per sempre in debito con il mio venerabile Guru, Sua Santità Swami Sahajananda Tirtha, che mi ha reso un Guru Shaktipāt.

Sono anche profondamente in debito con tutti i venerabili Guru della mia stirpe dell'Ordine di Shaktipāt. La loro saggezza collettiva è stata una luce da seguire, mentre mi avventuravo nelle acque inesplorate della conoscenza antica.

Mi congratulo con tutti i praticanti che hanno reso possibile la compilazione di questo libro. Se non avessero insistito con i loro numerosi dubbi sull'argomento, non sarei forse arrivato ad esplorare nella mia mente così profondamente per poter far luce su alcuni dei dettagli meno noti sull'argomento.

Sono grato al Sig. Nagarajan Chidambaram, uno dei praticanti che ha scrupolosamente compilato le parti principali della conversazione tra me e gli altri praticanti.

Prefazione

Durante l'alta stagione invernale del 2019, a Gennaio, mi è stato conferito dal mio venerato Guru, Sua Santità Swami Sahajananda Tirtha, l'onore di Shaktipāt deekshadhikara, o l'autorizzazione a dare l'iniziazione Shaktipāt al Kundalinī yoga. Sua Santità ha ora 97 anni e vive nella città di Vijayawada nello stato dell'Andhra Pradesh in India. Già da un po' ha smesso di dare l'iniziazione allo Shaktipāt direttamente alle persone. Sono stato iniziato al Kundalinī yoga da Shaktipāt quasi 12 anni fa, nel 2007. Ho scritto il mio primo libro, “The Power Unknown to God” (pubblicato nel 2014) dove racconto le mie esperienze durante il risveglio dell'energia Kundalinī. Il libro è stato successivamente tradotto in altre 17 lingue e pubblicato su diverse piattaforme importanti come Amazon.

Quando Sua Santità ne parlò per la prima volta alcuni anni fa, ero completamente riluttante ad assumermi questa sacra responsabilità. Sentivo che sarebbe stata una distrazione e un peso per me. In più, il mio Guru ha già conferito l'onore di dare l'iniziazione Shaktipāt a tre dei miei amici praticanti che ci lavoravano da tempo. Ho sempre avuto questa tendenza di evitare di assumermi qualsiasi tipo di responsabilità. Ogni volta che credevo che un particolare lavoro potesse essere gestito da qualcun altro, semplicemente lo evitavo. Forse ce l'ho nelle vene. In ogni caso, Sua Santità ha iniziato ad

Colonel T Sreenivasulu

insistere di tanto in tanto.

Prima che il mio Guru affrontasse l'argomento di conferirmi questo onore, mi era già stato affidato il compito di scrivere altri due libri su due argomenti diversi. Uno degli argomenti era sulla scienza dell'iniziazione Shaktipāt al Kundalinī yoga. Questo era sulla scia della pubblicazione del mio primo libro. Sono rimasto sorpreso perché scrivere un libro del genere richiede le capacità di essere un Guru Shaktipāt. In aggiunta, non è disponibile molta letteratura su ciò, portandomi quindi a non poter far riferimento a nessun libro. Questo fatto mi diede il primo indizio sui progetti futuri del mio Guru che aveva per me.

Nel 2019 ho dato l'iniziazione Shaktipāt a più di 200 persone provenienti da diversi ambienti, quali di diversa estrazione religiosa, educativa, professionale, sociale ed etnica. L'elenco includeva anche alcuni dei miei amici, per i quali sono grato all'Onnipotente per avermi permesso di cancellare il mio debito karmico nei loro confronti. La fascia di età per uomini e donne era tra i 20 e i 75 anni. In alcuni casi, adolescenti di appena tredici anni si sono persino avvicinati a me per l'iniziazione Shaktipāt al Kundalinī yoga. Ho dovuto rifiutare categoricamente con il pretesto che erano ancora legalmente minorenni.

In altri casi erano i genitori a portare i propri figli per l'iniziazione. Solo in quelle circostanze accettavo, perché erano presenti anche loro. Inoltre, ho dovuto rifiutare di dare l'iniziazione alla Shaktipāt a molte altre persone a causa di diversi motivi come la sofferenza di gravi malattie, dipendenza da droghe, instabilità mentale, ritardo mentale, interesse nel prendere l'iniziazione alla Shaktipāt per guadagni materialistici, curiosità per ottenere poteri soprannaturali, ecc.. A parte questo, non ho mai discriminato nessuno, compresi quelli con problemi di genere o con orientamento sessuale diverso o con qualsiasi altro tipo di problema come la non fede in Dio, ecc..

Ero consapevole che avrei ricevuto molte domande, specialmente durante le fasi iniziali della pratica. Non ero solo

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

pronto a ricevere in poco tempo così tante richieste di iniziazione allo Shaktipāt da così tante persone. Sono stato anche sopraffatto sia dal volume che dalla gamma di domande poste dai praticanti. In un certo senso, i praticanti mi hanno obbligato ad esplorare la mia mente senza un filo da seguire, permettendomi di indagare molto profondamente. Alcune delle domande sono uniche dal punto di vista del loro contenuto. Non si trovano risposte a riguardo, in nessuna parte nella letteratura esistente sullo Shaktipāt e sul Kundalinī yoga. L'idea di raccogliere le mie risposte alle domande non mi è arrivata subito perchè è stato suggerito da uno dei praticanti solo dopo. A quel punto ormai molte domande e risposte precedenti non me le ricordavo più.

In seguito ho pensato di aggiungere anche le esperienze di diversi praticanti in modo da aggiungere più dati scritti sulla scienza dall'iniziazione Shaktipāt al Kundalinī yoga.

La maggior parte delle mie risposte alle domande non sono nuove dal punto di vista del loro contenuto. Sono coerenti con il ben noto fenomeno esposto da vari Guru del lignaggio Shaktipāt. Tuttavia, ad alcune domande è stata data la risposta con una leggera modifica in modo che il messaggio possa essere compreso da un'ampia gamma di persone provenienti da ambienti diversi. Ho fatto del mio meglio per tenere fuori dalla discussione i vari insegnamenti religiosi e filosofici. Mi sono soffermato rigorosamente agli insegnamenti dei testi yoga.

Questo libro è praticamente la raccolta di varie domande poste dai praticanti che hanno preso l'iniziazione Shaktipāt da me e le loro esperienze dirette in seguito all'iniziazione Shaktipāt. Sono state incluse anche alcune domande poste da altri praticanti che non sono stati iniziati da me. Alcune delle domande poste dai praticanti sono state deliberatamente omesse poiché erano troppo personali, e il libro si sarebbe appesantito.

In tutto il mondo è disponibile un'enorme quantità di letteratura in molte lingue relativa alla pratica del Kundalinī yoga. Però i testi disponibili sono principalmente sul risveglio

Colonel T Sreenivasulu

dell'energia Kundalinī attraverso vari metodi indipendenti come l'Ashtanga Yoga o il Raja Yoga. La letteratura disponibile sull'iniziazione dal Shaktipāt al Kundalinī yoga è generalmente limitata. Inoltre, le esperienze personali autentiche raramente vengono rese pubbliche. Questo libro andrà a beneficio a tutti i praticanti di Kundalinī yoga di varie stirpi. Un lettore generico può trovarlo informativo oltre che educativo.

Questi sono i segreti dei coraggiosi praticanti che si sono avventurati nelle acque poco conosciute dell'oceano della conoscenza.

Possa il supremo potere cosmico sotto forma di energia Kundalinī risvegliata nei loro corpi, guidarli in sicurezza nel attraversare questo vasto oceano di samsara o questa esistenza mondana! Possa questa iniziazione Shaktipāt al Kundalinī yoga liberarli tutti per sempre dal ciclo di nascita e morte!

Dio vi benedica tutti.

- Autore

Introduzione

Il termine Shaktipāt significa “discesa dell'energia”. Esso non è un sistema yoga indipendente. È semplicemente un'antica tecnica yoga. Tuttavia, è la tecnica yoga più elevata oppure la madre di tutte le tecniche di yoga conosciute dall'umanità. In questo, il potere cosmico supremo è usato come tecnica. Il potere cosmico supremo crea il cosmo sia a livello individuale che collettivo. Pertanto, l'efficiente disintegrazione o distruzione del mondo può essere compiuta solo dal potere cosmico stesso. Negli antichi testi sanscriti ogni essere umano è un modello in miniatura del cosmo. Di conseguenza, a livello di macrocosmo e di microcosmo, lo stesso potere cosmico è coinvolto nella sua creazione, sostentamento e disintegrazione finale. Per questo motivo, nel cosmo è presente solo questo supremo potere cosmico. Esso pervade il cosmo infinito. Anche la scienza moderna ammette questo fatto. I corpi umani, con la loro carne, sangue e ossa, sono fatti di questo stesso potere cosmico. Ciononostante, il substrato sottostante di questo vasto e infinito cosmo è sconosciuto. Possiamo chiamarlo il Dio, l'Onnipotente, il Brahman, l'Atman o la divinità. È ampiamente dichiarato in tutti gli antichi testi sanscriti che lo stesso substrato del cosmo pervade anche ovunque all'infinito. Dunque, che si tratti di potere cosmico o divino, si tratta di due facce della stessa medaglia. Da questa prospettiva

Colonel T Sreenivasulu

e, da come proclamato negli antichi testi sanscriti, un essere umano è un modello in miniatura del cosmo; lo stesso substrato sottostante in forma di divinità è presente anche nel corpo umano!

L'autorealizzazione per un essere umano diventa, perciò, l'unica cosa da conoscere o realizzare. L'autorealizzazione porta anche alla realizzazione del cosmo. Ciò significa che se una goccia d'acqua in un oceano realizza la sua natura, conosce anche il vasto oceano. Per quello non è necessario che un essere umano esplori le vaste e infinite profondità dello spazio interstellare e intergalattico.

La tecnica applicata per raggiungere questa realizzazione in un essere umano è chiamata Shaktipāt. In generale il processo influenzato da questa tecnica si chiama yoga. Il procedimento termina con l'autorealizzazione, la salvezza e una fusione con lo spirito universale chiamato Dio, ecc.

Per raggiungere il grande obiettivo di unire l'anima individuale con l'anima universale, sono state sviluppate varie tecniche yoga fin dai tempi antichi. Tuttavia, a causa della gigantesca natura del compito, è impossibile per un essere umano influenzare questo processo da solo. Tutte le tecniche yoga o tantriche applicate sono orientate esclusivamente al raggiungimento di un punto di riferimento specifico. Quel punto di riferimento è istigare il potere cosmico in uscita dalla sua modalità creativa a ritirarsi. Di conseguenza, la stessa energia cosmica che aveva creato l'essere umano e il suo mondo individuale inizia a disintegrarsi, distruggendo il karma impresso nel suo subconscio.

Questo punto di riferimento è quello che viene chiamato "il risveglio dell'energia cosmica". Eppure, non c'è nulla di noto come "risveglio" nel suo classico significato. L'onnipotente, onnisciente e supremo potere cosmico è sempre risvegliato mentre comprendiamo la parola. È proprio il punto in cui inizia a ritirarsi dalla modalità creativa e di sostentamento alla modalità disintegrativa o distruttiva, ciò che chiamiamo "risveglio" (per facilitare la nostra comprensione dell'argomento).

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

L'energia cosmica risvegliata nella terminologia degli esseri umani è chiamata "il risveglio dell'energia Kundalinī". Dopo aver creato un essere umano, questa energia cosmica dovrebbe trovarsi in uno stato dormiente alla base del sistema cerebrale-spinale nel corpo umano. Si ritiene inoltre che proietti o sostenga continuamente l'illusione della "vita" per un essere umano. Questa illusione è simile a un miraggio in un deserto che dà l'allucinazione dell'acqua.

Questo punto di riferimento viene raggiunto dal praticante in ogni percorso dello yoga o del sistema tantrico. Per questo motivo non c'è più nulla da fare per il praticante di yoga. Qualsiasi cosa debba accadere avverrà senza alcuno sforzo da parte del praticante di yoga! L'energia cosmica risvegliata compie il processo di disintegrazione del mondo o di distruzione dei karma individuali, una volta che inizia a ritirarsi o a collassare interiormente. Diversi nomi in diversi sistemi di yoga richiamano questa energia. Nonostante questo, è popolarmente conosciuta come energia Kundalinī.

Shaktipāt è un'esclusiva tecnica yoga applicata per risvegliare l'energia Kundalinī. Qui è necessaria una piccola spiegazione per capire il motivo di questa specifica tecnica yoga. L'evoluzione spirituale di uno spirito (o l'Atman di un essere umano) può essere ampiamente classificata in tre fasi. Il primo stadio è prima del risveglio dell'energia Kundalinī! In questa fase, tutto lo sforzo è fatto volontariamente dal praticante di yoga, con l'egoismo che colora tutte le azioni. Tutti i tipi di adorazione di Dio, pratiche yoga, pratiche tantriche, ecc., rientrano in questa categoria. Nonostante ciò, lo sforzo messo in atto dal praticante è di natura molto ridotta. Dopo il risveglio dell'energia Kundalinī, lo stesso potere cosmico supremo viene applicato internamente. Di conseguenza, la distruzione del karma accumulato in un essere umano avviene rapidamente e con accelerazione. Questo secondo stadio termina nella sconsideratezza o samadhi, come viene chiamata nei testi sanscriti. La terza tappa parte da qui. Tuttavia, non c'è una tecnica yoga per questa fase e non c'è nessuna iniziazione conosciuta in questo

Colonel T Sreenivasulu

sentiero assoluto. Tutti i testi antichi tacciono al riguardo. Essi dichiarano che il viaggio finale dell'anima per raggiungere la sua fusione con l'anima universale o Dio, avviene per volontà di Dio.

Per questo motivo la tecnica dello Shaktipāt riguarda solo il secondo stadio. Per poterci arrivare, gli esseri umani devono aver praticato diversi sistemi di yoga nelle loro diverse vite passate. Quando l'essere umano si avvicina a un punto di riferimento particolare nei rispettivi percorsi scelti per un risveglio dell'energia cosmica, l'iniziazione avviene da un Guru usando la tecnica dello Shaktipāt. Dopo lo Shaktipāt su un essere umano, rimane attivo finché non si ottiene la salvezza. Ciò significa che lo Shaktipāt viene portato avanti nell'aldilà, per sempre. Questo porta ad avere in ogni vita, l'obbligo di prendere l'iniziazione Shaktipāt formale sotto un Guru in modo formale. Quando lo Shaktipāt viene eseguito su una persona di cui l'energia Kundalinī è già attiva dalla nascita, esso si stabilizza a un livello sicuro. Nelle persone in cui l'energia Kundalinī non è stata attivata, si attiverà per la prima volta, solo se arrivano al livello di riferimento citato poco fa.

In un certo senso quindi lo Shaktipāt è inteso solo per alcune persone. Non può essere dato a chiunque. Potrebbe non funzionare anche se viene dato. Il destino stesso stabilisce chi riceve l'iniziazione dello Shaktipāt. I karma accumulati dai praticanti stessi nelle loro vite passate o nella vita attuale li attireranno verso il sentiero dello Shaktipāt. Un Guru può apparire improvvisamente dal nulla e benedirli con lo Shaktipāt Diksha. Questo è fondamentale da capire. Per questo motivo la tecnica non è molto popolare tra gli uomini. Ciò significa che le persone di solito non incontrano un Guru Shaktipāt. Probabilmente grazie ai progressi nella moderna tecnologia di comunicazione, ultimamente se ne sente parlare. Tuttavia, l'effettivo processo di iniziazione Shaktipāt ha luogo (o dipende) solo dai loro karma accumulati in passato. Preferisco astenermi dal commentare sui molti Guru che di recente offrono l'iniziazione Shaktipāt a pagamento. Non si

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

può dare per scontato la loro autenticità.

L'autore di questo libro è uno dei miei discepoli. Gli ho dato un'iniziazione Shaktipāt circa 12 anni fa. Ha persino scritto un libro, "The Power Unknown to God" e tratta delle sue esperienze durante il risveglio dell'energia Kundalinī. Gli ho anche dato il deekshadhikara, l'autorizzazione a dare l'iniziazione alla Shaktipāt alle persone negli inizi del 2019. Da allora mi ha reso i suoi servizi instancabilmente, dando l'iniziazione alla Shaktipāt a più di 200 persone in meno di un anno.

Molte persone hanno numerosi dubbi sull'argomento, specialmente durante le fasi iniziali dopo aver preso l'iniziazione Shaktipāt. La guida di un Guru è cruciale durante tali fasi. Sono felice di vedere molti dei suoi praticanti porre numerosi quesiti sull'argomento. Sono anche lieto di vedere così tanti di loro sviluppare Kriyā o reazioni nei loro corpi e raccontarli. Una reale letteratura relativa alle esperienze personali su tali argomenti è limitata. Questo libro perciò diventerà prezioso e si aggiungerà alla letteratura di questa categoria. Inoltre, i discepoli sono riusciti ad esplorare la mente dell'autore in modo molto approfondito grazie a tutte le domande sull'argomento. Dunque il titolo del libro "I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga" è abbastanza appropriato.

Possa questo libro rimanere un faro di conoscenza per tutti i praticanti di Kundalinī yoga di tutti i percorsi! Possa esso contribuire all'argomento poco noto delle complessità pratiche della pratica del Kundalinī yoga! Recentemente, potrebbero esserci un enorme volume di letteratura sul Kundalinī yoga. Ma questo è principalmente di natura teorica. La conoscenza autentica che può essere applicata alla pratica fisica del sistema yoga è limitata. Pertanto, questo libro sarà di immenso aiuto per tutti i praticanti di yoga. Infine, questo libro sarà anche un'ottima risorsa per tutti i Guru Shaktipāt che interagiscono con i propri discepoli.

- Swami Sahajananda Tirtha

Manifestazione dei Kriyā

Kriyā aggressivi

Domanda

Un praticante: Sto sentendo i movimenti degli occhi, movimenti della testa, movimenti del corpo (ondeggiamento), diversi modelli di respirazione, strani suoni che emanano dalla bocca, contrazioni muscolari facciali, dolore nella parte bassa della schiena, chakra della radice risvegliato e fragranze piacevoli.

Nell'ultimo sviluppo durante la meditazione sbadigliavo tanto. Dormo durante il giorno, cosa che prima non facevo mai. Prima se dormivo durante il giorno, facevo fatica ad addormentarmi la notte. Adesso mi viene sonno attorno le 21:00 e dormo bene come un bambino, nonostante dorma durante il giorno.

La mia risposta

I Kriyā stanno accadendo perfettamente, proprio come dovrebbero. Non c'è niente di anomalo o strano. È noto che anche i cicli del sonno vengono influenzati dopo lo Shaktipāt.

Domanda

Un praticante: Condivido alcune delle mie esperienze di oggi durante la meditazione. Ero in uno stato di semicoscienza e sentivo il mio corpo muoversi da sinistra a destra, non fisicamente ma era qualcosa di simile ad uno spostamento.

Potevo vedere alcune immagini simili a volti e sentivo che stavo per addormentarmi. Poi ritorno cosciente. Finito tutto,

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

mi sono sentito come se qualcosa del mio corpo, forse l'anima o non so, fosse stato trascinato verso l'alto.

Che tipo di esperienze sono queste? Molta energia è stata rilasciata dal mio corpo. Inoltre, ho sentito degli scossoni due o tre volte, come se un veicolo si stesse mettendo in moto. Il riposo è uguale alla vibrazione. Ho sentito la calma sul chakra della corona, e anche la vibrazione sul terzo occhio.

La mia risposta

Sono tutti solo Kriyā. Tutti questi tipi di Kriyā accadranno anche in futuro. E andrà avanti anche per qualche anno.

Sì, anche il tipo di esperienza fluttuante è comune. Alcuni dei nostri praticanti lo hanno segnalato regolarmente.

Il movimento a scatti come se un veicolo fosse stato avviato è il segno più tipico del risveglio della Kundalinī. Perciò non preoccuparti affatto. In effetti, dovresti essere felice che la tua pulizia del karma sia iniziata rapidamente. Visto che sei stato iniziato di recente, è normale sentirti così.

Kriyā legati all'egoismo

Domanda

Un praticante: Ho bisogno di maggiori informazioni su un'affermazione nel tuo libro: "La mente è umiliata per la prima volta ed è costretta a guardarsi dentro...".

La mia risposta

L'obiettivo finale di tutti i sistemi yoga è rendere la mente calma, priva di qualsiasi pensiero. Con questo non s'intende all'autorealizzazione. Significa solo che la mente si è completamente arresa. Ecco.

Un sottile strato di illusione o Maya è ancora avvolto attorno allo spirito infinito interiore. Il praticante non è ancora immerso nella pura coscienza. La consapevolezza del corpo è ancora presente in tali circostanze. Di conseguenza, la non dualità non è ancora sperimentata.

Pertanto, la mente non va da nessuna parte. È ancora lì, però calma. Ma allo stesso tempo sperimenta l'assoluta beatitudine.

Colonel T Sreenivasulu

Non ha altra funzione. Alcune persone non optano per la salvezza finale e vorrebbero rimanere così per sempre.

Essendo la mente immobile, il respiro cessa. Con ciò, tutti i processi biologici si arrestano. L'idea del tempo viene cancellata. Il praticante sta effettivamente fuori dalla dimensione dello spazio-tempo. Questo porta che tutte le leggi delle scienze fisiche vengono a meno o non sono più applicabili. Ma non c'è ancora la salvezza finale o l'autorealizzazione!

Quello che accade da questo momento in poi non può essere spiegato dai testi dello yoga perché la loro giurisdizione è solo finché la mente non si ferma.

La salvezza finale è ovviamente sotto la volontà divina. Nulla si sa di questo ultimo viaggio dell'anima. Ad un certo punto, la fusione finale con Dio viene influenzata e lo spirito lascia il corpo.

Tuttavia, alcuni gentiluomini hanno sfidato queste leggi e sono rimasti nel corpo, e tutti voi sapete a chi mi riferisco!

Nel mio primo libro, ho scritto che non potevo commentare oltre su tali signori: Rama, Krishna, Buddha, Mahavir Jain, Gesù, Mohammad, Guru Nanak e altri che furono acclamati come incarnazioni divine. Anch'io sono nel tuo stesso stato, sto lottando per la mia salvezza. Sono anche tra i parametri dell'illusione cosmica.

Kriyā relativi al tocco

Domanda

Un praticante: Oggi all'una di notte mi sono alzato per meditare perché non riesco a dormire a causa di una piacevole sensazione alla testa. Ho iniziato a fare una delle pratiche di Kriyā yoga. Quando ho raggiunto il chakra dell'Anahata, un involontario canto del mantra "yam" è durato per circa 10 minuti.

Non riesco a trattenere le lacrime. Sentivo il peso su tutto il corpo. Tutti i follicoli piliferi del corpo erano tesi sui piedi e i capelli sul cranio si sono mossi all'improvviso come se

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

qualcuno mi avesse toccato. Questo ruppe la mia concentrazione e dovetti aprire gli occhi. Molte volte ho sentito la presenza di esseri esterni o di alcuni spiriti.

La mia risposta

Non c'è nulla da temere. Qualsiasi cosa ti sia successa sono tutti Kriyā. Tuttavia, per favore cerca di non fermare i Kriyā mentre stanno accadendo. Per quanto riguarda la tua domanda sugli spiriti esterni, ecc., in quel momento tutti i tuoi karma legati alla paura venivano ripuliti. Non c'è nulla di cui preoccuparsi. Per favore, continua con la tua pratica allo stesso modo.

Domanda

Un praticante: È possibile sentire la presenza di un'anima divina nel corpo, come mi è capitato oggi, e sentire come se qualcuno mi toccasse le mani?

Poi dopo un po' di tempo, mi sono sentito come se un'anima divina fosse entrata nel mio corpo, e stavo respirando solo dal mio cuore. La tranquillità e la voglia di sedersi in quello stato erano lì. Sono stato seduto per un'ora e mezza senza consapevolezza del corpo, senza movimento. Mi sono appena svegliato sotto shock quando è suonato il campanello.

La mia risposta

Questo non è dovuto dalla presenza di alcuna entità divina nel tuo corpo! È solo l'energia Kundalinī risvegliata. A volte le persone sperimentano quel tipo di Kriyā come se qualcuno avesse toccato il loro corpo. È un Kriyā comune.

Gentilmente, non interrompere la tua pratica e apri gli occhi durante quel periodo. Continua a osservare silenziosamente il fenomeno come uno spettatore muto. Non c'è bisogno di preoccuparsene affatto. In effetti, dovresti essere felice di sperimentare i Kriyā.

Commento di un altro praticante

Oh. Ora capisco perché il mio è stato così negli ultimi 15 giorni e ora finalmente impercettibile. Inoltre, le mie reazioni a comportamenti, situazioni, influenze esterne, ecc., non ci sono quasi più adesso. Sono contento di sapere che siamo sulla stessa barca.

Kriyā cerebrali

Domanda

Un praticante: Ho una domanda. Qualcuno per caso ha raccontato di essere completamente svenuto? Sto cercando di capire se il pulsare all'interno della testa e della fronte è una condizione medica o è dovuto alla meditazione. Oggi sono svenuto un po', sudavo copiosamente e la testa mi pulsava.

La mia risposta

È un Kriyā comune che si verifica nella regione cerebrale. Una persona sente che sta per svenire in qualsiasi momento. Per pochi secondi succede davvero, a volte! Ma non causerà alcun effetto negativo. Ciò significa che non accadrà mentre stai guidando ecc.. L'energia cosmica onnisciente ti protegge tutto il tempo. Non abbiamo alcuna registrazione di effetti avversi sperimentati da nessuno nel nostro Ordine Shaktipāt.

Pesantezza alla testa

Domanda

Un praticante: L'iniziazione Shaktipāt è avvenuta per me oggi alle 7:00 di mattina. Anche se non ho subito sentito nulla, ora sto provando una certa pesantezza nella mia testa.

La mia risposta

Per cortesia non preoccuparti affatto. Sono solo Kriyā. Non ti danneggeranno in alcun modo. La pesantezza alla testa è una reazione molto comune. Si verifica ogni volta che l'energia cosmica affronta una forte opposizione all'interno della mente sotto forma di forti karma o impressioni sensuali. Come risultato di questa battaglia interna che infuria dentro, la reazione viene vissuta come pesantezza alla testa.

Potresti provare questa sensazione in modo intermittente di tanto in tanto, tutto anche per un periodo prolungato, in alcuni casi anche per anni. Ma non avrà effetti negativi sulla tua salute. Devi solo sopportarlo. È tutto per il tuo bene.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Kriyā e karma

Domanda

Un praticante: Vorrei condividere le esperienze del mio secondo giorno di sadhana. Sono stato in grado di rimanere in meditazione per poco più di 2 ore. Ho avuto tre visioni. Sentivo ma non in modo molto chiaro, un serpente dormiente da lontano ma immobile; appena steso a terra, un solo occhio, innumerevoli fiori d'arancio in lontananza e un fuoco enorme come un campo in fiamme, ma poco nitido.

Movimenti del corpo, molti asana e mudra delle mani, che cambiavano all'aggrapparsi al Gyan mudra e poi ad altri tipi, molti “bandha, rechaka, pooraka, Muladhara bandha, udiyan e Jalandhar bandha”, diverse volte “Chakri” come movimento come asana, “bandha” sdraiati, respiro affannoso, ecc.. Ma mi chiedo se questo sia opera mia o venga involontariamente; poiché ne conoscevo e praticavo l'85% in precedenza, potrebbe anche venire inconsciamente.

Ho sperimentato alcuni nuovi movimenti del corpo che non ho mai fatto. Ho bisogno della tua guida su come comunica la shakti e su come capire cosa vuole che tu faccia sotto il Kriyā. A volte, mi confondo su ciò che c'è dopo!

La mia risposta

Ok! Per favore, non preoccuparti troppo. Otterrai tu stesso la risposta col passare del tempo. C'è una fragile linea che differenzia il Kriyā e il karma. Ad esempio, si chiama Kriyā se muovi la mano involontariamente. Altrimenti, se lo muovi volontariamente è karma. Sul nostro cammino, non dovresti commettere nuovo karma.

Per questo motivo, tu sei il miglior giudice. L'energia Kundalinī risvegliata ti garantirà la necessaria comprensione. Continua con la tua pratica allo stesso modo.

Kriyā relativi all'audio

Domanda

Un praticante: Ho iniziato a sentire alcuni mantra sanscriti durante la mia meditazione di oggi.

La mia risposta

Durante la meditazione, a volte capitano dei specifici Kriyā relativi all'audio, come ascoltare alcuni versi sanscriti o altre lingue che il praticante non ha mai imparato. A volte loro iniziano a cantare in quelle lingue sconosciute.

È un fenomeno che sfida tutte le spiegazioni razionali della scienza moderna. Ad un altro praticante capita questo Kriyā oggi mattina. Una poesia hindi è stata composta in mente, anche se il praticante non sa come scrivere poesie. Più tardi, durante un'altra sessione di meditazione, nella mente dello stesso praticante è stato composto un verso sanscrito.

Domanda

Un praticante: Ho appena fatto sadhan e ho avuto un'esperienza singolare che vorrei condividere con te. Negli ultimi giorni durante il sadhan, ho emesso suoni mentre scuotevo e annuivo velocemente la testa, a volte accompagnati da rapidi movimenti delle mani.

Oggi i suoni erano più simili ad un canto gutturale. Una parte di me voleva ridacchiare mentre stava accadendo questa cosa bizzarra! Poi, all'improvviso, una profonda voce maschile uscì dalla mia bocca cantando in una lingua che non avevo mai sentito, con particolari movimenti delle mani come scuotere un sonaglio o qualcosa del genere. Mi vennero in mente le parole "uomo di medicina". Questo è successo un paio di volte durante il sadhan.

Non gli attribuisco nulla, né mi aspetto che ritorni. Il mio istinto dice che devo iniziare a imparare il sanscrito e recitare o fare Japa. Qual è la tua opinione?

Non sono sicuro da dove provenga questa sensazione; da Kriyā shakti o dalla mente. Forse è solo l'egoismo che sta cercando di distrarmi! Potrebbe basarsi sulla mia esperienza nel sadhan, specialmente con i suoni che si emanano dalla mia

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

bocca, suoni che non ho imparato in precedenza. Capita anche che parlo involontariamente in una lingua che non capisco. Ecco da dove viene il mio interesse, suppongo.

La mia risposta

Sono tutti solo Kriyā. Non c'è bisogno di soffermarci sopra. Se sei incline a cantare qualche suono durante la sessione di sadhan, allora fallo perché è anche considerato solo un Kriyā. Non è quindi necessario imparare il sanscrito. Tutte queste inclinazioni sono Kriyā dovuti dai karma accumulati in passato. Nelle vite passate, devi aver avuto una sorta di solida relazione con il sanscrito e la recitazione dei mantra.

Molto tempo fa, ho posto la stessa domanda al mio Guru Ji Sua Santità riguardo a me stesso. Egli mi ha detto che non ce n'era bisogno perché avrei solo sprecato il mio tempo. Ovviamente Sua Santità aveva ragione. Dal punto di vista dello yoga, tecnicamente, non è richiesto. Inutilmente inizierai ad accumulare nuovo karma.

Tuttavia, c'è un problema qui. La tua ispirazione per imparare il sanscrito viene dai karma accumulati in passato. Sembra essere un Kriyā, il che implica che non dovresti fermarlo. La conoscenza del sanscrito e dei mantra ti aiuterà in futuro se decidi di scrivere un libro.

Puoi sicuramente imparare l'alfabeto sanscrito. Non è necessario spendere tempo cercando di padroneggiare la lingua. Sembra che sia un Kriyā per te in questo momento. Vediamo cosa succede in futuro. Almeno non c'è nulla di male nell'imparare l'alfabeto sanscrito. Per favore, concentrati sulla pronuncia del sanscrito che suona correttamente. Sebbene tale conoscenza non sia tecnicamente richiesta dal punto di vista dello yoga.

Lo scopo è quello di ottenere informazioni sulla conoscenza dei tattva o degli elementi. Stiamo trattando dei poteri soprannaturali. Ma questo è un grande NO per i sadhak su cosa concentrarsi perché fermerà immediatamente la crescita spirituale. Pertanto, bisogna stare molto attenti nell'avventurarsi in un campo del genere. È necessaria una rigida disciplina.

Altrimenti potrebbe portare la mente ad essere indotta in un percorso senza che un sadhak se ne renda conto. Per questo motivo il tuo interesse nell'imparare il sanscrito e nel fare "Japa" o cantare deve essere svolto in un ambiente controllato. Questo è molto importante, cruciale. Non farlo non risolverà nemmeno il problema di bruciare i karma. È un percorso delicato da percorrere! Non so quanto tu sia ispirato in questo momento per questo. Ma ricordati di non esagerare.

Kriyā violenti

Domanda

Un praticante: Non possiamo forzare il corpo a sopportare i Kriyā quando sono violenti?

La mia risposta

Diventa molto scomodo o insopportabile. Questo è il motivo per cui la cerimonia di iniziazione si tiene per tre giorni in modo che il Guru possa osservare da vicino il praticante nel caso in cui i Kriyā si sviluppino in modo aggressivo. Un'altra cosa! Finora stiamo parlando solo dei Kriyā grossolani sperimentati nel corpo.

Quando i Kriyā si manifestano nella routine quotidiana di una persona, il ritmo del dispiegarsi del destino sarà molto rapido. Gli eventi iniziano ad accadere con una marcia più alta. Questa è la ragione per cui i Kriyā devono essere controllati. Ma per cortesia, non spaventarti. Non c'è niente di cui preoccuparsi quando hai preso l'iniziazione Shaktipāt formalmente sotto un Guru! Queste cose causano preoccupazione a coloro che non sono ancora stati iniziati.

Domanda

Un praticante: Se resistiamo ai Kriyā violenti, è possibile che si manifestino più violentemente piuttosto che diventare dormienti e manifestarsi di nuovo al momento giusto?

La mia risposta

Sì, accade proprio così. Infatti, l'energia cosmica è sempre consapevole anche dello stato mentale del praticante. L'energia cosmica è onnisciente e pienamente consapevole.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Infatti, l'intelletto umano è solo una forma grossolana di questa energia cosmica.

Dunque, non cercare di resistere ai Kriyā a meno che non sia inevitabile, come ad esempio se sei in un luogo pubblico e il flusso di energia è eccessivo, o hai un ospite che bussa alla porta, ecc.. I karma verranno ovviamente ripuliti più tardi, ma i Kriyā potrebbero manifestarsi più violentemente.

Per favore, ricorda che dovresti rimanere seduto come uno spettatore muto quando i Kriyā si stanno manifestando. Ciò significa che non dovresti fare nulla. In uno scenario del genere, se vi capita di resistere ai Kriyā, siano violenti o non, quell'atto di resistenza venato di egoismo diventerà nuovo karma. Anche quel nuovo karma dovrà essere schiarito in seguito. Lo stesso tipo di Kriyā di conseguenza potrebbe manifestarsi più violentemente in seguito.

Domanda

Un praticante: Ho sperimentato un flusso di energia eccessivo nel mio corpo e mi sento a disagio a sopportarlo. Anch'io sono un po' spaventato da questo Kriyā. Cosa fare se non riesco a contattarti in questi momenti?

La mia risposta

Non c'è bisogno di preoccuparsi. In caso di eccessivo flusso di energia, si prega di interrompere immediatamente la pratica per alcuni giorni temporaneamente. Devia la tua mente verso cose materialistiche. Esci a fare la spesa, ecc.. Fai qualcosa che non sia spiritualmente correlata.

Più tardi puoi ricominciare. Ecco come controllare i Kriyā quando si manifestano in modo aggressivo o quando non vuoi che si manifestino. È solo un'azione temporanea. Dopo un po' di tempo, si può ricominciare a praticare. Questa cosa è successa con altri nostri praticanti. Li ho costretti a interrompere la pratica per quasi una settimana o dieci giorni. Questo è consigliato quando il flusso di energia non è sopportabile e diventa scomodo.

Colonel T Sreenivasulu

Domanda

Un praticante: Quando ho meditato ieri sera, i Kriyā erano insopportabili. Sentivo un po' di disagio. Cosa fare in tali circostanze?

La mia risposta

Quando si verificano i Kriyā e stai incontrando disagio, sopportalo. Sta accadendo solo per il tuo bene. Potrebbe diventare più spiacevole in futuro. Ma devi sopportare anche quello. Ecco come viene influenzata la pulizia del tuo karma.

Shaktipāt

Origine dello Shaktipāt

Domanda

Un praticante: Me lo domando ancora! Quali sono le radici/l'origine dello Shaktipāt? Com'è arrivato ad essere quello che è adesso? È un segreto, non è un segreto, e perché?

La mia risposta:

In generale ci sono tre stadi nell'evoluzione spirituale di una persona. Nella prima fase, la tecnica applicata è chiamata anavee Dikshā o “iniziazione atomica”.

Rientrano in questa categoria tutti i tipi di adorazione a Dio compiuti da un essere umano, inclusa la pratica di varie tecniche di yoga o tantra prima del risveglio dell'energia Kundalinī.

Questo porta a nulla; è fatto da una persona immersa nell'egoismo, anche se un certo tipo di iniziazione deve essere stata data da un Guru. Questo sforzo è considerato così minuto per Dio. Ecco perché si chiama “iniziazione atomica”.

Dopo che una persona fa questo tipo di pratica per diverse vite prolungate, raggiunge il secondo stadio. La persona diventa idonea a ricevere l'iniziazione Shaktipāt. In questa fase, l'energia Kundalinī viene risvegliata direttamente da un Guru eseguendo lo Shaktipāt. Per questo motivo, pochissime persone ricevono l'iniziazione Shaktipāt.

Colonel T Sreenivasulu

Altrimenti, la maggior parte dell'umanità che cerca la crescita spirituale rientra nella prima categoria. Pertanto, l'Ordine Shaktipāt è rimasto di natura segreta. Nessuno sa quando è iniziato o perché è stato così.

L'evoluzione e la crescita spirituale della razza umana devono essere state stabilite dalla natura nel corso naturale del tempo. Immagina! L'umanità esiste da un bel po' di tempo. Era evoluta molto prima dell'avvento delle religioni moderne come il buddismo, il giainismo, il cristianesimo, l'islam, il sikhismo e altre religioni. E il periodo prima di questo? Per esempio, sappiamo che gli egizi costruirono piramidi. Allo stesso modo, sentiamo parlare della civiltà Maya, ecc.,

Oggi speculiamo sulle varie teorie. Tuttavia, l'evoluzione umana era in uno stato altamente sviluppato. Per quanto riguarda i sistemi di yoga come Ashtanga yoga, Raja yoga e Shaktipāt, esistevano già anche loro. Ma non abbiamo idea di quando siano iniziati.

In India, abbiamo solo alcuni riferimenti nei antichi testi sanscriti come il “Ramayan”, dove il principe Rama ricevette l'iniziazione Shaktipāt dal suo saggio Guru Vashista. Non è compito di un praticante di yoga preoccuparsi di queste cose accademiche.

Un praticante di yoga cerca l'esperienza diretta, proprio come un paziente consuma la medicina e non si preoccupa della farmacia o della parte biochimica o di come funziona all'interno di un corpo umano.

Puoi anche cercare online per ricevere altre informazioni. Ma come ben sai, non tutto ciò che troverai potrebbe essere autentico.

Domanda

Stesso praticante: Quindi, facciamo la nostra pratica e ti rendiamo omaggio. Il risultato sarà quello che è! Senza aspettative?

La mia risposta

Non puoi avere aspettative semplicemente perché non hai idea di quanto karma è stato accumulato nelle vite passate. Questo è il problema.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Allo stesso tempo, otterrai una buona visione della tua pratica in base alla trasformazione nella tua mente. Ma nulla si può dire sulla parte della salvezza poiché è nelle mani di Dio.

Tutto ciò che lo Shaktipāt può fare per te è portarti al livello del samadhi o uno stato senza pensieri. Questo di per sé è uno stato spirituale molto elevato. Una persona acquisisce anche poteri soprannaturali in quello stato. Giusto per informarti.

Domanda

Un praticante: Lo Shaktipāt aiuterà con il nostro progresso spirituale anche nelle vite future? Il nostro sadhan o pratica continuerà automaticamente da dove potremmo lasciarlo nella nascita attuale?

La mia risposta

Esattamente. Tutti i testi di yoga insistono su questo fatto. Per far sì che accada l'iniziazione Shaktipāt deve essere presa formalmente sotto un Guru in ogni vita. Il verificarsi di questa formalità sembra più o meno una cosa predestinata. Ovviamente! Dipenderà anche dal karma accumulato nelle vostre vite precedenti.

Domanda

Un praticante: Anche dopo aver preso l'iniziazione Shaktipāt, ci sono possibilità che non si risvegli l'energia Kundalinī nonostante il discepolo mediti ogni giorno?

La mia risposta

L'iniziazione Shaktipāt è come accendere il fuoco nel pagliaio del karma. Se le condizioni non sono favorevoli, l'erba non prenderà fuoco. Ad esempio, se l'erba è bagnata o sta piovendo al momento dell'accensione del fuoco, ecc., il fuoco potrebbe non divampare correttamente.

Allo stesso modo, la manifestazione del Kriyā dipende dalle condizioni mentali prevalenti quando si prende l'iniziazione Shaktipāt. Queste condizioni potrebbero essere temporanee, come se la mente del praticante non fosse calma.

Potrebbe anche essere dovuto al karma accumulato in mente. La mente avrebbe già soddisfatto la condizione richiesta acquisendo un certo equilibrio dei tre “guna” (Rajas, Tamas,

Colonel T Sreenivasulu

Satvic) o qualità. Altrimenti, quella persona non sarebbe stata in grado di incontrare un Guru e ricevere l'iniziazione Shaktipāt in primo luogo. Ora permettetemi di tornare all'esempio di prima.

Il fuoco che non si accende immediatamente potrebbe essere dovuto a qualche piccola aberrazione. Ad esempio, la mente potrebbe ancora aver bisogno di essere più stabile con i tre guna o qualità. Significa che una persona può avere troppa qualità Rajas o Tamas.

La soluzione è praticare il mantra concentrandosi sul Guru. Tutto sommato, una volta fatto lo Shaktipāt, rimarrà attivo per sempre. La scintilla del fuoco spirituale non si spegnerà come accade con il fuoco fisico. Rimarrà dormiente se il praticante non pratica, ma non morirà.

Tutto dipende dal praticante che deve assicurarsi (e curare) che la fiamma accesa inizi a bruciare il karma. Una volta che il fuoco è abbastanza grande, lo sforzo richiesto diminuirà. Per questo motivo non c'è la concezione del “non risveglio” dopo che è stata data l'iniziazione Shaktipāt; l'atto stesso dell'iniziazione Shaktipāt significa risvegliare l'energia Kundalinī.

L'energia cosmica viene emanata dal corpo del Guru. Dopo aver risvegliato l'energia Kundalinī del praticante, ritorna al Guru.

Un altro problema da tenere a mente è che un praticante potrebbe non sperimentare i Kriyā! Ma ciò non significa che i Kriyā non abbiano luogo all'interno del corpo, della mente o dell'intelletto.

Ad esempio, in un praticante già risvegliato nelle vite precedenti, le reazioni possono essere molto sottili nella vita attuale. A molti praticanti vengono dubbi sul fatto che i Kriyā stiano accadendo o meno.

Domanda

Un praticante: Qual è l'età minima stabilita per essere iniziato da Shaktipāt?

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

La mia risposta

Tecnicamente non ci sono limiti di età. Io non concedo l'iniziazione Shaktipāt a chi è ancora minorenni e non ha oltrepassato l'età legale. Idealmente, la persona dovrebbe avere almeno 21 anni o con l'età da marito.

Ci sono stati dei casi in cui i genitori e i membri della famiglia hanno iniziato a litigare con il Guru dopo che ai loro figli si sono sviluppati dei Kriyā aggressivi o reazioni dovute all'iniziazione Shaktipāt. Prendendo solo persone maggiorenti il Guru è legalmente al sicuro. In caso contrario, sarà necessario il consenso del genitore o del tutore. Di solito, gli Shaktipāt Guru evitano di mettersi in questi problemi.

Inoltre, ha anche senso aspettare che i bambini maturino mentalmente prima che ricevano l'iniziazione spirituale. Ho dovuto rifiutare molte di queste richieste. Delle volte, anche i bambini adolescenti si avvicinavano di spontanea volontà all'insaputa dei loro genitori.

Domanda

Un praticante: Mi chiedo se Shaktipāt possa essere usato come modalità di guarigione nelle persone con una malattia mentale come la schizofrenia o altro? Questi schemi karmici possono essere ripuliti attraverso lo Shaktipāt?

La mia risposta

No, per favore. Questo per due ragioni. In primo luogo, non funziona in questo modo. Loro non saranno in grado di ricevere lo Shaktipāt. In secondo luogo, è rischioso dare lo Shaktipāt a queste persone. La reazione potrebbe manifestarsi in maniera controproducente. Può impazzire e potrebbe non essere controllabile.

Domanda

Un praticante: Se l'intensità è insufficiente, il Guru è in grado di intensificarla ulteriormente?

La mia risposta

Se un praticante non pratica, l'intensità non aumenterà. Quindi se una persona non pratica per niente, allora non c'è nulla che può fare il Guru per far bruciare il suo karma.

Colonel T Sreenivasulu

Non c'è una fine. La domanda successiva da porsi è perché un praticante non può ottenere moksha o salvezza senza praticare semplicemente con le benedizioni del Guru. Nemmeno Dio cambierà una persona se non cambia sé stesso interiormente.

È una storia diversa se un Guru può essere in grado di accelerare il processo di bruciatura del karma. Ma ogni praticante che si aspetta che il Guru lo faccia, equivarrebbe a prendersi gioco del sistema yoga.

Tutti voi potreste aver letto nei testi antichi che un Guru capace può concedere istantaneamente un alto livello di ascensione spirituale se lo desidera. Questo è teoricamente possibile. Ma questo tipo di aspettativa genererà solo pigrizia nella pratica degli studenti. Ecco perché non accade spesso.

A causa di una sorta di legame karmico, un tale tipo di elevazione istantanea può essere un'occasione rara. Un altro problema è che ogni Guru è un medium che concede l'iniziazione Shaktipāt e potrebbe non trovarsi in una posizione così elevata per dare un'ascensione spirituale istantanea. Questo aspetto dev'essere compreso in modo completo, tenendo conto di tutte le questioni sopra menzionate.

Domanda

Un praticante: Suppongo di star per fare una domanda difficile. Come faccio a sapere che il lignaggio Shaktipāt non è un tipo di sistema piramidale simile a molti sistemi degli Illuminati?

Non voglio dare la mia energia a un sistema piramidale. Questo è difficile per me da superare. Sono sempre stato un po' sospettoso delle organizzazioni. Spero di non averti offeso, ma è una mia onesta e sincera preoccupazione. Voglio solo che il meglio si evolva a beneficio di tutti.

La mia risposta

Nessuna offesa. Capisco il tuo dilemma. Non so come funzionano gli altri sistemi che hai citato. Ne ho solo sentito parlare, ma la mia conoscenza è pari a zero e quindi, non posso commentarli.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Tuttavia, sei a conoscenza del nostro sistema. Sei il miglior giudice per decidere se Shaktipāt è un sistema autentico. Ovviamente sto parlando del nostro lignaggio di Shaktipāt Guru e non di altri lignaggi Shaktipāt.

Ti suggerisco di seguire la tua esperienza diretta e rispondere alla chiamata. Dopotutto, è una decisione che ti cambia la vita. L'ho sperimentato direttamente e l'ho scritto nel libro "Il potere sconosciuto a Dio". Naturalmente, ho scritto il libro solo grazie alla direzione del mio Guru Sua Santità Swami Sahajananda Tirtha. Hai deciso di intraprendere questa strada dopo aver letto lo stesso libro.

Domanda

Stesso praticante: Credo nella tua onestà, motivo per cui l'ho chiesto. Ma ci sono così tanti sistemi di false credenze, anche nel mondo spirituale!

La mia risposta

Sì, certo. È così che il mondo è stato creato da Dio: come una foresta e hai tutti i tipi di vegetazione. Non ha senso maledire l'umanità; perché anch'essa è stata creata dallo stesso Dio che ti ha creato. Se fosse stato creato un solo tipo di specie, sia nel regno animale che nel regno vegetale, non ci sarebbe stata alcuna varietà nella creazione.

Domanda

Stesso praticante: È difficile trovare la strada giusta. Voglio solo quello giusto; Ho chiuso con tutto il resto.

La mia risposta

Dipende da quanto sei sincero nel profondo del tuo cuore nel cercare la grazia divina. Non dipende dalla tua capacità intellettuale scegliere la strada corretta. C'è un detto negli antichi testi sanscriti "Ci sono solo tre cose necessarie affinché un essere umano raggiunga la salvezza: una nascita umana, un'ardente desiderio di cercare la grazia divina e un Guru, e la partita finisce con Dio!"

Domanda:

Stesso praticante: Sì, ma non per ingenuità.

La mia risposta

Capisco il tuo dilemma. Ma non è così che succede. Almeno, questo è ciò che insistono tutti gli antichi testi sanscriti. Anche la mia convinzione concorda con i testi. Una nascita umana, un ardente desiderio di grazia divina e un Guru; allora il gioco è finito per un tale essere umano. Beato è un tale essere umano eterno.

Domanda

Un praticante: vorrei chiedere dell'iniziazione per comunicare con Dei e Dee; se ha qualcosa a che fare con il sistema Shaktipāt? Dopo l'iniziazione Shaktipāt, anche l'iniziato è iniziato alla comunicazione con questi archetipi, o l'iniziato, se volesse avere queste energie, dovrebbe fare altre cose?

La mia risposta

Il sistema Shaktipāt non ha nulla a che fare con la comunione con Dei e Dee. È un sistema molto più elevato dell'adorazione degli Dei e delle Dee.

È comunque opinione diffusa che persino gli Dei e le Dee creino ostacoli per i praticanti nelle loro fasi avanzate della pratica yoga. Quindi, si può facilmente comprendere che il sistema Shaktipāt è un percorso completamente diverso. Anche gli esseri celesti hanno bisogno di nascere come umani in futuro, anche se forse la loro salvezza accade dopo molto tempo.

Pertanto, un praticante dopo l'iniziazione a Shaktipāt si trova in un gioco completamente diverso. Piuttosto è l'inizio della fine del gioco tra il praticante e Dio dopo l'iniziazione Shaktipāt.

Domanda

Un praticante: Vorrei sapere se, con il risveglio della Kundalinī da parte di Shaktipāt, si attiva solo l'aspetto femminile di questa forza? E cosa dovremmo fare se abbiamo bisogno di risvegliare l'aspetto maschile? Interpreto Shaktipāt come l'aspetto femminile attivato, non quello maschile.

La mia risposta

Solo l'aspetto femminile del divino si risveglia dopo lo Shaktipāt. Termina in uno stadio chiamato samadhi. Ma è

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

nello stato inferiore del samadhi in cui finisce. È uno stato di spensieratezza; tutti i poteri soprannaturali si manifestano anche in questa fase. Da questo stadio in poi, inizia la fase successiva dell'ascensione spirituale: l'attivazione dell'aspetto maschile della divinità. Tuttavia, il praticante conserva ancora un senso di dualismo.

Questo processo di attivazione è chiamato “Shambhavi” Dikshā o iniziazione. Ma il trucco qui è che non c'è vera iniziazione in quanto tale. In questa fase il praticante è già in possesso di tutti i poteri soprannaturali. Alcuni Guru spirituali affermano oggi di poter dare direttamente questo Shambhavi Dikshā. Ma il nostro percorso non concorda con tale affermazione e si basa solo sugli insegnamenti dei nostri Guru del lignaggio Shaktipāt.

Inoltre, un praticante che raggiunge un tale stadio lascia anche volontariamente il corpo umano. Il praticante si è liberato dal ciclo della nascita. Tuttavia, egli rimane nel corpo sottile, spirito, Atma o corpo fantasma, come molti lo chiamano nelle diverse culture. In questo corpo sottile viene attivato l'aspetto maschile del divino, denominato “Shambhu” o Lord Shiva.

Successivamente inizia l'ultima fase dell'ascensione spirituale. Quest'ultima fase si protrae per un periodo molto prolungato; eoni, le linee temporali sono inimmaginabili. Durante questa fase finale dell'ascensione spirituale, il corpo sottile può vivere in diverse dimensioni o addirittura assumere corpi celesti come stelle, pianeti, lune, asteroidi, ecc..

Domanda

Stesso praticante: Per quanto riguarda l'aspetto del tempo e dello spazio, possiamo fare qualcosa per trascendere queste limitazioni per poter avere la nostra manifestazione “più veloce”?

E ancora, su questo tema, possiamo affrontare l'aspetto maschile dal momento che lo Shaktipāt ci ha già posto in una posizione in cui la parte femminile è già risvegliata?

Colonel T Sreenivasulu

Lo chiedo perché mi è venuta questa visione: sento la mancanza di questo aspetto maschile dopo il periodo in cui ho ricevuto l'iniziazione.

E riguardo al tempo e allo spazio, so che possiamo trascenderlo o comprimerlo in modo che diventi più corto e possiamo avere risultati più rapidi. Non so ancora come. Vorrei, se possibile, sapere come?

La mia risposta

Ti rispondo in parti separate;

[Parte 1]. L'unico modo per trascendere i limiti dello spazio e del tempo è calmare la mente. Quando la mente è calma, il respiro si ferma. Tutti i processi biologici rallentano quando il respiro si ferma, compreso l'invecchiamento.

Quando tutti i processi biologici rallentano, l'idea del tempo viene rimossa. Ciò significa che il tempo cessa di esistere temporaneamente per il praticante finché la mente è ferma. Solo con riferimenti esterni successivi, come un orologio, ecc., il praticante si rende conto che il tempo è passato.

Quando l'idea del tempo viene rimossa, il concetto di realtà fisica, che non è altro che spazio e tempo, svanisce. Quando il tempo è zero, lo spazio cessa di esistere. In poche parole, la chiave sta nella quiete della mente. Essa dipende dal karma accumulato all'interno della mente subconscia. Man mano che il karma viene purificato, la mente gravita naturalmente verso il silenzio. Quindi questo è esattamente ciò che è iniziato dopo lo Shaktipāt.

Più sadhan o pratica fa un praticante, più veloce è la combustione del karma. Di conseguenza, sarà più rapido lo stato di quiete raggiunto e il trascendere del tempo e dello spazio.

Tuttavia, nei sistemi di yoga indipendenti come l'ashtanga yoga o il raja yoga, la mente è indotta a cadere nell'immobilità, proprio come si fa cadere la mente in uno stato di sonno usando certi strumenti come leggere un libro o guardare la televisione, ecc. di ingannare la mente sarà inizialmente solo per una breve durata.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Mentre la mente rimane in un tale stato di quiete, il praticante riesce a bruciare alcuni karma prima di ricadere nella normale veglia. Lentamente e costantemente, il praticante continua a progredire per un lungo periodo. Ma tutto questo non è necessario dopo l'iniziazione Shaktipāt. Prima viene influenzato l'esaurimento dei karma, e poi la mente gravita naturalmente verso l'immobilità. Senza dover ricorrere all'uso di trucchi per calmare la mente come fanno nei sistemi di yoga indipendenti.

[Parte 2]. Non puoi affrontare il problema maschile perché sei tu quel problema maschile. A meno che tu non raggiunga quella consapevolezza, non potrai capire la questione maschile. Una volta ottenuta tale consapevolezza, non c'è più nessun'altra entità a cui rivolgersi perché sei la stessa entità a cui stai pensando di rivolgerti nel tuo attuale stato mentale. È il tuo attuale stato d'animo che ti fa sentire in quel modo. Ancora una volta, l'unico modo per raggiungere tale consapevolezza è bruciare i karma, come spiegato nel paragrafo precedente. Trascendere il tempo e lo spazio ti porterà ad arrivare alla questione maschile.

[Parte 3]. Tutti sperimentano questo cosiddetto problema maschile quasi quotidianamente per pochi secondi circa. Solo che le persone non lo riconoscono perché non ci sono abituate. È simile a un uomo povero che non ha mai visto un diamante, non è in grado di riconoscerlo quando ne vede uno accidentalmente. Dunque, non c'è niente di strano in te che ti senti così. Dio è tuo padre. Da qui il desiderio di incontrarlo. Succede così per i praticanti di yoga. Ma poi, c'è molta strada da fare. Quel desiderio di incontrare l'aspetto maschile o Dio o qualsiasi altro nome, dovrebbe ispirarti a praticare o fare sadhan più intensamente.

[Parte 4]. Si prega di fare riferimento alla spiegazione fornita nel Paragrafo 1 sopra e lo stesso vale anche per questo paragrafo. Puoi accelerare il processo facendo la tua pratica o sadhan più intensamente. Certo, tutto richiede tempo. Altrimenti, qualsiasi sistema crollerà se lo forzi. Ad esempio, non puoi costringere la medicina a lavorare più velocemente

per ottenere in modo rapido sollievo dalla malattia. Vale lo stesso procedimento. Tutto richiede una certa quantità di tempo in questo mondo. Non sai che ci vogliono 8 minuti per i raggi del sole di raggiungere il nostro pianeta? Tutto richiede tempo nell'ordine naturale delle cose perché Dio ha creato il mondo in questo modo. I pianeti impiegano una certa quantità di tempo per ruotare attorno al sole, ecc.. Spero che tu ne abbia afferrato l'essenza. Pertanto, è necessario concentrarsi sull'idea di perseveranza e pazienza. Spesso paga, anche da un punto di vista materialistico.

Domanda

Un praticante: Ma perché lo Shaktipāt è una via così “facile”? Noto che è sufficiente fare solo sadhan. Perché, negli altri sistemi di yoga, i praticanti devono fare di più? Sei sicuro che non sia un trucco di qualche entità astrale (Angelica o altri) per vincolarti? Sai qualcosa sull'astrale (il mondo dopo la morte), la luce, il tunnel? Non so cosa pensare al riguardo. Sono un po' bloccato su tutto questo. La mia fiducia in te mi fa (osare) porre queste domande.

La mia risposta

Ricevere Shaktipāt Dikshā o iniziazione da chiunque è un portare avanti della loro pratica yoga lasciata nella loro vita precedente. Tutti gli esseri umani che praticano lo yoga nella loro vita attuale potrebbero non aver raggiunto uno stadio comune nella loro vita precedente. Inoltre, ci sono anche diversi tipi di sistemi yoga. La loro pratica yoga viene portata avanti nella loro vita presente, e cominciano da dove l'hanno lasciata.

Di conseguenza, coloro che stavano per raggiungere uno stato di equilibrio mentale in una vita precedente o coloro che hanno già ricevuto Shaktipāt Dikshā sono destinati a ricevere Shaktipāt Dikshā nella vita attuale. È uno stato mentale da cui inizia l'estinzione dei karma. Anche altri sistemi yoga e tantrici sono attrezzati per innescare questo processo.

Lo Shaktipāt non è un sistema yoga indipendente. Diversamente da tutti gli altri sistemi, sono orientati a far raggiungere gli esseri umani questo livello cruciale; tutto in

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

modo che la guida divina si metta in moto. Questo è chiamato risveglio nella terminologia libera o risveglio dell'energia Kundalinī nella terminologia yoga.

Pertanto, tutte le misure preparatorie prese e praticate in vari sistemi di yoga indipendenti sembrano molto faticose. Se sembra che sia così facile fare sadhan dopo Shaktipāt, si vede che non hanno familiarità con sadhan nel vero senso della parola. È solo un malinteso.

Sadhan è come mettere la tua vita sotto processo con il fuoco. Man mano che i karma vengono bruciati rapidamente, la vita inizia a svolgersi rapidamente. Ogni momento della vita diventa sadhan. Man mano che il tuo karma viene distrutto, cresci spiritualmente sempre di più. È come raggiungere i pendii più alti della montagna. La strada diventa scivolosa e impegnativa. Pertanto, per favore, non pensare che il sadhan sia facile dopo lo Shaktipāt, mentre è faticoso nei sistemi di yoga indipendenti.

Per quanto riguarda la tua seconda parte della domanda, per favore non preoccuparti; inizierai a ottenere la comprensione critica mentre la tua mente si apre, bruciando i karma. Intellettualmente puoi ragionare anche come stai cercando di fare ora. Ma questo è un sistema yoga indipendente chiamato il sentiero della conoscenza. Ma non ti serve perché hai già avuto il vantaggio di perseguirlo; ricevendo lo Shaktipāt e quindi innescando il processo di combustione dei karma.

Se sei attratto all'accumulo di dati, diventerà solo un peso per te. Dovrai disimpararlo più tardi. È come entrare in una pozza di fango; mentre la pulizia del tuo corpo sta procedendo contemporaneamente. Perché qualcuno dovrebbe volerlo fare se non si è tentati di giocare nella pozza di fango? Spero tu ne abbia colto l'essenza.

Impara solo questo. Lo scopo dello studio della medicina è iniziare a curare i malati. Allo stesso modo, il processo del ragionamento intellettuale nella vita consiste nell'iniziare a bruciare il tuo karma. Portando a disimparare tutto ciò che hai accumulato. Dopo l'iniziazione allo Shaktipāt, questo è precisamente quello che ti è successo. Quindi, per favore,

Colonel T Sreenivasulu

rinuncia al tuo divertimento intellettuale e resisti alla tentazione del ragionamento filosofico.

È solo per divertimento che le persone sono attratte dal divertimento intellettuale; perché dà loro una scossa come l'alcol. Quindi, evitalo perché non serve ad altro.

Iniziazione Shaktipāt

Domanda

Un praticante: Per favore fammi di nuovo l'iniziazione. Tendo a perdermi nella meditazione.

La mia risposta

Innanzitutto non è necessario, fidati. Tutto quello che devi fare è continuare con la tua pratica. Non è come un qualsiasi processo fisico. Semplicemente si basa sulle benedizioni del tuo Guru, cosa che ho già fatto e continuo a farlo!

Non è previsto che lo Shaktipāt venga eseguito di nuovo dallo stesso Guru o da qualsiasi altro Guru all'interno della stessa parampara perché si scontrerà. Questo non ti porterà benefici come praticante di yoga. Abbi fede e fiducia. Sono la pazienza e la perseveranza ti porteranno al successo.

Nel mio caso, ci sono voluti due anni per la manifestazione dei Kriyā. I tuoi Kriyā devono essere dormienti. Potresti non sperimentarli per diversi motivi, inclusa la tua pratica. Non sai che Dio sta guardando me e te? Come possiamo quindi imbrogliare di nuovo Dio con lo Shaktipāt?

Per favore, continua con la tua pratica nello stesso modo. Ricordati di essere regolare il più possibile. Altrimenti, puoi farlo tutte le volte che riesci. L'abbandono a Dio o al divino è la cosa più cruciale in questo percorso.

Domanda

Un praticante: Ero così entusiasta della mia iniziazione allo Shaktipāt che non ho chiuso occhio la notte precedente. Non riuscivo proprio a dormire. Così, il giorno seguente, al momento della mia iniziazione alle 7 di mattina, il mio livello di allerta era terribile.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

La stessa cosa accadde per i due giorni successivi. A causa dei miei difetti e dall'eccitazione eccessiva, potrei non essere stato un buon destinatario, visto che non ero ad un livello adeguato di prontezza ed acutezza. Le mie più sincere scuse! È possibile darmi ancora una volta l'iniziazione Shaktipāt, per favore?

La mia risposta

Non c'è bisogno di preoccuparsi. Non esiste il fatto che lo Shaktipāt Dikshā non abbia successo o che comunque non accada. Però, la condizione mentale del destinatario al momento dell'iniziazione Shaktipāt conta in una certa misura. Ma questo è un problema minore.

È il karma che hai accumulato in passato che conta di più. Comprensibilmente, tutti i praticanti potrebbero non essere in grado di esercitare un perfetto stato di calma mentale al momento dell'iniziazione. Ma non c'è bisogno di preoccuparsene! Potrebbe causare un po' di ritardo e nient'altro.

Si tratta del ritardo che si presenta quando si cerca di illuminare un mucchio di erba bagnata. Oltre a questo, sono solo dei dubbi interiori.

Lo Shaktipāt Dikshā è dato da un Guru solo una volta. In realtà, deve esser confermato se il Dikshā è stato dato o meno, cosa che con te ho fatto. Sii paziente e abbi completa fiducia e fede. Continua con la tua pratica nello stesso modo in cui ti ho detto. Quando riesci, siediti con me quando sono in meditazione.

Per quanto riguarda il rifacimento dello Shaktipāt, non è necessario farlo una seconda volta. Non è come qualsiasi attività fisica. Inoltre, l'energia cosmica è onnisciente. Per questo motivo non preoccuparti affatto.

Domanda

Stesso praticante: ero preoccupato di aver rovinato la mia iniziazione a causa delle mie emozioni, non stabili e calme.

Un'altra cosa! Hai detto che il periodo dei tre giorni è obbligatorio. Ma a causa della stanchezza per non aver chiuso occhio, mi sono quasi addormentato durante la meditazione

nei due giorni successivi. Cosa succede in quel caso? Sto ancora continuando la pratica. Ora sono in uno stato più stabile, ma visto ho sbagliato durante i tre giorni, sono preoccupato.

La mia risposta

Il secondo e il terzo giorno servono solo per osservare i praticanti. In caso contrario l'iniziazione dello Shaktipāt termina il primo giorno.

Per quanto riguarda l'addormentarsi durante la meditazione, è un problema che accade da sempre per tutti i praticanti di yoga ed è il più comune. Non preoccuparti affatto. Abbi fede e fiducia.

Infine, esercita il pieno abbandono alla divinità o al Guru. È solo un tuo dubbio e paura interiore. Non esiste l'iniziazione perfetta, è un concetto che crea un po' di confusione a quasi tutti i praticanti.

Impatto di Shaktipāt sulla maledizione o sulla magia nera

Domanda

Un praticante: In che modo lo Shaktipāt aiuta in caso di maledizione su qualcuno? In precedenza due astrologi hanno detto che c'era una maledizione sulla mia famiglia paterna.

Ricordo mia nonna che lo raccontava sempre. Ma allora, ero solo un ragazzino e non credevo (o non ci davo peso) a questo genere di cose.

Per via della maledizione nessuna ragazza della mia famiglia è felice o trova felicità nella vita coniugale. Questo è vero tranne che per due ragazze. In pratica te lo sto chiedendo perché mi è venuto in mente.

Come sai, questa è la seconda volta che ricevo lo Shaktipāt Dikshā e tutto quello che devo fare è meditare. Ma non posso farlo. Vengo coinvolto in alcuni lavori che, nonostante faccia del mio meglio, non mi permettono di sedermi e meditare.

Per caso questa negatività sta cercando di trattenermi e non permettermi di andare verso la mia destinazione? Decisi di

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

provarci nel periodo festivo “Navratri”, volevo alzarmi presto e dormire poco (quattro o cinque ore). Ma quel giorno accadde qualcosa e non riuscii a meditare. Mi sono seduto un po' più tardi, ma non riuscivo proprio a concentrarmi. E visto che non ci riuscivo, mi sono alzato.

La mia risposta

Dopo lo Shaktipāt Dikshā, tutto viene bruciato. Che si tratti di una maledizione o di qualsiasi altra cosa, è tutto di natura materiale. Per questo motivo, tutto è destinato ad essere neutralizzato.

Come accennato più volte in precedenza, lo Shaktipāt Dikshā è la più alta tecnica yoga esistente fin dai tempi antichi. Questo però non vuol dire che è come una cura per qualsiasi tipo di cosa.

Che si tratti di una malattia, povertà, maledizione, magia nera o qualsiasi altro tipo di disgrazia dal punto di vista mondano, accade solo a causa del karma accumulato in passato. Ma se qualcuno vuole cercare una cura o un rimedio per queste cose, lo Shaktipāt non può essere usato.

Tuttavia, come sottoprodotto o risultato della pratica severa o sadhan, tutte queste cose vengono annullate e la persona viene liberata da quei karma. Questo è certo.

Domanda

Un praticante: Supponiamo che una persona è stata vittima di una magia nera e che poi abbia ricevuto l'iniziazione Shaktipāt. L'iniziazione neutralizzerà la magia nera fatta su quella persona?

La mia risposta

Inizio dicendo che è discutibile l'affermazione che la magia nera sia stata fatta da qualcuno. Se è stata fatta, alla fine verrà risolto dopo l'iniziazione di Shaktipāt.

Solo che verrà risolto quando i Kriyā inizieranno a manifestarsi. Ci vorrà del tempo prima che tutte queste aberrazioni vengano risolte.

Supponiamo che un praticante non pratichi. In tal caso, l'energia cosmica rimane dormiente e il praticante non accumulerà questo tipo di beneficio.

La linea di fondo è che l'iniziazione Shaktipāt non può essere usata per liberarsi dagli effetti della magia nera. Accadrà come sottoprodotto se un praticante sta praticando sinceramente. Spero che tu possa capire il concetto ora.

L'iniziazione dello Shaktipāt tramite il mantra

Domanda

Un praticante: Potresti per favore espandere il ruolo del mantra che ci è stato dato durante l'iniziazione Shaktipāt.

La mia risposta

Il mantra funge da portatore di Shaktipāt, simile ad un vaso. Come tutti sapete, lo Shaktipāt viene eseguito con quattro metodi diversi. Il mantra è uno dei metodi.

Domanda

Un praticante: Il mantra dato durante l'iniziazione Shaktipāt accelera anche il processo di combustione del karma?

La mia risposta

Esattamente. Come accennato in precedenza, un mantra porta lo Shakti o l'energia cosmica da un Guru al praticante.

Domanda

Un praticante: Anche se l'energia Kundalinī non è stata risvegliata, il canto del mantra brucia il karma?

La mia risposta

Una volta terminato lo Shaktipāt, si dà per scontato che l'energia Kundalinī si risvegli. Una persona potrebbe non sperimentare i Kriyā o reazioni a causa di vari motivi. La combustione del karma può aver luogo solo se il fuoco infuria con un'intensità adeguata, ma la scintilla è presente in forma dormiente. Durante questa fase, ovviamente, il karma potrebbe non bruciare.

L'energia Kundalinī risvegliata rimarrà dormiente se la persona non pratica regolarmente.

Domanda

Un praticante: Vorrei solo sapere! Dovremmo continuare con il sadhana/mantra precedentemente ripreso (diverso dallo

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Shaktipāt)? Non sono in grado di scegliere se cambiare o continuare. La tua guida può aiutarmi nel mio progresso.

La mia risposta

Non è affatto richiesto. Puoi lasciare tutte le altre forme di adorazione, pratica, ecc.. Naturalmente, se non hai voglia di abbandonarle, non c'è nessun problema da parte dello Shaktipāt. Spetta a voi. Tuttavia, mentre avanzi sul sentiero dello yoga, abbandonerai ogni altra forma di adorazione. Tieni la mente aperta su questo problema.

Domanda

Un praticante: Il mantra cambia mai o rimane lo stesso fin tanto si pratica lo Shaktipāt?

La mia risposta

Il mantra non cambierà e rimarrà lo stesso. Tuttavia, a volte il tuo mantra può essere modificato a seconda della necessità.

Karma, creazione, illusione e scritture

Domande teoriche sul karma

Domanda

Un praticante: Come chef, cucino molti prodotti a base di carne. Questo per caso viene contato nel mio karma? Ostacola qualcosa?

La mia risposta

Sì certo, ma solo l'attività del cucinare. Non quello di ciò che stai cucinando. Non accumulerai karma negativo cucinando carne, ecc. È la tua professione, quindi fai il tuo dovere con imparzialità e anche l'attività culinaria non verrà più accumulata di nuovo. No. Non ostacolerà nulla.

Domanda

Un praticante: Cosa succede se mi godo la vita, in modo passionale e pratico anche la meditazione? Non posso lavare via quei nuovi karma più tardi senza fretta?

La mia risposta

Sì. Anche il nuovo karma verrà sicuramente distrutto. Non c'è nessun problema con quello. Ma è come camminare ripetutamente nel fango e lavarsi i piedi. Il processo di ascensione spirituale diventerà più lento, ovviamente. Questo è tutto.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Domanda

Un praticante: Come, quando e perché è iniziata tutta questa storia del karma?

La mia risposta

I testi antichi raccontano che all'inizio della creazione, Dio ha deciso “possa io essere molti”, portando così alla creazione di una moltitudine di esseri umani. Tutto ciò però è applicabile fintanto una persona è nel regno del dualismo.

In caso contrario, una mente umana esiste fondamentalmente in quattro stati primari: sonno profondo, sogno, veglia e superconscio. Le tue domande riguardano il normale stato di veglia solo finché una persona è in uno stato di dualismo!

Quando questo dualismo svanisce, l'idea di come, quando e perché è iniziata tutta questa roba del karma non sorge. Perché semplicemente non esiste nient'altro che te! La realtà, come la comprendi adesso, svanisce come il ricordo di un sogno.

Ecco perché è ampiamente proclamato nei testi yoga che l'energia è semplicemente un'illusione. È anche coerente con la moderna teoria scientifica della relatività e della sua speculazione sul “punto di singolarità”. Altrimenti, come pensi che un enorme sistema solare o una galassia svanisca completamente nel “punto di singolarità?”. Dove va a finire tutto quanto? All'inizio non c'era mai. Per tutto il tempo era semplicemente un'esistenza illusoria.

Domanda

Un praticante: I karma quindi vengono rimossi attraverso il processo d'iniziazione dello Shaktipāt insieme alla presa di coscienza della lezione di ogni vita. È corretto?

È impossibile perciò che gli stessi karma ritornino una volta rimossi, a meno che tu non ripeta le stesse cose senza consapevolezza? O è improbabile una volta che hai sollevato la tua coscienza?

La mia risposta

C'è una certa confusione nella domanda da te sollevata. Non ci sono lezioni da imparare su questo percorso. Stai mescolando questo con la vita ordinaria. Tutto viene bruciato.

Non c'è nulla di noto come karma buono e cattivo per Dio. Queste cose esistono finché sei in uno stato di dualismo. Tutte le religioni esistono solo finché sei in questo dualismo. Penso che questo sia il motivo per cui stai confondendo. Per un praticante di yoga, non c'è nulla di noto come religione o altro. C'è semplicemente solo una cosa per uno yogi o yogini: sè stessi! Lascia che l'intero cosmo vada all'inferno! Si vive da soli eternamente, perché questa è la verità assoluta e nient'altro.

Domanda

Stesso praticante: Non intendo imparare lezioni dalla pratica dello yoga. Vorrei imparare lezioni sulla rimozione dei nostri karma. Ne diventiamo più consapevoli man mano che vengono rimossi o abbiamo una visione diversa? Nemmeno io seguo la religione! Non l'ho mai fatto!

La mia risposta

Ok, ho capito. Ma potremmo non conoscere i nostri karma mentre vengono bruciati. Anche se ne venissimo a conoscenza, come ho detto, non ci saranno lezioni da imparare perché non c'è nulla di conosciuto come buono o cattivo. È questa la tua domanda?

Solo in alcuni casi, per esempio, se capita che una gamba destra venga ferita da un praticante, bisogna capire che qualche tipo di peccato (da un punto di vista terreno) dev'essere stato commesso in passato dalla persona interessata. Questa è solo un'indicazione! Molti karma vengono bruciati a nostra insaputa sotto forma di vari Kriyā o reazioni.

Domanda

Stesso praticante: Non mi riferivo al bene e al male in quanto tali, ma alla rimozione di tutti i karma, all'innalzamento della coscienza o della vibrazione. Presumo che ciò porterebbe maggiore chiarezza ai sudetti karma o situazioni che hanno sopportato.

La mia risposta

Va bene, ma che tipo di chiarezza? Su cosa esattamente? Che non c'è nulla di cui appassionarsi, né nel bene né nel male!

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Questa potrebbe essere la chiarezza che potrebbe essere evidenziata man mano che il praticante diventa sempre più consapevole delle cose.

È questa la tua domanda? Anche se ti riferisci semplicemente ai karma, siano essi buoni o cattivi, potresti non arrivare a conoscere molte cose.

Ad esempio, una persona potrebbe provare una sorta di pesantezza alla testa: il karma potrebbe essere bruciato. Ma potremmo non sapere quali fossero quei karma perché quel tipo di conoscenza non è richiesto.

Nell'ultima nascita di una persona, durante la quale è destinata a realizzarsi, si dice che tutte le vite passate saranno ricordate da quella persona.

Forse non ho capito bene la tua domanda. Reformula nuovamente la domanda in modo più dettagliato. Forse da una prospettiva diversa riuscirò a capire.

Domanda

Stesso praticante: Ok. Grazie per la vostra pazienza. Mettiamo caso a qualcosa che ti fa arrabbiare, per esempio, forse in una situazione o in un incidente di qualche tipo, come capita sempre a me.

Questo è un Kriyā che si verifica per ripulire il tuo karma. Diciamo che la rimozione dei karma ha avuto luogo riguardo a questo problema o al sentimento che genera dentro di te. Di conseguenza, ora avrai il distacco assieme ad una nuova prospettiva o chiarezza. Forse lo si avrà sul motivo del perché una volta ti sentivi in un certo modo o del perché ti comportavi in un determinato modo, anche se non senti più il bisogno di reagire come prima. È corretto?

La mia risposta

Non ottieni alcuna chiarezza qui. Invece, smetti di reagire a tali eventi o situazioni che in precedenza scatenavano rabbia, ecc. Quello che sta accadendo è che non rispondi visto che ti sembra come un gioco.

Domanda

Stesso praticante: Sì, è questo quello a cui sto arrivando, non rispondendo o reagendo allo stesso modo dopo che i karma

sono stati rimossi. Ora sto affrontando la stessa situazione o gli stessi problemi con più facilità!

La mia risposta

Va bene

Domanda

Un praticante: Anche i Kriyā che si manifestano quando non stiamo meditando, bruciano i karma?

La mia risposta

Sì, certo. Nel nostro caso, fare o sedersi in meditazione è una mera formalità. I Kriyā si verificano 24 ore su 24.

Durante il sonno profondo e lo stato di sogno, non vengono bruciati e i nuovi karma vengono impressi nella mente. La combustione del karma avviene solo nello stato di veglia.

Domanda

Un praticante: Come facciamo a sapere che stiamo perdendo questi legami karmici durante la nostra pratica? Ci sono segni o sintomi di cui bisogna essere consapevoli? E come possiamo identificare o sapere quale karma stiamo perdendo?

La mia risposta

Dopo aver praticato per un certo periodo di tempo o dopo che i Kriyā o le reazioni si sono manifestati continuamente per un determinato periodo di tempo (solitamente dopo alcune settimane), trovi dei cambiamenti nella tua costituzione mentale. Non sei più la stessa persona.

C'è però un piccolo problema. Inizialmente, dopo che una grossa fetta di karma è stata cancellata, la Mente diventa un po' iperattiva. Un praticante tende a diventare ipersensibile. Occasionalmente, le persone potrebbero anche abbandonare il sentiero dello yoga e lasciare l'ashram per motivi inconsistenti, come prendere a cuore un'osservazione casuale di un amico praticante, ecc.

Questo è il momento dove ogni praticante dev'essere cauto. Devi essere consapevole che questo fenomeno si verificherà. Pertanto, si dovrebbe fare uno sforzo speciale per ignorare questo fenomeno. Accadrà solo temporaneamente prima che la Mente diventi immune a tali cose. È simile alle ferite fresche sul tuo corpo il secondo o terzo giorno di infortunio.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Il segno successivo accade quando la mente inizia a trasformarsi. Una persona tende a diventare molto più coraggiosa, più equilibrata, calma, ecc..

Oltre a queste cose, noterai anche che il ritmo del dispiegarsi del destino prende velocità. Gli eventi iniziano ad accadere nella vita a un ritmo rapido. Strani eventi, incontro con amici dimenticati da tempo, particolari tipi di sogni e visioni, interruzione dei cicli del sonno, movimenti intestinali, abitudini alimentari, cambiamenti nello stile di vita, ecc..

In poche parole, un praticante verrà a sapere cosa gli sta accadendo. L'energia Kundalinī risvegliata assicurerà che questa conoscenza sia concessa al praticante.

Le risposte a molte domande riguardanti la pratica dello yoga, questa vita mondana, ecc., iniziano a manifestarsi internamente senza chiedere al Guru. È anche per questo motivo che i Guru possono gestire qualsiasi numero di studenti in qualsiasi momento.

Domanda

Un praticante: È possibile valutare o stimare il progresso spirituale compiuto dallo sadhak (praticante) attraverso la manifestazione di segni esteriori o interiori?

La mia risposta

Non esiste una tecnica o una misurazione così precisa per valutare i progressi compiuti da uno studente. Non abbiamo idea della quantità di karma accumulata o delle impressioni sensuali ripulite dalla mente subconscia.

Si possono fare alcune ipotesi. Il praticante subirà molte trasformazioni della mente.

Sul corpo vengono sperimentati alcuni Kriyā relativi alle forze fisiche e si verifica l'arresto del respiro. Si dice che c'è il pericolo che si riduca mentre un praticante scivola lungo il sentiero spirituale. Può esser considerato come punto di riferimento.

Oltre a questo, un Guru distinguerà in base a dei parametri specifici come il tipo di vairagya o la rinuncia agli aspetti mondani, ecc.

Domanda

Un praticante: Volevo sapere se anche avere un obiettivo come eccellere negli studi, ecc. conta come karma? Se sì, cosa devo fare visto che sono uno studente?

La mia risposta

Qualsiasi pensiero, parola o azione è proprio karma. Ma dopo l'iniziazione dello Shaktipāt, tutte e tre le cose sopra menzionate si manifesteranno come Kriyā, sempre se tu abbia praticato regolarmente.

Naturalmente, tutti i praticanti potrebbero non essere in grado di esercitare il pieno distacco mentre si sottopongono ai Kriyā citati nelle fasi iniziali. Di conseguenza, sono presenti tratti di egoismo, almeno in una certa misura a seconda del distacco esercitato. Essi, a loro volta, diventano karma. Ma non c'è bisogno di preoccuparsi di questi karma appena creati. Saranno relativamente più facili da lavare via durante il normale corso di meditazione.

Venendo correttamente incontro alla tua domanda, il solo pensiero che tu decida di avere un obiettivo è un Kriyā basato sui tuoi karma passati. Altrimenti, non penseresti di avere alcun obiettivo. Pertanto, è di nuovo la stessa storia.

Supponi di poter esercitare il distacco pur avendo i tuoi obiettivi e lavorando per raggiungerli. In tal caso, non saranno vincolanti per te come il nuovo karma. Potresti non essere in grado di esercitare quel tipo di perfetto distacco. Esegui le tue azioni nel miglior modo possibile. Più tardi sarà più facile lavarli via, ma devi esercitarti regolarmente. È una cosa obbligatoria, quindi lo Shaktipāt lavora per te.

Domanda

Stesso praticante: È possibile avere un obiettivo e provare distacco da esso? Non sono mai stato bravo a stabilire obiettivi, ma l'anno scorso ho deciso che era una buona idea iniziare a crearne di piccoli e mi ha aiutato a concentrarmi su ciò che era importante.

So che l'hai superato, ma continuo a non capire come avere degli obiettivi non sia una buona cosa da avere mentre ti

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

alleni. La vita senza obiettivi! Temo che non progrediremo in nessuna direzione.

La mia risposta

Certo che puoi avere degli obiettivi nella vita. Noi tutti lo facciamo! Ma mentre lavori per raggiungerli, ricorda che ora hai l'energia Kundalinī risvegliata nel tuo corpo. Per questo motivo l'atto stesso di pensare a quegli obiettivi e lavorare per raggiungerli sarà ora sotto forma di Kriyā.

Ciò significa che i tuoi karma passati (la causa dei tuoi obiettivi e delle azioni successive) verranno cancellati ora, a condizione che tu eserciti il distacco. Altrimenti, verranno impressi come nuovi karma. Tuttavia, è relativamente più facile cancellarli nuovamente in futuro.

Il punto cruciale è praticare regolarmente; così l'energia Kundalinī risvegliata nel tuo corpo risolverà i problemi per te. Questo è ciò che intendo. Continua con la tua vita normale mentre si svolge. Ma pratica anche la meditazione.

Domanda

Un praticante: Ho una domanda riguardo alla manifestazione dei risultati. È qualcosa che devi piantare come pensiero nel tuo spazio, o la piena fiducia nel tuo Guru e nell'energia cosmica divina è sufficiente perché questi risultati arrivino quando è il momento giusto?

La mia risposta

Non ho capito bene la tua domanda. Mi stai chiedendo come manifestare i risultati? Hai il controllo sul tuo destino solo fino a quando l'azione non viene commessa. Dopodiché, non hai alcun controllo sul suo effetto. Questo è tutto!

Domanda

Stesso praticante: Sì, la domanda si riferisce alla manifestazione dei risultati. Ad esempio, se voglio più capacità di testimoniare i miei pensieri e non essere attaccato a loro o desidero più quiete nella mia vita, o se non voglio essere innescato dalle emozioni così rapidamente, ecc.

La mia risposta

Sì, quello stato mentale ti verrà naturale mentre bruci il tuo karma. Non c'è niente da fare da parte tua per questo. Continua semplicemente con la tua pratica.

L'energia Kundalinī risvegliata farà la necessaria pulizia dei tuoi karma. Inizi ad acquisire molti poteri soprannaturali quando riesci a bruciare completamente i tuoi karma. Manifestare i risultati diventa un atto privo di significato in un tale stato d'animo.

Ma qualsiasi tentativo di usare i poteri causerà la tua rovina. La tua crescita spirituale si arresta immediatamente, seguita da una pericolosa discesa. Questo è un fatto molto importante da notare.

Domande teoriche sulla creazione

Domanda

Un praticante: La mente perciò è la co-creatrice nel samsara; meglio andare nello spazio senza-mente tra gli occhi e vedere lì il Guru o lì il vuoto/Dio?

La mia risposta

Esattamente! Semplice e diretto! La cosiddetta parola samsara è semplicemente di natura psichedelica, causata dal potere "illusorio" di Dio. Per esprimere meglio questa affermazione, l'illusione è potere. Non esiste un'entità indipendente e assoluta che si chiami potere. Ciò significa che non ha un'esistenza assoluta in quanto tale.

Il potere di Dio è conosciuto come un'illusione e non come la parola potere come la intendiamo noi umani. Pertanto, non c'è distinzione tra le due parole "illusione" e "potere". È per la facilità di comprensione all'interno dei parametri della stessa "illusione" in cui esistiamo noi umani; stiamo cercando di usare la parola "potere", ecc.; questa è la linea di fondo.

Allora dov'è la questione di andare da qualche parte o realizzare qualsiasi cosa oggettiva, Guru o Dio? Il sostrato di tutto sei solo "tu". Non c'è entità, esistenza, cosmo o altri esseri; altro del concetto del "tu".

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

La manifestazione del “tu” in tutto il tuo vero splendore è chiamata autorealizzazione, salvezza, realizzazione di Dio, moksha, fusione con Dio, lo spirito universale o qualsiasi altra cosa. Questa è l'essenza di tutti gli insegnamenti.

Questa è anche la cosiddetta “conoscenza” assoluta in tutto il suo vero senso. Solo “tu” sei quella grande verità. Non c'è nient'altro oltre al “tu”. Tuttavia, poiché sei intrappolato sotto il tuo stesso “potere” o “illusione”, non puoi comprendere la verità.

Sono semplicemente i tuoi karma che hai creato con il tuo stesso “potere” che impediscono alla luce di risplendere. Dopo l'iniziazione Shaktipāt, è iniziata la neutralizzazione di quei karma. È solo questione di tempo prima che la luce inizi a brillare sulla tua psiche.

Anche un piccolo raggio di quella luce quando inizia a brillare ti fornirà tutte le risposte interiori che hai. Ciò significa che non importa se una persona è uno scienziato teorico o un semplice analfabeta, poiché la stessa luce che è dentro ad entrambi. Tutta la cosiddetta conoscenza che un grande scienziato o filosofo ha in questo mondo è pura spazzatura. Nescienza! Un giorno tutto ciò che deve essere neutralizzato.

Pertanto, le parole che hai usato sopra, come samsara, spazio mentale tra gli occhi o vuoto o Guru o Dio, ecc., sono rilevanti solo finché esisti sotto l'incantesimo della tua Maya o “illusione” o “potere” o “karma”. Così facendo, non c'è nient'altro oltre al “tu”. Potresti ridere di te stesso un giorno quando sorgerà questa realizzazione.

Infine, ti prego di capire che sto cercando di trasmettere una verità eterna mentre vivo sotto gli esatti parametri dell'illusione o della stessa dimensione fisica. Non c'è niente di nuovo in quello che sto dicendo. È stato ribadito da tutti i testi antichi fin dall'antichità. Spero che tu abbia capito la risposta perché non so se sono stato in grado di trasmetterla correttamente.

Domanda

Colonel T Sreenivasulu

Stesso praticante: Quindi, c'è solo il tuo Universo? Dici che con l'iniziazione Shaktipāt, ci liberiamo in qualche modo dall'illusione di questo Universo?

La mia risposta

Sì. Questo è tutto. Ma lo stesso spirito si riflette in numerosi esseri umani e altre creature. Proprio come un Sole riflette la sua luce su tutti i pianeti, o vedi la stessa immagine in più pezzi di uno specchio rotto.

Non siamo noi a farlo, ma è dato dall'energia Kundalinī risvegliata. Naturalmente, questa energia risvegliata è solo nostra. Al momento non abbiamo questa consapevolezza. Verrà dopo.

Anche una persona non iniziata dallo Shaktipāt pensa che qualunque energia ne abbia una sua, ma in modo ignorante. Dopo l'iniziazione Shaktipāt, l'energia si manifesta come un'entità separata nei nostri corpi, facendoci credere che sia un'entità diversa. È così che la nostra mente viene umiliata e impara la virtù della “resa di sé stessi”.

Dopodiché, c'è un altro stadio intermedio dove esiste ancora l'idea del dualismo. Sentiamo che i nostri corpi sono pieni di energia cosmica come una pentola piena d'acqua. È semplicemente una tappa del nostro viaggio.

Infine nell'ultima fase, ci rendiamo conto che l'energia è nostra. Quell'unità con l'energia cosmica si realizza di nuovo, proprio come la persona non iniziata all'inizio. Ma con piena consapevolezza della natura della nostra energia! È allora che i praticanti ottengono i cosiddetti poteri soprannaturali. L'intera cosa o autorealizzazione è un processo che si verifica in quattro diverse fasi.

Domande teoriche sull'illusione o Maya

Domanda

Un praticante: Allora, se tutto questo è Maya, che dire di tutti noi qui? Essendo tutti Maya, è inclusa tutta la nostra pratica yoga?

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

La mia risposta

Sì, certo. Tutto questo è una realtà per noi finché non trascendiamo il dualismo. Alla fine della pratica yoga, anche il legame con il Guru viene interrotto.

Domanda

Un praticante: Sperimenteremo il dualismo finché i nostri corpi non moriranno. Qual è l'inizio della quarta tappa?

La mia risposta

Il quarto stadio dell'evoluzione spirituale è quando inizi a realizzare il non dualismo con il supremo potere cosmico. In questa fase, l'energia cosmica inizia a rivelare la sua vera natura al praticante: un'illusione cosmica. Questo è uno stato molto elevato in cui i poteri soprannaturali iniziano a manifestarsi al praticante.

Domande teoriche sulle scritture

Domanda

Un praticante: I praticanti di Mahayoga (Mahayogi, Sadhaka) dovrebbero seguire qualche sistema filosofico che offra supporto per la pratica? Mi riferisco a sistemi che aiutano nello sviluppo di aspetti etico-morali e nella comprensione di questioni metafisiche come il Vedanta, il Samkhya o lo Shivaismo del Kashmir. Oppure il Mahayoga è eminentemente pratico e tutta la conoscenza deriva dalla pratica? Non dobbiamo perseguirne lo studio di questi sistemi o esso potrebbe aiutarci in qualche modo?

La mia risposta

Dopo l'iniziazione Shaktipāt, tutta questa conoscenza accademica non ti è di alcuna utilità per perseguire il tuo viaggio spirituale.

Lo Shaktipāt è anche in accordo con la filosofia Vedanta. Quest'ultima però ha tre forme: Uno è il dualismo, il secondo è il non-dualismo e il terzo è il non-dualismo-qualificato. Shaktipāt è in accordo con la seconda categoria di non dualismo. Il Vedanta, in quanto tale, è uno dei sei sistemi di

Colonel T Sreenivasulu

filosofie indiane. Non è necessario che tu studi tutte queste sei filosofie (inclusa la filosofia Sankhya).

Suono Anahata, mente ipersensibile

Suono Anahata

Domanda

Un praticante: Come ci spostiamo ad ascoltare il nada interno o il suono; il suono di un grillo, onde del mare, flauto/conchiglia, Om? O dipende dal livello di coscienza?

La mia risposta

Non ho capito la tua domanda. Potresti riformularla? Non devi ascoltare alcun suono interiore per salire la scala della spiritualità. Un mantra ti è stato dato solo come portatore dello Shaktipāt. Devi concentrarti su quel mantra per dare il via ai Kriyā. Solo dopo il mantra stesso termina quando iniziano a verificarsi i Kriyā. In che senso intendi ascoltare qualsiasi suono per salire la scala spirituale?

Per favore, comprendi che le persone ascoltano vari mantra o praticano il canto solo per benefici materialistici. Questo è il modo in cui la scienza dei mantra o mantra shastra è stata costruita in primo luogo. Per placare varie energie psichiche o esseri celesti che rappresentano tali poteri psichici. Ma è tutto solo per guadagni materialistici.

Non avvanzerai su nessuna scala spirituale ascoltando suoni. Per te sul sentiero dello Shaktipāt, è stato dato un mantra per una ragione. Il tuo Guru ha usato il mantra come mezzo o misura aggiuntiva per lo Shaktipāt. Altrimenti non ci sarebbe

nemmeno bisogno di un mantra. Il Guru fa lo Shaktipāt mediante l'applicazione del suo libero arbitrio. Questo è tutto. Riformula gentilmente la tua domanda se hai ancora domande in merito.

Domanda

Un praticante: Mi riferisco al nada interno che si sente sempre (con nessuna assistenza esterna). Ad esempio, sento il suono dei grilli 24 ore su 24, 7 giorni su 7.

La mia risposta

Ok, non c'è bisogno di fare nulla. Ignoralo. Lascialo andare. È il suono Anahata che devi sentire. Si sente dopo il risveglio dell'energia Kundalinī. È solo Kriyā. Andrà avanti per molto tempo. Non c'è niente da fare da parte tua.

Domanda

Un altro praticante: Penso che dovrebbe essere una malattia dell'acufene.

La mia risposta

È un punto discutibile. Ma il punto cruciale è se una persona ha qualche problema di salute. I Kriyā (come il suono Anahata) non hanno un impatto negativo sulla salute. La scienza moderna potrebbe definirla una malattia. Se è così, deve essere dannoso per la salute. Anche se non esiste una cura, qual è il suo impatto sulla salute? Se non c'è alcun impatto sulla salute, allora perché preoccuparsene?

In ogni caso, la scienza non può essere data per scontata. Ogni giorno continua a cambiare. Pertanto, non è necessario entrare in futili dibattiti. I praticanti di yoga sono noti per sperimentare questo suono. Ho sperimentato questo suono negli ultimi 25 anni e non ho problemi di salute. Sono stati condotti periodicamente esami medici dettagliati su di me, compreso l'orecchio. Ma finora non è mai stato rilevato alcun problema.

Inoltre, siamo tutti consapevoli dei vari Kriyā vissuti dalle persone. C'è qualche spiegazione scientifica per questo? Ancora più importante, le reazioni che si verificano all'interno di un corpo umano quando lo Shaktipāt viene eseguito a distanza! La scienza non ha spiegazioni per questo.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Non mi piace commentare la parola acufene scoperta dalla scienza. Potrebbero esserci alcuni sintomi ad esso associati. Ad esempio la perdita dell'udito! Se c'è qualche perdita dell'udito, dovrebbe essere considerata una malattia. Ma non fino ad allora! Pertanto, è meglio lasciarlo così.

Se alcuni di voi pensano che potrebbe essere una malattia, allora non c'è niente di sbagliato nel visitare un medico e chiarirlo. Ma il Kriyā, come Anahata, l'udito sonoro è inarrestabile. Ma solo se è un vero suono Anahata! La differenziazione tra il suono Anahata e la malattia dell'acufene sarà ovviamente discutibile. Ti suggerisco di controverificarlo con altri Kriyā o sintomi associati.

Commento di un altro praticante: Assolutamente giusto, Guru Ji! Questo suono di api ronzanti o grilli non ha nulla a che fare con l'acufene. L'ho sperimentato negli ultimi 5 anni. Se uno è concentrato, puoi sentirlo quando ti siedi per il sadhan. Mentre uno è occupato, non se ne rende nemmeno conto.

Mente ipersensibile

Domanda

Un praticante: Cosa posso fare alla mia mente ipersensibile? Mi sento come se stessi perdendo il filo. Cerco di controllarlo, ma i pensieri continuano a spuntare nella mia mente. Potreste darmi qualche suggerimento, per favore?

La mia risposta

Qualunque cosa ti stia accadendo, sta accadendo esattamente nel modo in cui dovrebbe accadere. La mente non si pacifica perché sta subendo una sorta di effetto ribollente dopo lo Shaktipāt. Più pensieri sorgono e più il karma verrà ripulito. Per favore, continua con la tua pratica allo stesso modo. La pace della mente arriverà man mano che i karma verranno ripuliti. Questo avverrà lentamente.

Successivamente, negli stadi iniziali la mente diventa davvero un po' ipersensibile. È come un corpo appena ferito. Questo fenomeno è molto naturale dopo lo Shaktipāt. Devi essere

Colonel T Sreenivasulu

consapevole di questo fenomeno. Non ci saranno effetti avversi significativi. Tuttavia, si tende a irritarsi, ad arrabbiarsi o persino a diventare sentimentali a causa di ogni evento minore. Si prega di sopportare questo fenomeno per alcuni mesi. Presto inizierà a stabilizzarsi. Per favore, ricorda il tuo Guru durante questi momenti di tumulto emotivo. Questo è tutto.

Domanda

Un praticante: sto provando molta rabbia. Ricordo di averlo sperimentato quando facevo Surya tratak.

La mia risposta

Di solito nelle fasi iniziali, quando una grossa fetta di karma viene ripulita, la mente diventa un po' ipersensibile. Sarà come una carne appena ferita. Ci vuole del tempo prima che diventi immune a tutto in modo permanente. Questo fenomeno è temporaneo. Un praticante deve essere sensibile a questo fenomeno. Ti prego, non preoccuparti troppo. Sii consapevole di questo fenomeno. Questo è tutto ciò che devi fare. Non avrà troppo impatto negativo sulla tua vita quotidiana.

Guru Gita, stato Tandra e distacco

Guru Gita

Domanda

Un praticante: Ho letto il libro di Swami Sahajananda Ji “Guru Gita”. In quel libro si dice che se qualcuno recita il testo della Guru Gita sul campo di cremazione, otterrà risultati rapidi. Mi è capitato di leggerlo online.

Ma alcune fonti locali hanno affermato che solo il canto di un mantra specifico è consentito sui terreni di cremazione e non sono sicuro della loro autenticità. Voglio sapere se qualcuno può leggere la Guru Gita sui terreni di cremazione. Va bene anche cantare il mantra OM (o qualsiasi altro mantra) in un tempio su un terreno di cremazione? Per favore fatemi sapere se va bene o no.

La mia risposta

L'antico testo sanscrito Guru Gita è un testo generale sull'essenza del Guru o Guru tattva e su come un Guru dovrebbe essere adorato dai discepoli. Ha lo scopo di guidare tutti i praticanti di yoga o tantrici di qualsiasi sistema.

Il nostro non è uno yoga indipendente o un sistema tantrico in quanto tale. Pertanto, non ci sono regole da seguire nel nostro percorso riguardo ai rituali precisi. Inoltre, Guru Gita è un testo antico adatto in generale a tutti gli ambiti temporali

nella storia dell'umanità. Tecniche specifiche non possono essere praticate nei tempi moderni a causa di com'è diventata la società.

Per esempio, ci sono alcuni tipi di pratiche tantriche prescritte anche in alcuni famosi antichi testi sanscriti, che richiedono l'uso dei cadaveri umani, ecc. Ma al giorno d'oggi queste pratiche sono considerate illegali. Un praticante non può rifugiarsi sotto gli antichi testi sanscriti e praticarli. La società non li può tollerare. Per questo motivo, tali scienze sono state diluite nel tempo a causa dei cambiamenti nella comunità.

La Guru Gita non fa eccezione da quel punto di vista. Del resto, ci sono molti altri antichi testi sanscriti che prescrivono una varietà di pratiche che non possono essere intraprese oggi. In questo contesto, vi prego di ricordare che i tempi moderni non sono diversi dai tempi antichi per quanto riguarda Dio.

Dio comprende che tutti voi vivete nel 21° secolo e che, pertanto, non potete praticare certe cose insegnate nei tempi antichi a causa delle restrizioni imposte dalla società moderna e dai governi di tutto il mondo. Di conseguenza, come praticante di yoga del 21° secolo, non sarai penalizzato da Dio per non essere in grado di fare certe cose che non sono sotto il tuo controllo.

In ogni caso, tutte queste pratiche sono solo tecniche sviluppate di volta in volta. Credo fermamente che non sia necessario seguire tutto ciò che è stato suggerito nei testi antichi da qualsiasi praticante sul nostro cammino. Ricorda che lo Shaktipāt è una tecnica yoga avanzata rispetto a tutti gli altri sistemi. Esso è simile al punto culminante di tutti i sistemi yoga. Esso è definito come Mahayoga o il Grande yoga.

Tutti i templi, Dio, Dea, luoghi sacri, scritture, ecc., sono solo come strumenti per bilanciare i tre Guna con cui è creata ogni mente umana. Ciò significa che sono tutti come carrelli con ruote per bambini quando imparano a camminare. Solo dopo, diventano un ostacolo per ulteriori progressi. Una volta ricevuto l'iniziazione Shaktipāt, un praticante di yoga non ha

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

bisogno di tutti questi sistemi di supporto. Piuttosto, se qualcuno continua ad aggrapparsi, viene aggiunto del nuovo karma. Da questo punto di vista, per favore non farti distrarre da tutta questa letteratura.

A tutti i praticanti è stato suggerito di leggere la Guru Gita per comprendere l'essenza del Guru o del Guru tattva. Chiunque segua almeno alcuni insegnamenti di quel testo ne trarrà notevoli benefici.

Stato Tandra

Domanda

Un praticante: Posso chiedere cos'è lo stato del Tandra?

La mia risposta

È uno stato mentale tra il sogno e lo stato di veglia. Ma non è popolarmente riconosciuto né dalla scienza né dal pubblico in generale. Solo i praticanti di yoga di solito lo sperimentano.

Distacco

Domanda

Un praticante: Ho una domanda. Come si esercita l'imparzialità per il denaro quando sai che senza di esso è difficile sopravvivere e condurre uno stile di vita normale? Il desiderio di guadagnare di più ostacolerà il mio cammino spirituale? Come bilanciare questo desiderio con il distacco in un mondo in cui il denaro è essenziale non appena esci di casa?

La mia risposta

Alcuni karma sono obbligatori in questo mondo. Altrimenti, anche il mantenimento del tuo corpo non è possibile. Ad esempio: mangiare, bere, lavare il corpo, tagliarsi i capelli e le unghie, indossare vestiti, prendere medicine, ecc. Allo stesso modo, potrebbero esserci molti obblighi sociali come partecipare ad un funerale, sposarsi, ecc. Quindi il possesso di denaro diventa necessario per la sopravvivenza. Sono assolutamente d'accordo con te in questo.

Colonel T Sreenivasulu

Tuttavia, la questione dell'esercizio del distacco è un'altra cosa. È impegnativo esercitare imparzialità in tutti i karma menzionati sopra, e non necessariamente riguardo al denaro nello specifico. Il sadhan è fatto da una persona proprio per raggiungere quello stato di distacco.

Ogni persona nasce con un gigantesco stock di karma appartenenti a varie categorie. Ovviamente, non è possibile iniziare a esercitare il distacco subito dopo Shaktipāt Dikshā. Ci vuole tempo perché accada. Un tale stato mentale si sviluppa naturalmente senza alcun obbligo di impegnarsi deliberatamente. Si applica a tutte le categorie di cose mondane e non necessariamente al denaro.

Tendiamo a mangiare con passione ogni volta che ci vengono presentate delle prelibatezze. Anche la bocca inizia a venire l'acquolina nel momento in cui il profumo arriva alle narici. Allo stesso modo, se il cibo non è abbastanza gustoso, si tende a sviluppare un'avversione per mangiarlo. È davvero difficile esercitare il distacco in questi momenti.

Tuttavia, quando il distacco si sviluppa naturalmente, una persona non è infastidita da tali dualità di simpatie e antipatie. Allo stesso modo, una persona tende ad “essere appassionata” a guadagnare denaro. Ma con il karma che brucia nel sadhan, la persona inizia anche a sviluppare distacco per il denaro.

La disperazione per guadagnare più soldi è simile a qualsiasi altro sentimento per i desideri mondani. Potrebbero essere piaceri sensuali, divertimento intellettuale o una spinta emotiva per il potere, la fama, la ricchezza, la progenie, ecc. Non c'è fine a queste cose. Quindi, una persona non deve preoccuparsi di bilanciare tali desideri in isolamento e distacco.

Il sadhan lo risolverà in modo completo per lui. Pertanto, il punto cruciale è concentrarsi sul sadhan invece sul distacco su varie categorie di cose mondane. Concentrarsi su una qualsiasi delle cose materiali di cui sopra, ostacolerà la crescita spirituale dei sadhak perché vengono generati nuovi karma.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Un delicato equilibrio è una via tra passione e distacco. Questo è molto difficile da ottenere nella pratica. Pertanto, è inutile raggiungerlo con il proprio sforzo venato di egoismo. Per questo può essere facilmente raggiunto solo con il sadhan.

Anche se non c'è niente di male nel vivere con una consapevolezza nel frattempo. Anche se si fa un po' di trasgressione e si generano nuovi karma mentre si esercita il distacco, non è un grosso problema. Quei nuovi karma vengono facilmente cancellati più tardi durante il sadhan. Questo è più applicabile a coloro che cercano di reprimere i desideri sensuali. Ovviamente, il nuovo karma viene creato in entrambi i casi. Ma è meglio sbagliare sul lato positivo piuttosto che cercare di assecondare l'appagamento dei desideri sensuali.

Argomenti generali

Auto-resa

Domanda

Un praticante: Qualunque cosa sappiamo del Dio supremo si basa sulla saggezza degli altri, sulle nostre credenze passate, sui condizionamenti, ecc. Allora chi è quel Dio supremo a cui dovremmo abbandonarci?

La mia risposta

Per il momento, abbandonati al supremo potere cosmico di Dio o al tuo spirito interiore. È tutto uguale. Ma tutta questa idea è valida fino a quando esiste la nozione di dualismo. Dopo non c'è più niente a cui arrendersi.

Non è necessario confrontarlo con la nostra comprensione delle scritture esistenti. Il processo di autorealizzazione avviene in quattro diverse fasi.

Nella prima fase, anche un praticante ordinario in cui l'energia Kundalinī non è risvegliata vive in uno stato di non dualismo ma ignorante.

Il praticante è costretto a sperimentare il dualismo dopo il risveglio dell'energia Kundalinī nella seconda fase. Ecco perché il suo movimento è percepito in modo distintivo all'interno del tuo corpo, Mente, mondo esterno, ecc. La tua Mente viene umiliata per la prima volta qui. Tutte le idee sull'auto-abbandono, ecc., sono applicabili in questa fase.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Poi c'è il terzo stadio, in cui un praticante sperimenta come se il suo corpo fosse pieno di energia cosmica, proprio come una pentola piena d'acqua. Questa è semplicemente una fase. Tuttavia, il praticante rimane ancora in uno stato di dualismo. Infine inizia la quarta fase. Un praticante inizia a rendersi conto che qualunque potere cosmico ci sia, è solo il suo potere. Ciò significa che il non dualismo viene sperimentato di nuovo come una persona comune, ma questa volta con piena consapevolezza.

Pertanto, devi capire che un praticante è costretto a viaggiare dalla credenza del non dualismo al dualismo, poi di nuovo al non dualismo. Naturalmente, l'idea dell'auto-abbandono di cui stavamo discutendo, si applica al secondo e al terzo stadio, come ho spiegato sopra.

Domanda

Un praticante: Per favore, spiegami un po' il processo della resa. Come ci si arrende? Cosa significa esattamente?

La mia risposta

Significa arrendere il tuo ego o la mente cosciente al SÉ al centro del tuo corpo. Quel SÉ non è altro che Dio o Onnipotente o potere cosmico supremo o quello che prende un qualsiasi altro nome.

Significa rimanere in uno stato di testimonianza, come uno spettatore che non può commentare ciò che sta accadendo. Significa esercitare imparzialità nella tua azione. Significa non aspettarsi alcun risultato per un'attività diversa dall' eseguirla solo perché dovresti farlo.

Significa calmare la tua mente in mezzo al caos. Significa avere la capacità di sperimentare il silenzio stando in una strada trafficata o di sperimentare la confusione in un luogo tranquillo. Significa agire solo per il gusto di farlo.

Significa possedere fede e fiducia assoluta in qualche entità. È oltre il regno della razionalità. In uno stato di completo abbandono, il pensiero razionale si ferma. Di conseguenza, la mente si ferma.

Questo, a sua volta, fa sì che il tempo si fermi, a seguito del quale tutte le leggi delle scienze fisiche vengono meno. I

cosiddetti poteri soprannaturali iniziano a manifestarsi. In realtà, questa è una tecnica utilizzata dai praticanti di yoga che perseguono sistemi di yoga indipendenti come il Bhakti yoga o il Karma yoga.

Anche le persone che seguono altri sistemi di yoga indipendenti come il Jnana yoga basato sulla conoscenza, il Raja yoga basato sulla meditazione o l'Ashtanga yoga vengono prima umiliati e dopo raggiungono lo stato di auto-abbandono.

“L'auto-resa” è la tecnica applicata nei sistemi yoga menzionati in precedenza. Come puoi vedere, la “resa di sé” è al centro di tutti i sistemi yoga.

Il nostro percorso è la madre di tutti quei sistemi di yoga indipendenti. Che a una persona piaccia o meno, l'energia Kundalinī risvegliata costringerà al praticante ad arrendersi; prima che inizi a rivelare la sua vera natura, è davvero di natura illusoria o Maya.

Tutto sommato, più ti arrendi in anticipo, più rapida sarà l'evoluzione spirituale. Più resisti, più lento sarà.

Cosa fai quando provi a dormire sul letto? Non chiudi gli occhi e ti arrendi al sonno? È la stessa cosa fatta ma in uno stato di veglia. Ma a differenza dello stato di sonno, qui sarai cosciente e cercherai di entrare nello stato supercosciente.

Posso continuare a fare infiniti esempi! Ma se riesci a comprenderne l'essenza, allora tutti questi singoli esempi non saranno necessari. Spero che tu ora abbia un'idea di quello che ho cercato di trasmettere.

Proprio come un normale essere umano si arrende alla razionalità basata sull'ego, qui ci arrendiamo a QUELLO, che è al di là della razionalità. In ogni caso, cosa puoi fare quando non trovi pace nella razionalità?

Domanda

Stesso praticante: Non capisco la parte dell'egoismo.

La mia risposta

Questo significa che potresti aver seguito sistemi di yoga indipendenti come l'Ashtanga Yoga o il Raja Yoga nelle tue

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

vite passate. In tali pratiche, i karma vengono distrutti solo dopo che il praticante inizia ad entrare in samadhi.

Pertanto, tutte le sessioni di meditazione fatte prima di entrare in tale stato saranno ovviamente basate sull'ego. Che tu l'abbia fatto con molta resa o meno, l'idea del dualismo deve essere stata lì. Ciò accade solo a causa dell'egoismo. L'egoismo non deve essere confuso con l'orgoglio ecc.

Domanda

Un praticante: L'abbandono è il metodo più alto e diretto per l'illuminazione. Chi si è arreso è sempre protetto dal potere divino. Chi non possiede nulla e non ha nessuno che lo protegga appartiene a Dio ed è costantemente sotto la protezione del Divino.

Un altro praticante ha risposto a quanto sopra

Ma non è così facile. Ogni secondo il nostro "aham" sorgerà prima della nostra azione. Guru Ji! Per favore, dai la tua preziosa opinione.

La risposta di un altro praticante a quanto sopra

Arrendersi è buono! Tuttavia, arrendersi con l'aspettativa di essere protetti diventa un'aspettativa. A quel punto la resa è un affare. Arrendersi senza aspettative è sadhan!

La mia risposta

Non devi preoccuparti. L'energia cosmica è abbastanza abile da risolverlo. I Kriyā si verificano nella "guaina dell'intelletto", dove si trova anche l'"egoismo". L'energia Kundalinī risvegliata inizierà a cancellarlo sistematicamente. Non è richiesto alcuno sforzo speciale da parte del praticante oltre alla regolare pratica della meditazione.

Tuttavia, ricorda che questa è l'esperienza più spiacevole che deve essere sopportata dal praticante. Solo la fiducia e la fede nel tuo Guru e nel sistema yoga manterranno il praticante sul sentiero. Ma posso dire qualcosa di positivo al riguardo, che dovrebbe rilassarti.

Quando inizierà questa erosione dell'egoismo, l'esperienza vissuta sarà ludica. Ad esempio, supponiamo che il tuo capo ti abbia umiliato pubblicamente con un pretesto minore. Ovviamente, è un Kriyā che si verifica nella guaina

dell'intelletto. Sta accadendo per il tuo bene. Per ripulire il tuo karma! Tuttavia, a causa della spiacevole esperienza, al praticante non piace. Ma presto accadrà anche qualcos'altro per aumentare il tuo egoismo. Ad esempio, il capo che ti ha umiliato potrebbe iniziare presto a lodarti pubblicamente. Di conseguenza, nella mente del praticante viene ristabilito una sorta di equilibrio.

Ma queste esperienze di umiliazione e lode avranno invariabilmente un impatto sul praticante. Di conseguenza, il nuovo karma viene accumulato. Ma questi nuovi karma non saranno abbastanza forti. Molto presto, vengono ripuliti ancora una volta. Pertanto, questa è la consolazione per un praticante. Sapete tutti quanto sia difficile cancellare l'egoismo di una persona. Ma non c'è nulla di cui preoccuparsi finché ci allena regolarmente.

Poteri soprannaturali

Domanda

Un praticante: Sono sempre desideroso di imparare sull'ignoto. Sono una persona molto tecnica, perché cerco sempre la scienza dietro ogni metodo.

Mi è piaciuto molto imparare i viaggi astrali. Mi piacerebbe imparare dai maestri su diverse dimensioni o lezioni superiori. Ho fatto alcune ricerche ed esperimenti per conto mio. Ho incontrato un maestro una volta durante un viaggio astrale. Mi ha detto di non fare niente da solo. Se sono appassionato, posso impararlo da un insegnante adeguato che può guidarmi. Questa meditazione basata sul Kriyā può aiutarmi a fare viaggi astrali? Attraverso la meditazione, ho imparato come il corpo crea l'energia dell'aura e come diverse ghiandole hanno vibrazioni sonore diverse. Ho un vivo interesse a sapere tutto. So che tutte queste sono informazioni inutili da un punto di vista spirituale. Tuttavia, è la scienza che mi interessa molto.

La mia risposta

È simile a qualcosa del genere; attraverso il sentiero dello Shaktipāt, sei entrato nell'istruzione superiore, diciamo, nelle

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

scienze spirituali. Ora, vuoi perseguire piccole abilità specialistiche in varie discipline a causa della tua curiosità.

Tuttavia, queste abilità specialistiche non hanno nulla a che fare con la tua educazione spirituale superiore. Sono campi non correlati. Ma nel processo, potresti non trovare il tempo adeguato per proseguire la tua istruzione superiore, che è lo scopo principale della tua vita.

È quindi probabile che tu passi ad alcune abilità specialistiche che non ti gioveranno se non per soddisfare solo la tua curiosità, ma sono sicuri di “distruggere” chiunque alla fine. Questa è la linea di fondo.

Ci sono innumerevoli esempi nella storia in cui le persone alla fine sono state “distrutte”. Sono come qualsiasi altra aspirazione materialistica. Sono fondamentalmente i poteri soprannaturali a cui ti riferisci sopra.

Sì, col tempo, anche su questo sentiero, tali poteri si manifesteranno molto più significativi di tutti quelli a cui ti riferivi. Ma ai praticanti è severamente consigliato di non concentrarsi sui poteri soprannaturali perché diventano ulteriori ostacoli allo sviluppo spirituale.

Ora decidi in che direzione vuoi andare alla deriva. Non vi è alcuna garanzia che svilupperai tali poteri soprannaturali nel corso della vita. Potresti pentirtene alla fine della tua vita per aver sprecato una preziosa nascita umana.

Domanda

Lo stesso praticante: Sono totalmente d'accordo. Questa conoscenza dei fenomeni soprannaturali è inutile per una persona su un percorso spirituale. Ma ho trovato una cosa interessante.

Ci sono molte ghiandole situate attorno a ciascun chakra. E ogni ghiandola ha una particolare vibrazione sonora. In totale, ci sono circa 40-50 ghiandole. E il suono è lo stesso delle lettere dell'alfabeto sanscrito.

Presumo che sia così che gli antichi saggi hanno creato la lingua sanscrita. È il suono del nostro corpo. Ecco perché il sanscrito è un linguaggio potente che influenza i nostri corpi e le nostre menti. Sono molto desideroso di trovare quella

verità assoluta. Ecco perché, nonostante tutti i tipi di esperienze di Kriyā, non me ne preoccupo. Ma continuerò ad esercitarmi secondo le tue istruzioni. Grazie per la spiegazione.

La mia risposta

Alcune persone perseguono queste cose. Passano una vita a farlo. Se le vuoi imparare, dovrai trovare qualcuno che impartisca quella conoscenza.

Ma ci vorrà una vita e potresti non avere tempo per nient'altro. Ma tutta quella scienza fa solo parte dell'illusione cosmica, quindi di natura materialista. Non ha nulla a che fare con la crescita spirituale.

Ho visto molte persone esperte nei testi sanscriti che hanno preso l'iniziazione Shaktipāt. Sfortunatamente, non potevano fare progressi adeguati perché le loro menti erano ancora attaccate all'esecuzione di tutti i tipi di rituali, usando vari mantra che non erano più necessari.

È dovuto dalla loro concentrazione sull'ottenere benefici materialistici. Nel caso di persone che perseguono poteri soprannaturali, non sono neanche migliori.

Domanda

Un praticante: Quali sono le tentazioni dei poteri soprannaturali? Se si presentano, a cosa devo fare attenzione per evitare di essere distratto? Ho sentito in passato l'importanza dell'umiltà. Sento che questo è il modo corretto e non per far sì che l'ego uamenti.

La mia risposta

È una tentazione usare poteri soprannaturali per benefici mondani. Di conseguenza, le persone sono tentate a volerli.

Domanda

Un praticante: Questi poteri soprannaturali cominciano ad accadere. Come faccio a non prenderne atto e a non usarli?

La mia risposta

Ignorali. Non soffermarti su queste cose. Pregate il vostro Guru affinché vi dia la forza necessaria per non caderne preda. È pericoloso se sei tentato ad usarli. Non esiste un

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

rimedio immediato noto anche se ti capita di perdere spiritualmente.

Domanda

Un praticante: Puoi darmi un esempio di un potere soprannaturale in modo che io capisca cos'è e che non ne abusi?

La mia risposta

Secondo i testi dello yoga ci sono otto categorie di poteri soprannaturali. Utilizza pure Google per cercare! È tutto accademico! Il testo si chiama Patanjali Yoga Sutra, spiega anche come manifestare ogni potere.

Si tratta di un semplice atto di focalizzare la tua mente su una regione specifica del tuo corpo assieme a qualche altra idea. Ma un praticante deve prima raggiungere lo stato di samadhi per eseguire tale concentrazione focalizzata.

Domanda

Stesso praticante: Capisco che questi superpoteri non possono essere usati in alcun modo, ma nemmeno per il bene degli altri esseri senzienti? Allora perché ottenere tali poteri?

La mia risposta

Se si utilizzassero, equivarrebbe a dire che non serve a niente l'esistenza di Dio quando c'è tanta sofferenza tutt'intorno. Vi prego di capire che tutta questa creazione è semplicemente un'esistenza illusoria.

Questa comprensione ti verrà quando i tuoi karma saranno bruciati. A quel punto, farei una grande risata al pensiero della tua domanda. In questo momento, non puoi comprendere la sua essenza perché questo mondo è ancora una realtà per te.

Stai vivendo in un mondo di sogni dove la tua realtà non è altro che un semplice sogno. Stavo cercando di spiegare il concetto di cui sopra all'interno dei parametri esatti dell'illusione.

Per favore cerca di capire il concetto da una logica terrena; sei consapevole che ogni essere umano non è altro che Dio solo. Poiché l'autorealizzazione avviene naturalmente, questi poteri soprannaturali si manifesteranno per te.

Colonel T Sreenivasulu

Questo non significa che ciò cancelli tutte le miserie per l'umanità. In quel caso dovrò chiederti perché hai creato la sofferenza per l'umanità in primo luogo perché sei Dio.

In secondo luogo, tu, come Dio, sei presente in tutte le creature. È tutto un gioco divino creato nientemeno che da te. Pertanto, la tua domanda di cui sopra non è priva di significato anche da una logica terrena?

Problemi relativi alla salute

Domanda

Un praticante: Ho una domanda riguardo il movimento fisico ottimale per mantenere il corpo sano e in forma. Allo stesso tempo, intraprendiamo il nostro viaggio dello Shaktipāt. C'è qualche forma di esercizio migliore o peggiore per mantenersi in salute?

La mia risposta

Il movimento fisico del corpo o l'esercizio fisico è un mezzo per un fine. Ciò significa che per mantenere un corpo sano troviamo di nuovo un mezzo per un'altra fermata. Mantenere una mente sana da un punto di vista mondano. Quando il corpo è debole o malato, la mente non è ispirata a salire a livelli più alti.

Inoltre, un corpo debole o malato diventa un ostacolo alla pratica dello yoga. Un corpo e una mente sani sono un prerequisito per praticare lo yoga.

Ti preghiamo di comprendere che un intenso esercizio fisico o il digiuno torturano la carne del tuo corpo. Questo, a sua volta, equivale ad un accumulo di nuovo karma. Per questi motivi, servono specifici passaggi iniziali che sono stati resi obbligatori in sistemi di yoga indipendenti come l'Ashtanga Yoga o il Raja Yoga.

Il pensiero positivo, regolarità, moderazione nelle tue abitudini come mangiare o dormire, ecc., asana o esercizi fisici per raggiungere stabilità nella postura del tuo corpo, esercizi di respirazione o pranayama per pulire i tuoi nervi,

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Nadi shuddhi, ecc. Ma tutti questi sono un mezzo per una fine.

Questo serve per risvegliare l'energia Kundalinī, mentre lo stesso fine è già stato raggiunto per te dallo Shaktipāt.

Non c'è nient'altro da fare. Non devi nemmeno focalizzare la tua mente in quella direzione, sia che ti alleni o che faccia esercizi di respirazione. Qualunque altra cosa sia rimasta è solo una cosa. Questo è per pulire i tuoi karma o impressioni sensuali. Ciò viene fatto internamente dall'energia Kundalinī risvegliata. Non c'è più niente da fare per te.

Arrenditi mentalmente e rimani uno spettatore muto. Qualunque cosa debba essere fatta da te ti sarà imposta. L'energia risvegliata cambierà le tue abitudini alimentari e i tuoi schemi di sonno. Questo garantirà un'attività fisica minima, sia che tu lo voglia o meno. Inizierai a rendertene conto in futuro man mano che avanzi.

Tutto ciò che puoi fare nel frattempo è garantire la moderazione nelle tue abitudini alimentari e continuare con la tua routine quotidiana. Non c'è bisogno di cercare di impegnarsi ulteriormente sotto forma di un'intensa attività fisica. Spero che tu abbia colto l'essenza del messaggio che voglio trasmettere.

Esercitare il corpo con la forza non influenza un possibile progresso spirituale, specialmente per i praticanti dello Shaktipāt. Questo potrebbe essere stato prescritto per la pratica dell'Ashtanga Yoga o del Raja Yoga. In poche parole, le persone ancora attratte dal mondo esterno hanno questo bisogno di fare esercizio per mangiare di più. Ecco! Tutto ciò che viene fatto dalle persone è orientato esclusivamente alla realizzazione dei desideri sensuali. Per favore, pensa alla tua mente interiore.

Domanda

Un praticante: Da ieri pomeriggio ho avuto un mal di testa gestibile ma non se ne vuole andare. Vedrò se andrà via. Ieri sera mi sono seduto per il sadhan. Questa mattina, mi sono svegliato avendolo ancora. Ricordo la meditazione profonda e

Colonel T Sreenivasulu

alcuni Kriyā leggeri un paio di giorni fa. Presumo faccia parte della stessa cosa.

La mia risposta

Potrebbe anche essere un problema di salute comune. Prendi farmaci se serve. Il Kriyā di solito non si manifesta come un problema di salute cronico. Tienilo a mente.

Domanda

Un praticante: In due occasioni durante la meditazione, mi veniva da vomitare nonostante non mangiassi cibi pesanti. Per favore, aiutami a capirne la causa. Non ho problemi di salute, sono una persona sana.

La mia risposta

In questo caso, potrebbe essere solo uno dei Kriyā. Ne osserveremo di più anche nei prossimi giorni. Tuttavia, fai attenzione se si tratta di un problema di salute comune. Per favore, continua con la tua pratica. Le tue abitudini alimentari, le questioni gastriche, ecc., subiscono sicuramente dei cambiamenti. Ovviamente tutto solo per il tuo bene! Pertanto, non è necessario preoccuparsene affatto.

Chiedo a tutti i praticanti di esercitare discrezione e verificare se i sintomi sono abituali e correlati alla salute. Non ha senso saltare subito alla conclusione che sono tutti Kriyā ed evitare di andare da un dottore. Tutti i Kriyā sopra menzionati non possono essere dati per scontato come Kriyā solo perché compaiono in una ricerca online.

Non serve però preoccuparsi. L'energia cosmica risvegliata ti guiderà e ti costringerà a intraprendere le azioni necessarie, a condizione che tu pratichi regolarmente. Solo una parola di cautela da parte mia in modo che tutti voi non vi lasciate prendere la mano e evitate di andare da un dottore.

Sistemi di yoga indipendenti

Domanda

Un praticante: Ho un dubbio! “Isha Foundation” SadGuru si occupa di ingegneria interna. Shambhavi mudra e shambhavi

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Dikshā sono la stessa cosa? O sono diversi? Potrebbe per favore chiarire?

La mia risposta

Per quanto ne so, shambhavi Dikshā o iniziazione è uno stato raggiunto da una persona. Non esiste più l'iniziazione o lo Dikshā in questo stato.

Basta immaginare! Una persona che deve ricevere questo Dikshā o iniziazione deve trovarsi in uno stato molto elevato. Deve possedere poteri soprannaturali anche in questa fase. Quella persona si troverebbe oltre i limiti dello spazio e del tempo in una tale fase. Chi può dargli shambhavi lo Dikshā o l'iniziazione?

In ogni caso, lo scopo di tutti i sistemi yoga è solo fino a questo stadio; rendere la mente priva di pensieri bruciando tutti i karma.

Non ho idea di cosa stia facendo la Isha Foundation o la loro tecnica, che si chiama shambhavi mudra. Non sarebbe corretto parlarne.

Tuttavia, ho già spiegato tutto ciò che mi è noto. Sono informato che il seminario shambhavi mudra differisce dallo shambhavi Dikshā.

Domanda

Un praticante: Il Vedanta afferma che possiamo ridurre l'ignoranza attraverso la conoscenza. In che modo è diverso dallo Shaktipāt?

La mia risposta

L'evoluzione spirituale di una persona avviene in tre diversi livelli in base alla tecnica applicata per ciascun livello. Il primo si basa sull'egoismo di una persona. Tutta l'adorazione di Dio o qualsiasi altra cosa fatta da una persona rientra in questa categoria. Tutto questo duro lavoro svolto da una persona sembra essere quasi come un atomo. Ciò significa che è minuscolo, come un atomo. Ecco perché la tecnica qui applicata è anche chiamata tecnica "atomica" o anuvopay in sanscrito.

Il livello successivo si basa sul risveglio dell'energia cosmica. Essa viene indicata con nomi diversi. Usiamo comunemente

il nome energia Kundalinī sul sentiero di Shaktipāt. La tecnica è anche chiamata “tecnica energetica” poiché si basa sul risveglio dell'energia cosmica o “shakthopay”, come viene chiamata in sanscrito.

Il livello successivo si chiama “shambhavopay”. Qui lo spirito che dimora nell'essere umano o l'Atman o la forma in miniatura di Dio fa la pratica per la fusione finale con il divino. Pertanto, delle tre tecniche elaborate sopra, un Guru esegue Shaktipāt su una persona per dare il via al secondo livello. Non c'è tale necessità per il primo stadio e per l'ultimo stadio.

Nella prima fase, la pratica è svolta da una persona che si basa sull'egoismo. Nella terza fase, la stessa persona è priva di egoismo, sebbene esista ancora un sottile strato di dualismo. Tra questi due livelli, l'energia cosmica fa la pratica in modalità automatica senza sforzo da parte della persona. Affinché questo processo venga avviato, è necessario eseguire lo Shaktipāt. Esso quindi è una tecnica yoga avanzata applicata a una persona da un Guru che è pronto per lo stesso a causa del destino.

Per quanto riguarda gli insegnamenti del Vedanta, il soggetto è uno dei sei sistemi di filosofie indiane. Tutte queste filosofie sono state sviluppate nell'antica India per un lungo periodo che abbraccia innumerevoli millenni dall'alba della civiltà umana. Tutti questi insegnamenti rientrano nella prima categoria di “tecnica atomica”, come elencato sopra.

La mia conoscenza di tutte quelle filosofie è pari a zero. È tutta roba accademica. Ogni filosofia ha un'enorme quantità di letteratura sanscrita. Consiglio di non avventurarsi in quella direzione perché non è più necessario dopo l'iniziazione dello Shaktipāt. Per favore, concentrati sul bruciare i tuoi karma esercitando l'auto-abbandono a Dio o al Guru. Questo è il segreto!

Domanda

Un praticante: Cosa succede se Lord Shiva vuole comunicare con me e presenta un regolare darshan? Non dovrei impegnarmi con lui? Se raggiungo uno stato mentale elevato

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

grazie alla Kundalinī risvegliata e gli dei indù vogliono connettersi con me: come dovrei comportarmi, come sadhak? Cosa dovrebbe fare un sadhak quando gli dei indù desiderano comunicare con lui? Qual è il comportamento corretto?

Lo chiedo perché molti anni fa ho avuto un darshan ravvicinato del Signore Shiva e di Krishna. E nessuno ha spiegato cosa dovrei fare o come comportarmi con i deva o con gli dei. Gli dei mi aiuteranno nel cammino e mi incoraggeranno o mi allontaneranno dalla meta?

La mia risposta

Questo è totalmente fuori contesto. Non posso commentarlo poiché non seguo la via della devozione, ma la logica mi dice che si dovrebbero fare offerte per le grandi cose, come la salvezza. Questa domanda riguarda la religione.

L'energia Kundalinī non ha nulla a che fare con nessun Dio o Dea. È il potere cosmico supremo che non ha forma. Distrugge tutto il karma dell'essere umano e porta la mente in uno stato di spensieratezza. Questo è l'obiettivo finale di tutti i sistemi yoga.

Un praticante di yoga non ha nulla a che fare con nessun Dio o Dea in quanto tale a meno che non stia seguendo il sentiero della devozione o del bhakti yoga, in cui l'idea del divino è personalizzata. Inoltre, questo Dio o Dea personalizzato deve rientrare nei parametri di alcune relazioni umane. Altrimenti, per uno yogi o yogini c'è solo un Dio da adorare: il Guru. Un Guru non è altro che Dio o divino solo nella forma di Guru tattva.

C'è solo un Dio o divino. Vari dei e dee di più religioni sono pensati solo per coloro che praticano le rispettive religioni. Ma sono solo come strumenti per un essere umano per elevarsi spiritualmente.

Una volta che un essere umano incontra il suo Guru e viene iniziato a qualsiasi percorso di yoga, è tutta un'altra storia. Si tratta di yoga e non più religione. Molte persone temono di abbandonare il sostegno della religione proprio come un bambino teme di lasciare la mano della madre anche dopo

aver imparato a fare piccoli passi. Ma come sai, questo ostacola un'ulteriore crescita. Anche qui è la stessa storia.

Ecco perché ho detto che le tue domande sono fuori contesto. Stai confondendo le religioni con il sistema dello yoga. Le religioni sono simili all'istruzione della scuola superiore, mentre la pratica dello yoga è simile all'istruzione universitaria. In più, dopo lo Shaktipāt Dikshā, è simile all'istruzione superiore. Ecco perché le tue domande sono un po' fuori contesto qui.

Non sono in grado di risponderti a causa di questo problema, ma sto facendo del mio meglio per trasmetterti l'idea. Per favore, leggi il mio libro ancora una volta, se possibile. Dopo il risveglio dell'energia Kundalinī, il gioco è finito, soprattutto per gli esseri umani. Il gioco divino di creazione, sostentamento e dissoluzione stesso inizia a finire. Il risveglio dell'energia Kundalinī è l'inizio della fine del gioco divino su questo pianeta.

Dubbi da YouTube

Domanda

Un praticante: Ho visto un video su Internet riguardante la guarigione dei chakra con un mantra. Mi hai dato lo stesso mantra durante la mia iniziazione Shaktipāt. Significa quindi che verrà attivato solo quel particolare Chakra?

La mia risposta

Non ha niente a che fare con il nostro sistema Shaktipāt. Ho dato lo stesso mantra ad alcune persone, ma non era pensato per la guarigione dei chakra. Quel mantra che ti è stato dato che rappresenta un centro energetico è solo un caso.

Durante l'iniziazione Shaktipāt, il mantra ha lo scopo di essere come un vettore, un vaso o una sorta di contenitore per dare l'iniziazione Shaktipāt. Non ha nulla a che fare con il Chakra o il centro energetico associato.

Potresti anche trarre vantaggio nella guarigione del chakra, come un bonus. Ma il nostro scopo non è quello. Spero che tu abbia avuto l'idea. Le persone praticano il canto di questi

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

tipi di mantra per risvegliare la loro energia Kundalinī, ma questo è nei sistemi di yoga indipendenti. Nel nostro sistema, la stessa cosa è stata raggiunta dallo stesso Shaktipāt.

Domanda

Stesso praticante: Mi sono chiesto se fosse connesso al Chakra e perché non al mantra Muladhara Chakra.

La mia risposta

L'iniziazione Shaktipāt è data da quattro metodi: tocco fisico, vista, mantra ed esercizio del libero arbitrio. Di solito uso gli ultimi due metodi.

Un mantra quindi viene utilizzato solo come strumento per fare Shaktipāt nel nostro percorso yoga. Questo è tutto. Poiché un mantra sembra essere un suono sacro o un corpo sonoro cosmico, porterà anche alcuni benefici materialistici. Ma questa è una scienza completamente diversa.

Nel caso di alcuni sistemi yoga indipendenti, il mantra è anche usato per risvegliare l'energia Kundalinī o in alcuni metodi per l'attivazione o la guarigione dei Chakra, ecc. Non ci occupiamo di quelle pratiche poiché non ci è richiesto.

Nel nostro cammino, il Guru risveglia l'energia Kundalinī direttamente dal Shaktipāt. Gentilmente non fatevi confondere con l'enorme quantità di letteratura disponibile su questo argomento.

Linee guida per le donne

Domanda

Un praticante: Va bene per le donne meditare durante i periodi mensili? (ciclo mestruale)

La mia risposta

Sì, per favore. Puoi cantare il mantra anche dentro la tua mente.

Rapporto Guru-discepolo

Domanda

Un praticante: Ho una domanda. Come veniamo scelti qui in questo segreto Ordine Shaktipāt; destino, Guru o Dio o....?

La mia risposta:

È tutto dovuto dal tuo karma o dal tuo destino.

Domanda

Un praticante: Come riesci a trovarci quando invece siamo noi a trovare te? Coincidenza o destino?

La mia risposta

È un misterioso principio cosmico che un Guru compaia automaticamente dal nulla quando uno studente è pronto a ricevere Shaktipāt. A parte questo, non si sa molto di questo fenomeno. Anche gli antichi testi sanscriti insistono su questo fenomeno. Ma come succede e perché succede è misterioso. Potrebbe essere una delle ordinarie leggi della natura come a un frutto che cade a terra dopo che è maturo.

Inoltre, ci sono numerosi altri fenomeni per i quali non esiste una spiegazione razionale, come l'esito di un'azione dopo che è stata commessa. Qualcosa di simile a una freccia lanciata in aria! La sua destinazione terminale non è più sotto il controllo dell'arciere dopo che è stato colpito, anche se ha tutto il potere prima che sia sparato.

Canto del mantra

Domanda

Un praticante: Per la grazia di Dio Onnipotente oggi, ho ricevuto l'iniziazione Shaktipāt da te. Ho cantato il mantra ed ero in meditazione. Ho sentito piccole vibrazioni in tutto il corpo e nel mio Chakra della radice. Muladhara Chakra ha iniziato ad attivarsi e ho sentito il calore in quella zona. Una piacevole esperienza spirituale. Mi sentivo molto positivo!

Il mantra l'ho cantato 108 volte. Mi sento molto bene! La sensazione di calore al chakra della radice o Muladhara

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Chakra! Tutto il corpo, le vibrazioni dell'anima! Effetto molto calmante! Sensazione di leggerezza e tentazioni volanti!

La mia risposta

Ok! Ma non devi ripetere il mantra solo 108 volte. Questo tipo di pratica non è presente sul nostro cammino. Per favore, continua con la tua pratica e la ripetizione del mantra il più a lungo possibile. Per favore, non stare a contare quanti mantra hai fatto.

Domanda

Un praticante: Puoi spiegare la focalizzazione sul Guru e la parte del mantra. Basta solo ricordare il Guru? Per quanto riguarda il mantra, si dovrebbe continuare a cantarlo o aiuta anche solo ascoltarlo?

La mia risposta

Sì, certo. Lo Shaktipāt è stato dato dal Guru esercitando il libero arbitrio e anche attraverso il mantra. Ciò significa che il mantra è stato caricato con Shaktipāt e poi dato. Pertanto, ricordare costantemente il Guru e il mantra equivale a invocare l'energia cosmica onnisciente o la divinità di Dio. Di conseguenza, l'energia Kundalinī inizia ad avere un impatto sulla mente di un praticante. Altrimenti, se non vuoi focalizzare la tua mente né sul tuo Guru, né sul mantra, né sull'energia cosmica, come inizierà la neutralizzazione dei karma? Questo è il nocciolo della questione.

Per quanto riguarda l'ascolto del mantra, sì, avrà un impatto sulla mente. È buono come invocare l'energia cosmica per due motivi. In primo luogo, il mantra stesso è sacro o un corpo sano che non è altro che energia cosmica.

In secondo luogo, il mantra è stato specificamente utilizzato come strumento per portare l'iniziazione Shaktipāt a un praticante seduto a una certa distanza. Pertanto, ogni volta che quel mantra viene ricordato in qualsiasi modo, avrà un impatto sulla mente.

Domanda

Un praticante: Meditare, concentrarsi sul tuo viso e cantare, tutti e tre insieme, è il metodo più efficace. Quanto impatto avrà se cantiamo solo il mantra mentalmente e ci

concentriamo sul tuo viso? Solo per capire la differenza tipo in percentuale.

La mia risposta

Non esiste una meditazione in quanto tale sul nostro cammino. La parola meditazione viene utilizzata liberamente, altrimenti viene chiamato “sadhan”. Pertanto, è necessario concentrarsi sul proprio Guru e sul mantra. Questo è tutto!

L'energia cosmica, il Guru e il mantra sono tutti uguali. Qui il mantra agisce come portatore dell'energia cosmica. Esso avrà il massimo impatto se focalizzato simultaneamente su tutte e tre le forme. Non può essere differenziato in termini di parametri fisici come percentuale ecc. Non è possibile perché l'energia cosmica è molto sottile.

Domanda

Un praticante: Quando ho iniziato il sadhan di oggi cantando il mantra, la mia testa ha iniziato a girare in senso orario per alcuni secondi, cosa che potevo sentire. Successivamente tutto era normale. Quando ho finito il mio sadhan, mi sono reso conto che stavo sudando. Oggi però non sono riuscito a concentrarmi di più sul canto.

La mia risposta

Per favore, non preoccuparti se non riesci a concentrarti sul canto del mantra perché esso ti è stato dato solo per dare il via ai Kriyā. Dopo l'inizio dei Kriyā, il canto del mantra si fermerà in ogni caso. Ma dovrebbe fermarsi da solo, naturalmente. Per questo non devi sforzarti a ricordarlo e ricominciare a cantare. Rimani semplicemente come uno spettatore muto e osserva i Kriyā.

Domanda

Un praticante: Negli ultimi giorni, quando faccio sadhan, mi addormento sempre più profondamente. Poi quando improvviso mi sveglio, canto solo il mantra. Non riesco a capire questo fenomeno. Per favore mi dica se mi sto muovendo nella giusta direzione o meno.

La mia risposta

Il canto involontario del mantra durante il sonno è abbastanza normale dopo l'iniziazione allo Shaktipāt.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Ovviamente, quando ti sveglierai improvviso, ti renderai conto che le tue labbra si sono mosse cantando il mantra che ti è stato dato. Ciò significa che il canto del mantra deve aver avuto luogo migliaia di volte mentre dormivi. Ottenendo di conseguenza il beneficio di quel canto.

Durante la meditazione tendi ad andare sempre più in profondità in uno stato senza pensieri! Ovviamente, anche il canto del mantra potrebbe interrompersi durante tali momenti. Anche questo è perfettamente normale. E sì, non c'è niente di sbagliato nella tua pratica. Sta accadendo esattamente nel modo in cui dovrebbe accadere. Per favore continua con la tua pratica allo stesso modo.

Domanda

Un praticante: Dobbiamo cantare il mantra che ci hai dato o possiamo anche cantare il mantra come “Om Namah Shivaya e Om Sri Matre Namah” una volta ogni tanto?

La mia risposta

Non dovresti fare deliberatamente nulla del genere. Se quei mantra lampeggiano involontariamente nella tua mente come Kriyā, allora lascia che il canto abbia luogo. Altrimenti, dovresti essere uno spettatore muto o un testimone silenzioso. È tutto!

Sembra che tu ti sia confuso con la letteratura disponibile su sistemi di yoga indipendenti come Ashtanga yoga, Raja yoga o mantra Japa yoga! Il nostro percorso è diverso! Si prega di essere molto chiari su questo. Vedi così tante persone sviluppare così tanti Kriyā dopo aver preso Shaktipāt Dikshā. Allora perché non sei ancora convinto del nostro cammino?

Se i Kriyā o le reazioni si verificano nelle persone che assumono Shaktipāt Dikshā seduti in luoghi lontani, allora non pensi che il processo sfidi tutte le spiegazioni razionali della scienza moderna? Cos'altro è necessaria un'altra prova?

Sembra che tu venga trascinato indietro verso la letteratura disponibile su Internet, ecc. Per favore, riflettici seriamente.

Sono sorpreso che tu mi abbia fatto questa domanda perché dimostra che non hai compreso il concetto di Shaktipāt. Pensavo che probabilmente avresti lasciato tutto il resto dopo

l'iniziazione dello Shaktipāt. Sta a te continuare con le tue pratiche precedenti, come cantare vari i mantra. Da parte mia, non ci sono restrizioni su questo. Ma tutte queste pratiche non sono più necessarie dopo l'iniziazione Shaktipāt. Proprio come non torni al liceo dopo esserti iscritto al college!

Domanda

Un praticante: È corretto cantare due mantra insieme? Sto parlando del Gayatri mantra e di quello che mi hai dato, il Guru mantra. L'ho chiesto perché da tre anni recito un mantra dato da qualcun altro prima del tuo mantra. Viene richiamato automaticamente nella mia mente quindi faccio fatica a non pensarci. Ho risolto il problema cantando entrambi i mantra insieme, il che mi è sembrato naturale.

La mia risposta

Se vuoi, puoi anche continuare a cantare il mantra precedente. Non ci sono obiezioni da parte mia su questo. Ma devi ricordare che non è più necessario farlo dopo l'iniziazione a Shaktipāt.

Poiché lo Shaktipāt Dikshā è un sistema avanzato, qualsiasi altra pratica svolta dai praticanti rallenterà il bruciare i loro karma. Questo è l'unico problema. Per il momento, puoi continuare a praticare qualunque cosa tu stia facendo, ma con la mente disposta ad eliminare tali pratiche in futuro.

Domanda

Un praticante: Ho provato ad immaginare che ci fosse una folla di persone che cantavano insieme a me e questo ha aiutato un po'. Ho provato la ripetizione verso l'esterno, ma non mi sembrava giusto. Potrei provare la ripetizione silenziosa senza suono, poiché la lunghezza di ogni sillaba viene distorta quindi il movimento delle labbra potrebbe stabilizzarlo un po' nella mia mente.

Quanti mantra abbiamo in Shaktipāt? Questi mantra sono dati in fasi? Vengono dati in base al livello di spiritualità di un praticante?

La mia risposta

Ci sono molti mantra. Non esiste un limite fisso in quanto tale. Per quanto riguarda il fatto che questi mantra vengano

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

dati in più fasi, no, niente del genere! Si prega di leggere la mia risposta sopra su questo argomento. La ripetizione del mantra viene eseguita dalle persone sia per benefici materialistici che per attivare i chakra per risvegliare l'energia Kundalinī. Tutto già raggiunto dall'iniziazione Shaktipāt.

Il mantra dato al momento dell'iniziazione Shaktipāt è solo una misura aggiuntiva.

Esso è anche un modo con cui può essere data l'iniziazione Shaktipāt. Per spiegarmi meglio, non c'era bisogno di dare alcun mantra a nessuno da parte mia quando ti ho dato l'iniziazione Shaktipāt. Avrei potuto esercitare direttamente il potere del libero arbitrio. Il mantra è stato caricato con lo Shaktipāt e ti è stato dato per assicurarti che l'iniziazione abbia successo. Ciò significa che ho utilizzato un mantra come strumento. Questo è tutto. Non è necessario che ti vengano dati altri mantra.

Un'altra cosa è che questo mantra si fermerà dopo che i Kriyā o le reazioni inizieranno a manifestarsi. Per favore, ricordati solo di una cosa: lo Shaktipāt è la più alta tecnica yoga disponibile per il risveglio dell'energia Kundalinī. Puoi cercare su Google lo desideri. L'unico motivo per cui non è così popolare è perchè non è addato a tutti. Solo coloro che hanno già raggiunto un particolare stadio spirituale lo ricevono. L'onnisciente e super-intelligente energia cosmica o Dio lo assicurerà. Spero che ora ti sia chiaro.

Domanda

Un altro praticante: Ho ancora problemi con il mantra. Sembra semplice ma per qualche motivo non posso farlo senza sentire il mio respiro. Se respiro mentre recito il mantra lo distorce o comunque la mia mente in automatico non riesce a concentrarsi molto bene. Non ne capisco il motivo.

Il mio respiro sembra avere più controllo della mia mente. Sto cercando di non concentrarmi su di esso ma è difficile quando ripeto il mantra. È normale?

La mia risposta

Va tutto bene. Non c'è niente di sbagliato nel modo in cui stai ripetendo il mantra in quanto tale. Se lo desideri, puoi

Colonel T Sreenivasulu

eseguire la ripetizione, muovendo rumorosamente i tuoi organi vocali. Tuttavia, il suo impatto sarà molto più potente quando sarà interiorizzato.

È un approccio graduale quando passi dalla ripetizione più forte alla ripetizione sottile. Per prima cosa un praticante prova a ripeterlo ad alta voce. Questo è seguito da un livello di rumore inferiore. Dopodiché, la ripetizione del mantra viene eseguita con il movimento delle labbra ma senza suono. Questo è ciò che si chiama ripetizione silenziosa. Dopodiché, mentre vai sempre più in profondità o più sottile, la ripetizione viene eseguita senza il movimento delle labbra e sarai comunque costretto a muovere la lingua e le corde vocali. Man mano che vai più in profondità e provi a ripetere il mantra senza il movimento delle labbra e degli organi vocali, diventa impegnativo eseguire la ripetizione in questa fase.

La soluzione è concentrare la mente sul suono del mantra. Ciò significa provare ad ascoltare il mantra internamente con la tua mente come se un'altra persona lo stesse cantando. Per semplificare, puoi persino immaginare il suono del mantra che risuona molto forte nella tua mente o come se fosse cantato da un centinaio di sacerdoti all'interno di un tempio e lo stessi ascoltando dall'esterno.

Fai un ulteriore passo avanti e prova ad immaginare un suono sottile del mantra che emana dallo spazio o dal cielo sopra o come se fosse cantato da un piccolo gruppo di sacerdoti. Dopodiché, ulteriormente, vai più in profondità o più sottile. Immagina solo il suono del mantra; nient'altro che la sua essenza o la forma sonora del corpo sonoro. Da qualche parte lungo questo percorso, la tua mente viene automaticamente disconnessa dal tuo respiro mentre vai sempre più in profondità. Facendo così, non avrai più il tuo problema.

Tutte queste abilità si sviluppano gradualmente. Potresti anche innovare le tue tecniche, come provare a usare inizialmente le cuffie, ecc. Non c'è fine a queste cose. Poiché il mantra è stato caricato con lo Shaktipāt, l'energia cosmica

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

inizia ad avere un impatto sulla tua mente. Inoltre, poiché l'energia cosmica proviene dal corpo del Guru al momento dell'iniziazione Shaktipāt, la visualizzazione simultanea dell'immagine del Guru, insieme al canto del mantra, ne aumenta l'impatto.

Domanda

Un praticante: Ho difficoltà nel collegamento mantra-respiro e ora cerco di andare più in profondità in ogni sessione. Tuttavia, la mente si allontana. Ci deve essere qualche speranza per quest'anima. Lato positivo, come hai detto in passato, l'attenzione continua verso il mantra sembra sempre aiutare.

La mia risposta

Lentamente, supererai questo problema ma potrebbe non accadere nell'immediato futuro. Pertanto, la lezione è perseverare e continuare a praticare. Ti sei mai chiesto perché potresti non dover nemmeno approfondire la padronanza della ripetizione del mantra? I Kriyā potrebbero interrompere la ripetizione del tuo mantra da qualche parte lungo la linea.

Quello che ho scritto sopra riguardo alla ripetizione del mantra è un concetto completo. Questo è più applicabile per i praticanti che seguono vari altri tipi di sistemi yoga. Il nostro è il sentiero dello Shaktipāt. Il mantra ti è stato dato solo come una misura di tampone. È usato come strumento per eseguire lo Shaktipāt di successo.

Pertanto per favore non preoccuparti troppo. Eccoti una speranza: potresti non dover padroneggiare la ripetizione del mantra in primo luogo. Concentrati invece sulla resa personale. Anche il mantra porta frutti per chi si arrende ad esso.

Shambhavi Dikshā

Domanda

Un praticante: Qual è il terzo stadio dell'evoluzione spirituale a cui ti riferivi?

La mia risposta

Il terzo stadio inizia con lo shambhavi Dikshā o iniziazione shambhavi. In questo stato, anche l'energia Kundalinī non ha più alcun ruolo. Lo scopo del suo risveglio sarebbe già finito.

Tuttavia, la persona non raggiunge ancora la salvezza o l'unità con lo spirito universale o Dio. Ciò significa che l'autorealizzazione non è ancora avvenuta. È più uno stadio nell'evoluzione spirituale piuttosto che qualsiasi iniziazione data da chiunque.

A questo punto, tutti i karma sarebbero già esser stati distrutti. Tecnicamente la persona avrebbe dovuto raggiungere la salvezza perché non c'è più motivo di esistere in un corpo umano. Ma sfortunatamente, non succede così. Un sottile velo di ignoranza o Maya avvolge l'anima individuale.

Questo è in uno stato di assoluta beatitudine. Esso è anche indicato come la “guaina della beatitudine”. Il praticante di yoga è al di là della dimensione dello “Spazio e Tempo”. Tutte le leggi delle scienze fisiche dovrebbero crollare in questa fase, proprio come dovrebbe accadere al punto di singolarità secondo la moderna fisica teorica.

Ma cosa succede da questa fase in poi, nessuno lo sa. Anche gli antichi testi sanscriti e i testi yoga non approfondiscono questo argomento. Seguendo la logica terrena, possiamo comprendere che l'autorealizzazione equivale a una persona che si rende conto di essere Dio. Ciò significa che il dualismo viene rimosso.

Di conseguenza molte filosofie e religioni esistenti basate sulla teoria del dualismo perderanno la loro rilevanza. Entreremo in infiniti dibattiti accademici solo da questo stato in poi. Quindi è inutile discuterne.

Problemi legati al sesso

Domanda

Un praticante: Per favore aiutami a darmi delle risposte a quanto segue:

È necessario fare sesso almeno una volta come prerequisito per il risveglio dell'energia Kundalinī, il suo innalzamento e il risveglio spirituale?

È un prerequisito per attivare, aprire ed avere un chakra sacrale ben funzionante? Il Chakra sacrale riguarda la sessualità e la creatività, per questo lo sto chiedendo.

La mia risposta

No, non è affatto necessario, si tratta del contrario. Si consiglia alle persone di praticare il “brahmacharya” o il celibato come preparazione al risveglio della Kundalinī. Tuttavia, questo è insito in sistemi di yoga indipendenti come Ashtanga o Raja yoga. Non si applica alle persone che hanno preso Shaktipāt Dikshā o iniziazione. Su questa strada, non importa in entrambi i casi.

Dopo lo Shaktipāt, tutti i chakra vengono attivati naturalmente nel tempo senza alcuno sforzo da parte del sadhak o del praticante. C'è molta letteratura sull'argomento su Internet e su YouTube. Per favore, non credere a tutto questo. La maggior parte non è nemmeno autentica.

Posso dirti con la poca conoscenza che ho sull'argomento è un mito tra le persone che l'energia Kundalinī può essere risvegliata durante i rapporti sessuali. Va ricordato che questa

l'energia è troppo sottile. L'energia sessuale o l'energia creativa, sebbene sia una forma di energia Kundalinī, è più grossolana rispetto all'energia Kundalinī.

Domanda

Stesso praticante: Lei dice che la Kundalinī è un'energia sottile quindi il sesso non la influenza. Pensavo che la Kundalinī fosse potente come un tornado. Può essere sottile, ma vedo il mio corpo tremare quando si muove dentro di me. Anche tu hai sperimentato questo?

La mia risposta

Più l'energia è sottile, più diventa potente. Alcuni praticanti mi hanno inviato video registrati dai loro familiari. In effetti sperimentano un violento scuotimento del corpo. Io l'ho sperimentato in un modo molto più potente. L'energia della Kundalinī è davvero potente. L'energia sessuale è più grossolana rispetto all'energia Kundalinī, sebbene sia anche una forma di energia Kundalinī per questo è relativamente meno potente.

Domanda

Un praticante: In che modo l'energia Kundalinī è collegata all'energia sessuale? Può aiutare durante la meditazione se mantieni questa energia?

La mia risposta

Per quanto riguarda la tua domanda, ti darò alcuni input sull'argomento. Dopo il risveglio, l'energia Kundalinī si sposta dal primo Chakra (o Muladhara Chakra) al secondo Chakra (o Svadhisthana Chakra).

In sanscrito, la parola Svadhisthana significa “proprio posto”! Il primo Chakra si trova a metà strada tra l'ano e l'organo genitale. Il secondo Chakra si trova vicino alla radice dell'organo genitale. Come vedi entrambi i chakra si trovano molto vicini l'uno all'altro in quanto tali, e anche vicino all'organo genitale. A causa del risveglio e del movimento dell'energia Kundalinī in questa regione, di solito si sperimentano intense sensazioni sessuali.

Inoltre, come devi sapere, l'energia sessuale è un'energia creativa. Ciò significa che è anche una forma dell'energia

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Kundalinī nella sua modalità creativa. Ma ricorda che questo vale quando è in modalità creativa, quindi prima del risveglio! Dopo che la creazione è stata fatta a livello individuale, è sostenuta costantemente dalla psiche dell'individuo. Questa funzione di sostentamento è svolta anche dall'energia Kundalinī in un'altra forma. Abbiamo quindi due funzioni dell'energia Kundalinī prima del suo risveglio: la prima è la creazione e la seconda funzione è il sostentamento.

Al risveglio, l'energia Kundalinī assume la forma della distruzione. Comincia a distruggere la creazione a livello individuale per il praticante. Pertanto, quando dici se l'energia Kundalinī è correlata o meno all'energia sessuale, è in questo contesto. Essa è legata all'energia sessuale solo in modalità creativa prima del risveglio. Si applica alle persone normali che non sono state risvegliate.

Per quanto riguarda la tua seconda domanda sul fatto che frenare l'energia sessuale sia utile per la meditazione. Sì, è utile per il risveglio delle persone comuni che praticano altre forme indipendenti di yoga, come l'Ashtanga o il Raja yoga.

L'energia sessuale, se contenuta, viene convertita in ciò che viene chiamato Ojas. Quindi inizia a risalire il Sushumna o il canale centrale della spina dorsale, effettuando così una meditazione profonda e donando un'aura potente alla persona interessata. Ecco perché la castità assoluta è generalmente raccomandata in tutte le religioni.

Secondo la mia scarsa conoscenza della scienza moderna, dovrebbe anche essere molto buono per le ossa e le articolazioni del corpo umano. Ma tutto questo non si applica ai praticanti di Shaktipāt. Dopo che lo Shaktipāt è finito, non è necessario fare nient'altro. Non è necessario astenersi dal sesso ecc.

È proprio come una pianta che non ha bisogno di alcuna protezione dopo essere diventata un albero. Certe abitudini come astenersi dal sesso o mangiare cibo vegetariano sono intese solo come azioni preparatorie. Spero che le tue domande siano state chiarite ora.

Si prega di non mettere in relazione la nostra tecnica Shaktipāt con la letteratura ampiamente disponibile su varie altre forme indipendenti di yoga. Potresti confonderti a causa della non disponibilità di chiarezza sull'argomento in modo esaustivo.

Domanda

Lo stesso praticante precedente: Sono ancora un po' confuso sulla terminologia “prima del risveglio, prima creazione, seconda funzione, sostentamento, al risveglio, assumendo la forma della distruzione, ecc.”.

C'è qualcos'altro che potrebbe andare più in profondità nella letteratura? Penso che la “creazione” possa essere una gravidanza, ma forse sbagliata. Quindi, trattenere l'energia sessuale non mi sarà di alcuna utilità ora che sono già stato iniziato? E dove dici che non c'è bisogno di astenersi dal sesso, non posso assumere l'energia/karma di qualcun altro attraverso il sesso ora che sono iniziato?

La mia risposta

Permettetemi di chiarire ancora una volta da una prospettiva diversa. Per favore, leggi ancora una volta il mio libro “Il potere sconosciuto a Dio”, dove tratto la questione della creazione, del sostentamento e della distruzione. Forse è stato spiegato più dettagliatamente nella versione indiana del libro. Te ne darò brevemente un'idea qui.

Tutta la creazione esiste a due livelli: a livello individuale e anche a livello collettivo. Questi due livelli esistono simultaneamente. Questo è il caso di ogni essere umano. Ciò significa che per ogni essere umano su questo pianeta, la creazione individuale e anche la creazione collettiva esistono nello stesso momento.

È tutto di natura psichedelica in primo luogo perciò non c'è bisogno di chiedersi come esistano così tante creazioni. Si prega di non confondersi con la moderna spiegazione scientifica poiché tutto o ogni fenomeno non è stato preso in considerazione.

Quando parlo di creazione a qualsiasi livello, individuale o collettivo, ci sono tre fasi distinte: la parte della creazione, il

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

suo sostentamento per qualche tempo e la sua distruzione o disintegrazione. (Continua a tenere a mente che è tutto psichedelico). È semplicemente un'illusione, come un film proiettato sullo schermo.

La creazione, il sostentamento e la distruzione vengono costantemente proiettati sulla psiche di ogni essere umano finché non raggiunge la salvezza o l'autorealizzazione.

Ora venendo alla tua domanda sull'energia sessuale come energia creativa: Sì, l'energia sessuale è il mezzo attraverso il quale la propagazione delle specie viene raggiunta da Dio o dall'Onnipotente. Sia che si tratti dell'atto sessuale o della gravidanza, fanno parte della creazione di questa illusione psichedelica nota come “vita” o creazione a livello individuale (entrambi i termini hanno lo stesso valore di significato).

Come per gli “Shakta” o adoratori dell'energia in India, queste tre forme di energia cosmica sono adorate rispettivamente come Dee “Saraswathi, Lakshmi e Kaali”. Queste tre forme celesti non sono separate. È tutta una sola forma. Quindi, sia a livello individuale che collettivo, operano queste tre energie.

A livello individuale, è chiamata collettivamente energia Kundalinī e il suo risveglio significa che è diventata di natura distruttiva. Inizierà a disintegrare la vita o la creazione a livello individuale, aprendo la strada all'ascensione spirituale e all'autorealizzazione.

Dopo che lo Shaktipāt è stato fatto su di te, questo processo è già iniziato. Venendo ancora una volta alla tua domanda sull'energia sessuale, l'astensione dagli atti sessuali è raccomandata a tutti i praticanti non Shaktipāt come una sorta di copertura protettiva per la loro crescita spirituale. Ma questo è per quelle persone che seguono sistemi di yoga indipendenti.

Per gli studenti Shaktipāt, questo tipo di restrizione non è necessario perché il suo scopo è già stato raggiunto. Un Guru ha già risvegliato la tua energia Kundalinī applicando il suo libero arbitrio. Successivamente, devi ricordare che qualsiasi indulgenza volontaria in atti sessuali da parte tua diventerà

nuovo karma. È considerato un Kriyā se si verifica in un corso naturale di eventi.

Per finire, nessuno assume il karma di qualcun altro attraverso il sesso. Dipende semplicemente da te se hai deciso di indulgere in atti sessuali. Non ha alcun impatto sulla tua ascensione spirituale in entrambi i casi dopo l'iniziazione Shaktipāt. Ma l'indulgenza volontaria porta a commettere nuovo karma. Si prega di tenerlo a mente. Spero che le tue domande ora siano chiare.

Domanda

Stesso praticante: Ho una maggiore comprensione della distruttività, che è la Kundalinī a livello individuale e forse dovrei leggere anche il tuo libro. Quindi, qual è la differenza tra l'indulgenza volontaria e il corso naturale degli eventi? Quest'ultimo significherebbe che se ti innamorassi, sarebbe un evento naturale? Sono un po' stanco del suono del nuovo karma. Non riesco a vederlo come una buona cosa. Questo potrebbe non influenzare direttamente l'ascensione spirituale, ma non lo fa in qualche modo se ho nuovi karma da cancellare?

La mia risposta

Sì, qualsiasi azione intrapresa da chiunque volontariamente diventa nuovo karma perché è venata di egoismo. Anche innamorarsi di qualcuno o indulgere in atti sessuali con o senza innamorarsi equivale solo a nuovo karma. Innamorarsi e dedicarsi al sesso ovviamente equivale a un potente karma.

Indulgere nel sesso occasionale senza alcun attaccamento emotivo potrebbe essere meno intenso in confronto. Tuttavia, tali atti equivalgono solo a nuovo karma. La distinzione tra karma e Kriyā non ha bisogno di molte spiegazioni.

Se muovi il tuo corpo volontariamente, diventa karma. Se si muove involontariamente durante la meditazione, diventa un Kriyā. Pertanto, una persona conosce meglio se stessa se si sta commettendo un nuovo karma o si sta verificando una reazione naturale come un Kriyā privo di qualsiasi

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

attaccamento emotivo. Lo stesso vale anche per gli atti sessuali.

Ricorda gentilmente un'ultima cosa: i Kriyā non dovrebbero essere fermati volontariamente. Questa è la linea di fondo. Anche se si tratta di pensieri o azioni legati al sesso, questo è ciò che intendevo quando si verificano nel corso naturale degli eventi.

Domanda

Stesso praticante: Questi nuovi karma creati dall'atto sessuale distrarranno anche dal progresso spirituale? Sento che forse lo farà. Ok, penso di aver capito. Una cosa, però. Stai dicendo che il sesso può avvenire involontariamente da un Kriyā?

La mia risposta

Sì, esatto.

Domanda

Stesso praticante: Ma l'atto sessuale avrà delle emozioni, davvero? Come si riesce a differenziare un Kriyā da un karma? Involontario significherebbe Kriyā. Supponiamo che sia Kriyā e dovrebbe spazzare via tutte le impressioni sensuali. In tal caso, risulterà senza dubbio nell'accumulare nuovo karma dalle emozioni coinvolte? Hai sinceramente visto qualcuno fare sesso involontario se non nei casi di vittime di stupro?

La mia risposta

Oltre all'atto sessuale, ci sono anche altre categorie di azioni che implicano emozioni inevitabili come subire l'umiliazione, esprimere rabbia verso qualcuno, mangiare alcuni alimenti con passione, ecc. È comprensibile! Ma se un praticante può esercitare il distacco, quelle emozioni non si riempiranno di egoismo troppo intensamente. Diventa relativamente più facile chiarire quei karma in seguito. Questo è un piccolo consiglio che ho dato ai lettori nel mio libro.

Per quanto riguarda il riconoscimento se un'azione è un Kriyā o un karma, un Kriyā sarà di natura relativamente giocosa. L'esperienza emotiva non è seria. È lo stesso anche con gli atti sessuali; quando accade come Kriyā!

Domanda

Stesso praticante: Quindi se mi arrabbio e riesco a stare calmo; questo è rimuovere l'egoismo e chiarisce il karma, o se faccio sesso e non mi diverto troppo o non mi affeziono; anche questo rimuove i karma.

La mia risposta

I Kriyā si verificano spontaneamente senza alcuna pianificazione. Hanno lo scopo di pulire solo il tuo karma. L'energia cosmica ti assicura di capire che sono solo Kriyā. Tutto dipende dalla tua sincerità.

Ciò significa che non bisogna indulgere in attività volontarie e cerca di giustificare le tue azioni dicendo che sono Kriyā. Sei il miglior giudice della tua coscienza. Sicuramente, potrebbe non essere possibile rimanere in uno stato di testimone come spettatore muto quando si verificano Kriyā di questa natura, come arrabbiarsi, subire umiliazioni, piangere, ridere, azioni legate al sesso, ecc..

Comprensibilmente, tutti potrebbero non essere in grado di esercitare imparzialità durante tali emozioni. Non importa ma non stare a preoccuparti. Questi karma appena accumulati sono relativamente più facili da eliminare durante la meditazione. Lampeggiano come ricordi durante la meditazione e si spengono lentamente. C'è una fragile linea di differenziazione tra Kriyā e karma. A volte i Kriyā si rivelano karma quando non viene esercitato un adeguato distacco.

Allo stesso modo, anche i karma appena commessi non vengono impressi nella tua psiche se viene esercitato un adeguato distacco mentre vengono commessi. Ma non significa che qualcuno possa commettere un crimine come omicidio, stupro, saccheggio o ferire qualcuno e finire a rifugiarsi sotto il concetto di distacco. Questo è molto importante da capire.

Ecco perché ho detto che devi essere sincero. Di solito, Dio non permette pur concedendo imparzialità all'individuo che sta commettendo tali azioni. Molto spesso, queste azioni sono intraprese da un praticante con distacco per il beneficio

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

mondano come atto di altruismo. Spero che tu capisca cosa sto cercando di trasmettere.

Domanda

Stesso praticante: Questo è un concetto bizzarro!

La mia risposta

I Kriyā si verificano per pulire i karma accumulati in passato in modo telescopico e accelerato. Ecco come viene influenzata la pulizia dei karma. I karma accumulati o le impressioni sensuali legate agli atti sessuali non fanno eccezione.

Pertanto, non c'è niente di strano in questo. Qualcosa deve accadere in un modo o nell'altro in modo che la pulizia dei karma possa essere influenzata. Come accadrà non può essere previsto con precisione. Pertanto, sto solo cercando di parlarti delle possibilità. Devi capire che qualsiasi cosa fatta con emozioni allegate si tradurrà in un nuovo karma o destino.

Domanda

Un praticante: Nella meditazione di oggi, dopo circa mezz'ora, ho iniziato a sentirmi stanco quindi ho deciso di sdraiarmi sul letto e meditare. Ma con mia sorpresa, diversi Kriyā stavano accadendo nel mio corpo insieme a un forte impulso sessuale che dovevo controllare con molto sforzo. Con molta difficoltà, ho potuto continuare con il sadhan per 70 minuti. Puoi spiegare perché è successo?

La mia risposta

Può accadere in questo modo. Non c'è niente di sorprendente al riguardo e succede a quasi tutti. Serve per ripulire i vostri karma solo perché i karma legati al sesso devono essere stati accumulati da tutti in grandi quantità dalle nascite precedenti. Ecco perché è una delle principali categorie di karma necessarie per essere ripulite. Ogni essere umano deve aver accumulato questi karma in quantità enormi. Non c'è niente di cui preoccuparsi troppo. Per favore, continua la tua pratica allo stesso modo e gentilmente non cercare mai di resistere ai Kriyā mentre stanno accadendo. Lascia che i pensieri legati al

Colonel T Sreenivasulu

sesso continuo nella tua mente e continua ad osservarli come uno spettatore muto.

Domanda

Un praticante: La maggior parte delle persone si aspetta che una sensazione specifica indichi che sta “accadendo”. Speravo in parte che inizialmente il movimento salisse alla mia spina dorsale. Tuttavia, anche l'idea di ciò mi metteva a disagio e quindi me ne dimenticai.

Non penso più al movimento che sento. Mi sto lentamente preoccupando meno dell'area di “blocco” o “tensione” che sento anch'io. Il movimento è tornato in modo abbastanza evidente la notte dell'iniziazione, ma da allora è sempre più debole. Insieme alla mia mente a riposo, me ne accorgo a malapena. È ancora lì, ma sicuramente non così prominente. L'unica volta che ora è difficile da ignorare è quando è mescolato con l'energia sessuale o quando si scontra. Non sono sicuro di cosa faccia, ma è una novità per me perché non ho mai provato quelle sensazioni intense prima.

La mia risposta

Va tutto bene. Potresti anche sperimentare una varietà di Kriyā in futuro. Semplicemente non è possibile prevederlo. Il mio suggerimento per te è di non focalizzare la tua mente sul movimento dell'energia o non preoccuparti nemmeno dell'idea dei Kriyā. Rimani semplicemente seduto con una mente calma e concentrati sul mantra e sul Guru. Questo è tutto.

Dopodiché, continua a osservare mentalmente come uno spettatore muto. Lascia che tutto ciò che deve accadere o anche se non sta accadendo nulla. Lentamente continua ad aumentare la durata della tua sessione di meditazione. Questo è tutto. Eri più concentrato sul movimento dell'energia prima. D'ora in poi, semplicemente non preoccupartene anche se si verifica nei nuovi chakra.

Domanda

Stesso praticante: Sto meglio a non preoccuparmi più del movimento. Ma dal momento che ha fatto fluire la mia energia sessuale, è difficile non notarlo. Forse perché, per così

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

tanto tempo, non scorreva affatto e ora è una sensazione travolgente. Non lo so. Se è troppo, non riesco a concentrarmi sulla meditazione. Ma generalmente, la maggior parte delle volte, non è così; non è sempre intenso.

La mia risposta

Sembra che tu non abbia compreso chiaramente il mio messaggio. Non è possibile concentrarsi sulla meditazione quando i Kriyā stanno accadendo lì. Ma dovresti continuare ad osservarlo o vivere l'esperienza come uno spettatore muto. Per favore, non resistere all'emozione nella tua mente. Non cercare di fermare i Kriyā. Questo è quello che dovresti fare. Questo è ciò che si chiama la pratica.

Meditazione è un termine generico che stiamo usando qui. Non dovresti meditare sul nostro cammino in senso classico. Quando l'energia Kundalinī è attiva nel secondo chakra, il praticante viene sopraffatto dall'energia sessuale. È normale. Devi solo attraversare l'emozione come uno spettatore muto.

Domanda

Stesso praticante: Lo farò la prossima volta che sarà così. Ed è lo stesso anche se non stai “meditando”? Possono essere Kriyā, anche in qualsiasi momento della giornata?

La mia risposta

Sì. Giusto. Non cercare di fermare i Kriyā, anche se sembra non etico o spiacevole. Non è la meditazione sul nostro cammino. È la pulizia del karma che sta accendendo.

Pertanto, mantieni la tua mente aperta e mantieni la calma mentre ti sottoponi ai Kriyā. Non lasciarti impantanare da principi, convinzioni personali, etica, religione, condotta corretta, ecc. Abbandona tutto e concentrati sulla tua pratica.

Domanda

Un altro praticante: Per favore, fornisci qualche chiarimento in più su questo argomento in corso. Hai scritto: “Quando l'energia Kundalinī è attiva nel secondo chakra, il praticante viene sopraffatto dall'energia sessuale. È normale. Attraversa l'emozione come uno spettatore muto”.

Quando dici di attraversarlo come uno spettatore muto, intendi dire che si dovrebbero semplicemente “osservare” i

vari pensieri, sentimenti ed emozioni così come le reazioni del corpo fisico, come l'eccitazione? O questo significa che si dovrebbe (se lo si desidera) continuare a impegnarsi nell'attività, sia con un partner che con se stessi, e osservare l'atto e le sue emozioni/pensieri originari, successivi e attuali durante quel periodo? Penso di aver capito cosa intendi per osservare le emozioni. Ma la seconda parte è un po' vaga.

La mia risposta

C'è una sottile linea di differenziazione tra Kriyā e karma. Lo metterò nelle parole esatte del mio Guru Ji, Sua Santità Swami Sahajananda Tirtha me lo spiegò molto tempo fa.

Supponiamo che la tua mano si muova involontariamente sotto l'influenza dell'energia cosmica per pulire i karma commessi da quella mano; questo è considerato un Kriyā. Se lo muovi volontariamente, allora ovviamente è nuovo karma. In entrambi i casi, c'è un movimento reale e fisico della mano coinvolta. La differenza sta nel fatto che sia avvenuto volontariamente o sia stato commesso deliberatamente. Sei il miglior giudice. Un osservatore non può distinguere la differenza.

Sembra che tu stia cercando di visualizzare e immaginare tutti i tipi di scenari quando mi hai la domanda. Tutti i tipi di scenari possono o meno materializzarsi. Forse dopo, potresti chiedermi se esiste la possibilità che qualcuno uccida una persona come parte della manifestazione del Kriyā. Non c'è fine a queste cose.

La linea di fondo è che i Kriyā non devono essere contrastati o fermati, sia che appaiano spiacevoli, peccaminosi, immorali o qualsiasi altra cosa. Questa è la regola generale da ricordare. Quindi, per favore non aspettarti, sperare o cercare solo Kriyā piacevoli e cerca di evitare Kriyā spiacevoli. Anche questo è importante.

Ad esempio, non puoi arrabbiarti con uno dei tuoi acerrimi nemici e uccidere quella persona con il pretesto di un Kriyā. Dal momento che sarà considerato karma, dovrai affrontare le conseguenze. Potrebbe non accadere mai come Kriyā

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

perché l'energia cosmica onnisciente assicurerà che nessun danno venga arrecato al praticante o alla società.

Tieni presente che l'energia risvegliata è onnisciente. Pertanto, invece di estendere questo treno di logica a tutti i tipi di scenari immaginari, sarà sufficiente ricordare la regola generale. I Kriyā non devono essere fermati a meno che non sia essenziale per evitare l'imbarazzo nei luoghi pubblici. Alcuni dei praticanti hanno già cercato un tipo di chiarimento simile a quello che stai cercando tu.

Prima di tutto, tieni a mente la regola generale. In secondo luogo, sii sincero con te stesso. Terzo e più importante, per favore sii coraggioso. Abbi fiducia nei tuoi Guru e nel sistema yoga. Di solito, questa è la parte più difficile e non quello che mi hai domandato.

Il tuo problema principale sarà riconciliarti con l'etica, la religione, l'avidità, ecc.; un praticante deve essere coraggioso. La tua domanda precedente riguardante i modelli di comportamento sessuale sarà l'ultimo dei tuoi problemi. Almeno qui non c'è danno per la società, a meno che qualcuno non sia spinto a commettere uno stupro, ecc. Per favore, non preoccuparti di tutte le situazioni immaginarie.

Concentra la tua mente solo sul sadhan o sulla pratica. L'energia cosmica onnisciente sa meglio come sistemare un praticante. Infine, a questo punto, avresti capito perché questo Ordine Shaktipāt era per lo più segreto e l'iniziazione Shaktipāt non è data a tutti. Pertanto, discrezione, imparzialità e coraggio sono le parole chiave da ricordare durante le situazioni che hai menzionato sopra.

Samadhí, morte e dopo la morte

Samadhi

Domanda

Un praticante: Sono curioso di sapere cosa accadrà dopo 10 o 12 anni di sadhana. Raggiungiamo moksha secondo le linee temporali suggerite nel nostro percorso? Allora la nostra mente si assesta nel silenzio assoluto senza alcun pensiero? O abbiamo ancora i pensieri ma ne siamo consapevoli e li osserviamo distaccati?

La mia risposta

Secondo gli antichi testi sanscriti il samadhi è di due tipi: uno con i pensieri ancora accesi e l'altro senza pensieri, oppure il primo è il samadhi inferiore e il secondo è superiore. Sono chiamati con nomi diversi in diversi sistemi di yoga. Il primo samadhi è chiamato savichara, savikalpa, sampjnata samadhi, ecc. La seconda categoria è nirvichara, nirvikalpa, asamprajnata samadhi, ecc.

Tutti i sistemi yoga o tantrici mirano solo a portare la mente al primo stato. Sebbene i pensieri possano essere significativamente ridotti, potrebbero essere ancora presenti. Ancora più importante, il dualismo è ancora conservato. In poche parole, la consapevolezza del sé come entità diversa è ancora conservata. In questo stato, anche i poteri

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

soprannaturali dovrebbero manifestarsi. Quindi, questo stato è uno stato spirituale molto elevato.

Si dovrebbe ricordare che la mente non scivola improvvisamente in questo stato come se si tuffasse in un corpo d'acqua. È un processo graduale, come camminare nell'oceano. L'anima lascerà il corpo umano se tutto il karma viene bruciato. Ciò significa libertà dal karma e liberazione dal ciclo di nascita e morte. Ma questo non può essere chiamato moksha poiché il dualismo è ancora presente. Il viaggio finale inizia solo da questo stato.

Dopo Shaktipāt Dikshā, si dice ampiamente che lo yoga dovrebbe fruttificare dopo 6 o 9 o 12 anni rispettivamente per un sadhak serio, di tipo medio e non così serio. In pratica significa solo raggiungere un punto di riferimento significativo. Ci sarà una grande trasformazione nella mente. Questo è tutto. Naturalmente, per un sadhak serio, lo yoga potrebbe completamente dare frutto. Non c'è limite a questo, come per i testi di yoga. Ma non posso dirlo con certezza riguardo alle linee temporali poiché anch'io sono un sadhak come te che lotta per liberarmi dai miei karma.

Morte

Domanda

Un praticante: Il giorno in cui il nostro corpo fisico muore, dobbiamo seguire regole/percorsi specifici o qualcos'altro?

La mia risposta

Non c'è niente che possa essere fatto dalla persona che è morta perché non ha un corpo fisico da utilizzare nel mondo fisico. Qualunque cosa accada, finché la persona non entra in un grembo, umano o animale, è un'unica natura psichedelica. Lo spirito non è in nessuna dimensione fisica dello spazio e del tempo. La mia conoscenza di questo fenomeno dell'aldilà è pari a zero. Fai pure delle ricerche online!

Domanda

Stesso praticante: Ci sono tante idee a riguardo, ma cosa è vero? Speravo che tu lo sapessi in qualche modo. Forse non è importante.

Risposta di un altro praticante

Ho letto un libro sul viaggio delle anime. È un ipnotizzatore/psicologo che ha scritto sui casi di studio di persone con cui ha parlato mentre era ipnotizzato, quindi direttamente al loro subconscio.

È interessante poiché l'anima di ogni persona sa esattamente dove è stata e può ricordare persone, luoghi, ecc., da molte vite precedenti e spiegare la vita tra le vite nelle proprie esperienze. Si tratta del libro di Michael Newton intitolato “Il viaggio delle anime”.

Risposta di un altro praticante

Un piccolo fatto che deve essere confermato da Guru Ji. Una volta preso un Dikshā, aspettiamo solo la pulizia dei nostri karma. Tutte le altre cose vanno in periferia. Una volta seduti sul treno, ci porta a destinazione. Non abbiamo bisogno di conoscere la meccanica del suo motore.

La Bhagavad Gita dice: “shraddhavan labathe jnanam”. La realizzazione arriva a coloro che hanno una fede incrollabile negli shastra e nelle parole del Guru. Per quanto riguarda le scienze spirituali, alcune cose devono essere sperimentate solo perché stiamo discutendo di un fenomeno al di là della portata del linguaggio e dell'intelletto umano.

Risposta di un altro praticante

È più simile a un server cloud e remoto. Come memorizziamo le informazioni nei server cloud, anche i nostri ricordi passati vengono archiviati in modo simile. Chiunque sappia come raccogliere i dati, può accedere a tali informazioni visto che qualunque cosa facciamo o diciamo nella nostra vita, è memorizzato in uno spazio universale chiamato Akash tatva.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Risposta di un altro praticante

In primo luogo, questo concetto di Maya deve essere compreso. Finché i nostri karma non saranno purificati, continueremo a soffrire delle dualità come felicità e miseria.

In secondo luogo, finché abbiamo “desiderio”, il mondo esiste ancora per noi. Pertanto, in questa fase, non possiamo dire che questo mondo sia “Maya”.

Solo colui che ha attraversato tutto e vede tutti come sè stesso può chiamarlo Maya.

Ancora una volta, questa è una cosa da sperimentare e non capire. Ciò che chiamiamo Maya è la stessa “parashakti”, che ora è sveglia in noi e ha iniziato a pulire i nostri karma. Lei è Maya per chi non lo sapesse. Per noi, lei è “parashakti”, o il supremo potere cosmico o nostra madre.

Risposta di un altro praticante

Ecco cosa ne penso di questa discussione illuminante! Durante l'incontro personale con Guru Ji a Vijayawada, egli disse: “Ci sono molti modi di pratica spirituale. Il modo Shaktipāt è uno di questi modi.

In questo, il praticante o sadhak ha poco da fare se non arrendersi al lignaggio Guru e Shaktipāt. Il mantra è il vettore. Il “Sankalpa” di Guru è il più importante, egli è il catalizzatore nell'attivazione.

Concentrandosi sempre sul Guru e cantando il mantra, si può progredire. Non esiste un tempo misurato per il progresso; può estendersi per tutta la vita in base ai karma di un individuo”.

Prima di sentire questo, ho avuto le mie interpretazioni e domande. Ma ora mi rendo conto che semplicemente assimilare e seguire queste parole è molto più facile che praticare altri sistemi di yoga indipendenti come il Bhakti yoga o il Jnana yoga. Ovviamente anche tutti gli altri hanno ragione. Nel mio caso, sento che questo è più facile.

Dopo la morte

Domanda

Un praticante: Ho una domanda per te. Me lo chiedo ormai da paio di anni, ma ho pensato che il mondo sottile e degli spiriti al suo interno, siano esseri umani disincarnati o entità di natura extraterrestre che possono interferire con i nostri corpi energetici. È vero? O si tratta solo noi stessi e del nostro karma che interferisce?

La mia risposta

Secondo gli antichi testi sanscriti tutto il nostro karma influisce sul nostro destino. Semplicemente non c'è forza esterna da nessuna parte nel cosmo che possa interferire con il destino che si sta svolgendo. Qualunque impatto si senta in qualsiasi modo o mezzo è anche per i karma accumulati dall'essere umano.

In poche parole, qualunque potere esista ovunque nel cosmo è racchiuso proprio all'interno dell'essere umano. Per amplificare ulteriormente questo punto, tutto ciò che non c'è all'interno dell'essere umano non c'è da nessun'altra parte. Qualunque preghiera esaudita non deriva da altri; è accaduto grazie al potere all'interno del sé. Si ritiene che per il resto tutto agisca come mezzo per produrre l'attrito richiesto.

Tutte le pratiche religiose, le pratiche yoga, le pratiche tantriche e se c'è qualcos'altro, sono semplicemente un mezzo o uno strumento per l'essere umano per manifestare il destino interiore. Varie entità, come spiriti o esseri extraterrestri, ecc., hanno anche la stessa anima degli esseri umani o la stessa divinità onnipervadente. Gli alieni, gli esseri extraterrestri o qualsiasi altro spirito non hanno un Dio separato dagli esseri terrestri.

È una cosa diversa che gli stessi esseri umani abbiano scomposto Dio in esseri diversi e praticino religioni diverse. Allo stesso modo, gli esseri che abitano in altre dimensioni o regioni celesti e inferiori, ecc., potrebbero fare la stessa cosa proprio come gli esseri umani, ma a causa dell'ignoranza

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

riguardo alla scienza spirituale, è la stessa storia sulla terra rispetto ad altre creature come animali ecc.

La divinità o Dio è la stessa in tutte le creature. Ma tutto si riduce ai karma. È così che la trasmigrazione della vita va avanti tra i terrestri. Allo stesso modo, la trasmigrazione avviene tra umani e vari altri esseri o alieni, o chiamala con qualsiasi nome. Tuttavia, che si tratti di un diavolo o di un demone o di un alieno o di un celeste o di qualsiasi altro spirito, alla fine dovranno nascere come esseri umani per la salvezza finale.

Naturalmente, questo non si applica a quegli yogi che hanno già bruciato i loro karma e sono trasmigrati dai corpi umani. Potrebbero ancora vivere nei loro corpi casuali e cercare di raggiungere la loro salvezza finale con il Dio universale. Quest'ultima affermazione è molto significativa. Questa affermazione implica che semplicemente non c'è nulla di noto come salvezza finale. È solo fino a un certo punto, ed è sempre così.

Per favore, non sto cercando di sostenere il “dualismo” del Vedanta. Che si tratti di dualismo o non dualismo, o dualismo qualificato della filosofia Vedanta, dipende da come si guarda il quadro generale.

Domanda

Un praticante: Vivo all'estero e mia madre è morta di recente in India. Negli ultimi giorni è stata un po' malata. Non ho mai pensato che non l'avrei più rivista. C'erano molti rimpianti e tristezza nella sua vita. Non era molto felice nella sua vita dopo i 19 anni. Voglio che rinasca di nuovo, che si goda completamente la vita e raggiunga Mukti. Se ora ha raggiunto Mukti, sono più che felice. Come posso renderle una possibilità ora che se n'è andata? Mi scuso per averti fatto domande così stupide. Le mie emozioni sono dappertutto oggi.

La mia risposta

Condoglianze per tua madre. Possa La sua anima riposare in pace. Prego che Dio conceda a te e agli altri membri della tua

Colonel T Sreenivasulu

famiglia una forza adeguata per sopportare questa perdita. Si prega di eseguire tutti i rituali necessari secondo la tradizione. Per favore, non preoccuparti se non ha vissuto una vita felice. Come sai, questo significa solo che dev'essere riuscita a neutralizzare tutto il cattivo karma della sua vita precedente. Certo, rinascerà di nuovo. La parola morte è solo una parola vaga che usiamo tutti quando il corpo fisico di carne e sangue diventa inadatto alla dimora dell'anima. Può essere dovuto a lesioni, malattie o usura naturale. Prova ad immaginare! Potresti sentirti triste visto era tua madre. Ma è un bene per lei che abbia lasciato il suo corpo logoro perché presto rinascerà di nuovo con un corpo nuovo.

Solo per il tuo conforto, è giusto cercare la sua sofferenza nel suo corpo logoro? Non preoccuparti quindi troppo. Lo stato attuale in cui ti trovi è comprensibile, ma stai certo che il tempo guarirà tutto.

La sua prossima vita dipende dal karma accumulato da lei nel passato. Quando dico passato, non intendo solo la vita che ha avuto ma anche quelle precedenti. Certo, è impossibile prevedere il suo futuro, come puoi capire. È simile a una freccia lanciata in aria. Un essere umano perde ogni controllo sulla freccia dopo che è stata lanciata in aria.

Non abbiamo idea del suo karma dalle sue diverse vite passate. Pertanto, per favore, smettila di rifletterci sopra. Dio è lì per tutti. È lo stesso Dio anche per tua madre. Pertanto, possa quel Dio supremo benedire la sua anima. Per favore, abbi cura di te e concentrati regolarmente sul tuo sadhan.

Domanda

Un praticante: Cosa succede quando moriamo? C'è qualche coscienza individuale che rimane attiva? Continua ad esistere un'individualità autocosciente o ci fondiamo nel cosmo e nella mente di Dio? Prima della reincarnazione, c'è qualche coscienza o siamo semplicemente dormienti fino alla prossima nascita?

La mia risposta

Sinceramente non ho idea del fenomeno dell'aldilà. Tuttavia, una cosa è certa: la consapevolezza individuale viene

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

mantenuta. La fusione con Dio o il cosmo avviene solo in caso di salvezza o moksha.

Problemi relativi all'energia Kundalinī

Domanda

Un praticante: Questo può sembrare sciocco, ma cos'è l'energia Kundalinī in relazione al terzo occhio/Ajna Chakra? Pensavo che l'energia della Kundalinī provenisse dalla radice/Muladhara Chakra?

Risposta di un altro praticante

L'energia Kundalinī risiede nel Chakra della radice. Sorge dal Chakra della radice e attraversa uno ad uno gli altri Chakra, schiarendo le impressioni sensuali. Successivamente, raggiunge Ajna Chakra.

La mia risposta

Sì, certo. L'energia Kundalinī si trova solo nel Muladhara Chakra. Il terzo occhio è anche indicato come quello situato solo nell'Ajna Chakra. Per questo possono entrambi esser considerati uguali! C'è una differenza di terminologia!

Attenzione a non confondere l'argomento del risveglio dell'energia Kundalinī con l'apertura o l'attivazione del terzo occhio. Innanzitutto, il termine “terzo occhio” non è usato nei testi di yoga, a causa della mia scarsa conoscenza dell'argomento.

In secondo luogo, suppongo che sia un termine inventato nei testi tantrici tibetani o in altre culture. Le persone cercano di usare tutti i tipi di metodi tantrici, inclusa la chirurgia tantrica, per attivare il terzo occhio o Ajna Chakra.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

È fondamentale l'attrazione per ottenere poteri soprannaturali. Non so quanto sia autentico. Ma sicuramente avrà risultati disastrosi se attivato con tali metodi. Cercare di ottenere poteri soprannaturali all'inizio significa che il praticante è destinato a cadere spiritualmente. La crescita spirituale si arresterà immediatamente. Tutti i testi di yoga sottolineano questo fatto.

In secondo luogo, cercare di raggiungerli con tali metodi tantrici è indubbiamente pericoloso. Nel nostro cammino, l'energia Kundalinī viene risvegliata direttamente dalla volontà del Guru. Tutti i chakra sono completamente attivati.

Alcuni dei nostri praticanti sperimentano i Kriyā o reazioni all'Ajna Chakra o al livello del terzo occhio senza sperimentare i Kriyā al Muladhara Chakra. Allo stesso modo, alcuni altri praticanti hanno sperimentato i Kriyā in altri Chakra senza sperimentarli nel Chakra radice.

Può accadere dopo che l'energia Kundalinī è stata risvegliata da Shaktipāt. Può seguire o meno un ordine crescente. Tutto dipende da come l'energia Kundalinī risvegliata vuole fare la pulizia dei tuoi karma.

Un altro punto da notare nel nostro percorso è che i praticanti devono essere già stati risvegliati nelle loro vite passate. I loro altri Chakra devono essere già stati attivati. Lo stesso processo può essere applicato anche a sistemi di yoga indipendenti.

È ampiamente proclamato nei testi di yoga che ovunque un praticante abbia raggiunto spiritualmente nella nascita precedente, viene raccolto da lì durante la nascita successiva. Pertanto, l'energia Kundalinī risvegliata può seguire o meno un ordine mentre diventa attiva in vari Chakra.

Ecco perché, per favore, non confrontare questo con ciò che è scritto negli antichi testi di yoga. Nei testi di yoga, il concetto di risveglio della Kundalinī è affrontato in modo completo, parendo come se l'intero processo avvenisse in una vita. Ma sapete tutti che di solito non succede così. Occorrono diverse nascite per sottoporsi all'intero processo.

Colonel T Sreenivasulu

Non puoi applicare la conoscenza completa alla tua attuale pratica yoga in questa particolare vita. Spero che questo argomento sia chiaro ora perché i praticanti spesso fanno ripetutamente la stessa domanda.

Infine, vorrei riassumere che ciò che è scritto nei testi è inteso per l'evoluzione spirituale complessiva di un praticante che abbraccia diverse vite. Ciò che stai praticando ora in questa vita non può essere paragonato a tutto ciò che trovi nei testi, in Internet o su YouTube.

Domanda

Un praticante: Ok, quindi il risveglio dell'energia Kundalinī non seguirà un ordine particolare ma alla fine aprirà naturalmente il terzo occhio. È questa la correlazione che Kundalinī ha con il terzo occhio – uguale a tutti gli altri Chakra, quindi niente di diverso? Ho anche iniziato a vedere alcuni tipi di esseri energetici. Potrebbe essere dovuto alla mia attivazione di Ajna Chakra?

La mia risposta

Sì. L'energia Kundalinī aprirà naturalmente l'Ajna Chakra. Non è richiesto alcuno sforzo particolare.

Anche se è un po' scomodo. A volte è persino doloroso, come se la regione sulla tua fronte venisse tagliata con una lama o addirittura con un pezzo di vetro, come mi ha detto il mio Guru Ji. E sì, questa è la correlazione che l'energia Kundalinī ha con Ajna Chakra.

Ha lo stesso collegamento anche con tutti gli altri Chakra. Ogni Chakra ha funzioni separate legate alla psiche di un praticante. Ajna Chakra è solo uno dei Chakra superiori. Questo è tutto.

Riguardo a te che vedi alcuni esseri energetici, non so se sia collegato con l'Ajna Chakra o no! La manifestazione dei poteri soprannaturali è una storia diversa. Dovrebbero manifestarsi quando si inizia a entrare in uno stato di spensieratezza.

Domanda

Stesso praticante: Oh! Giusto! Va bene! Non lo capisco neanche io! Non ero sicuro che fosse collegato. Quindi i

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

poteri soprannaturali non richiedono necessariamente che tu abbia un Ajna Chakra aperto, allora?

Nemmeno io sono entrato in uno stato di spensieratezza, eppure vedo queste cose ogni volta che guardo una luce e talvolta senza.

L'unico Chakra in cui ho sentito una sensazione pungente è il Chakra sacrale/Svadhishthana. Fu allora che l'energia Kundalinī si mosse in senso opposto e lungo la mia gamba in modo molto potente. Ho iniziato a vedere esseri energetici di qualche tipo proprio prima di incontrarti. Potrebbe essere la mia terza apertura degli occhi? Era inaspettato, ma non avevo paura.

La mia risposta

Quando l'energia Kundalinī viene risvegliata dopo lo Shaktipāt, tutti i chakra vengono attivati. Dopodiché, mentre il karma viene purificato, la mente inizia a entrare nei vari stadi di spensieratezza. Quindi, a un certo punto, anche i poteri soprannaturali si manifestano secondo i testi dello yoga. Questa è la solita sequenza.

Tuttavia, supponiamo che l'attenzione di un praticante sia solo sull'attivazione di un particolare Chakra per ottenere poteri soprannaturali. In quel caso, è una storia diversa. Pertanto, non puoi collegare la manifestazione di poteri soprannaturali con l'attivazione di Ajna Chakra o solo del terzo. Suppongo che i poteri associati al terzo occhio siano di natura limitata. Tutti i tipi di poteri ampiamente classificati in otto categorie non sono associati solo ad Ajna Chakra.

Domanda

Stesso praticante: Ok, grazie. Non sono ancora sicuro di come vedo queste cose che nessun altro vede. Ho appena iniziato a vederli prima dell'iniziazione. Ho sperimentato i Kriyā negli ultimi tre anni, quindi forse un altro Chakra è stato pulito prima. Non stavo cercando di vedere queste cose; sono appena apparse.

Risposta di un altro praticante

Non preoccuparti di come o perché vedi queste cose. L'universo continuerà a mostrarti sempre più cose. Rimani semplicemente aperto e non mostrare alcuna resistenza.

La mia risposta

Ok, nessun problema al riguardo. Lascia che quelle visioni si verifichino! Per favore, non focalizzare troppo la tua mente su queste cose. Rimani semplicemente uno spettatore muto ogni volta che hai tali esperienze.

Domanda

Un praticante: Per qualsiasi motivo, l'energia Kundalinī risvegliata da Shaktipāt tornerà mai al suo stato dormiente?

La mia risposta

Una volta risvegliato, rimarrà sempre in quello stato. Ma andrà in letargo solo se non ti alleni regolarmente. La scintilla di energia cosmica rimarrà nello stato risvegliato anche nella tua prossima vita.

Domanda

Un praticante: Puoi dirmi gli altri “chakra” presenti sulla spina dorsale diversi dai sette chakra principali?

Ho visto un'immagine in uno dei libri dove venivano raffigurati questi chakra. Solo poche settimane fa, ho sentito uno di questi chakra girare. Non l'ho mai sentito prima. Era quello vicino alla parte inferiore della spina dorsale sul retro. Era pronunciato con una forte rotazione.

Un'altra domanda che ho è: Hai detto che il karma non può essere cancellato o accumulato in un sogno? Ho fatto dei sogni con alcune paure casuali. Non troppo intenso, ma sembrava strano.

La mia risposta

Ci sono alcuni chakra intermedi oltre ai 7 chakra principali. Non so quali siano nello specifico. Ho letto qualcosa a riguardo molto tempo fa ma ora non li ricordo.

Cerca pure online e potrai trovare informazioni su di loro. Ricorda solo che sono chakra intermedi e non i chakra principali.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Hai tali sogni solo a causa del karma accumulato. Solo che i karma non vengono ripuliti perché vi sono stati mostrati durante lo stato di sogno. Allo stesso modo, quelle azioni non diventeranno karma se hai fatto qualcosa di buono o cattivo nel tuo stato di sogno.

Tuttavia, se ricordi quel sogno e continui a rimuginarci sopra durante lo stato di veglia, i tuoi pensieri su di esso diventeranno karma.

Il Chakra in cui provi dolore e una sensazione di rotazione è solo il chakra della radice. Le sensazioni vicino ai Chakra si avvertono sia davanti che dietro. Non ci sono Chakra diversi.

I sogni divampano dopo l'iniziazione a Shaktipāt. Si verificano tutti i tipi di strani sogni. Alcuni potrebbero essere piacevoli e alcuni potrebbero essere sgradevoli o addirittura disgustosi; perché la mente subconscia sarebbe stata agitata dall'energia Kundalinī risvegliata. Di conseguenza, i karma accumulati si precipitano fuori. Ma quelli che escono durante lo stato di sogno sono inutili perché non vengono distrutti. Il fenomeno accade in ogni caso.

Domanda

Un praticante: Spiega gentilmente i sintomi quando la Sushumna Nadi sta lavorando.

La mia risposta

Tutti i Kriyā o le reazioni riportate da alcuni degli altri praticanti sono dovute solo al funzionamento della "Sushumna Nadi". In caso contrario, quelle reazioni non si sarebbero verificate perché "Sushumna Nadi" è connessa con l'intero corpo umano attraverso una rete di sottili canali energetici o Nadi. Di conseguenza, quando "Sushumna Nadi" viene attivato il suo impatto si fa sentire in qualsiasi parte del corpo.

Tieni però presente che l'energia Kundalinī è un'entità cosciente! Pertanto, il suo impatto si fa sentire non solo sul corpo fisico grossolano, ma anche a livello dell'intelletto umano, della mente, del respiro, della vita quotidiana esterna, ecc.

Colonel T Sreenivasulu

La sua attivazione è vissuta generalmente in quattro modi in generale: o come numerose formiche che si arrampicano sul dorso o come una rana che salta sul dorso, o come un serpente che si muove sul dorso (come quando strisce a terra e spinge il suo corpo in avanti) o come un uccello che si libra nel cielo. Quest'ultimo movimento è difficile da capire, sebbene sia sentito in modo molto distinto.

Inoltre, quando l'energia Kundalinī viene inizialmente attivata all'interno della Sushumna Nadi, si sposta dal Chakra della radice al secondo Chakra, che si trova vicino alla radice degli organi genitali. Si sperimenta anche un estremo piacere sessuale. Inoltre, a volte si avverte distintamente come se un fragile filo si stesse arrampicando lungo il centro della spina dorsale.

Domanda

Stesso praticante: Voglio chiederti in modo specifico come funziona la Sushumna Nadi e dei suoi effetti sul corpo.

La mia risposta

Tutti i Kriyā o le reazioni riportate da alcuni praticanti sono dovute solo al funzionamento della Sushumna Nadi; altrimenti, quelle reazioni non si verificano.

Domanda

Lo stesso praticante: Ricordo tutto questo, ma volevo sapere qualcosa riguardo ai cambiamenti nel respiro. Ho sperimentato una respirazione estremamente regolare ed equilibrata quasi per tutto il giorno e la notte e l'attenzione si è focalizzata sul terzo occhio (interiormente). Mi piace questo respiro e anche il Chakra della radice è attivo.

La mia risposta

Se lo stai chiedendo in relazione al respiro, allora è così. Il pran, o “forza vitale”, che provoca la respirazione, viene premuto verso l'apan, o forza vitale, che opera nella regione inferiore del corpo e viene miscelato.

Contemporaneamente entrambi vengono arrestati internamente chiudendo tutte le aperture del corpo con l'aiuto dello yoni mudra.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Permettetemi di attirare la vostra attenzione qui; se sia pran o apan (che altrimenti si tirano sempre l'un l'altro in direzioni opposte) viaggiano insieme nella stessa direzione e lasciano il corpo, la morte avviene secondo l'insegnamento del pranayama.

Entrambi vengono arrestati internamente dallo yoni mudra. Di conseguenza, a causa della mancanza di vie di fuga nel corpo, la miscela di pran Vayu inizia a risalire il canale di Sushumna. Pertanto, questa è la relazione tra respirazione e cambiamenti nella Sushumna Nadi.

Come preludio a ciò, tutto quello che accade con una respirazione perfettamente regolata potrebbe esservi in preparazione. Nel caso dei praticanti Shaktipāt, questo complesso processo è naturalmente raggiunto dalla grazia del Guru.

Man mano che un praticante avanza sul sentiero dello yoga e man mano che i suoi karma vengono purificati, si suppone che l'Ashtanga o il Raja yoga ne risenta naturalmente. Poiché il pranayama fa parte dell'Ashtanga Yoga, anche questo viene influenzato naturalmente.

Ciò significa che la regolazione della respirazione sperimentata da te potrebbe essere un precursore di questo fenomeno. In seguito, potrebbero verificarsi sempre più Kriyā o reazioni riguardanti la respirazione. È una buona cosa solo che sta accadendo a te. Spero che questo potrebbe essere il tuo caso.

Domanda

Un praticante: Dice che il Guru esercita piena autorità sulla Shakti risvegliata in modo da poter controllare la sua velocità di flusso e tenerla sotto disciplina. È corretto?

La mia risposta

Sì, un Guru può controllare la velocità del flusso di energia Kundalinī dopo il suo risveglio. Questo controllo è insito in ogni Guru a cui è stata data l'autorità di dare l'iniziazione Shaktipāt perché la tecnica Shaktipāt, in quanto tale, non è stata progettata da nessun Guru.

È semplicemente trasmesso dal lignaggio di Shaktipāt Guru. Pertanto, la tecnica Shaktipāt, in quanto tale, è a livelli sicuri. Il nostro lignaggio ha più di cento anni. È testato nel tempo. Non abbiamo nulla di registrato sugli incidenti dell'impatto negativo del risveglio dell'energia Kundalinī fatto da Shaktipāt.

Il tipo di Kriyā o reazioni che si manifestano dipende dai tuoi karma. È totalmente basato sul karma precedentemente accumulato. Il controllo può essere esercitato dal praticante solo quando vuole fermarli mentre sono nel processo di manifestazione. Ma un praticante non ha alcun controllo sulla loro velocità.

La velocità può dipendere dal tipo di karma o dalle impressioni sensuali accumulate. Ma la velocità del flusso dell'energia Kundalinī non è sotto il controllo del praticante. Spero tu capisca la differenza.

Successivamente, per quanto riguarda la tua domanda se si estinguerà mai o lascerà il corpo: no, una volta che l'energia Kundalinī si è risvegliata, è per sempre. È inesauribile. Anche se l'energia fuoriesce dal corpo, per favore non pensare che ad un certo punto si esaurirà. È inesauribile.

Inoltre, non sfugge dal corpo in senso classico. Accade solo che fuoriesce dal corpo e si dirige verso il mondo esterno; potrebbe essere vissuto in questo modo. Ma non significa che stia scappando perché l'energia cosmica fuori e dentro il tuo corpo è la stessa: un'entità! Non si può dividere.

Domanda

Un praticante: Quindi, la nostra energia Kundalinī è stata risvegliata da te dando l'iniziazione Shaktipāt. Non è vero?

La mia risposta

Esatto. A quelli di voi che erano precedentemente nello stato risvegliato, si stabilizza a un livello sicuro.

Domanda

Un praticante: Trovo diversi siti web su Internet che danno molte informazioni sul risveglio dell'energia Kundalinī. È utile leggerlo?

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

La mia risposta

C'è un'enorme quantità di letteratura disponibile su Internet e anche su YouTube sull'argomento. Se sei curioso di leggere, fai pure.

Attento a non lasciarti trasportare troppo da tutta quella letteratura. Per lo più è roba accademica. Molte persone che ne hanno scritto o parlato non sono nemmeno praticanti. Ecco perché ho detto che è principalmente roba accademica. Ho dato un'occhiata al link inviato da te e al contenuto. A prima vista, ho notato alcuni errori tecnici quindi fai attenzione. Invece, affidati sempre al tuo Guru. In questo modo sarà molto più pratico.

I testi di yoga spiegano l'argomento da un punto di vista accademico piuttosto che dal punto di vista pratico. Ad esempio, conoscete tutti i Kriyā che i nostri praticanti hanno sperimentato. Alcune di queste esperienze non si trovano in nessun testo.

Per questo ti prego di fare attenzione. Tutto non è nemmeno tecnicamente coerente. Potrebbe essere stato scritto in modo solo per attirare l'attenzione, per portare il lettore a farsi influenzare da tale letteratura e a scoraggiarsi. Pertanto, ti preghiamo di fare affidamento sulla tua pratica e sulle esperienze dirette piuttosto che sulle cose accademiche.

Domanda

Un praticante: Ho sentito il chakra della radice dopo l'iniziazione. Sembrava che fosse basso, quasi sotto l'inguine, come se fossi seduto su un'onda. Questo nuovo movimento, era in cima alla piega del sedere. Era più alto del coccige che ruotava all'esterno del mio corpo e non all'interno. Questo è ancora il chakra della radice, giusto?

La mia risposta

No, seguendo la tua descrizione non è il chakra della radice. È il secondo chakra dal basso, chiamato Svadhithana chakra. Che sia sul lato anteriore o posteriore, non importa perché quando viene attivato, l'effetto si fa sentire sia nella parte anteriore che in quella posteriore del corpo. Ma ciò non

significa che ci siano due chakra separati. È solo uno. Devi considerare solo la sua posizione.

Domanda

Stesso praticante: Ah! Sì! Sono contento che sia il secondo. Quello è rimasto bloccato per molto tempo! E potrebbe spiegare perché anche la mia energia sessuale sta diventando più forte. Ho cercato i 12 sistemi di chakra e ho visto solo quelli sopra la testa e uno sotto terra. Non vedo ancora quello che ho menzionato nella foto. Penso che tu abbia ragione, però; è il chakra sacrale.

Cosa succede se qualcuno ha delle sensazioni nella regione del chakra sacrale (posizione come ti ho descritto) ma nessuna sensazione nel chakra della radice? È collegato al risveglio della Kundalinī o è qualcos'altro? Non ho sentito nulla al chakra della radice (regione del perineo). È necessario avere tali sensazioni in serie dal chakra della radice al chakra della corona? Solo allora è correlato al risveglio della Kundalinī?

La mia risposta

Non è niente del genere. Qualsiasi chakra potrebbe diventare attivo in isolamento e sperimentare Kriyā o reazioni in quella regione. A volte un praticante potrebbe persino sperimentarli prima nel chakra superiore e dopo da un chakra inferiore. Non c'è una sequenza specifica per i Kriyā nelle varie regioni dei chakra. È così che accade durante la pratica vera e propria. Quando l'iniziazione Shaktipāt è terminata, l'intero sistema cerebro-spinale si attiva in modo completo. Sperimentare Kriyā in vari chakra è una storia diversa.

Come sapete, i Kriyā o le reazioni si verificano fondamentalmente per pulire i karma. Varie categorie di karma sono associate a diversi chakra. Dopo l'iniziazione Shaktipāt, l'energia Kundalinī risvegliata inizia a ripulire i karma nel modo desiderato.

Quello che stai dicendo è che i chakra devono essere risvegliati in sequenza, a partire dal chakra della radice e verso l'alto e non è applicabile ai praticanti sul nostro cammino. Suppongo che il risveglio sequenziale si applichi alle persone che praticano sistemi di yoga indipendenti come l'Ashtanga

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Yoga o il Raja Yoga. È scritto principalmente nei libri in questo modo. Ti consiglio di non cercare quei testi. Nel nostro percorso, non stai cercando di risvegliare chakra per chakra in nessuna sequenza. Quel risveglio è fatto direttamente da un Guru in modo completo con l'aiuto della tecnica Shaktipāt.

Domanda

Un praticante: Inoltre, i Kriyā possono manifestarsi prima dello Shaktipāt se hai avuto un risveglio accidentale, come nel mio caso? Il movimento dell'energia (simile ad un serpente e pulsante, sfrecciante)! È un Kriyā? Non sono più così forti e non hanno lo stesso effetto su di me, ma volevo sapere se sono anche Kriyā.

La mia risposta

Nel risveglio accidentale, si verificano le reazioni o Kriyā. Infatti, è a causa delle reazioni o Kriyā che dici che il risveglio ha avuto luogo. Altrimenti non te ne saresti accorto.

Ma dopo l'iniziazione Shaktipāt, esso viene stabilizzato a livelli sicuri. Ecco perché l'iniziazione Shaktipāt è obbligatoria nei casi di risveglio accidentale o "porta avanti", che si è verificato dalla nascita precedente: un'iniziazione formale Shaktipāt o Dikshā sotto un Guru risulta nella graduale trasformazione della mente.

Per favore, non preoccuparti se i Kriyā o le reazioni non sono così forti dopo l'iniziazione dello Shaktipāt. Qualunque cosa dovrebbe accadere sta accadendo ma in sicurezza. Inoltre, ti preghiamo di comprendere che le reazioni non si verificano sempre nello stesso modo e con la stessa intensità.

I Kriyā, o le reazioni, sono solo un mezzo per la trasformazione della mente. Pertanto, non sono fini a se stessi. Non dovresti aspettarti che si verifichino sempre gli stessi Kriyā o reazioni., altrimenti commetterai nuovo karma attraverso i tuoi pensieri.

Domanda

Stesso praticante: Sì, ha senso. Grazie. Immagino che sia un po' più sottile in quanto ora si sta stabilizzando. Inoltre non è più preoccupante. Quindi, non ci do tanto peso.

La mia risposta

Si stabilizzerà sempre di più mentre continui con la pratica. Allo stesso tempo, porterà anche molte trasformazioni nella tua mente, rendendo la tua mente calma e beata! Lentamente inizierai a sperimentare uno stato di spensieratezza. Questo è lo scopo dello Shaktipāt, o lo scopo di tutti i sistemi yoga.

Domanda

Un praticante: Dicono che in ogni essere umano normale, la Kundalinī è permanentemente attiva. Senza quello, una persona non può sopravvivere. Che cosa ne pensi?

La mia risposta

Kundalinī è il potere cosmico supremo e ha le tre funzioni di creazione, sostentamento e dissoluzione. Esso in ogni essere umano è responsabile della creazione a livello individuale e anche del continuo sostentamento del mondo intorno alla persona.

Pertanto, non c'è nulla di sbagliato nell'affermazione in quanto tale. Tuttavia, è quando la Kundalinī assume la forma della Dea Kali a livello individuale e lo chiamiamo risveglio. La parola “risveglio” è vaga in quanto tale. Spero che la questione sia chiara.

Domanda:

Un praticante: Ho una domanda. Una volta che la Kundalinī inizia a salire, può scendere di nuovo per qualche motivo? Oppure continua a salire e rimane in ogni chakra finché non si bilancia e poi si alza di nuovo?

La mia risposta

I testi che riguardano il meccanismo di innalzamento dell'energia della Kundalinī trattano il sistema dell'ashtanga yoga. Sembra che qui sia compreso da una prospettiva diversa. I sistemi di yoga indipendenti come l'ashtanga yoga sono come viaggiare su un treno passeggeri che si muove lentamente. Considera lo Shaktipāt come viaggiare su un treno espresso non-stop. Di conseguenza, non ci rendiamo conto di esser passati nelle stazioni ferroviarie minori/intermedie. Stessa storia anche qui.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Tutte queste questioni relative all'innalzamento dell'energia Kundalinī, alla perforazione dei chakra, al bilanciamento dei chakra, ecc., non riguardano lo Shaktipāt. Dopo lo Shaktipāt, l'estinzione del karma inizia immediatamente. Per questo motivo, ogni persona non riceve la benedizione divina dello Shaktipāt.

Tuttavia, al meglio delle mie poche conoscenze, si sperimenta l'aumento dell'energia della Kundalinī ma non il suo movimento verso il basso. Naturalmente, si blocca su ciascun chakra, creando molti movimenti. Inoltre, c'è un piccolo problema qui.

Quando un sadhak sperimenta il movimento dell'energia in un chakra superiore in una sessione di sadhana e in un chakra inferiore la volta successiva, non significa che sia sceso. È solo che ogni chakra è interconnesso con i karma accumulati da una persona.

Di conseguenza, dopo l'iniziazione a Shaktipāt, quando è in corso la combustione del karma, il suo impatto viene avvertito su vari chakra e, naturalmente, in ogni angolo del corpo. Ti consiglio di rileggere il mio libro e i tre volumi di “domande-risposte.”

Sadhan

Questioni relative al Sadhan

Domanda

Un praticante: Potresti chiarire meglio il concetto sull'umiliazione/erosione dell'egoismo da parte dell'energia Kundalinī risvegliata manifestando Kriyā appropriati, come spiegato nel tuo libro precedente?

La mia risposta

Alcuni eventi accadranno nella tua vita quotidiana che causeranno umiliazione, influenzando così il tuo egoismo. Questo è fondamentalmente un Kriyā che pulisce questo tipo di karma passati. Ma con un piccolo incidente che ferisce il tuo egoismo, molti dei tuoi karma vengono spazzati via.

Si prega di cercare di mantenere la calma senza rispondere a tali eventi. Ma spesso non ci riusciamo e le nostre reazioni diventano ancora una volta dei nuovi karma. Questi nuovi karma sono relativamente più facili da pulire in seguito durante la pratica regolare.

Domanda

Un altro praticante: Adoro questa risposta. È applicabile a tutti noi praticanti?

La mia risposta

Sì, è inevitabile per tutti. Bisogna sopportare esperienze così spiacevoli così i tuoi peccati passati vengono cancellati con quel Kriyā o reazione.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Ma per favore ricorda di rimanere calmo il più possibile durante quei momenti di emozioni estreme come rabbia, vendetta, vergogna, ecc.

Domanda

Un praticante: È necessario che quando una persona viene iniziata o ogni volta che medita, abbia esperienze come quelle riportate da molti nei loro feedback?

La mia risposta

Non è necessario che ogni volta che una persona viene iniziata, sperimenti Kriyā o reazioni. Se qualcuno non sperimenta i Kriyā, ciò non significa che l'iniziazione Shaktipāt non abbia avuto successo.

I Kriyā potrebbero verificarsi all'interno degli altri involucri, come la mente e l'intelletto, zone che le persone di solito non riconoscono. Inoltre, quando i karma minori vengono cancellati dalla mente, non li si sentono molto.

Si avverte pesantezza nella testa quando l'energia cerca di ripulire un po' di karma forte. A volte i Kriyā potrebbero non iniziare a causa della mancanza delle condizioni mentali richieste. La ripetizione del mantra risolverà lentamente questo problema.

È simile a un pagliaio bagnato a causa della pioggia, ecc. ovviamente, non prende bene fuoco quando lo si accende. Allo stesso modo, la mente subconscia è come un pagliaio. Al momento di ricevere l'iniziazione Shaktipāt, se la persona non è calma ecc., la ricezione dell'energia psichica non sarà corretta.

Allo stesso modo, supponiamo che gli altri karma in mente non siano in equilibrio. In tal caso, la ricezione dell'energia psichica non sarà adeguata e avrà luogo lo Shaktipāt, o l'accensione del fuoco spirituale. Esso non si spegnerà come il fuoco fisico acceso nel pagliaio.

Pertanto, non devi preoccuparti molto se i Kriyā non hanno luogo. Dovresti continuare a fare una pratica regolare. Se i Kriyā o le reazioni non si verificano anche dopo aver fatto la tua pratica regolare, non c'è motivo di preoccuparsene.

Continua semplicemente regolarmente con una mente calma. Ci tengo a sottolineare “mente calma”.

In caso contrario verrà ritardato ulteriormente se qualcuno continua ad aspettare che i Kriyā si manifestino. Più una persona si eccita per la manifestazione dei Kriyā, maggiore sarà il ritardo.

Si prega di comprendere che l'energia psichica è cosciente e onnisciente. Dopo il risveglio, mirerà ad umiliare il praticante. Bisogna tener a mente questo aspetto. Esercita la piena resa di te stesso alla divinità.

Domanda

Un praticante: Una persona che non trova alcun Guru può praticare da sola lo yoga “Kundalinī”?

La mia risposta

Praticare lo yoga senza l'iniziazione di un Guru è simile all'automedicazione. Nelle scienze fisiche, potrebbe funzionare fino a un certo punto. Ma sapete tutti che non è il modo corretto in primo luogo.

In secondo luogo, anche l'autotrattamento potrebbe essere pericoloso. Lo stesso è il caso delle scienze spirituali come l'Ashtanga o il Raja yoga. L'essenza di un Guru è questa.

Specifici sistemi di yoga basati sulla devozione a Dio sono sicuri, ma alla fine è sempre un modo improprio.

Pertanto, qualsiasi pratica yoga senza un Guru non è corretta. Questa è l'essenza. Anche i testi antichi insistono su questo.

Domanda

Un praticante: Ho una domanda generale. Perché l'intensità della meditazione subisce alti e bassi? A volte sembra fantastico e altre volte diventa un esercizio noioso che non porta da nessuna parte. Non ci si aspetta che il progresso sia continuo, raggiungendo nuove vette con maggiore regolarità?

La mia risposta

Dopo lo Shaktipāt, la mente subconscia viene stimolata fino in fondo. Di conseguenza, tutte le impressioni sensuali accumulate si precipitano fuori nello stesso momento, ognuna cercando di superare l'altra. Questo è simile a un gruppo di muli che si arrampicano su un sentiero di

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

montagna dove ognuno cerca di sorpassare l'altro su uno stretto sentiero di montagna.

Le esperienze nel mondo esterno, sia che riguardino la meditazione o qualsiasi altra, saranno simili a quei muli. Vi prego di capire che qualunque cosa una persona sperimenti nel mondo esterno è semplicemente il riflesso dei suoi karma interni, che stanno cercando di precipitarsi fuori dopo lo Shaktipāt.

Inoltre, a volte una persona sperimenta un'intensa sessione di meditazione. Questo è davvero un Kriyā. Anche le pratiche di meditazione fatte nelle vite passate diventano karma quando sono colorate dall'egoismo. Anche le impressioni di tale karma accumulato devono essere ripulite dalla mente. Di solito, a causa di ciò, si verificano intense sessioni di meditazione.

Potrebbe anche accadere il contrario. A causa dei karma passati, i praticanti possono incontrare ostacoli durante la meditazione o la vita quotidiana. L'unico modo per neutralizzarli è sperimentarli appassionatamente.

Domanda

Un praticante: Hai detto che una volta che i Kriyā iniziano, ci dobbiamo concentrare su di loro? O sulla foto del Guru quando accadono? Noto la rotazione dentro di me, su e giù nell'area dei chakra. Tuttavia, ieri sera ho fatto solo 40 minuti e poi ho dovuto rilassarmi.

La mia risposta

Una volta che i Kriyā iniziano, il canto del mantra si interrompe automaticamente. Senza che tu cerchi di fermarlo, accadrà senza che tu te ne accorga.

Potresti rendertene conto in seguito quando ti concentri sul tuo Guru. In questo caso non c'è bisogno di rifare il mantra e concentrarti sul Guru.

Concentrati solo sul Kriyā che sta accadendo. Ma ricorda che l'interruzione del mantra dovrebbe avvenire naturalmente senza che tu te ne accorga. Mi fa piacere sapere i progressi che stai facendo.

Domanda

Un praticante: Il link “Domande e risposte” che ti ho inviato menziona esperti maestri di Siddha Mahayoga, come Swami Shivom Tirtha, che hanno già visto tutto. E il loro semplice consiglio è “Non resistere in alcun modo ai Kriyā”. Questo riguarda la nostra Guru parampara?

La mia risposta

Alcune parti del testo possono fare riferimento alla nostra letteratura sulla parampara, interamente il testo non è tecnicamente corretto. Ecco perché ho detto di non lasciarsi trasportare. Puoi leggerlo se lo desideri. Ma c'è il pericolo di sbagliare.

Di conseguenza, i praticanti potrebbero scoraggiarsi senza rendersi conto che tutto ciò che viene detto su Internet o YouTube o qualsiasi altro testo, se citato come autorità, ecc., potrebbe non accadere esattamente in quel modo. Quello che accade sul campo non è esattamente lo stesso di quanto scritto nei testi.

Vi darò un esempio per illustrare il punto. Potrei scrivere una grande quantità di testi su un paese senza averlo mai visitarlo. Potrei descrivere il paese in modo molto autorevole facendo riferimento a testi ufficiali.

Ma tutto ciò è solo sul piano teorico perché dal punto di vista pratica sembrerà diverso per una persona che ci vive. Lo stesso è il caso di ciò che viene ritratto in un film documentario. L'esperienza diretta è sempre diversa da ciò che si sente o si legge. La conoscenza riguarda l'esperienza diretta.

Domanda

Un praticante: Qualche restrizione riguardante pranayama e Nadi sodhana strettamente per i benefici per la salute e l'ossigenazione del sangue? Questo non significa che sto cercando di praticare l'Ashtanga Yoga. Li sto facendo solo per i ben noti benefici per la salute. Per favore mi faccia sapere.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

La mia risposta

Nessuna restrizione. Puoi davvero praticarli. Tuttavia, si prega di farlo sotto la supervisione di un insegnante qualificato.

Un po' di pratica può andare bene, ma farlo in modo significativo può essere rischioso. Il problema è che non si ha idea di quando si esagera. Per questo è sempre meglio farlo sotto la supervisione di un insegnante qualificato.

Domanda

Un praticante: Se pratico 5-10 minuti di esercizi di respirazione prima/dopo il sadhan, ciò influenzerà in qualche modo la mia pratica?

La mia risposta

No, per niente! Puoi praticare i tuoi esercizi di respirazione.

Domanda

Un praticante: Possiamo sederci in sadhan mentre ascoltiamo una canzone o qualcosa del genere dagli auricolari? Questo influenzerà il sadhan?

La mia risposta

Sadhan, sul nostro cammino, significa non fare nulla. E dobbiamo mantenere la tua mente calma o vuota il più possibile! Puoi consentire pensieri casuali senza fermarli con la forza ogni volta che sorgono pensieri casuali. Quello che dici è contro questo concetto.

Ascoltare una canzone o qualsiasi altra cosa equivale a commettere nuovo karma. Questo è come lavarsi i piedi stando nel fango. Non ha alcun senso. Per pulire i tuoi piedi, devi prima uscire dal fango.

Allo stesso modo, per lavare il tuo karma, sarà meglio se prima smetti di commetterli anche se il nuovo karma può anche essere pulito in seguito. Questa è l'idea generale. Esso non si applica al canto del mantra e al focalizzare la tua mente sul tuo Guru. Questo viene fatto solo temporaneamente per dare il via ai Kriyā o reazioni. Spero tu capisca ora.

Domanda

Un praticante: Possiamo guardare la tua foto mentre facciamo sadhan con gli occhi aperti? Inoltre, se decidiamo di fare una breve pausa o di essere disturbati e poi di ricominciare pochi

minuti dopo, dobbiamo sempre ripetere il nome di ciascun Guru o no?

La mia risposta

Sì, puoi farlo; tecnicamente non c'è niente di male. Ma con gli occhi chiusi, è più potente; questo è il potere della visualizzazione. Se nel frattempo vieni disturbato e torni alla tua pratica, allora non c'è bisogno di ricordare di nuovo i nomi di tutti i Guru. Puoi continuare da dove ti sei fermato. Tuttavia, più ricordi i Guru, più riceverai le loro benedizioni. Questa è l'idea di base. Non esiste una regola rigida in quanto tale.

Domanda

Un praticante: Quali sono le misure di controllo dei Kriyā? Deviare la mente?

La mia risposta

Smetti semplicemente di focalizzare la tua attenzione sulle questioni spirituali. Concentrati invece su argomenti materialistici, fai shopping, guarda la TV, parla con i tuoi amici al telefono, fai una passeggiata, fai altre faccende quotidiane di routine, ecc. I Kriyā smetteranno automaticamente di manifestarsi, anche se si manifesteranno internamente a un livello molto sottile tutto il giorno.

Commento di un altro praticante

Così vero! Ieri una volta finito di dare il pranzo a mio figlio, tutto è ricominciato da dove l'avevo lasciato. Il movimento della testa è ricominciato come prima. Probabilmente stava accadendo dentro di me durante quella pausa.

Domanda

Un praticante: I miei movimenti sono ricominciati mentre sedevo con gli occhi aperti e senza cantare. Le mie mani si sentono come se stessi suonando dholak e specifici mudra danzanti, principalmente dholak, continuano per ore, avendo ancora esperienza. Per quanto tempo continuerà?

La mia risposta

Okay, va bene. Nessun problema! Dovresti esserne felice, in effetti. Non resistere ai Kriyā e consenti a loro di andare avanti. Intendi in questa sessione o in generale? In questa

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

sessione, potrebbero continuare per un po' di tempo e, successivamente, interrompersi a seconda della tua capacità di sederti per la pratica. Considerando che non possiamo prevedere quanto durerà complessivamente!

Potresti anche iniziare a sperimentare una diversa categoria di Kriyā nel mezzo. I tuoi attuali Kriyā non avverranno in modo compartimentato. Sarà molto disordinato perché i karma si precipitano fuori tutto in una volta mentre la tua mente subconscia è soggetta a un effetto ribollente dall'energia Kundalinī risvegliata.

Domanda

Stesso praticante: Ok, quindi per questo particolare Kriyā, potrebbero volerci alcuni giorni in più, e inizierebbe il prossimo Kriyā o il successivo intermedio. Dopodiché, può finire con quel particolare karma. Ho capito bene? E non ci sarebbe una durata specifica? Oppure c'è un Kriyā, specialmente quello fisico?

La mia risposta

La tua comprensione è corretta. Ma non per quanto riguarda le tempistiche! Come ho detto prima, quando l'energia Kundalinī risvegliata sta causando un effetto ribollente sulla tua mente subconscia, i karma cercano di uscire all'improvviso.

È simile a un gruppo di muli che percorrono un sentiero di montagna. Ogni animale cerca di sorpassare l'altro senza alcun motivo. Comportamento irrazionale! La stessa cosa anche con i karma! Ora, per quanto riguarda i Kriyā che si manifestano, saranno associati al tipo di karma che si riversa fuori.

Nel tuo caso in questo momento, quei karma relativi alla danza stanno uscendo di corsa. Devi essere stato un ballerino probabilmente nelle vite passate. Non un ballerino medio ma qualcuno che deve aver perseguito seriamente l'arte.

Ora tutto dipende dal karma che hai accumulato sull'arte della danza. Se lo persegui per tutta la vita, i Kriyā andranno avanti per diversi giorni, settimane o mesi. Nel frattempo, mentre

continui a fare sadhan, altre categorie di karma potrebbero iniziare a fuoriuscire.

Spero tu capisca ora. È totalmente disordinato. Questo è anche il motivo per cui a volte i chakra superiori vengono attivati per primi, seguiti dai chakra inferiori, perché ogni chakra è anche associato a determinati tipi di karma. Di solito, i praticanti continuano a preoccuparsi, pensando che la loro crescita spirituale stia diminuendo. Il motivo è quello che ho spiegato sopra. Basta ricordare l'esempio dei muli sul sentiero di montagna.

Domanda

Un praticante: Il movimento della testa avviene continuamente quando faccio il mio lavoro; si ferma e riparte quando mi siedo di nuovo. Oggi, anche la parte superiore del corpo e la vita si sono mosse da sole mentre ero seduto.

Sembra un'energia intelligente; mi lascia il tempo per il mio lavoro. Mi piace il processo e non voglio venirme fuori. Mi sento felice che mia madre mi abbia finalmente benedetto dopo una lunga attesa di oltre 25 anni. Ora mi siedo con lei per più di 4-5 ore.

La mia risposta

Sì, certo! L'energia Kundalinī è onnisciente. Sono felice di vedere i tuoi progressi. Per favore, non preoccuparti dei Kriyā che accadono nei luoghi pubblici. Se accadono, puoi facilmente esercitare il controllo su di loro! Per favore continua con la tua pratica allo stesso modo. Aumenta lentamente la durata della tua pratica.

Il mantra si fermerà ad un certo punto. Esso è stato pensato per dare il via ai Kriyā quando lo Shaktipāt viene fatto a un praticante. È solo un mezzo. Il tuo momento è arrivato ora dopo una lunga attesa. Vai avanti con la tua pratica a tutta velocità e continua ad aumentarne la durata. Non lasciare che rallenti. Questo è un momento decisivo della tua vita.

Domanda

Un praticante: Vorrei condividere le mie esperienze durante la meditazione nelle ultime due settimane. Sto sperimentando principalmente Kriyā interni e di tanto in tanto, ho esperienza

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

esterna. In alcuni giorni anche il mio mantra cambia automaticamente, “Aim Hreem Kleem Chamundai Vishay”. Dopodiché, provo internamente forti vibrazioni e Kriyā.

Nel giorno Ashtami di Navaratri, mentre Ashtami havan si svolgeva nel Tempio, ho sperimentato forti vibrazioni e Kriyā interiori. Ho sentito la presenza della Divina Madre intorno a me. Nelle ultime notti ho fatto strani sogni come essere un senzatetto e mio fratello minore che brucia la nostra casa in India. È stato piuttosto inquietante.

La mia risposta

Non c'è nulla di cui preoccuparsi. Quei sogni non significano proprio niente e non avranno alcun impatto sulla tua vita quotidiana. Non sono premonizioni del futuro, non preoccuparti.

Questi tipi di strani sogni sono dovuti solo all'iniziazione Shaktipāt. Sono molto tipici. Strani sogni sono vissuti da molti praticanti, di solito nelle settimane o nei mesi successivi all'assunzione dello Shaktipāt Dikshā. Tali tipi di sogni strani saranno vissuti anche in futuro. Questa è, infatti, la prova che i tuoi karma vengono ripuliti.

Ovviamente, il tuo subconscio è agitato dall'energia Kundalinī risvegliata e tutti i tuoi karma iniziano a fuoriuscire in modo disordinato. Questa è la ragione per sperimentare sogni così strani. Sono felice di vedere i tuoi progressi. Per favore, continua con la tua pratica allo stesso modo.

Domanda

Un praticante: Voglio condividere le mie esperienze degli ultimi giorni, specialmente oggi.

Faccio sadhan per lo più due volte al giorno, una al mattino e la seconda alla sera. Durante il giorno la maggior parte del tempo, ero in uno stato di trance con la testa che tremava. A volte il tremito diventa pesante e le lacrime iniziano a sgorgare dai miei occhi. Questi tipi di Kriyā accadono, specialmente quando non sono occupato.

Il sadhan mattutino di solito dura da 45 minuti a un'ora e mezza. Sono per lo più in un profondo stato di meditazione, a volte con la visione dei volti delle persone e delle Dee per la

Colonel T Sreenivasulu

maggior parte del tempo. Il sadhan era molto calmo, con sensazioni ad alta intensità e dolore intorno al collo e alla parte posteriore del petto. Entro in uno stato profondo e mi sveglio solo dopo uno scatto o un improvviso flusso di energia dalla base verso l'alto.

Quando vengo svegliato, mi ritrovo in una posizione per lo più con la testa/il corpo in procinto di toccare il suolo verso il lato destro della testa piegata in avanti. Ho provato sensazioni intorno all'area del Muladhara chakra negli ultimi giorni mentre facevo sadhan al mattino.

Il sadhan serale era un po' pesante con brividi, sussulti e dolore profondo dalla fronte alla sommità della testa. Il sadhan durava da 30 minuti a un massimo di 45 minuti, oltre i quali non riuscivo a resistere a causa del profondo dolore e della sensazione di disagio.

Voglio condividere in particolare il sadhan mattutino di oggi. Come al solito, sono entrato nello stato profondo senza molte sensazioni. Tuttavia stavo provando una sensazione nell'area del Muladhara chakra. Dopo un po' la sensazione si fece intensa e anche l'organo genitale si gonfiò. Ho provato a controllarlo ed è tornato alla normalità. È ricapitato quando tornavo nello stato profondo. Questo processo è continuato 3 o 4 volte. Poi, all'improvviso, ho sentito un'energia pesante dentro il mio corpo. Ho iniziato a tremare e mi sono svegliato dal mio sadhan dopo 55 minuti.

La mia risposta

Molto bello. Sono contento di vedere i tuoi progressi. Stai però commettendo un errore resistendo ad alcuni dei Kriyā. Non ostacolarli quando sono nel processo di manifestazione. Non cercare di esercitare il tuo libero arbitrio per fermare i Kriyā o controllarli. Se sei in un luogo pubblico, è una cosa diversa.

Non cercare di fermare, controllare o resistere alle reazioni o ai Kriyā, anche se sembrano sgradevoli alla tua mente o al tuo corpo. Pure se alcuni ti sembrano immorali. Per favore fidati dei Guru dell'Ordine Shaktipāt e fidati del sistema Sidha Mahayoga.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Domanda

Un praticante: Nella meditazione quotidiana, vedo specialmente il colore blu. Sento una pace estrema ed un'energia diversa come ti ho detto. E quando ne esco dopo 50/60 minuti, sento i postumi di una sbornia per circa 10 minuti circa.

Oggi ho cantato, ma mi venivano pensieri casuali su ciò che ho detto a chi, cosa c'era a colazione, ecc. come se la mente stesse solo chiacchierando. Non riesco nemmeno a percepire quel tipo di energia bluastra, che di solito percepisco. Come se mi bloccassero il sadhan. Quale potrebbe essere il motivo? No, non sono disturbato anch'io.

La mia risposta

Questo è precisamente sadhan. Dopo Shaktipāt Dikshā, la mente subconscia è soggetta a un effetto di agitazione. Ecco perché è disturbato da così tanti pensieri. Sono i tuoi karma, che emergono dalle profondità del tuo subconscio. Permettili! Resta solo come uno spettatore muto!

Non godrai ancora della meditazione pacifica a meno che i karma non siano puliti. Se stai cercando una meditazione pacifica, stai cercando di andare avanti. Per favore, non preoccuparti dei pensieri che sorgono. Più li sperimenti, meglio è per te. Continua pure con la tua pratica allo stesso modo.

Domanda

Stesso praticante: Pensavo di non riuscire a connettermi o qualcosa del genere. Era qualcosa come le solite chiacchiere mentali e nessuna pace. Capisco che dev'essere un processo. Come faccio a sapere se sto andando bene in sadhan e non è la mia mente a creare una cosa illusoria?

Per favore perdonami se ti disturbo con tutte le mie sciocchezze. Vedo persone che parlano di movimenti del corpo e odori. Mi vengono degli scatti vicino al Muladhara chakra o lo sento girare a volte.

Come faccio a sapere che sto andando bene?

La mia risposta

Diverse persone sperimentano Kriyā diversi. Non serve confrontarti con gli altri. Molti dei nostri praticanti hanno sviluppato Kriyā che devi aver visto. E quindi non ci sono dubbi sull'effettività dello Shaktipāt.

Ora ciò che rimane è il dubbio che hai su come sapere se sta funzionando per te. Ovviamente con il passare del tempo e il progredire della tua sadhana, inizierai a rendertene conto. È troppo presto per ottenere una realizzazione concreta ed è comprensibile ciò che provi. Per favore non preoccuparti. Stai sperimentando alcuni Kriyā in forma lieve, perché preoccuparsene?

Per quanto riguarda la mente irrequieta e diversi pensieri che sorgono nella tua mente, accadrà solo in questo modo. Sotto forma di pensieri, i Kriyā saranno solo come i tuoi soliti pensieri. Non appariranno come unici. L'unica indicazione che potresti ottenere è quando i pensieri sono strani, come ricordare cose dimenticate da tempo, ecc..

Per favore continua con la tua pratica allo stesso modo – non c'è bisogno di alimentare alcun tipo di dubbio. Non c'è niente noto come Shaktipāt Dikshā che non funziona per te perché è un processo collaudato.

Domanda

Un praticante: Volevo solo parlarti della mia meditazione di questa sera. Ho iniziato con i miei Kriyā normali e mi sono visto su una spiaggia con il sole che splendeva su di me.

Poi ho iniziato a parlare ad alta voce, ma in una lingua sconosciuta. È andato avanti per molto tempo. Poi si è fermato e sono entrato nel mio stato di beatitudine. Vorrei sapere se parlare in una lingua sconosciuta può accadere come parte del Kriyā.

La mia risposta

Sì, è un tipico Kriyā del risveglio dell'energia Kundalinī. Le persone iniziano ad emettere suoni anche in una lingua sconosciuta. Allo stesso modo, anche il canto può avvenire in lingue sconosciute. I praticanti pronunciano a volte mantra

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

che non sono mai stati appresi o strani versi di animali. Sono solo Kriyā che si manifestano sfidando la scienza moderna.

Domanda

Un praticante: Mi sono esercitato, secondo il tuo consiglio, a cantare il mantra in silenzio, il che non è stato facile all'inizio. Ora sta migliorando e sento voci che cantano il mantra che mi arriva nelle orecchie come hai descritto l'ultima volta. Oggi ho avuto un'altra esperienza dove avevo voglia di vibrare ed elevarmi e la mia frequenza cardiaca è salita molto. Mi sono spaventato, ma la sensazione era bella e tranquilla.

In più non riesco a concentrarmi sul canto del mantra e contemporaneamente visualizzare la tua immagine. Continuo ad aprire e chiudere gli occhi per guardare la tua foto mentre canto il mantra. Vorrei poter fare entrambe le cose con gli occhi chiusi. Ricordo il tuo volto; il problema è che non riesco a concentrarmi su entrambe le cose contemporaneamente.

La mia risposta

Tecnicamente non c'è niente di sbagliato in quello che stai facendo ma concentrarsi sia sui Guru e sui mantra all'interno della tua mente avrà un impatto più potente. Ti ho inviato alcuni dei miei collegamenti video solo a questo scopo. Ti suggerisco di guardare i video un paio di volte, così sarà più facile focalizzare la tua mente.

Si prega di guardare i video alcune volte, in modo che l'immagine inizierà automaticamente a materializzarsi nella mente e diventerà più facile. È un problema comune a chiunque. Sebbene ricordi bene il viso dopo aver messo a fuoco per un po' di tempo, diventa sfocato. Accadrà anche con persone a te note, come i tuoi familiari. È necessario esercitarsi. Questo è tutto.

Domanda

Un praticante: Non vivo nessuna delle esperienze riportate qui da altri. Sto sperimentando solo la meditazione profonda. Cosa significa?

La mia risposta

I Kriyā sono vissuti in modo diverso per ogni persona a seconda del karma accumulato quindi non si riesce a un confronto. Se stai sperimentando una meditazione profonda, anche quella è solo Kriyā.

Quel tipo di Kriyā accade a causa delle tue pratiche di meditazione nelle tue vite passate. A quel tempo, anche quelle sessioni di meditazione devono essere state impresse nella tua mente subconscia come karma perché devi averle fatte con una punta di egoismo. Non c'è nulla di cui preoccuparsi.

In effetti, dovresti essere felice di sperimentare pacifiche sessioni di meditazione profonda. Tutti aspirano a questo, mentre i nostri karma non ci permettono di farlo! Alcuni dei nostri praticanti si sono lamentati con me anche riguardo a questo. Stanno sperimentando così tanti Kriyā violenti ma nessuna meditazione profonda. Ciò significa che ti stai sabotando, mentre invece dovresti essere felice!

Domanda

Un praticante: Sto completando un mese di pratica meditativa. Avevo appena sperimentato dolori muscolari generali e irrequietezza ma nessuna strana esperienza o movimenti dell'energia Kundalinī come gli altri praticanti.

Sono stato seduto per circa 40 minuti e continuo a farlo fino ad oggi due volte al giorno e talvolta in orari diversi ogni volta che ho voglia e tempo a portata di mano. Finora, è stato tranquillo per me. La maggior parte dei dubbi che sono sorti nella mia mente sono stati risolti dalle domande poste da altri praticanti, e come tale, non ho sollevato alcuna domanda per conto mio.

Aspetterò pazientemente che le cose seguano il loro corso secondo il disegno dei poteri divini costituiti. Tuttavia, essendo un essere umano fragile, ho questa fastidiosa sensazione di sapere ed essere certo che sto portando avanti la pratica del canto del mantra correttamente.

Dopo che è trascorso molto tempo, non voglio scoprire che ho sbagliato tutto e che per questo ho solo sprecato il mio tempo. Per evitare ciò per favore fammi sapere il processo

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

passo dopo passo della pratica della meditazione. In modo che io e gli altri praticanti diventiamo sicuri che lo stiamo facendo correttamente. Tutti possono apportare correzioni se scoprono di aver sbagliato tutto in primo luogo.

La mia risposta

Come sai, ho dato a tutti gli stessi tipi di iniziazione Shaktipāt. Alcuni iniziano a sperimentare i Kriyā immediatamente. Alcuni hanno iniziato a sperimentarlo dopo pochi mesi. Ciò dimostra che lo Shaktipāt funziona davvero.

La manifestazione dei Kriyā dipende da due fattori. Il tipo di karma accumulato nella mente subconscia e il tipo di condizioni mentali prevalenti al momento dell'iniziazione Shaktipāt. Supponiamo che anche se qualcuno non è stato in grado di esercitare un'adeguata resa di sé al momento di prendere l'iniziazione, non ha importanza. In seguito, quando una persona inizia a esercitare l'auto-abbandono, inizia a sviluppare i Kriyā, come hai notato in alcuni casi.

Per quanto riguarda la pulizia del karma accumulato, tutto dipende da come l'energia cosmica vuole iniziare il processo di pulizia. Puoi stare certo che non commetterai errori. Avresti compreso correttamente il mantra dato.

In secondo luogo, lo Shaktipāt viene eseguito esercitando il libero arbitrio del Guru. Un mantra viene dato solo come una cosa aggiuntiva. Non c'è realmente bisogno che io dia un mantra in quanto tale. Lo Shaktipāt può essere eseguito semplicemente esercitando il libero arbitrio.

Non ci sarebbe quindi nulla di sbagliato nella tua pratica. Se c'è qualcosa, ha a che fare con la tua mente. Non aspettare o aspettarti che i Kriyā si svolgano. Si prega di seguire le istruzioni fornite. Abbandonati completamente a Dio o al Guru e concentra la tua mente di conseguenza.

Ogni praticante ha uno stock unico di karma accumulato. Pertanto, anche i Kriyā si manifesteranno di conseguenza. In poche parole, devi capire che lo Shaktipāt ha successo per grazia del Guru e non per lo sforzo messo in atto da un praticante.

Colonel T Sreenivasulu

Sebbene a un praticante venga detto di sedersi e cantare il mantra, è per fare in modo che un praticante non faccia nient'altro. Per favore, comprendi anche che i Kriyā sono solo un mezzo per pulire la mente e non un fine a sè stessi.

Si chiama la pratica yoga su cui ci troviamo. Ovviamente, un praticante verrà testato per tutto. Il fatto che tu abbia iniziato a chiederti, pensando che tutto il tuo sforzo potrebbe andare sprecato se lo pratichi in modo sbagliato, dimostra che ti manca l'essenza della pratica.

Forse non sei in grado di esercitare l'auto-abbandono al grado richiesto e questo equivale a fare affari con Dio. Qualcosa come dire prima, mostrami dei risultati e poi mi arrenderò. Quindi non sarà classificato come auto-resa e diventa di natura condizionale. Ciò significa che la tua devozione a Dio diventa condizionata. Riflettici sopra perché sei il tuo miglior giudice.

Quello che ho scritto qui si applica a tutti i praticanti in generale. Per favore, non preoccuparti affatto. Siediti regolarmente per meditare con piena fede e fiducia e arrenditi il più possibile.

Si sa che ogni praticante che riceve lo Shaktipāt, non ha una mente pura. Basta aggrapparsi al sentiero. Dico umilmente a tutti voi che siete sul miglior percorso yoga possibile. Non ti resta altro da fare se non abbandonarti a Dio.

Quando giochi con Dio, le regole del gioco differiscono da quelle sul piano fisico. Sul piano fisico tutto si tinge di egoismo. Mentre con Dio, deve essere il contrario. “In verità mi arrendo ai miei devoti”, dice Dio. Quando un praticante si arrende al divino, la divinità si arrende al praticante. Naturalmente, la finta resa non funziona poiché l'energia cosmica è del tutto cosciente.

Se tutti voi aveste praticato un sistema di yoga indipendente, avrei cercato di capire gli errori. Ma su un percorso come questo, tutta la pratica viene svolta dall'energia cosmica in modalità automatica. Non c'è più niente che un praticante possa fare. Ecco perché esercitare l'auto-abbandono alla

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

divinità è l'unica cosa che devi fare. In poche parole, non fare niente!

Domanda

Un praticante: Ogni volta che provo a meditare, nella mia mente sorgono molti pensieri. Di conseguenza, non sono in grado di godere della meditazione profonda, cosa che facevo a volte.

La mia risposta

Per favore, comprendi che ciò che dovresti fare non è esattamente “meditazione” in senso classico. Dovresti semplicemente focalizzare la tua mente sul tuo Guru e iniziare a ripetere il mantra finché non iniziano i Kriyā.

Una volta che iniziano, il canto del mantra terminerà automaticamente perché non sarai in grado di focalizzare la tua mente sul tuo Guru e sul mantra a causa dell'effetto dei Kriyā o delle reazioni. Quindi dovresti semplicemente rimanere seduto come uno spettatore muto.

Quando diciamo Kriyā, può essere qualsiasi cosa, inclusi pensieri casuali, emozioni, ecc. Se la tua mente non è calma, i pensieri e le emozioni disturberanno la tua pace mentale. Questo è esattamente ciò che si intende per sadhan, una sorta di “pratica con lotta”. Questo è ciò che dovresti fare in modo che tutti i karma o le impressioni sensuali accumulate nella tua mente vengano ripulite.

Solo negli stadi successivi, quando i karma vengono ripuliti, la tua mente inizia a stabilizzarsi nello stato di samadhi o senza pensieri. È necessario allora comprendere a fondo questo processo. Non godrai ancora della meditazione beata. Solo una volta ogni tanto potrebbe succedere anche questo, come Kriyā.

Ad esempio, supponi di aver meditato molto nella tua vita precedente. In tal caso, quelle impressioni della tua pratica meditativa devono essere state impresse anche nel tuo subconscio. Anche quelle impronte devono essere pulite ora dopo Shaktipāt.

Pertanto, di tanto in tanto, tendi a sperimentare una meditazione profonda, ma attento a non fraintendete questo

stato. Non significa che la tua mente ha raggiunto lo stato di samadhi o è senza pensieri. Le impressioni sensuali precedentemente registrate sulla meditazione vengono ora ripulite. Ovviamente per questo motivo, non sperimenterai ogni volta sessioni di meditazione profonda.

Devi capire che dopo che lo Shaktipāt è finito, l'energia cosmica inizia ad agitare la tua mente subconscia. Di conseguenza, tutti i tipi di pensieri iniziano a fuoriuscire. Come puoi godere di una meditazione beata in questa fase? Ecco perché ho detto che quello che dovresti fare ora si chiama sadhan, non meditazione. Spero che tu capisca il concetto ora. Era questa la domanda che volevi farmi?

Per favore, continua a praticare allo stesso modo. Tutto sta accadendo per il tuo bene. La pulizia del karma o delle impressioni sensuali sta avvenendo proprio adesso. Non preoccuparti di non essere in grado di goderti la meditazione beata ora. Infine, ricorda anche che tutti i pensieri e le emozioni che sorgono nella tua mente in questa fase non saranno sempre piacevoli. Devi anche sopportare esperienze spiacevoli.

Domanda

Un praticante: Per qualche ragione, negli ultimi tre giorni, sono stato sommerso da numerosi pensieri, senza potermi riposare nemmeno per un secondo. Per questo motivo, non sono in grado di meditare. Sento un blocco nel mio corpo e la mia mente viene deviata molto spesso verso quell'area.

La mia risposta

È comune tra alcune persone. Hanno l'energia Kundalinī già risvegliata. È perché devono essere già stati iniziati nelle loro vite passate o il risveglio accidentale è avvenuto a causa di pratiche fatte senza supervisione. Se lo desideri, puoi focalizzare la tua mente sull'area di blocco che hai menzionato. Non devi focalizzare la tua mente sul mantra e sul Guru per il momento.

Tuttavia, fallo solo se la tua mente viene deviata verso l'area del blocco. L'energia della Kundalinī è così sottile. Non è come qualsiasi altra energia fisica. È, infatti, cosciente. Ciò

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

significa che anche il tuo pensiero che ha un blocco stesso è una forma di quell'energia. L'energia Kundalinī perciò è consapevole del tuo pensiero e non è sotto il tuo controllo. Non ti ascolta. Invece, mira a umiliarti per il tuo bene. L'approccio migliore è arrendersi completamente alla divinità o all'energia Kundalinī. Lascia che le cose seguano il loro corso piuttosto che cercare di esercitare la tua mente e fare qualcosa. Ad ogni modo, se ritieni che dovresti cercare di focalizzare la tua mente sulla cosiddetta area di blocco, allora per favore fallo.

Domanda

Un praticante: Dovremmo fermare i Kriyā quando si manifestano o guardarli accadere come spettatori?

La mia risposta

Per favore, non interrompere i Kriyā quando si manifestano. Continua ad osservarli come uno spettatore muto. Solo nei luoghi pubblici, quando i Kriyā si manifestano come qualsiasi tipo di movimento del corpo, puoi esercitare il controllo su di essi. Ovunque senti che i Kriyā possono causare imbarazzo di fronte ad altre persone, eserciti solo il controllo. Ciò include i Kriyā, come qualsiasi attività di canto, ecc., oltre ai movimenti del corpo.

Se i Kriyā stanno avvenendo internamente, come il flusso di energia all'interno del tuo corpo o vari pensieri che sorgono nella tua mente, ecc., per favore consenti ai Kriyā di continuare anche in un luogo pubblico o mentre guidi o viaggi, ecc.,

Domanda

Un praticante: Aggiornamenti sulla mia pratica: sto iniziando a godermi il mio sadhan o pratica e sento più o meno resistenza. Sento miglioramenti ogni giorno. Oggi ho visto un grosso uomo di colore nero con i capelli ricci che mangiava anguria e mi diceva come esercitarmi di più.

Poi ho visto un ragazzo senza testa che camminava con indosso una maglietta. Successivamente, sono entrato in una vibrazione beata che mi sembrava di sollevarmi nell'aria. Ho sentito la vibrazione intorno a tutto il mio corpo,

specialmente tra le mie braccia. Poi ho visto un gatto e una bella casa.

Sono rimasto un po' più a lungo dopo che la registrazione audio del mantra si è interrotta. Mi è piaciuto il silenzio e un po' di rumore fuori. Potevo sentire cose da lontano. Solo una cosa vorrei chiedere! Ogni volta che il mio battito cardiaco aumenta nel mezzo della pratica e il mio respiro si accorcia, cerco di rilassarmi.

La mia risposta

Per favore, non preoccuparti della parte respiratoria. Lascia che sia come accade. Tuttavia, canta il mantra silenziosamente nella tua mente senza usare alcun aiuto esterno come il registratore. Il suo impatto sarà più potente se interiorizzi il mantra.

Se possibile, non dovresti nemmeno provare a ripetere con la lingua e le corde vocali. Concentra la tua mente solo sul suono. Immagina il suono del mantra come se provenisse dal cielo sopra di te o come se fosse cantato ad alta voce da un gruppo di persone, e lo stavi ascoltando da lontano. In pratica, devi concentrarti sul suono del mantra.

Domanda

Un praticante: Ho una domanda; se puoi aiutami a capire quando hai tempo, per favore. Qual è il significato di consapevolezza espansa? Il sadhan o la pratica espandono la consapevolezza?

La mia risposta

Questo è solo un termine, anche se l'ho incontrato un paio di volte. Me lo ricordo vagamente! Non sono sicuro di cosa stiano cercando di dire le persone. Ma seguendo la terminologia usata, deve riguardare l'espansione della coscienza del SÉ interiore.

Di solito, durante la meditazione, un praticante sperimenta un effetto di espansione. Egli si sente come se si stesse espandendo nello spazio al di sopra e, mentre i karma vengono purificati, la luce dello spirito interiore inizia a risplendere.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Tutta l'esistenza mondana inizia ad apparire come un gioco divino o un'illusione. Di conseguenza, il distacco inizia a svilupparsi nel praticante. Cominciano a vedere tutto dalla prospettiva più ampia del cosmo.

Questo è ciò che le persone devono intendere con la terminologia. Non è esattamente la terminologia classica dello yoga. Sembra far parte della terminologia moderna, intendendo lo stesso secolare concetto di yoga!

Domanda

Lo stesso praticante: Adesso mi è chiaro. Ho sperimentato questa espansione in un paio di pratiche, vedendo il mare o la terra dall'alto per una frazione di secondo. Vedere le cose da una prospettiva più ampia è qualcosa che comincio a sentire. È come vedere le cose attraverso gli occhi di Dio. È corretto?

La mia risposta

È solo la fase di partenza per te!

Domanda

Un praticante: La meditazione di oggi era ad un livello profondo. Ho dovuto fare uno sforzo extra per aprire gli occhi.

La mia risposta

È un Kriyā. La sessione di meditazione è un Kriyā. Tipicamente, erode i karma passati delle pratiche di meditazione delle vite precedenti. Le impressioni sensuali vengono impresse nella mente subconscia a causa della pratica meditativa fatta in precedenza e anche loro devono essere ripuliti.

Domanda

Un praticante: Quando meditiamo, dove dovremmo focalizzare la nostra mente? Sul terzo occhio o su qualsiasi altro chakra?

La mia risposta

Innanzitutto nel nostro cammino non meditiamo esattamente nel senso classico. Ci sediamo solo in una posizione meditativa. Ecco perché usiamo la parola “meditazione” in modo approssimativo. Altrimenti, dovrebbe essere “sadhan”.

Non ci concentriamo quindi nemmeno su alcun chakra o altro. Inizialmente dovresti semplicemente focalizzarti sul tuo Guru e sul mantra. Mentre accadono Kriyā o reazioni devi richiamare l'attenzione su di essi, tutto solo come uno spettatore muto. Ricordati di non attaccarti troppo a loro mentre sperimenti i Kriyā.

Domanda

Un praticante: Possiamo meditare anche quando non siamo a casa? Oggi non mi sono seduto perché ero fuori.

La mia risposta

Ovviamente, non puoi fare meditazione nel vero senso della parola quando non sei a casa a meno che tu non abbia un ambiente adatto come un hotel, un ambiente tranquillo, all'interno di un'auto, ecc.. Tuttavia, puoi praticare il canto del mantra o ascoltarlo durante il viaggio. La cosa fondamentale da capire è che non dovresti esercitarti in un luogo pubblico. Puoi farlo se non stai sperimentando alcun Kriyā fisico. Nel mio caso, l'ho fatto diverse volte anche mentre volavo su un aereo.

Domanda

Un praticante: Ecco la mia esperienza di quando mi sdraio a letto per meditare: visualizzo volti o nuvole scure che passano da sinistra a destra, ed inoltre provo prurito alle estremità delle gambe e delle braccia, nella zona del collo e talvolta sul viso. Questo provoca alle mie braccia e alle gambe sussulti o si contraggono, poi arriva la pesantezza al petto, come se qualcosa si sia seduto sopra.

Il mio respiro si fa veloce e devo fare un paio di respiri profondi per rallentare. Quello che mi preoccupa è la sensazione di prurito che mi accade ogni volta che medito sdraiato a letto. Quale potrebbe essere il motivo? Ma avevo meditato prima nella mia macchina, e anche quella volta ho avuto la stessa esperienza di sensazione di prurito. Che cosa significa?

La mia risposta

La sensazione di prurito è l'esperienza più comune osservata del movimento dell'energia Kundalinī. È la pulizia di base dei

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

tuoi nervi sottili o nadi, come vengono chiamati in sanscrito. Pulendo i tuoi nervi, anche la tua pulizia dei karma o delle impressioni sensuali nella tua mente subconscia viene influenzata, o viceversa.

Sta accadendo tutto per il tuo bene, non c'è bisogno di preoccuparsene. Un buon risultato di questa esperienza è che sarai liberato da molte infezioni della pelle. Tuttavia, ricorda che questa sensazione durerà probabilmente diversi mesi o anche alcuni anni.

Inoltre, accadrà in ogni angolo del corpo. Ti ci abituerai. Non accadrà nulla di negativo. Devi sopportarlo, per favore.

Domanda

Un praticante: Sento una pressione e un lieve dolore alla spina dorsale al Muladhara chakra, come un ago che perfora lo Svadhithana chakra e i Kriyā nella spina dorsale.

La mia risposta

Per favore non preoccuparti affatto. È il tipico Kriyā che ricorre comunemente. Ma lascia che ti dica una cosa. Potrebbe durare per alcuni anni, anche se non avrai reazioni avverse. Non c'è nulla di cui preoccuparsi. Potrebbe accadere a intermittenza e a volte anche il dolore può essere acuto. Basta sopportarlo.

Domanda

Un praticante: Mi sono seduto in sadhan per circa 50 minuti. Come ieri, la mia testa ha iniziato a vibrare e ruotare. Mi sentivo a mio agio oggi rispetto a ieri. Ma sullo sfondo si stava alzando un fiume di pensieri.

Ho sentito un costante dolore lieve e moderato nella regione del terzo occhio. Ho anche avuto mal di testa e alcuni tiri dietro il terzo occhio.

La mia risposta

Non cercare di fermare i pensieri. Lascia che lampeggino nella tua mente il più possibile. Ma non devi tentare di pensare dalla tua parte. Siediti passivamente mentre i pensieri sorgono e si placano. Anche se i pensieri sono di natura spiacevole, non preoccuparti. Consenti loro di alzarsi e morire.

Allo stesso modo, se sono di natura troppo piacevole, allora esercita il distacco. Non essere troppo emotivo. Per favore continua con la tua pratica allo stesso modo.

Domanda

Un praticante: Non riesco a pensare positivamente. Non sono in grado di risolvere i problemi o fare qualcosa nella vita. È diventato complesso, o almeno mi sento così. Ho molte domande ma ho bisogno di aiuto per cercare indicazioni. Puoi aiutarmi?

La mia risposta

Per favore, comprendi che non c'è soluzione a nulla nel mondo esterno. Questo è un tema sbagliato che la gente segue. Proprio come l'infezione di una malattia o la sua causa è all'interno del corpo e non sulla pelle. Pertanto, ogni persona ha bisogno di cambiare dall'interno bruciando i karma. È così semplice! Automaticamente poi anche il tuo mondo esterno cambia.

Oltre a questo, non c'è potere aggiuntivo da nessuna parte nel cosmo che possa fare qualcosa per rimuovere la tua sofferenza perché la causa principale è nel tuo subconscio! Un Guru può aiutarti eseguendo Shaktipāt. Questa è la cosa più alta che chiunque può darti. Dopo Shaktipāt, ora sei sotto l'incantesimo dell'energia cosmica.

Cos'altro ti serve? Sei una donna benedetta adesso. È solo questione di tempo prima che la tua mente sia liberata da ogni tipo di sofferenza. Fidati dell'antico sistema yoga e del lignaggio dei Guru, che ha più di cento anni.

Per favore, non preoccuparti dei pensieri negativi. È positivo che stiano sorgendo nella tua mente cosciente. I karma associati vengono ripuliti. Questo è il motivo per cui sta accadendo in questo modo. Dopo che Shaktipāt ha finito, la tua mente è soggetta a una sorta di fenomeno di agitazione. Ovviamente, sorgono tutti i tipi di pensieri ma è solo un fenomeno temporaneo. Tutta quella polvere verrà presto cancellata definitivamente dalla tua mente. Sopportalo per un po' e continua con la tua pratica! Sii paziente e continua a perseverare.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Domanda

Un praticante: Voglio presentarti il mio nuovo stato. Mi sento esausto e pesante nel corpo e nell'anima. Quando ho un'attrazione per l'abbandono o la rinuncia, la mia mente si calma. Percepisco l'unità solo in uno stato elevato. Ma allo stesso tempo, non posso fermarmi e abbandonarmi. È come una lotta, e posso solo essere sul campo di battaglia.

La mia risposta

Sembra che sia l'inizio del distacco dalle cose mondane. Ciò significa che l'energia cosmica, che era in modalità creativa verso l'esterno, ora sta rapidamente ritirando la sua direzione di flusso verso l'interno. Stai andando verso il mondo interiore dello spirito, da dove parte il sentimento di distacco dalle cose mondane! Questo è tipicamente previsto dopo l'iniziazione di Shaktipāt.

Ma questo stato d'animo deve diventare più maturo. Accadrà nel tempo e sempre di più il tuo karma si distruggerà. Ovviamente sei trascinato indietro nella tua esistenza mondana quotidiana fino a quel momento. Da qui la contraddizione!

Domanda

Un praticante: Ho bisogno di aiuto con il mio attuale stato di esperienza. Ho sperimentato un movimento casuale di un oggetto simile a una palla tra il mio ano e l'organo genitale. Quando ciò accade, un costante colpo di fuoco si agita nel corpo. L'effetto è alta consapevolezza, stordimento, un alto livello di attività sessuale e mi viene da mangiare molto e verso un particolare tipo di cibo. Recentemente sono stato coinvolto nel consumo di alcol e nel fumo di marijuana. Voglio resistere ma non sono in grado di fermarlo. Per favore, ho bisogno di aiuto. Non posso andare avanti così.

La mia risposta

Perché hai bisogno di aiuto? Dovresti essere felice dei tuoi progressi. Tutto sta accadendo per il tuo bene; per la pulizia dei karma. Per favore, continua con la tua pratica allo stesso modo. Stai però attento al consumo di alcol e marijuana.

Tienilo bene a mente. Faccio un esempio per illustrare il punto.

Si tratta di Kriyā quando il tuo corpo oscilla involontariamente da un lato all'altro o con un movimento circolare . Se lo fai deliberatamente, si chiama karma. Le tue azioni, con il consumo di alcol e marijuana, diventerà un nuovo karma, che dovrai chiarire in seguito. Perciò fai attenzione in modo che non diventino nuovi karma per te. Devi esercitare la tua discrezione molto rigorosamente. C'è una tendenza da parte della mente a creare una scusa per sé stessa per soddisfare le voglie sensuali. Stai solo attento a questo. Altrimenti, abbi fede e fiducia nel tuo Guru e arrenditi completamente.

Domanda

Un praticante: Ho alcune domande. Negli ultimi giorni ho letto libri sul nostro lignaggio, come quello del rispettato Swami Shivom Tirth Maharaj e Swami Vishnu Tirth Maharaj. Hanno detto che una volta che chiudi gli occhi e non devi fare nulla, la meditazione accade e basta.

Ti visualizzo come mi hai chiesto ma l'immagine non dura più di un secondo. Continuano a muoversi e tutto il resto. Non riesco davvero a vederlo stabilmente. Va bene lo stesso?

Inoltre, devo impegnarmi a meditare. Non accade rapidamente. Sebbene lo stato meditativo sia significativamente più profondo di prima, sento un diverso senso di energia e un'espansione dell'aura per qualche tempo dopo. Ci vuole tempo per essere completamente assorbito dall'energia Kundalini? È tutto molto confuso per me.

Ogni volta che invoco le benedizioni di Guru parampara prima di iniziare la meditazione, provo sensazioni diverse per ogni nome che prendo. Non so se è nella mia testa o se succede davvero. (Ma è fantastico come se i maestri mi stessero guardando).

Stavo leggendo un libro di Swami Shivom Tirth Ji. Menziona nel libro che a volte i Kriyā non iniziano a causa di problemi come la stitichezza. Ora, solo per essere un vaso migliore affinché la tua grazia scenda su di me nel giorno

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

dell'iniziazione, ho digiunato per due giorni prima di esso. E questo mi ha reso stitico per il giorno e un giorno dopo a causa del cibo improvviso. È in qualche modo correlato o è semplicemente normale?

La mia risposta

Non c'è bisogno di preoccuparsi troppo. Ciò che ha detto Sua Santità è vero. Ma che importanza ha per te se i Kriyā non iniziano immediatamente a causa della stitichezza, ecc.? Nel nostro Ordine Shaktipāt, non facciamo meditazione nel senso classico. Si chiama sadhan o una specie di pratica con lotta. Ecco perché ti viene detto di rimanere seduto con una mente calma e lasciare che i pensieri si precipitino dentro.

Ti godi la meditazione profonda solo se i karma sono puliti. Tuttavia, a volte viene vissuta di tanto in tanto per altri motivi come il fatto che devi fare molta pratica di meditazione, ecc.. Anche quelle impressioni devono essere ripulite. Ecco perché ogni tanto si sperimenta un incantesimo di profonda meditazione. Ma per favore non fraintendete che avete già raggiunto livelli più alti. Questo è tutto!

Tutto quello che devi fare è sederti e praticare come spiegato al momento dell'iniziazione Shaktipāt. Focalizza la tua mente sul tuo Guru e inizia a cantare il mantra. Quando i Kriyā si manifestano, il canto del mantra si fermerà. Poi concentrati solo sui Kriyā che stanno avvenendo. Per favore, non preoccupatevi affatto della meditazione profonda, ecc. o almeno non in queste fasi iniziali!

Domanda

Un praticante: Ho bisogno delle tue benedizioni! Spero che qualunque cosa stia accadendo sia per il mio meglio. Mi sento bene in meditazione ma non riesco davvero concentrarmi sulla tua immagine per molto tempo. Ma mi sono accorto di te e ci si sente bene.

Vedo luci bianche e bluastre. Sento una pace estrema e rimango in postumi di una sbornia dopo il sadhan per circa 20 minuti o più. Nel complesso, è bellissimo, ma niente Kriyā o giù di lì. Nella vita materiale i cambiamenti improvvisi mi

spaventano. Mi arrendo a te e alla divinità totalmente. Benedicimi solo così da avere la forza di avere tutto.

La mia risposta

Per favore, non preoccuparti troppo se non riesci a concentrarti continuamente sull'immagine del tuo Guru. Una volta che i Kriyā iniziano, finiscono come tali, compreso il mantra. Continua con la tua pratica nello stesso modo in cui stai facendo ora.

Ma non c'è nulla di cui spaventarsi per i cambiamenti nella tua vita quotidiana. Chi lo sa? Potrebbero essere solo per il tuo bene e potrebbero piacerti i cambiamenti. Quindi non preoccuparti troppo. Sii coraggioso. Ricorda che il successo sta solo nel coraggio. Questo vale ovunque.

Domanda

Lo stesso praticante: Grazie mille! Quello che è successo è che non sono più con l'azienda per cui ho lavorato e fondato. Sto anche attraversando molti problemi con i miei genitori. Non ho idea della mia carriera. D'altra parte, sento che andrò in esilio in qualche ashram.

Ma sarebbe troppo da codardo, considerando che sono l'unico figlio maschio. Inoltre, mi chiedo perché i miei Kriyā non si manifestino. Forse questo soddisferà la mia mente errante che la mia energia Kundalinī si è risvegliata e si è impossessata di me.

Per ora, sto solo seguendo il flusso ovunque questa trasformazione mi porti materialmente o spiritualmente. Durante il sadhan, mi sento come se fossi seduto nella direzione sbagliata o se ho spostato la testa in un'altra direzione (non nel modo in cui mi sono effettivamente seduto). Ma quando apro gli occhi, vedo che sono seduto mentre mi siedo. È solo che mi sento in sadhan e sento i piedi della mia gamba destra molto spesso caldi. Cosa significa questo?

La mia risposta

Non preoccuparti della tua vita. Succede con la maggior parte degli uomini della tua età. È una tipica storia ma hai tutta la vita davanti. Per favore, arrenditi alla divinità. Qualunque

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

cosa debba accadere, accadrà comunque! Otterrai sicuramente la forza necessaria per affrontare qualsiasi circostanza.

Anche se ottieni un buon lavoro e un buon reddito, non significa necessariamente che la tua vita andrà avanti senza intoppi. La vita potrebbe sollevare altre sfide. Il trucco è rafforzare la tua mente. Quindi quelle sfide potrebbero non materializzarsi per te perché non c'è alcuna necessità ora. Tutto accade nella nostra vita solo come risultato dei nostri karma passati. Il trucco è bruciare quei karma, quindi affrontare quelle sfide non è più necessario. Questo è ciò che intendo.

Per quanto riguarda la manifestazione dei Kriyā, non preoccuparti troppo nemmeno di loro! Si manifesteranno secondo la volontà divina. Le condizioni necessarie potrebbero non essere state ancora soddisfatte nella tua mente. Ma il fatto che ti sia stata data l'iniziazione Shaktipāt significa che hai già ricevuto le benedizioni divine. Altrimenti, questa cosa non sarebbe avvenuta. È ancora troppo presto per te. Sono passati appena pochi giorni dalla tua iniziazione.

Tieni presente che ci vorrà del tempo. Nel frattempo, la tua vita andrà avanti. Non c'è niente che otterrai scappando in un qualsiasi ashram. I tuoi karma rimarranno con te e commetterai anche nuovi karma se fai qualcosa volontariamente, come scappare in un ashram. Sii coraggioso! Essere audace! Ma fidati del divino e abbi fede nel divino. Per quanto riguarda la sensazione di caldo alle gambe, bisogna osservare meglio il fenomeno prima arrivare subito ad una conclusione.

Domanda

Un praticante: Ho bisogno di una guida per quanto riguarda il mio sadhan. Mi manca la coerenza. Mi sveglio presto, intorno alle 4:30, per praticare il mio sadhan. A volte non ho problemi, ma altre volte faccio fatica. Capisco che questo fa parte del mio karma. Ma vorrei la tua guida su cosa posso fare per accelerare la neutralizzazione dei miei karma accumulati.

Pratico due volte al giorno, la mattina presto e all'ora di pranzo, e la mia mente è sempre concentrata su di te, mio

Guru. Ogni giorno durante il sadhan i Kriyā accadono continuamente durante il giorno. Per favore guidami.

La mia risposta

È così. Consentitemi di affrontare subito il problema in questione e anche la soluzione. Il problema è il sadhan e come puoi migliorarlo. Per questo, devi prima comprendere la sua l'essenza. Molti praticanti di solito non lo capiscono in modo completo. Tendono a confrontarlo con altri sistemi yoga o pratiche tantriche. Lo fanno così inconsciamente a causa di vecchie abitudini.

In poche parole, gli esseri umani sono programmati a pensare in quel modo a causa del karma accumulato. Questo stock accumulato è simile ai dati o alle informazioni che forniamo a un modello di intelligenza artificiale e lo addestriamo. Ciò significa che la mente elaborerà tutto razionalmente o emotivamente in base al karma accumulato, ai dati o alle impressioni sensuali. Non comprende il concetto di abbandono perché è al di là del pensiero razionale.

Come ben sai, sadhan significa non fare nulla sul nostro cammino. Ma c'è un trucco qui. Finché un essere umano dimora in un corpo di carne e sangue, è necessario che determinati karma vengano eseguiti obbligatoriamente. Ad esempio, mangiare, respirare, lavarsi, fare il bagno, ecc., questi karma devono essere eseguiti per sostenere il corpo. Il corpo deve essere curato in modo che un praticante possa praticare lo yoga.

La pratica dello yoga o sadhan è l'unico scopo dell'esistenza umana secondo il disegno cosmico. Da questa prospettiva, la vita stessa è solo sadhan. Per i sadhak, ogni momento della vita è solo un Kriyā. Il sadhan è stato formalizzato per accompagnare tutti lungo il sentiero.

Inoltre, il sadhan regolare instillerà un senso di disciplina, e anche i sadhak trarranno beneficio dalla forza dell'abitudine. Questo ha lo scopo di aiutare anche un tipo pigro di sadhak lungo il viaggio spirituale. Altrimenti, sedersi per il sadhan è più una formalità. Ogni momento della tua vita è intrecciato e integrato con il tuo sadhan.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Per favore, leggi ancora una volta il capitolo “La vita come Kriyā” nel mio libro “Il potere sconosciuto a Dio”. Di solito, questo viene detto poco a tutti i sadhak visto che si tende a fraintendere il significato. Un sadhak può essere distratto dal sentiero dello yoga e lasciarsi trasportare dalla vita di tutti i giorni mentre contemporaneamente si rifugia con il pretesto che lo si sta effettivamente eseguendo solo come da insegnamento. Questa è una pseudo-comprensione dello yoga concettualmente. Bisogna stare attenti a questo.

Ecco perché di solito non viene detto ai sadhak poiché potrebbero non aver ancora raggiunto le fasi avanzate della pratica dello yoga. Altrimenti è la verità. In poche parole: ciò che conta è lo stato della tua mente. Non importa se stai meditando regolarmente o per quanto tempo. La soluzione è semplice. Concentrare semplicemente sempre la mente sul Guru.

Mantieni la tua mente focalizzata sul tuo Guru e continua a vivere la tua vita con distacco e abbandono. So che è una cosa difficile da capire. Ecco perché bisogna stare attenti. Ti suggerisco di esercitarti entrambi. Continua a fare sadhan regolarmente sedendoti formalmente e mantenendo la tua mente focalizzata sul tuo Guru durante altre volte. A tempo debito della sadhana, capirete cosa fare e come farlo. Il potere cosmico onnisciente continuerà a guidarti.

Domanda

Un praticante: Ho alcuni dubbi e preoccupazioni. Per alcuni giorni, dopo la meditazione, sento delle vibrazioni nel piede e nella parte bassa della schiena. Oggi ho sentito una sorta di corrente sulle mie mani.

Inoltre, la scorsa settimana ho avuto difficoltà a dormire. Per due o tre giorni non riesco. Anche se non ho stress o tensione, non riesco ancora a dormire sonni tranquilli! È legato al mio sadhan o devo vedere il mio medico? Perché da parte mia non ho problemi di salute. Ma sono preoccupato per queste vibrazioni ed insonnia.

La mia risposta

Sono tutti solo Kriyā. Devi solo sopportarli. È tutto solo per il tuo bene.

Domanda

Un praticante: So che non sono necessarie altre pratiche yoga dopo Shaktipāt poiché è il sentiero più alto e tutti i diversi percorsi alla fine portano all'innalzamento della Kundalinī. Ma c'è karma coinvolto nella pratica dello yoga fisico per la salute del corpo in modo che possiamo tenere lontane le malattie e avere una lunga vita per praticare il sadhan?

La mia risposta

Praticare qualsiasi cosa per ottenere benefici materiali è ovviamente solo karma. Tuttavia, alcuni karma devono essere eseguiti obbligatoriamente, come mangiare, fare il bagno, ecc. quindi, anche qualsiasi cosa fatta per mantenere il corpo, come l'hatha yoga, ecc., è considerata solo karma, sebbene necessaria. Tuttavia, è più facile liberarsi rapidamente da tale karma in seguito. Non c'è bisogno di preoccuparsi.

Domanda

Un praticante: Volevo farti una domanda. Dobbiamo astenerci da certe cose che potrebbero aiutarci a guadagnare slancio per il progresso spirituale? Ho letto da qualche parte che il digiuno aiuta. So che non siamo tenuti ad astenerci da nulla sul nostro cammino.

Cosa faccio per aumentare la mia Bhakti o devozione verso il mio Guru? Mi arrendo! Ho provato tutto quello che mi è stato detto. Tuttavia, penso che manchi qualcosa da parte mia. Nel tuo libro hai menzionato che il Grand Guruji ti aveva chiesto di premere gli occhi, ecc.. Ieri, ho solo strizzato gli occhi contro voglia. Sono stato sorpreso di vedere un colore giallo così bello riempire la mia vista. Era così luminoso, come il sole. Non ho potuto trattenermi dal fartelo sapere.

La mia risposta

Non devi astenerti da nulla in quanto tale. Non ci sono regole del genere sul nostro cammino. Inoltre, qualsiasi cosa tu faccia deliberatamente, incluso astenersi da qualsiasi cosa,

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

diventerà un nuovo karma. Allo stesso modo, non devi fare nulla deliberatamente. Altrimenti, qualsiasi azione da parte tua diventerà ovviamente nuovo karma.

Il tuo obiettivo dovrebbe essere quello di bruciare tutti i karma rimanendo in uno stato di testimone come uno spettatore silenzioso del destino che si sta svolgendo. Questo è ciò che viene chiamato sadhan sul nostro cammino. Esso è la cosa più grande che tu possa mai fare. La capacità di esercitare il distacco mentre il destino si sta svolgendo!

Per favore, non fraintendete quando dico che non dovrete compiere karma. Alcuni karma devono essere eseguiti obbligatoriamente, come mangiare, fare il bagno, ecc. Allo stesso modo, altre attività come lavorare, camminare, parlare, ecc.. È il distacco che conta. È così che i karma vengono bruciati.

Per quanto riguarda la tua domanda sul digiuno, puoi farlo se desideri controllare il tuo peso ma non ha alcun impatto spirituale. Temporaneamente la tua mente potrebbe sentirsi bene al riguardo. Allo stesso modo, il tuo corpo si sentiva leggero, ecc. ma si aggiunge solo a nuovo karma. Ciò che è richiesto è non concentrarsi sul cibo in generale perché hai bisogno solo di un po' di cibo per la tua sopravvivenza. Consuma poco cibo solo per soddisfare la tua fame e, naturalmente, assicurati di consumare tutti i minerali necessari al tuo corpo dal punto di vista della salute. In poche parole, continua a mangiare poco cibo ma non digiunare deliberatamente per un periodo prolungato.

Puoi solo decidere quanto devi mangiare ma devi ricordarti di non mangiare indiscriminatamente. È come un'arte. A volte ti viene voglia di mangiare certe prelibatezze. Mangia deliberatamente senza opporre resistenza. Ma mangialo saggiamente in piccole quantità e scaglionalo. Si può sempre dividerlo e mangiarlo in diversi momenti della giornata.

Prendiamo l'esempio della colazione inglese! Puoi dividere l'intero pasto. Prova a mangiare solo il porridge al mattino, il pane tostato o panini nel pomeriggio e altri piatti. Forse la zuppa di notte o un equilibrio del pasto del pomeriggio. È

Colonel T Sreenivasulu

solo un esempio. Per favore, non seguire questo regime alimentare che ho menzionato sopra. Quello che voglio dire è esercitare il distacco mentre si mangia.

Infine, il modo migliore per aumentare la devozione al tuo Guru è mantenere sempre la tua mente focalizzata su lui ma in modo intelligente. Questo non significa che devi continuare a riflettere sempre sul di lui. Potrebbe non essere praticamente possibile. Potresti essere impegnato con il tuo destino che si sta svolgendo. Mantieni la tua mente impegnata con il pensiero del tuo Guru intraprendendo varie attività ma con distacco.

Leggi i libri scritti dal tuo Guru e ascolta i suoi messaggi. Offri fiori, frutti, ecc. fisicamente o mentalmente. Ricorda i suoi insegnamenti e discutine con i tuoi compagni sadhak. Festeggia il suo compleanno ed infine, ricorda l'anniversario della morte del tuo Guru (anche se nel tuo caso non si applica ora). Questo è tutto. Cerca di intraprendere varie attività in nome del tuo Guru, per il tuo Guru e come servizio al tuo Guru.

Questo aumenterà lentamente e costantemente la tua devozione verso di lui. Tali attività ti manterranno costantemente in pista con la pratica dello yoga. La chiave del successo nello yoga è la tenacia nel mantenere la mente focalizzata sul proprio Guru. Ha un impatto sulla tua crescita spirituale, anche se non posso dire come funzioni esattamente. È come andare nei templi, offrire preghiere a Dio, celebrare le date importanti del tuo rispettivo Dio, ecc.

Nel sentiero dello yoga, Guru tattva, o l'essenza dell'idea di Guru, sostituisce Dio. In poche parole, il tuo Guru è uno strumento per la tua crescita spirituale. Tutto dipende da come comprendi l'essenza del Guru. Per favore, non preoccuparti troppo. Lentamente e costantemente, ti metterai fermamente sul sentiero dello yoga. Basta avere pazienza e perseveranza.

Domanda

Un praticante: Voglio che tu legga prima la mia storia per capire la mia situazione e potermi guidare meglio.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Ho preso una droga psichedelica 2 anni fa, facendomi esplorare in una dimensione che non ho mai sperimentato. Ho avuto un barlume di unità per un momento, ma me ne sono dimenticato di nuovo dopo che l'effetto della droga si è esaurito. Questo ha cambiato la mia vita per sempre.

Ho fatto ricerche su questa esperienza e ho scoperto che possiamo ottenere la morte dell'ego o esperienze spirituali quando assumiamo droghe psichedeliche. Ne ero così affascinato e ho scoperto che possiamo raggiungere questo stato attraverso la meditazione, motivo per cui ho iniziato il mio viaggio spirituale e ho iniziato a fare programmi SadGuru.

Allo stesso tempo, stavo esplorando anche gli psichedelici poiché non sapevo quanto tempo avrei impiegato con la meditazione per raggiungere quello stato. Oltre a questo assumevo erba ogni giorno. Ero disperato e cercavo di trovare ogni modo possibile per riprovare quella sensazione. Inoltre, ho letto molti articoli spirituali e guardato i video di SadGuru. Stavo raccogliendo molte informazioni a un ritmo molto rapido.

Volevo toccare di nuovo la fonte della creazione; la mia esplorazione e la mia disperazione sono iniziate perché ho trovato qualcosa di più in questa vita noiosa. Ho cercato di scoprire i segreti dell'universo. Volevo solo esplorare tutto.

Pensavo di andare sulla strada giusta. Sentivo nel mio cuore che questa era la strada giusta. Più tardi, a un certo punto, ho sentito che la mia mente poteva diventare molto sensibile a causa dell'abuso del mio sistema. Improvvisamente ho sentito un aumento di energia per i miei pensieri.

I miei pensieri stavano iniziando ad andare a un ritmo più veloce. Ho potuto analizzare tutto e ho potuto provare intense emozioni positive. Anche allora, pensavo di poter entrare in contatto con altre persone, ma dopo la mia recente esperienza d'amore al culmine, so che è diverso. Questa volta ho potuto sentire l'unità con la ragazza che amavo, e poi ho potuto leggere i sentimenti degli altri in seguito.

Colonel T Sreenivasulu

Ad ogni modo, il mio sistema ha iniziato a crollare dopo quelle intense emozioni positive. Stavo analizzando tutte le informazioni che avevo raccolto fino a quel momento. L'energia mi stava facendo credere che la mia analisi fosse corretta (se ti dico le cose che ho immaginato, ti lascerà a bocca aperta perché ti renderai conto della distruzione che la mente può fare).

Ad esempio, a un certo punto, ho sentito che il tempo si era fermato ed ero bloccato in un ciclo infinito. Credevo di poter aprire il mio terzo occhio chiudendo gli occhi. Pensavo di aver visto un occhio come l'occhio sulla fronte di Shiva, e poi ho creduto che sarei dovuto diventare Shiva e ora trovare i miei Saptarishi. Ho sentito che dopo la morte, entriamo in una sofferenza infinita. Non c'è mai liberazione per noi, e la liberazione è solo una bufala che i Guru o le persone raccontano per farci godere della sofferenza senza fine (questa sensazione l'ho provata di recente dopo che mi sono trasferito a Toronto e assumevo erba).

C'erano così tante altre immaginazioni. Ho sofferto molto. Volevo solo sfuggire a quel dolore e ho pensato di suicidarmi, quindi sono andato fuori di testa e ho detto tutto ai miei genitori. Sono tornato in India e ho iniziato a prendere farmaci per la psicosi e sono diventato stabile e ho dimenticato tutti quegli incubi e ho iniziato a seguire SadGuru sinceramente.

Ho iniziato a vedere tutto positivamente e lentamente ho visto la bellezza in tutto come vede SadGuru. Ma avevo un forte bisogno di risvegliare la mia Kundalinī perché pensavo che fosse l'unica via per la liberazione. SadGuru non raccomanda il Kundalinī yoga; dice che ci deve essere un maestro che ti guidi inizialmente quando la Kundalinī si risveglia perché il tuo mondo inizia a cambiare rapidamente. Alcune persone possono perdere la testa se non hanno una piattaforma stabile.

Ma sentivo di essere stabile e pronto a far risvegliare la mia Kundalinī. Se avessi voluto andare da SadGuru per farlo, sarei dovuto rimanere all'ashram. Allora non era possibile perché

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

vivevo con i miei genitori, e allora non pensavo di voler restare nell'ashram. Il mio desiderio di risvegliare la mia Kundalinī era lì, ma non sapevo come. A quel tempo, il tuo post sui social media mi è parsa come una benedizione.

Ma ero scettico su come la Kundalinī potesse essere risvegliata a distanza. Poiché ero disperato, ho voluto provare. Stavo facendo i programmi SadGuru e la tua meditazione sul mantra per un po', ma mi sono fermato a causa dei miei pensieri.

Così di recente, quando mi sono innamorato di una ragazza, ero così profondamente innamorato che ho iniziato a provare le sue emozioni. Si stava ancora sviluppando, ma ho pensato che fosse una bella sensazione. Mi sono trasferito a Toronto e ho ripreso l'erba; questa volta, l'esperienza dell'amore è stata la stessa. Potevo chiaramente sentire le sue emozioni ed esprimerle. Stavo facendo esperimenti e cose del genere, e poi una volta, quando ho preso l'erba, il mio incubo durante la mia psicosi mi è venuto di nuovo in mente. A quel punto decisi di non prendere mai erba e alcol.

Nell'eccitazione che ho avuto con il superpotere di leggere le emozioni delle persone, ho iniziato ad analizzare tutto, e ora sono in grado di vedere tutto sotto una nuova luce e una chiarezza cristallina. È perché ho toccato la coscienza divina e sono stato in grado di conoscere semplicemente le cose. Ma sono caduto di nuovo a causa del meraviglioso amore divino che ho sentito di recente. Non riesco più a sentirlo così intensamente e anche la mia capacità di leggere le emozioni delle persone è diminuita.

È una caduta spirituale? Come esco da questo karma, rimango sulla mia strada e non mi perdo? E potrò mai sperimentare di nuovo l'amore della madre divina? Mi aiuti per favore. Il mio desiderio di esplorazione è una maledizione? Ho danneggiato il mio sistema in modo permanente? La mia attuale esperienza è un vero risveglio della Kundalinī? Quando ho sperimentato l'amore divino, volevo condividerlo con tutti intorno a me, ma ancora una volta, forse era dovuto all'effetto dell'erba o dell'alcol con cui

Colonel T Sreenivasulu

potevo connettermi. Sicuramente, questa volta è stato diverso.

Ma non riesco a capire o a credere in che modo il mantra del Guru mi aiuterà a manifestare i Kriyā. Quali Kriyā otterrò? E sento anche di tradire il mio primo Guru se penso alla tua immagine. Inoltre, non so se proverò per te le stesse emozioni, forse perché ancora non so niente di te. Ti ho appena aperto il mio cuore. Per favore aiuto.

Ho anche altre domande come la masturbazione influenzerà la Kundalinī o anche il mangiare carne cambia qualcosa.

Ho un'altra domanda. In uno dei programmi iniziali di SadGuru, chiudevo gli occhi e il respiro era affannoso. Quando SadGuru ha battuto le mani, ho potuto sentire un'intensa pressione sul braccio e sul collo. La seconda volta che ha applaudito, la pressione è aumentata nel mio collo e nel braccio sinistro. C'era pressione sulla mia fronte, i miei occhi lampeggiavano rapidamente e non riuscivo a tenerli chiusi. Puoi spiegarmi cos'era?

E sento ancora che tutto ciò che ho fatto è la cosa giusta per me, perché non sarei stato in questo stato se non avessi affrontato tutto questo. Voglio dire, è stato semplicemente perfetto per la mia crescita. Devo ancora evolvermi, ma amo questo viaggio, anche se continuo a tornare indietro e a dimenticarmi di me stesso. In qualche modo mi sono rialzato. Mi sento come se avessi bisogno di quei colpi di frusta per imparare.

Non so come posso esprimere i miei sentimenti in parole così chiaramente, con cui ho sempre lottato. Non sono mai stato in grado di esprimere adeguatamente le mie emozioni a parole. Tuttavia, anche questa sensazione è bellissima ora che posso sentirmi così libera. Se non ci fosse il Guru, non avrei mai raggiunto questo stato. Quindi, la mia sincera gratitudine e pranam a tutti i Guru che sono solo l'incarnazione dell'amore.

Dopo aver parlato con un amico delle mie emozioni, della verità e di tutto il resto, la mia capacità di sentire il suono non colpito è aumentata di nuovo. Cosa sta succedendo?

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

In più sento una specie di energia frenetica che scorre dentro di me. Questa è Kundalinī?

Inoltre, a volte sento che la mia fame di amore divino è così intensa che potrei desiderare di lasciare presto questo corpo e fondermi con la coscienza infinita. È come Shiva Thandavam, e sento che la ragazza che amo è Ganga, che sta spegnendo le mie fiamme e mi dice perché sbrigarsi? Divertiamoci un po' e poi partiamo insieme. Riesci a sentire le mie emozioni?

Ma puoi far luce su cosa succede esattamente dopo. Come sarà la mia evoluzione e quanto tempo ci vorrà? Ora che hai saputo del mio stato.

Poi alcuni yogi sono stati capifamiglia, giusto? Come Lahari Mahasaya, Ramakrishna Paramahansa. Anche SadhGuru si è sposato. Sono la mia ispirazione. E ho chiarezza su ciò che voglio nella vita. Pensi che avrò ancora una caduta spirituale?

La mia risposta

La crescita spirituale di una persona è inversamente proporzionale allo stock di karma accumulato. Più si accumula karma, più c'è una degenerazione spirituale. Più li brucia, maggiore è la crescita spirituale.

Nel primo caso, la mente non è in pace, mentre nel secondo inizia gradualmente a gravitare verso uno stato di pace. Non ho idea del tuo stato d'animo in questo momento. Non posso dire se sei cresciuto spiritualmente o sei degenerato dal tuo stato precedentemente raggiunto. Sei il miglior giudice.

Sai esattamente cosa sei all'interno e hai ricevuto Shaktipāt Dikshā solo di recente. Ci vorrà del tempo per bruciare il tuo karma. Allora solo tu inizierai a goderti il gusto della beatitudine.

Ci vuole almeno una settimana per riprendersi dai problemi di salute di routine come il comune raffreddore. Potrebbero essere necessarie alcune settimane per curare un'infezione del corpo e così via. Ci vogliono 9 mesi per nascere un bambino e servono almeno 8 minuti perché la luce del sole raggiunga la terra. Come puoi aspettarti di godere di una beatitudine permanente con tutto il tuo karma intatto?

Colonel T Sreenivasulu

Naturalmente, una persona può intravedere un tale stato attraverso l'uso di droghe. Ma dura solo per un tempo limitato, e prima o poi ne esce. Questo danneggerà il suo corpo. Potrebbe provare ancora qualche volta prima di danneggiare seriamente il suo corpo.

Inoltre, continua ad accumulare nuovi karma per aver preso scorciatoie non ordinate dalla natura. Ad esempio, l'umanità non è sciocca a lavorare sodo e guadagnare denaro. Possono anche pensare di prendere scorciatoie per fare soldi indulgendo in furti, uccisioni, ecc. Ma tu sei consapevole delle conseguenze di tale karma. Un giorno il gioco sarà finito per una persona del genere.

Lo stesso vale qui anche per ogni sadhak che cerchi di prendere scorciatoie per sperimentare il misticismo attraverso l'uso di droghe. A causa dell'accumulo di tale karma, lui o lei degenera senza dubbio spiritualmente. Supponiamo che qualcuno pensi che non abbia importanza, ma desideri sperimentare il misticismo con le buone o con le cattive usando scorciatoie come le droghe. In tal caso, dovrebbero anche ricordare che il potere cosmico divino non è uno sciocco. **NESSUNO PUÒ IMBROGLIARE DIO** perché l'inganno può essere fatto da un essere umano usando solo il suo intelletto. Al contrario, il potere cosmico o Dio, ecc., è più sottile dell'intelletto.

Il potere cosmico nella sua forma pura è semplicemente Maya o l'illusione cosmica. È super consapevole e onnisciente. Non può essere imbrogliato con l'intelletto perché l'intelletto è una forma grossolana dello stesso potere. Di conseguenza, lui o lei dovrà subire le dovute conseguenze in proporzione. Sono sicuri di andare negli inferni più oscuri.

Ti consiglio vivamente di smettere nel ricadere nell'utilizzo di tali scorciatoie ed esercitare l'auto-abbandono al Guru. Forse devi aver accumulato del buon karma in passato. Ecco perché il misericordioso potere cosmico divino ha riversato su di te la sua benedizione sotto forma di Shaktipāt. Altrimenti, non saresti arrivato su questa strada. È il segno di una nuova fase nella tua evoluzione spirituale.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Per favore ricorda che un sadhak dovrebbe imparare a lasciare la sua mente e le sue scarpe fuori prima di venire di fronte a un Guru spirituale. Ciò significa che non dovrebbe aggrapparsi a tutto ciò che ha letto nei libri e in Internet. Altrimenti, non ha senso prendere Shaktipāt Dikshā. Qualunque grazia divina debba cadere su di lui è accaduta con Shaktipāt. Ora tocca a lui decidere cosa fare di quella benedizione.

Infine, ricorda che lo Shaktipāt è un sistema yoga avanzato. La nostra parampara ha più di cento anni. È di natura puramente spirituale e se pensi di avere fede nel sistema Sidha Mahayoga, allora non devi prendere nessun altro sentiero adesso. Se ritieni di non poter abbandonare tutto ciò che hai fatto fin'ora, non è necessario interrompere tutto in una volta. È comprensibile ma non è nemmeno più necessario che tu ti aggrappi troppo strettamente; perché ti rallenterà solo.

Aggrapparsi a varie pratiche spirituali è come tenere il bambino al dito di una madre finché non impara a camminare. Dopo Shaktipāt Dikshā, quell'anima non ha più bisogno di sistemi di supporto esterni come seguire pratiche religiose o ricorrere a droghe e alcol. Ostacoleranno solo la sua crescita spirituale.

Domanda

Un praticante: Ho una domanda. Quando medito, sento dolore/pressione nella zona del terzo occhio, nella parte posteriore ed in cima della testa. È normale? Significa che il mio terzo occhio si sta aprendo? Mi muovo anche da sinistra a destra e dalla parte anteriore a quella posteriore durante la meditazione.

La mia risposta

Sì. È solo Kriyā. Devi sopportarlo, anche se è scomodo. Non esiste un tale concetto del terzo occhio nel nostro cammino. Probabilmente proviene dalla tradizione tantrica tibetana. Dal punto di vista dello yoga, è Ajna chakra. Stai sperimentando i Kriyā in quella regione perché i karma corrispondenti vengono ripuliti. Questo è tutto. Non dovresti fraintenderlo in nessun altro modo.

Domanda

Un praticante: Se faccio regolarmente sadhana cantando il mantra e mantenendo la tua essenza nella mia mente, porgo i miei rispetti a tutti i Guru; ma se non partecipo al servizio del lignaggio dei Guru fin d'ora, farò comunque progressi nello yoga?

Lo chiedo perché non sono in grado di rendere alcun servizio al mio Guru in alcun modo. Non ho nemmeno voglia di fare sadhan perché mi sento in colpa. E la mia ragione per non farmi coinvolgere nelle attività del nostro lignaggio non è altro che il tempo. Non ottengo quel tipo di tempo dalle mie responsabilità quotidiane della vita familiare e della carriera. Tuttavia, dal mio cuore, ho completa fiducia nei nostri Guru e nel nostro sistema Shaktipāt.

Negli ultimi due giorni, ogni volta che mi sono seduto al sadhan, mi sono sentito in colpa per non aver fatto cose a beneficio del nostro lignaggio e quindi ho smesso di fare anch'io il sadhan! Mentre io voglio continuare a fare sadhan. Mi aiuti per favore.

La mia risposta

Per favore, non preoccupartene affatto. Se non sei in grado di fare direttamente alcun servizio al Guru, non importa. Pensare ed esercitare l'abbandono al Guru e praticare il canto del mantra è il servizio più eccellente al Guru in quanto tale. Quindi non c'è bisogno di sentirsi in colpa, ecc.. Per favore, continua regolarmente con il tuo sadhan.

Sadhan con Guru

Domanda

Un praticante: Vorrei farle una domanda. Quando da l'iniziazione Shaktipāt ad altre persone, è un momento adatto a coloro che hanno già avuto l'iniziazione, unirsi a te in meditazione?

La mia risposta

Sì. Ovviamente! È bene se ti unisci al Guru in meditazione non solo quando il Guru dà l'iniziazione Shaktipāt ad altre

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

persone, ma anche ogni volta che il Guru è in meditazione. È sempre vantaggioso per tutti i praticanti di yoga praticare con il proprio Guru.

Ha un impatto potente, o meglio è molto vantaggioso per i praticanti. Questa è la logica alla base. Tengo tutti informati sul mio programma di meditazione in modo che le persone possano trarne beneficio.

Modo corretto di fare sadhan

Domanda

Un praticante: Cosa costituisce una pratica regolare? Come si valuta la profondità della propria pratica?

La mia risposta

Esercitarsi ogni giorno a un'ora e in un luogo prestabiliti, una o più volte. Questa si chiama pratica regolare. Perdere la pratica di tanto in tanto è comprensibile.

Una buona sessione di pratica durerà un paio di giorni, anche se si consiglia di esercitarsi quotidianamente. Una buona sessione di meditazione avrà un impatto profondo sulla tua mente, come se la tua regione cerebrale fosse stata colpita da qualcosa di sconosciuto. Questo è un segno di profonda meditazione.

Allo stesso modo, dipende anche dal tipo di trasformazione che avviene nella tua mente e ti sarà poi chiaro come procedere. Questo è un punto di riferimento per misurare la profondità della tua pratica.

Tempi Sadhan

Domanda

Un praticante: Posso meditare alle 3:00 o alle 3:30?

La mia risposta

03:30 o 04:00 sarebbe l'ideale. Dovrebbe essere il momento migliore per qualsiasi pratica yoga, come da antichi testi di yoga. Altrimenti, puoi persino esercitarti durante gli orari degli incroci al mattino, pomeriggio, sera e mezzanotte.

Domanda

Un praticante: La mia domanda si riferisce al tempo della sadhana. Nelle scritture yogiche, dicono che il momento migliore per meditare è a Brahma muhurta, che è circa un'ora e mezza prima dell'alba.

Questo fa differenza quando pratici sadhan dopo Shaktipāt Dikshā?

È più potente in quel momento?

La mia risposta

Il momento migliore per praticare lo yoga è la mattina presto prima dell'alba, verso le 4. Puoi esercitarti quando vuoi a tuo piacimento. Non c'è problema. Non ho compreso la tua seconda parte della domanda. Puoi riformularla?

Domanda

Stesso praticante: Si tratta di fare sadhan a Brahma muhurta. Intendo Dikshā. Questo fa differenza quando pratici il tuo sadhan dopo Shaktipāt Dikshā? È più potente in quel momento?

La mia risposta

La tua domanda non è stata ancora compresa. Devi fare sadhan con il tuo Guru ogni volta che do l'iniziazione Shaktipāt o il Dikshā. Ovviamente, durante quel periodo, avrà un impatto maggiore sulla tua pratica. Ti concentreresti sul tuo Guru e sul mantra mentre anche Guru è seduto in sadhan; contemporaneamente durante quel periodo. Ma dopo che ho terminato la cerimonia di iniziazione Shaktipāt, la situazione è diventata normale. Era questo che chiedevi?

Domanda

Un praticante: Sì. La domanda riguarda l'ora del giorno. Se questo momento della giornata (Brahma muhurta alle 4 del mattino) è più potente di altri momenti della giornata, escluso quando dai l'iniziazione (seduti in sadhan contemporaneamente al Guru). Sappiamo che è il momento migliore per praticare o fare sadhan. Hai risposto alla mia domanda. Grazie.

La mia risposta

Va bene.

Ostacoli durante il sadhan

Domanda

Un praticante: Oggi ho ricevuto l'iniziazione Shaktipāt da te. Mentre il processo di iniziazione Shaktipāt era in corso, ho sentito un suono come se qualcuno stesse bussando violentemente alla mia porta principale. Ero irritato mentre la mia iniziazione Shaktipāt era in corso, mi alzai e andai ad aprire la porta. Ho visto che fuori non c'era nessuno. Ancora una volta, sono tornato e mi sono seduto per meditare. Dopo 5 minuti di nuovo, ho sentito il rumore di una porta che sbatteva, ma questa volta non mi sono alzato e ho continuato la mia meditazione e la recitazione del mantra.

La mia risposta

Questo è solo Kriyā o una reazione che si verifica nel mondo esterno. In questo caso, il Kriyā o la reazione si sono verificati istantaneamente mentre lo Shaktipāt era terminato. A volte potrebbe accadere più tardi dopo alcuni giorni. Una cosa simile è successa a un altro praticante tra di voi. Si sentiva come se qualcuno gli avesse picchiato sulla schiena, si spaventò e aprì gli occhi. Questi tipi di Kriyā sono ostacoli creati dall'energia cosmica per impedire a un praticante di praticare lo yoga. Ciò accade a causa dei karma passati in cui la persona interessata potrebbe aver fatto qualcosa di sbagliato nella sua vita passata riguardo alla pratica dello yoga o alla meditazione o alla cerimonia di iniziazione o al Dikshā ecc.. Qualche tipo di azione avversa o critica al sistema dello yoga, ecc.! Pertanto, questi tipi di ostacoli si creano. Non c'è bisogno di preoccuparsene perché non si manifesteranno sempre. Presto quei karma negativi si esauriranno. Devi solo continuare con la tua pratica. È tutto! A volte, una persona potrebbe non essere incline a praticare la meditazione per diverse settimane, mesi o anche alcuni anni. Tuttavia, non c'è nulla di cui preoccuparsi. La perseveranza è il segreto della pratica dello yoga. In futuro, ti potrebbe essere presentata

Colonel T Sreenivasulu

un'ampia varietà di ostacoli. Non c'è bisogno di disperare.
Basta aggrapparsi al sentiero!

Gunas, terzo occhio, preghiera e obiettivi

Gunas

Domanda

Un praticante: Quindi, la miscela di “guna” come Rajas, Tamas e Satvic sarà automaticamente controllata e l'equilibrio ristabilito praticando il mantra?

La mia risposta

Sì, ma con una riserva. È più facile portare l'autorealizzazione a un peccatore che a un santo facendogli ripetere il mantra. Per un santo è più difficile ottenerlo. Per capire quello che sto cercando di dire, la definizione di un santo deve essere prima definita.

Un santo non è necessariamente uno yogi; uno yogi non deve essere un santo. Santo, come di solito intendiamo, è materialista come qualsiasi altro essere umano perché tutta la sua adorazione di Dio, sia in un tempio, in chiesa o in qualsiasi altro luogo, è venata di egoismo. Lui o lei potrebbe raccogliere benefici materiali ma nessuna autorealizzazione.

Ma tutta questa adorazione a volte accresce la qualità satvica di una persona o anche la qualità rajasica. Bilanciare questo buon karma o la natura satvica accumulata è il problema più grande. Per bilanciarlo, quella persona ha bisogno di commettere alcuni peccati. Questo potrebbe essere dannoso per la società in generale. Dio stesso potrebbe non autorizzarlo!

L'altra opzione per quella persona è godere dell'effetto karmico in termini di buona ricchezza, buona vita familiare, fama e potere nella società, ecc. In questo processo, quella persona viene nuovamente catturata nel ciclo karmico.

Invece è facile con un peccatore poiché qualunque danno dovesse accadere alla società, in realtà è già accaduto. Pertanto, gli fai praticare il mantra e la sua qualità Satvic o il buon karma vengono bilanciati. Una volta che le tre qualità sono equilibrate, viene raggiunto lo stato di equilibrio e la mente è ora favorevole a Shaktipāt.

Al terzo occhio

Domanda

Un praticante: Qual è il terzo che apre gli occhi? Ciò si riferisce anche al risveglio dell'energia Kundalinī?

La mia risposta

Aprire il terzo occhio significa attivare l'Ajna Chakra tra le sopracciglia. Sì. Succede come parte del risveglio dell'energia Kundalinī dopo l'iniziazione Shaktipāt. Cercare di attivarlo con la forza porta a tutti i tipi di problemi.

Le persone cercano di farlo da un punto di vista materialistico, sperando di acquisire poteri soprannaturali ma è la pratica più malsana. Non pensarci nemmeno. Alla fine distruggerà sicuramente una persona, oltre ad essere pericoloso. Potrebbe succedere di tutto, comprese malattie incurabili o problemi psichiatrici. Tali pratiche spirituali dovrebbero essere intraprese formalmente sotto la guida di un vero Guru.

Domanda

Stesso praticante: Significa che dobbiamo permettere che le cose accadano naturalmente?

La mia risposta

Sì, in modo che ci sia una trasformazione complessiva della mente che avvenga armoniosamente. È simile allo sviluppo complessivo della personalità di un bambino piuttosto che

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

concentrarsi su un solo aspetto dello sviluppo della personalità in isolamento.

Conoscete tutti questo tipo di persone e su ciò che accade loro negli anni successivi, quando crescono. Potrebbero essere in grado di lasciare un segno in un campo particolare. Ma le loro vite vengono rovinare nel complesso perché sviluppano una personalità squilibrata. Spesso finiscono per diventare un dolore per la società, compresi i loro genitori, che erano responsabili dello sviluppo del loro carattere.

Domanda

Stesso praticante: Il digiuno o il consumo di certi tipi di dieta sono di aiuto in questo processo?

La mia risposta

No, affatto. Non si applicano ai praticanti di Shaktipāt. Sono pensati per coloro che si trovano nelle fasi preliminari di altri sistemi di yoga indipendenti. Ancora una volta, queste cose non si applicheranno più a coloro che raggiungeranno il livello avanzato.

Pregare

Domanda

Un praticante: Ho una domanda riguardo al dire le preghiere. A chi li indirizziamo? Dio, Monaci dell'Ordine Shaktipāt, Guru o qualche altra fonte!

La mia risposta

Una bella domanda. Permettetemi di elaborarlo un po' più in profondità in modo che tutti voi possiate comprendere ciò che sto dicendo. Puoi indirizzare le tue preghiere ogni volta e ovunque a tutto quanto sopra menzionato da te o solo dal tuo Guru. È semplicemente la stessa cosa. L'idea è che, per qualsiasi persona che non pratica alcun sistema yoga, ovviamente la loro rispettiva religione è l'unico sostegno di Dio in modo informale nel caso di persone che non credono nella pratica di alcuna religione.

Ciò significa che qualcuno crede in Dio o no, ma invariabilmente adorano Dio a modo loro. Semplicemente

non è possibile per un essere umano non adorare Dio. La persona potrebbe pensare di non essere credente, ma invariabilmente finisce per adorare Dio in qualche forma. Questa è la linea di fondo.

Potrebbe essere semplicemente il pensiero razionale, la scienza o la filosofia, o una forma primitiva di culto come quelle che vediamo nelle popolazioni tribali che vivono nelle foreste. Tutte le idee sono solo divine. Alcune persone pensano semplicemente che il denaro sia tutto. Anche questo è solo divino.

Nel caso dei praticanti di yoga che perseguono il percorso di qualsiasi sistema yoga, il loro Guru è il divino. È lo stesso perché non è il corpo fisico che adori ma il Guru tattva o l'essenza del Guru a cui rivolgi le tue preghiere. Quella "essenza del Guru" è davvero solo Dio.

Un Guru in forma fisica è solo un medium come tuo padre, tua madre, insegnante e ospite, tutti combinati in un'unica forma. Ecco perché tutti e quattro sono trattati con lo stesso rispetto di Dio. Spero che tu abbia compreso l'essenza del mio messaggio. Si prega di leggere il testo Guru Gita per ulteriori elaborazioni su questo.

Dirigere le preghiere al proprio Guru è il segreto del successo nella pratica dello yoga. Ciò significa che non sono io in forma fisica a garantire il tuo successo come Guru. È l'invisibile Guru tattva, o "l'essenza del Guru", o il Dio dell'energia cosmica divina che assicura il tuo successo.

Infine, anche questa adorazione di Dio o del Guru come seconda entità giunge al termine. Perché quando un praticante di yoga si stabilisce solo nel suo "Sé", allora tutto ciò che rimane è solo LUI o LEI. Piuttosto, anche la differenziazione di genere scompare. Dopodiché, non esiste più qualcosa come Dio, Guru, potere cosmico o qualsiasi altra dualità.

Commento dello stesso praticante

Grazie per la spiegazione! Capisco. Mi è sempre sembrato inutile chiedere preghiere a così tante entità, Dio, antenati, nonni, nonne, ecc.. Ha senso che il Guru sia l'essenza di Dio

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

e, come dici tu, il Guru tattva è luogo per dirigere le preghiere. Grazie per la spiegazione; davvero utile.

Domanda

Un praticante: Quando meditiamo dopo esserci arresi all'energia divina, dovremmo chiedere ciò che vogliamo? Per esempio, quando mi hai detto di chiedere che la Kundalinī si stabilizzi e che i Kriyā si manifestino bene. È necessario ogni volta che si pensa a ciascun Guru? O sarebbe come aspettarsi di ricevere qualcosa mettendo un'intenzione nella sessione?

La mia risposta

In questo caso, mentre si cercano le benedizioni dei Guru per la stabilizzazione dell'energia Kundalinī e la manifestazione dei Kriyā, non si può considerare che si cerchi qualcosa. Tecnicamente potrebbe essere, ma non stai cercando alcun beneficio materiale, semplicemente invocando il potere divino per la tua crescita spirituale!

Tecnicamente una volta che ti arrendi a Dio, ovviamente, non puoi iniettare alcuna condizione dopo cercando benefici materialistici. Allora sarà una resa condizionale. Equivale a dire a Dio che mi sto arrendendo a te, ma dammi questo e questo e in quel caso non c'è resa lì. Cercare le benedizioni del Guru per una sessione di meditazione di successo equivale semplicemente a invocare! Non è uguale al cercare qualcosa.

Domanda

Stesso praticante: Sì, di solito metto solo un sentimento di resa per promuovere la mia crescita spirituale, qualunque essa sia. Quando ho iniziato, lo volevo disperatamente e mi aspettavo che la Kundalinī si stabilizzasse. Ma ora non è il mio obiettivo e non mi dispiace più il movimento.

La mia risposta

Invocare il divino per la crescita spirituale è arrendersi solo a Dio. Ma la stabilizzazione non significa nemmeno congelare il movimento. Significa semplicemente che l'energia Kundalinī risvegliata ora inizierà a manifestare i Kriyā in qualunque modo voglia distruggere i karma. Non c'è niente da fare se non l'abbandono di sé. Sono felice di sapere dei tuoi

progressi. Ora per favore continua con la tua pratica senza sottoporla ad alcuna condizione.

Domanda

Stesso praticante: Non ho condizioni, ma mi aiuta ad arrendermi, ecc., più velocemente perché a volte sento di dover fare di più. E ora che lo so, non mi preoccuperò di aggiungere qualcosa come dover menzionare la stabilizzazione, ecc.. Avevo supposto che la stabilizzazione lo rendesse fermo e nella giusta direzione lungo la colonna vertebrale. Non l'ho mai sentito solo lungo la spina dorsale, ma dappertutto ovunque.

La mia risposta

Potresti non avere necessariamente l'esperienza dell'energia che scorre lungo la spina dorsale perché è possibile che tu abbia già subito questo tipo di Kriyā in una vita precedente, o c'è la possibilità che tu possa sperimentarlo anche in futuro.

I Kriyā non possono essere previsti con precisione e solitamente i praticanti commettono questo errore. Si aspettano che l'energia della Kundalinī si risvegli esattamente come nei libri senza rendersi conto che potrebbero aver già fatto molta pratica nelle loro vite precedenti.

Cercano di concentrarsi solo sulla vita presente in isolamento e si aspettano di sperimentare tutto in questa vita stessa. Invece, l'attenzione dovrebbe essere posta sull'abbandono di sé e sulla loro pratica regolare. Questo è tutto! Spero che tu ora abbia capito cosa intendo.

Obiettivi

Domanda

Un praticante: Cosa intendi quando dici che uno dovrebbe essere un semplice spettatore? Cosa c'è di sbagliato nell'aver degli obiettivi nella vita?

La mia risposta

Significa subire gli effetti karmici con imparzialità in modo che quelle esperienze non diventino nuovi karma, creando così un nuovo destino! Per quanto riguarda la tua domanda

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

sull'averne obiettivi, in primo luogo non è così. Ciò significa che una persona non può avere un piano in primo luogo; a meno che non si verifichi come conseguenza del karma accumulato in passato.

Il destino che stai attraversando attualmente è il risultato diretto dei karma passati. Ciò include anche il pensiero di una persona e l'applicazione del libero arbitrio. È a causa dell'egoismo che una persona pensa di lavorare per raggiungere nuovi obiettivi ecc.. Spero che tu abbia capito cosa sto cercando di dire!

Problemi vari

Domanda

Un praticante: Il sadhak dovrebbe scegliere per modalità di guarigione come il Reiki o la guarigione pranica o altre?

La mia risposta

Non hanno nulla a che fare con la pratica Shaktipāt. Sono pratiche materialistiche in natura e hanno lo scopo di ottenere benefici mondani! Non hanno nulla a che fare con la crescita spirituale, mentre lo Shaktipāt risolverà tutti questi problemi!

Alla fine costringerà un praticante ad abbandonare tutte queste pratiche. In ogni caso, dopo l'iniziazione Shaktipāt, se un sadhak o un praticante è in pratica regolare, allora lui o lei coinvolta in tali cose è sotto il controllo dell'energia cosmica.

Pertanto, ti suggerisco di fare quello che vuoi o ciò che la tua mente è ispirata a fare. Ma gentilmente non trascurate la pratica Shaktipāt, sarai protetto in tutte le condizioni.

Qualunque cosa accada, alla fine sarai liberato da tutte queste tendenze ed inclinazioni a perseguirle. Come praticante di Shaktipāt, dovresti fare solo una cosa: non fare nulla.

Domanda

Un praticante: Quando hai iniziato a iniziare le persone? Come sei stato scelto per essere il mediatore? Se per te non dispiace se ti faccio questa domanda!

La mia risposta

Ho iniziato a dare l'iniziazione Shaktipāt alle persone da gennaio 2019. Il mio Guru, Sua Santità Swami Sahajananda

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Tirtha, ha autorizzato cinque dei suoi discepoli a dare l'iniziazione Shaktipāt. Io sono la quarta persona.

Questo tipo di autorizzazione viene data ad alcune persone da ogni Guru prima che smetta di dare l'iniziazione Shaktipāt. Ad esempio, il mio Guru non dà più l'iniziazione a Shaktipāt a meno che non voglia fare un'eccezione.

Il modo in cui un Guru decide a chi conferire questo onore è una scienza diversa. Viene insegnato solo a quelle persone che sono state autorizzate a dare l'iniziazione Shaktipāt. Ad esempio, mi ha anche insegnato le tecniche per dare Shaktipāt e trasmetterlo in seguito, cosa che farò comunque ad alcuni di voi.

Ricorda che autorizzare qualcuno a dare l'iniziazione Shaktipāt non è in alcun modo un riconoscimento della crescita spirituale della persona. A causa del mio equilibrio karmico, sono diventato uno Shaktipāt Guru. È più una responsabilità.

In un certo senso, sono legato da questo debito karmico che devo al mio Guru e a tutti voi che avete preso da me l'iniziazione Shaktipāt. In sostanza, te lo devo. Ecco perché mi è stata data questa autorizzazione. Ora il mio debito karmico nei tuoi confronti è stato ripagato.

Domanda

Stesso praticante: Wow! Quindi non molto tempo. Come sei venuto a conoscenza di ciò che stavi iniziando le persone a Shaktipāt? O la maggior parte delle persone intorno a te ne è già alla conoscenza e viene da te?

Mi è sembrata una tale coincidenza che mi sono imbattuto nel tuo commento su un thread ed ero interessato a chiederti di cosa stavi parlando. L'ho fatto in modo molto casuale. Ma non credo affatto che sia un colpo di fortuna.

Il tempismo non avrebbe potuto essere più perfetto. Mia nonna è morta pochi giorni prima e sento che ha dato un calcio al cielo e ha detto loro di aiutarmi. È pazzesco quanto posso imparare dalla realizzazione che ho avuto.

Dopo aver letto il tuo libro, mi sono reso conto che la mia testa mi stava giocando un grande scherzo dell'illusione per

tutto questo tempo. Continuo a non pensare di aver compreso appieno le lezioni e che ci deve essere di più per me. L'intera situazione non sarebbe potuta accadere senza motivo e per così tanto tempo.

Una parte di me pensa che questa Kundalinī debba essere malvagia per avermi quasi fatto impazzire, ma immagino che sapesse perché lo faceva in quel modo. Sì, sicuramente un destino. È stata anche un'opportunità per me di avere fiducia in una persona di sesso maschile, cosa che non sento naturale, o in generale, non faccio.

La mia risposta

Tutto accade come risultato dei legami karmici.

Domanda

Un praticante: Come viene realizzata la spiritualità dal mentore per sè stesso?

La mia risposta

È uguale per tutti. Anch'io sono solo come te, lottando per la mia salvezza. Se ti ho dato l'iniziazione Shaktipāt, non sono io in quanto tale che l'ha fatto. Questo corpo era semplicemente un mezzo per Shaktipāt secondo le indicazioni fornite dal mio Guru. Questo è tutto. Siamo tutti sulla stessa barca.

Domanda

Un praticante: L'ultima volta hai parlato di diversi tipi di amore. Voglio chiederti dell'amore tra persone dello stesso sesso. Da dove proviene? Ed è anche destinato ad accumulare karma?

La mia risposta

Il concetto è lo stesso in ogni caso ma è tutto di natura materialistica. Il karma viene accumulato come risultato. Dopo l'iniziazione Shaktipāt, la combustione di questi karma o impressioni sensuali avverrà manifestando vari Kriyā. Essi o le reazioni sperimentate da ogni persona sono differenti.

Domanda

Stesso praticante: Quindi, l'unica differenza è nel modo in cui si manifestano i Kriyā?

La mia risposta

Sì, esattamente.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

Domanda

Un praticante: E se la consapevolezza fosse uno stile di vita vissuto quotidianamente e la tua mente fosse calma e concentrata?

La mia risposta

Questo è ciò che viene detto anche nel nostro cammino: rimanere in uno stato di testimone come uno spettatore muto.

Ma questo è possibile solo dopo Shaktipāt o negli stadi avanzati dei sistemi di yoga indipendenti. Dove i karma vengono ripuliti mentre i karma nuovi non vengono impressi. La linea di fondo è: ripulire il tuo karma.

Tutto il resto sono soltanto espedienti linguistici. I bei sermoni possono sembrare molto impressionanti, ma non valgono niente. La distruzione dei tuoi karma avviene solo con l'iniziazione Shaktipāt.

Domanda

Un praticante: Nel tuo libro “Il potere sconosciuto a Dio” sostieni che i nostri pensieri, parole e azioni sono contaminati dall'ego finché non siamo liberi dal nostro karma. Ma quindi la nostra abituale adorazione di Dio è falsa?

La mia risposta

Sì, hai ragione! La nostra adorazione di Dio in senso classico è davvero falsa in circostanze normali poiché è colorata di egoismo. L'adorazione primaria di Dio inizia dopo che una persona entra in uno stato di spensieratezza. La vera religione, come tale, comincia allora. Non prima!

Possiamo solo rendere pura l'adorazione di Dio bruciando tutto l'egoismo. Questo è possibile solo bruciando il karma o le azioni caratterizzate dall'ego. Di nuovo, questo è possibile solo dopo lo Shaktipāt perché non fai proprio niente. Tutto ciò che deve essere fatto viene fatto internamente dall'energia cosmica dell'energia Kundalinī risvegliata. L'unico problema in questo è che devi permettere all'energia Kundalinī risvegliata di fare il suo lavoro.

È come andare da un medico e ricevere medicine. Devi fidarti del medico e riposare a letto dopo aver preso il farmaco. Se

non lo fai, il farmaco potrebbe ancora funzionare, ma a un ritmo molto più lento. Lo stesso è il caso dello Shaktipāt. Dopo l'iniziazione a Shaktipāt, devi fidarti del Guru e praticare.

Domanda

Un praticante: Vorrei sapere in quale anno il tuo Guru Ji, Sua Santità Swami Sahajananda Tirtha, si è realizzato. Spero che non sia una domanda irrispettosa da porre.

La mia risposta

L'autorealizzazione è un processo graduale. È come camminare su una spiaggia. Non è un'esperienza improvvisa. Nel momento in cui un'anima si libera da tutti i legami karmici, non ha motivo di dimorare ulteriormente nel corpo umano. Abbandona semplicemente il corpo di carne e sangue.

Data la spiegazione di cui sopra, è comprensibile che Sua Santità debba essere ancora sotto certi legami karmici. Quello che ho spiegato sopra è puramente da un punto tecnico dello yoga.

Tuttavia, ci sono esempi di alcuni gentiluomini che hanno sfidato le leggi dello yoga e sono nati o hanno continuato a rimanere in corpi umani.

Non ho idea di quei signori. Anche gli antichi testi di yoga tacciono a riguardo. Il modo in cui quei signori sono riusciti a nascere come esseri umani o rimanere in corpi umani anche dopo aver bruciato tutti i loro karma è un fenomeno misterioso.

Sto parlando di gentiluomini come Ram, Krishna, Buddha, Gesù Cristo, il profeta Maometto, ecc.. Ce ne sono altri anche in diverse culture. Ne ho parlato anche nel mio libro. Infine, quando cerchiamo di comprendere la frase autorealizzazione all'interno delle capacità limitate del nostro intelletto, equivale a un essere umano che si rende conto di essere davvero l'Onnipotente. Ciò significa che l'essere umano si fonde nella coscienza divina universale.

L'anima individuale lascia il corpo umano e smette di nascere molto prima che si stabilisca un tale tipo di coscienza non

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

dualistica. Questo è l'obiettivo finale di tutti i sistemi yoga e tantrici. In una tale fase, il dualismo persiste ancora, il che significa nessuna autorealizzazione.

Ciò che accade dopo va oltre la scienza dello yoga e qualsiasi spiegazione razionale. Pertanto, come si può rispondere a una simile domanda posta dal sadhak? Come possiamo dire con certezza se Sua Santità è ancora legato a certi legami karmici o ha già iniziato a sfidare le leggi dello yoga, proprio come gli esempi di quei signori che ho dato sopra?

Sono anche un normale sadhak come te, che lotta per liberarsi dai miei karma. Di conseguenza, non posso rispondere alla tua domanda. Posso solo spiegare dove e come stanno le cose riguardo all'autorealizzazione da un punto di vista tecnico.

Domanda

Un praticante: Volevo chiederti se imparare ad essere un guaritore va bene. Sento un forte bisogno di aiutare le persone senza alcun compenso. Questo è ciò che intendo fare insieme alla mia normale professione di insegnante. Per favore, guidami in modo che, sulla base della tua guida, io vada avanti.

Ho trovato un post su un guaritore di Mumbai in India che ha curato diverse persone gratuitamente, anche con malattie incurabili. Volevo far curare i miei genitori, ma ho saputo che aveva spostato la sua base in California. Ho appena espresso il mio desiderio di poter aiutare i miei genitori e ad altre persone che volevo imparare da lui. Ha accettato di insegnarmi online in una sessione di 3 ore. Non voglio andare avanti finché non avrò il tuo benessere.

La mia risposta

Dipende da te cosa desideri fare. Ma guarire le persone è come qualsiasi altro beneficio materiale. Non ha niente a che fare con lo yoga o lo spiritualismo. Accumulerai nuovi karma in quanto tali. Se sei seriamente interessato al progresso spirituale, tali attività aggiuntive potrebbero ritardare il tuo progresso.

Dipende da te se sei intensamente interessato a perseguire una cosa del genere. Per favore ricorda che Shaktipāt Dikshā non ti aiuterà in alcun modo per quanto riguarda la guarigione. Perché Shaktipāt è pensato solo per bruciare i karma. Le malattie sofferte dalle persone sono dovute solo ai loro karma passati. Lo Shaktipāt non li aiuterà con alcuna cura perché i karma si sono già manifestati come malattie. Ciò significa che le conseguenze delle azioni passate sono già diventate una realtà. Ecco perché Shaktipāt Dikshā non aiuterà nessuno a guarire dalle malattie.

Tuttavia, se una persona sembra essere un sadhak serio prima dell'inizio della malattia, allora l'impatto si ridurrà in larga misura. Ma questo dipende da quanto tempo il sadhak ha praticato il sadhan e da quanto grave è la condizione. A parte quello che ho scritto sopra, Shaktipāt Dikshā non aiuterà nessuno con una cura per la malattia. Per quanto riguarda imparare a diventare un guaritore, dipende da te. È solo come qualsiasi altra scienza materialistica. Non c'è niente che io possa fare per aiutarti.

Domanda

Un praticante: E il matrimonio? Ho sperimentato l'apice dell'amore quando mi sono innamorato di una ragazza. Non è meglio per me sposare questa ragazza? E ci sono restrizioni sul cibo dopo Shaktipāt?

La mia risposta

Certo, puoi sposarti se lo desideri. Inoltre, non ci sono restrizioni sul cibo in quanto tali sul nostro cammino.

Domanda

Un praticante: Ho una preoccupazione. Siamo esseri umani che vivono varie circostanze nella vita e abbiamo bisogno di una soluzione. Mia figlia è una studentessa universitaria al 1° anno di giurisprudenza. Non sono in grado di sostenere i costi. La delibera in merito avviene nella mia famiglia durante la settimana legata al pagamento; in caso contrario, non sarà deliberato. Sono un insegnante ma sto lottando per ottenere la mia società di esternalizzazione.

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

C'è un altro mantra per una soluzione, anche se la mia fede è focalizzata sul mio mantra e sul Guru?

Tu sei per noi non solo una guida spirituale ma anche un consigliere di vita umana perché conduciamo una vita terrena.

La mia risposta

La vita umana è fondamentalmente una proiezione della vita interiore. Ciò che è all'interno di una mente subconscia umana sotto forma di karma viene riflesso alla persona nella vita quotidiana esterna. Come sapete, l'essere umano è il creatore dei propri karma. Se vengono bruciati, allora automaticamente ci sarà un cambiamento corrispondente nel mondo esterno. Senza bruciare il karma accumulato nella tua mente, è impossibile apportare qualsiasi cambiamento nel mondo esterno; quello che provi fuori è come un'immagine allo specchio o un film proiettato sullo schermo. E come si può manomettere l'immagine riflessa in uno specchio? Questo è il nocciolo della questione.

Per favore, limitati a concentrarti sul tuo sadhan o pratica del mantra, esercitando l'auto-abbandono al divino, a Dio o al Guru. E poi il tuo karma inizierà a consumarsi rapidamente. Man mano che il tuo karma viene bruciato, ci saranno cambiamenti corrispondenti nella tua vita, ma in meglio. Il risultato sarà solo felicità e pace. Tuttavia, il risultato può o non può essere secondo i tuoi capricci e le tue fantasie. Per favore lascia fare a Dio.

In questo momento, potresti pensare che se i tuoi problemi finanziari sono risolti, potresti essere felice. Ma non accadrà così poiché non sai cosa c'è nel tuo destino. Potresti dover affrontare nuovi problemi. Come ti comporteresti in questo caso? E poi potrebbe non esserci fine ai tuoi problemi nella tua vita. La risposta a tutti i tuoi problemi è bruciare il tuo karma dall'interno. Sia il karma buono che quello cattivo. Per favore, non aspettarti di bruciare solo i tuoi karma negativi e goderti solo i karma positivi.

Per favore, non preoccuparti di perdere il buon karma, se ce n'è uno, che hai accumulato in passato. Non ti daranno il tipo di felicità che Dio può darti. Tuttavia, devi anche ricordare

Colonel T Sreenivasulu

che ci vorrà del tempo per tutto. Dopo aver consumato la medicina, ci vorrà del tempo per ottenere sollievo da qualsiasi malattia. Stessa storia anche qui. Naturalmente, le mie benedizioni per te ci sono sempre. Cerca di capire il concetto che ti ho spiegato sopra.

Glossario

Ajna chakra: Il centro energetico situato tra le due sopracciglia in un corpo umano.

Anahata chakra: Il centro energetico situato nella regione del cuore sulla colonna vertebrale.

Suono anahata: Il suono prodotto senza che nessuna cosa sia colpita e possa essere udito internamente da una persona.

Anandamaya kosha: La guaina della beatitudine. È il primo strato formato sull'anima o lo spirito individuale sotto forma di illusione cosmica. L'energia primordiale è alla sua forma più sottile e fondamentale in questa fase.

Annamaya kosha: La guaina del cibo. È il quinto e ultimo strato formato sullo spirito individuale sotto forma di corpo umano come tale.

Ashram: Il rifugio yogico. È la residenza di un guru o di un venerabile insegnante sotto la cui supervisione diretta lo yoga è praticato dalle persone.

Brahman: La Suprema Divinità pervade tutto il cosmo e oltre o il Dio o l'Onnipotente.

Buddhi: È una forma dell'energia cosmica chiamata "intelletto" in una persona o nella facoltà discriminante in cui si trova l'egoismo.

Colonel T Sreenivasulu

Chit: La mentalità in una persona. È la sede di tutti i sensi dove l'applicazione del libero arbitrio è esercitata da una persona.

Chit shakthi: È una forma dell'energia cosmica chiamata energia psichica che funziona nella mente.

Chakra: Un centro energetico nel sistema cerebrospinale.

Guru: Il venerabile insegnante che allontana l'oscurità o l'ignoranza dalla mente di uno studente, in modo che la luce della conoscenza che è già presente all'interno del Sé brilli.

Gunas: Le tre qualità della mentalità.

Karana sharira: L'anima individuale schiavizzata o lo spirito circondato dall'illusione cosmica. Si chiama corpo casuale.

Kriya: La reazione involontaria nel corpo, nella mente e nella vita quotidiana esterna che si manifesta per liberare la mente di una persona da tutte le sue impressioni sensuali.

Kundalini: L'energia cosmica primordiale suprema che si manifesta sotto forma di universo. Questa energia si trova alla base del sistema cerebrospinale in ogni essere umano a metà strada tra ano e regione genitale.

Kumbh mela: È una fiera che si festeggia una volta ogni dodici anni in India sulle rive del fiume Gange.

Manômaya kosha: È la terza guaina formata sopra l'anima o lo spirito individuale. È la sede di tutti i sensi dove viene esercitata l'applicazione del libero arbitrio.

Maya: L'illusione cosmica o l'energia cosmica nella sua forma più fondamentale.

Manipura chakra: È il centro energetico situato alla regione dell'ombelico sul sistema cerebrospinale in un corpo umano.

Mani dveepa: È la dimora dell'energia cosmica primordiale suprema. Si chiama "isolotto delle gemme" ed è circondato dall'oceano della beatitudine! Si trova lontano dalla miriade di

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

innumerevoli sistemi terreni molto profondi all'interno del vasto e infinito cosmo secondo i testi sanscriti.

Mantra: È una sillaba sacra sanscrita o una parola o una frase o un gruppo di frasi che potrebbero essere inserite in qualsiasi quantità di testo.

Muladhara chakra: Il centro energetico situato alla base del sistema cerebrospinale a metà strada tra ano e regione genitale.

Om: È la sillaba sacra sanscrita o il suono o il mantra che rappresenta la forma stessa dell'energia cosmica primordiale!

Parashakti: La energia cosmica primordiale suprema.

Pranamaya kosha: È la quarta guaina coperta intorno all'anima o allo spirito individuale. Si chiama "la guaina della forza vitale."

Prakriti: È fondamentalmente l'energia in forma più macroscopica, o il cosmo o la natura.

Pran: È una forma dell'energia cosmica o dell'energia cinetica che pervade l'intero cosmo. È anche la forza vitale che pervade la "guaina della forza vitale" in un corpo umano.

Rajas: Una delle tre qualità della mente a causa della quale la creatività si manifesta in tutte le forme.

Satvic: Una delle tre qualità della mente per cui la funzione di manutenzione o di sostentamento si manifesta in tutte le forme.

Samadhi: È uno stato di assenza di pensieri. È l'obiettivo finale di tutta la pratica di yoga prima che si possa verificare l'autorealizzazione!

Shaivismo: La filosofia dei seguaci del signore Shiva, uno dei tre Dei degli Indù che sono insieme conosciuti come la Trinità.

Shaktipat: "La discesa dell'energia". È una tecnica utilizzata dai monaci dell'Ordine di Shaktipàt per avviare un praticante del sistema dello Siddha Mahayoga.

Shakti: L'energia cosmica primordiale.

Shakti peeta: Il centro di energia cosmica primordiale.

Siddha mahayoga: Il grande sistema yoga che comprende tutti i singoli sistemi yoga dopo che l'energia kundalini viene svegliata in una persona. È il sistema yoga praticato dall'Ordine di shakthipàth.

Svadhithana chakra: È il centro energetico situato vicino alla radice della regione genitale nel sistema cerebrospinale.

Sukshma sharira: Il corpo sottile comprende tutte le guaine diverse dal corpo fisico. È questo corpo che lascia il corpo fisico dopo la sua morte per reincarnarsi ancora una volta.

Tamas: Una delle tre qualità della mente per cui la distruzione si manifesta in tutte le forme.

Tandhra: È uno stato tra lo stato di sogno e lo stato di veglia secondo i testi di yoga.

Tantrico: Praticante del tantra. Una forma di sistema yoga.

Vaishno Devi: La Dea situata sul monte trikūta nelle Himalaya, nello stato di Jammu e Kashmir, in India. È il centro energetico più venerato.

Vishoka: L'opposto del dolore.

Vijnanamaya kosha: La seconda guaina è formata nel corpo casuale. L'intelletto e l'egoismo si trovano insieme in questa guaina. È anche la casa di tutte le impressioni sensuali sia coscìe che inconscìe.

Yoga: Fusione dell'anima individuale, o spirito, con l'Onnipotente.

Yogi: Il praticante di qualsiasi sistema yoga.

Yogini: La praticante di qualsiasi sistema yoga.

Ashram dell'Ordine Shaktipāt

(Tracciabili e autonomi)

1. Yogeshwari Rachna, Tarkeswar Siddha Mahayoga Foundation, Bhira Kheri, Lakhimpur Kheri, Uttar Pradesh, PIN – 262901, India, Mobile: +91 945 022 0221, Email: tsfoundation21@gmail.com
2. Siddha Yogini Thanishka, Melbourne Beach, Florida, USA, Mobile: +1(321)960-0445, Email: supriyavarmakurup@gmail.com
3. Goddess Vartika Shukla, Siddha Mahayoga Foundation, 806, New Anand Apartment, Plot 47, Sector 56, Gurugram, Haryana, PIN-122011, India, Mobile: +91-9819962635, Email: vartikashukla2000@gmail.com
4. Sadguru Hagi, Melbourne, Victoria, Australia, +61 407 683 465, Email: ghracer@hotmail.com
5. Yogi Virendra, Ghaziabad, Uttar Pradesh, India, +91-9999290388, Email: virendrasfarswan@gmail.com

Colonel T Sreenivasulu

6. Yogi Abhishek Vashist, Jaipur, Rajasthan, India, +91 9079121514, Email: abhijagriya@gmail.com
7. Yogi Gautam, Hyderabad, Telangana, India, +91 9963359922, Email: yogi.shaktipat@gmail.com
8. Mahayogini Ramya Devi, Bengaluru, Karnataka, India, Mobile: +91 988 023 9480, Email: yoginiramyadevi25@gmail.com
9. Yogi Puneet Parashar, Dubai, UAE, Mobile: +971 52 867 6684, Email: puneetparashar39@gmail.com
10. Mahayogini Manisha, New Delhi, India, Mobile: +91 799 110 9595, Email: mabmanisha@gmail.com
11. Yogini Vijaya, Johannesburg, South Africa, Mobile: +27 83 682 2286, Email: juss@mplanet.co.za
12. Yogeshwari Parameshwari, Jangaon, Telangana, India, Mobile: +91 9704424072, Email: sreenivasashaktipatfoundation@gmail.com
13. Yogi Shalin Kumar, Kollam, Kerala, India, Mobile: +91-8281219592, Email: shalin_kumar@sahajananda-ashram.com
14. Yogi Ramganapathy, East Godavari, Andhra Pradesh, India, Mobile: +91 9494546139, Email: ramaganapathi@sahajananda-ashram.com
15. Yogini Shikha, Gurugram, Haryana, India, Mobile: +91-9560046782, Email: shikhatiwari512@gmail.com
16. Yogi Shyam Gwalani, Nashik, Maharashtra, India, Mobile: +91-8275798148, Email: shyampgwalani@gmail.com

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

17. Yogini Aatmika, Chennai, Tamil Nadu, India, Mobile: +91 9080570782, Email: aathmika61@gmail.com
18. Yogini Sreedevi, Hyderabad, Telangana, India, Mobile: +91 9849590088, Email: siri0404@gmail.com
19. Yogi Bharadwaja, Richmond, Virginia, USA, Mobile: +1 (973) 393-4135, Email: bradyogapath@gmail.com
20. Yogini Mahalakshmi, Visakhapatnam, Andhra Pradesh, India, Mobile: +91 8008596898, Email: laxmi674@gmail.com
21. Yogini Sumitra Devi, Rajahmundry, Andhra Pradesh, India, Mobile: +91 8309180149, Email: sumitraprasad45@gmail.com
22. Yogini Ramadan, Lincoln, Nebraska, USA, Mobile: +1(402)217-2363, Email: ramadanwesal@gmail.com
23. Yogi Ranjeet, Pune, India, Mobile: +91 8899992493, Email: ranjeetakolkar@gmail.com
24. Yogi Ranga, Hyderabad, India, Mobile: +91 9866305772, Email: rangathrive@gmail.com
25. Yogi Akhilesh, Gaziabad, UP, India, Mobile: +91 8586925095, Email: yogiakhilesh4622@gmail.com
26. Yogi Heyrman, Zandhoven, Belgium, +32 488137186, Email: andrehey@yahoo.com
27. Yogi Gnaneswar, Hongkong, China, Mobile: +852 91931419, Email: ggnan.g@gmail.com
28. Yogini Mugdha, Mumbai, India, Mobile: +91 8197734644, Email: mugdhaa521@gmail.com

Colonel T Sreenivasulu

29. Yogini Joanna, Vienna, Austria, Mobile: +43 681 10226745, Email: joanna@scenicdesign.org
30. Mr. Ravi Kumar Kousik, Hyderabad, India, Mobile: +91 8978611137
31. Mr. Ajay Humsagar, Hyderabad, India, Mobile: +91 9449824331
32. Mr. Nageswar Rao, Andhra Pradesh, India, Mobile: +91 8639139422
33. Mr. Kamalesh Padiya, Pune, Maharashtra, +91 9765800457, +91 8530390457
34. Narayan Kuti Sanyas Ashram, Tekri Road, Devas, Madhya Pradesh, India, PIN – 455001, Tele: +91 0727223891/31880, Mobile: +91 9977968108
35. Swami Vishnu Tirth Sādhan Seva Nyas, 12-3, Old Palasiya, Jopat Koti, Indore, Madhya Pradesh, India, PIN – 452001, Tel: +91 0731 566386/564081, Mobile: +91 9713468347
36. Swami Shivom Tirth Kundalini Yoga Center, Durga Mandir, Near Collector Bungalow, Chindwada, Madhya Pradesh, India, PIN – 480001, Tel: +91 07162 42640
37. Swami Shivom Tirth Ashram, Mukarji Nagar, Raisan, Madhya Pradesh, India, PIN – 464551, Tele: +91 07482 22294
38. Swami Shivom Tirth Maha Yog Ashram, Khari Ghat, Jabalpur, Madhya Pradesh, India, PIN – 482008, Tel: +91 0761 665027

I segreti di Shaktipāt e Kundalinī Yoga

39. Devatma Shakthi Society, 74, Navali Village, Post Dhahisar (via Mumbra), Mumbra Panvel Road, Thane District, Maharashtra, India, PIN – 400612, Tel: +91 022 7411400
40. Shivom Kripa Ashram Trust, House No. 28-1463/1, Tene Banda, Shivom Nagar, Chittor, Andhra Pradesh, India, PIN – 517004, Tel: +91 9440069096, 08572 49048
41. Yog Shree Peeth Ashram, Shivanand Nagar, Muni-ki-rethi, Rishikêsh, Uttarakhand, India, PIN – 249201, Tel: +91 0135 430467
42. Om Kar Ashram, Veraval, Gujarat, India
43. Om Kar Sādhan Ashram, Anand, Gujarat, India
44. Swami Vishnu Tirth Gnana Sadhan Ashram, Kubudu Road, Kedi Gujjar, Gannur, Sonapat District, Haryana, India, Tel: +91 0124 62150/61550
45. Vishnu Tirth Sidha Mahayog Samstanam, Shivom Kuti Ashram, Near Kaleshwar Mandir, Bhahadurpur Road, Amalner Post, Jalgaon District, Maharashtra, India, PIN – 425401
46. Guru Niketan, Shiva Colony, Dabra, Gwalior Dist, Madhya Pradesh, PIN – 475110, Tel: +91 07524 22153
47. Swami Shivom Tirth Ashram, Route No. 97, Pond Eddy, Sullivan Country, New York, U.S.A
48. Swami Maheshwaranand Tirtha, Sunwaha, Raison District, Madhya Pradesh, India, +91 7697648720

A proposito dell'autore

L'autore ha studiato in alcune delle prestigiose istituzioni dell'India come lo Sainik School Korukonda, il National Defense Academy e l'Indian Military Academy. All'età di quindici anni, è stato attratto dalle possenti catene dell'Himalaya grazie alla sua passione per l'avventura nell'arrampicata su roccia e nell'alpinismo. Il suo lungo viaggio di oltre duemila chilometri da casa sua fu completamente diverso, dopo aver incontrato sullo stesso treno il suo futuro insegnante himalayano! Ignaro di ciò, il viaggio del giovane ragazzo, era già stato programmato nei cieli molto prima che iniziasse! L'autore attualmente presta servizio nell'esercito indiano ed è un grande Guru nell'Ordine di Shaktipāt.