

Shaktipat to starożytna technika jogi używana do przebudzenia energii kundalini w człowieku. Technika może zastosować zdalnie z dowolnej odległości na osobę mieszkającą w dowolnym miejscu na planecie. Kosmiczna energia emanuje z ciała Shaktipat Guru, a po przebudzeniu energii Kundalini u aspiranta powraca do Guru. Zatem proces ten wymyka się racjonalnemu wyjaśnieniu przez współczesną naukę.

Autor jest Shaktipat Guru, który udzielił wielu inicjacji w jogę kundalini. W tej książce zebrał wiele pytań zadawanych przez praktykujących, wraz ze swoimi odpowiedziami. Zebrał również różne doświadczenia praktykujących wraz ze swoimi komentarzami.

Autor wyjaśnił liczne zawiłości związane z praktyką jogi kundalini wraz ze szczegółowym działaniem techniki shaktipat. Sekrety ujawnione w tej książce mogą być niezwykle pomocne dla każdego, kto ogólnie praktykuje jogę kundalini, a także dla duchowych guru udzielających inicjacji shaktipat innym ludziom.



Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Colonel T Sreenivasulu

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Tom – 3 (pytania i odpowiedzi)



Colonel T Sreenivasulu

Dedykacja

Jestem zainspirowany, aby zadedykować tę pracę wszystkim praktykującym jogę kundalini, którzy przyjęli inicjację shaktipat w przeszłości i tym, którzy będą to robić w przyszłości.



Jego Świątobliwość Swami Sahajananda Tirtha, w wieku 85 lat
w 2009 roku, czcigodny Guru autora.

Zawartość

Podziękowanie.....	vii
Wprowadzenie.....	1
Przedmowa.....	7
Manifestacja krii.....	11
Shaktipat.....	44
Karma, kreacja, iluzja i pisma święte.....	52
Samadhi, dźwięk Anahata, beznamietność, poddanie się, mantry, nawyki żywieniowe, służba Guru, wyrzeczenie.....	59
Tematy ogólne.....	73
Kwestie związane z seksem.....	96
Kwestie związane z energią Kundalini.....	105
Sadhan.....	116
Różne kwestie.....	167
Słowniczek.....	179
Aśramy Zakonu Shaktipat.....	189
Mnisi Zakonu Shaktipat.....	194
O autorze.....	195

Podziękowanie

Jestem na zawsze dłużnikiem mojego czcigodnego Guru, Jego Świątobliwości Swamiego Sahajanandy Tirthy, który uczynił mnie Shaktipat Guru.

Jestem również głęboko wdzięczny wszystkim czcigodnym Guru z mojej linii „Zakonu Shaktipat”, których zbiorowa mądrość była dla mnie światłem przewodnim podczas zapuszczania się na niezbadane wody tego oceanu starożytnej wiedzy.

Gratuluje wszystkim praktykującym, dzięki którym możliwe było opracowanie tej książki. Gdyby nie upierali się przy swoich licznych wątpliwościach na ten temat, prawdopodobnie nie zbadalbym tak głęboko swojego umysłu, aby rzucić światło na niektóre mniej znane szczegóły dotyczące tego tematu.

Jestem wdzięczny panu Nagarajanowi Chidambaramowi, jednemu z praktykujących, który skrupulatnie skompilował główne fragmenty rozmów między innymi praktykującymi a mną.

Wyrażam szczególne podziękowanie dla Jogini Joanny za przetłumaczenie tej książki na język polski.

Wprowadzenie

Słowo shaktipat oznacza zejście energii. To nie jest niezależny system jogi. To po prostu starożytna technika jogi. Jest to jednak najwyższa technika jogiczna tudzież matka wszystkich technik jogi znanych ludzkości. W tym przypadku podczas zastosowania tej techniki wykorzystywana jest najwyższa moc kosmiczna. Najwyższa moc kosmiczna tworzy kosmos zarówno na poziomie indywidualnym, jak i zbiorowym. Dlatego sprawna dezintegracja lub zniszczenie świata może być dokonana jedynie przez samą moc kosmiczną. Każdy człowiek jest miniaturowym modelem kosmosu, zgodnie ze starożytnymi tekstami sanskryckimi. Dlatego, czy to na poziomie makrokosmosu, czy mikrokosmosu, ta sama kosmiczna moc jest zaangażowana w jego tworzenie, podtrzymywanie i ostateczną dezintegrację. W rezultacie jedyną rzeczą we wszechświecie jest ta najwyższa moc kosmiczna. Przenika nieskończony kosmos. Nawet współczesna nauka przyznaje ten fakt. Ludzkie ciała, wraz z ich mięśniami, krwią i kośćmi, również są stworzone z tej samej kosmicznej mocy. Jednak podłoże tego ogromnego i nieskończonego kosmosu jest nieznane. Możemy to nazwać Bogiem, Wszechmogącym, Brahmanem, Atmanem lub boskością. We wszystkich starożytnych tekstach sanskryckich powszechnie głosi się, że ten sam substrat kosmosu przenika wszędzie w nieskończoność. Dlatego to,

czy jest to moc kosmiczna, czy boska, jest tym samym, co dwie strony tej samej monety. Z tej perspektywy i jak głoszą starożytne teksty sanskryckie, człowiek jest miniaturowym modelem kosmosu; ten sam podstawowy substrat w postaci boskości przenika również ludzkie ciało! Samorealizacja dla istoty ludzkiej staje się zatem jedyną rzeczą, którą można poznać lub urzeczywistnić. Samourzeczywistnienie skutkuje także urzeczywistnieniem kosmosu. Oznacza to, że jeśli kropla wody w oceanie uświadamia sobie swoją naturę, zna również rozległy ocean. Dlatego nie ma potrzeby, aby człowiek badał rozległe i nieskończone głębie przestrzeni międzygwiazdnej i międzygalaktycznej.

Technika stosowana w celu osiągnięcia tego urzeczywistnienia w istocie ludzkiej nazywana jest shaktipat. Proces, na który wpływa ta technika, ogólnie nazywany jest jogą. Proces kończy się samorealizacją, zbawieniem, połączeniem z uniwersalnym duchem zwanym Bogiem itp.

Od czasów starożytnych rozwijano różne techniki jogi, aby osiągnąć ten wielki cel, jakim jest połączenie duszy indywidualnej z duszą uniwersalną. Jednak ze względu na gigantyczny charakter zadania niemożliwe jest, aby człowiek mógł samodzielnie wpłynąć na ten proces. Wszystkie stosowane techniki jogi lub techniki tantryczne są ukierunkowane wyłącznie na osiągnięcie określonego wzorca. Ten wzorzec polega na wywołaniu wychodzącej mocy kosmicznej z jej trybu twórczego, i spowodowanie, aby wstąpiła w tryb odwrotny. W rezultacie ta sama energia kosmiczna, która stworzyła człowieka i jego indywidualny świat, zaczyna się rozpadać, niszcząc karmę zapisaną w podświadomych umysłach.

Ten punkt odniesienia nazywa się przebudzeniem energii kosmicznej. Jednak nic nie jest znane jako przebudzenie jako takie w jego klasycznym znaczeniu tego słowa. Wszechpotężna, wszechwiedząca i najwyższa moc

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

kosmiczna zawsze się budzi, tak jak rozumiemy to słowo. Właśnie punkt, w którym zaczyna wycofywać się z trybu twórczego i podtrzymującego do trybu dezintegracyjnego lub destrukcyjnego, nazywamy „przebudzeniem” dla ułatwienia naszego zrozumienia tematu.

Przebudzona energia kosmiczna w terminologii humanistycznej nazywana jest przebudzeniem energii kundalini. Po stworzeniu człowieka ta kosmiczna energia ma leżeć w stanie uśpienia u podstawy układu mózgowo-rdzeniowego w ludzkim ciele. Uważa się również, że jest to ciągle projektowanie lub podtrzymywanie iluzji „życia” istoty ludzkiej. Ta iluzja jest podobna do mirażu na pustyni, który daje złudzenie optyczne wody.

Ten wzorzec jest osiągany przez praktykującego na każdej ścieżce systemu jogi lub systemu tantrycznego. W rezultacie praktykujący jogę nie ma już nic do zrobienia. Cokolwiek ma się stać, stanie się bez żadnego wysiłku ze strony praktykującego jogę! Przebudzona energia kosmiczna dokonuje procesu dezintegracji świata lub niszczenia poszczególnych karm po tym, jak zacznie się wycofywać lub zapadać do wewnątrz. Energia ta jest nazywana różnymi nazwami w różnych systemach jogi. Jednak jest popularnie znana jako energia kundalini.

Shaktipat to szczególna technika jogi stosowana w celu przebudzenia energii kundalini. Aby zrozumieć powód tej specjalistycznej techniki jogi, potrzebne jest tutaj trochę wyjaśnienia. Duchową ewolucję ducha lub Atmana istoty ludzkiej można ogólnie podzielić na trzy etapy. Pierwszy etap jest przed przebudzeniem energii kundalini! Na tym etapie praktykujący jogę wkłada cały wysiłek dobrowolnie, a egoizm zabarwia wszystkie działania. Do tej kategorii należą wszelkiego rodzaju wielbienie Boga, praktyki jogi, praktyki tantryczne itp. Jednak wysiłek włożony przez praktyka jest bardzo niewielki. Po przebudzeniu energii kundalini, najwyższa moc kosmiczna sama wkłada wysiłek wewnątrz. W rezultacie niszczenie nagromadzonej w

człowieku karmy następuje szybko i w tempie przyspieszonym. Ten drugi etap kończy się uciszeniem myśli lub samadhi, jak nazywa się to w tekstach sanskryckich. Od tego miejsca zaczyna się trzeci etap. Jednak na tym etapie nie ma już techniki jogi. Dlatego nie ma znanej inicjacji na tę absolutną ścieżkę. Po tym wszystkie starożytne teksty milczały. W tekstach jest powiedziane, że ostateczna podróż duszy, aby osiągnąć połączenie z duszą uniwersalną lub Bogiem, odbywa się z woli Boga.

Dlatego technika shaktipat dotyczy tylko drugiego etapu. Jednak istoty ludzkie musiały praktykować różne systemy jogi w różnych poprzednich żywotach. Gdy człowiek zbliża się do określonego punktu odniesienia na swoich wybranych ścieżkach przebudzenia energii kosmicznej, inicjacji udziela Guru za pomocą techniki shaktipat. Po wykonaniu shaktipat na człowieku pozostaje on aktywny na zawsze, aż do osiągnięcia zbawienia. Oznacza to, że shaktipat jest przenoszony do ich życia pozagrobowego. Jednak w każdym życiu obowiązkowe jest formalne przyjęcie inicjacji shaktipat pod kierunkiem Guru w formalny sposób. Kiedy shaktipat wykonuje się na osobie, u której energia kundalini jest już aktywna od urodzenia, stabilizuje się ona na bezpiecznym poziomie. U osób, u których energia kundalini nie została aktywowana, zostanie ona wyzwolona po raz pierwszy, pod warunkiem, że zbliżyły się do poziomu odniesienia, który wyjaśniłem powyżej.

Dlatego shaktipat jest przeznaczony tylko dla niektórych ludzi. Nie można tej techniki zastosować u każdej osoby. Technika bowiem może nie działać, nawet jeśli jest zastosowana. Przeznaczenie samo decyduje, kto ma otrzymać inicjację shaktipat. Oznacza to, że karmy zgromadzone przez samych praktykujących w ich przeszłych lub obecnych żywotach przyciągną ich na ścieżkę shaktipat. Guru może nagle pojawić się znikąd i

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

pobłogosławić ich shaktipat deeksha. Jest to kluczowe do zrozumienia tego procesu. Z tego powodu technika ta nie jest zbyt popularna wśród ludzkości. Oznacza to, że ludzie zwykle nie spotykają guru shaktipat. Prawdopodobnie ze względu na postęp w nowoczesnych technologiach komunikacyjnych, ludzie słyszą o tym w ostatnim czasie. Jednak rzeczywisty proces inicjacji shaktipat odbywa się lub zależy wyłącznie od ich zgromadzonej w przeszłości karmy. Pragnę powstrzymać się od komentowania wielu Guru w ostatnich czasach, którzy mogą oferować inicjację shaktipat za opłatą. Ich autentyczności nie można brać na poważnie.

Autorem tej książki jest jeden z moich uczniów. Dałem mu inicjację shaktipat około 12 lat temu. Napisał nawet książkę „Moc nieznana Bogu” o swoich doświadczeniach podczas budzenia energii kundalini. Dałem mu również deekshadhikarę, czyli upoważnienie do udzielania inicjacji shaktipat ludziom na początku 2019 roku. Od tego czasu niestrudzenie świadczy mi swoje usługi, udzielając inicjacji shaktipat ponad 200 osobom w mniej niż rok.

Wiele osób ma liczne wątpliwości na ten temat, zwłaszcza w początkowych etapach po przyjęciu inicjacji shaktipat. Przewodnictwo Guru jest kluczowe na takich etapach. Cieszę się, że wielu jego praktyków zadaje liczne wątpliwości na ten temat. Cieszę się również, że tak wielu z nich rozwija krije lub reakcje w swoich ciałach i opowiada o nich. Autentyczna literatura dotycząca osobistych doświadczeń dostępna na takie tematy jest ograniczona. Dlatego ta książka posiada ogromną wartość, ponieważ wzbogaci istniejącą literaturę na ten temat. Co więcej, praktykujący zagłębili w umysł autora bardzo głęboko, zadając mu liczne pytania obejmujące niemal wszystkie aspekty zagadnienia. Dlatego tytuł książki „Tajemnice Shaktipat i Jogi Kundalini” jest całkiem trafny.

Niech ta książka pozostanie drogowskazem wiedzy dla wszystkich praktykujących jogę kundalini ze wszystkich

ścieżek! Niech przyczyni się do mniej znanego tematu dotyczącego praktycznych zawiłości praktyki jogi kundalini! W ostatnich czasach pojawiła się ogromna ilość literatury na temat jogi kundalini, która jednak w większości ma charakter teoretyczny. Autentyczna wiedza, którą można zastosować w fizycznej praktyce systemu jogi, jest ograniczona. Dlatego ta książka będzie ogromną pomocą dla wszystkich praktykujących jogę. Wreszcie, ta książka będzie również doskonałym źródłem informacji dla wszystkich Shaktipat Guru wchodzących w interakcje ze swoimi uczniami.

- Swami Sahajananda Tirtha

Przedmowa

Podczas szczytu sezonu zimowego 2019 roku, w styczniu, mój czcigodny Guru, Jego Świątobliwość Swami Sahajananda Tirtha, nadał mi zaszczyt shaktipat deekshadhikara, czyli upoważnienie do inicjacji shaktipat w jogę kundalini. Jego Świątobliwość ma teraz 97 lat i mieszka w mieście Vijayawada w stanie Andhra Pradesh w Indiach. Już od jakiegoś czasu przestał udzielać inicjacji shaktipat bezpośrednio. Zostałem zainicjowany w jodze kundalini przez Shaktipat prawie 12 lat temu przez Jego Świątobliwość (w 2007 roku). Napisałem swoją pierwszą książkę „The Power Unknown to God”, opublikowaną w 2014 roku, na temat moich doświadczeń podczas przebudzenia energii kundalini. Książka została następnie przetłumaczona na 17 kolejnych języków świata i opublikowana na kilku głównych platformach, takich jak Amazon.

Kiedy Jego Świątobliwość po raz pierwszy wspomniał o tym kilka lat temu, byłem całkowicie niechętny do podjęcia tej świętej odpowiedzialności. Czułem, że będzie to dla mnie przeszkodą i ciężarem. Co więcej, mój Guru przyznał już zaszczyt udzielenia inicjacji shaktipat trzem moim kolegom praktykującym, którzy praktykują już od jakiegoś czasu. Co więcej, zawsze miałem tendencję do unikania jakiegokolwiek odpowiedzialności. Ilekroć

wierzyłem, że daną pracę może wykonać ktoś inny, po prostu po cichu tego unikałem. Być może mam to po prostu we krwi. Jednak Jego Świątobliwość od czasu do czasu nalegał na to.

Zanim mój Guru poruszył temat nadania mi tego zaszczytu, powierzono mi już zadanie napisania dwóch kolejnych książek na dwa różne tematy. Jednym z tematów jest nauka udzielania inicjacji shaktipat w jogę kundalini. Jest to związane z wydaniem mojej pierwszej książki. Byłem zaskoczony, ponieważ napisanie takiej książki wymaga umiejętności bycia Shaktipat Guru. Ponadto niewiele jest dostępnej literatury bezpośrednio dotyczącej wspomnianego powyżej tematu. Oznacza to, że nie miałbym korzyści z odwoływania się do jakichkolwiek książek. Dało mi to pierwszą wskazówkę co do przyszłych planów mojego Guru względem mnie.

W 2019 roku udzieliłem inicjacji shaktipat ponad 200 osobom z różnych środowisk. Obejmuje to osoby z różnych środowisk religijnych, edukacyjnych, zawodowych, społecznych i etnicznych. Na liście znalazło się również kilku moich przyjaciół, za co jestem wdzięczny Wszechmogącemu, że pozwolił mi spłacić mój karmiczny dług wobec nich. Przedział wiekowy zarówno kobiet, jak i mężczyzn wahał się od 20 do 75 lat. W niektórych przypadkach nawet trzynastoletnie nastolatki przychodziły do mnie po inicjację shaktipat w jogę kundalini. Musiałem kategorycznie odmówić pod pretekstem, że zgodnie z prawem są jeszcze nieletni.

W niektórych przypadkach rodzice sami przyprowadzają swoje dzieci na inicjację. Tylko w takich przypadkach, w których zaangażowanie rodziców było bezpośrednie, godziłem się na kompromis z moimi ścisłymi wymaganiami dotyczącymi wieku. Poza tym musiałem odmówić inicjacji shaktipat wielu innym z kilku powodów, takich jak cierpienie na poważne choroby, uzależnienie od narkotyków, niestabilność umysłowa, upośledzenie

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

umysłowe, zainteresowanie w przyjęciu inicjacji shaktipat dla korzyści materialnych, ciekawość zdobycia nadprzyrodzonych mocy itp., Jednak nigdy nie dyskryminowałem nikogo, w tym osób, które są kwestionowane pod względem płci lub mają inną orientację seksualną lub jakiegokolwiek inne problemy, takie jak niewiara w Boga itp.,

Zdawałem sobie sprawę, że wiele pytań będzie zadawanych przez ludzi, zwłaszcza na początkowych etapach praktyki. Jednak nigdy nie spodziewałem się, że w tak krótkim czasie udzielę inicjacji shaktipat tak wielu ludziom. Byłem również przytłoczony zarówno ilością, jak i zakresem pytań zadawanych przez praktykujących. W pewnym sensie praktykujący zmusili mnie do zbadania mojego umysłu w jego najdalszych głębinach. W przeciwnym razie nigdy nie zgłębiłbym siebie tak głęboko. Niektóre z pytań zadawanych przez praktykujących były rzadkie z punktu widzenia ich treści. Odpowiedzi na takie pytania nie można znaleźć, zwykle nigdzie w istniejącej literaturze dotyczącej shaktipat i jogi kundalini. Pomysł zebrania moich odpowiedzi na pytania nigdy nie przyszedł mnie samemu do głowy. Zasugerował to później jeden z praktykujących. Jednak do tego czasu pominięto już wiele pytań i odpowiedzi. Niestety, nie pamiętam teraz tych pominiętych pytań i odpowiedzi.

Później wpadłem na pomysł zebrania doświadczeń również przez różnych praktykujących, tak aby wzbogaciło to istniejącą literaturę dotyczącą nauki o inicjacji shaktipat w jogę kundalini.

Większość moich odpowiedzi na pytania nie jest nowa z punktu widzenia ich treści. Są one zgodne z dobrze znanym zjawiskiem wyjaśnianym przez różnych guru z linii shaktipat. Odpowiedzi na niektóre pytania zostały jednak nieznacznie zmodyfikowane, tak aby przesłanie było zrozumiałe dla szerokiego grona osób z różnych środowisk. Starałem się trzymać z dala od dyskusji różne

nauki religijne i filozoficzne. Ściśle przestrzegałem nauk zawartych w tekstach jogi.

Ta książka jest zasadniczo kompilacją różnych pytań zadawanych przez praktykujących, którzy przyjęli ode mnie inicjację shaktipat, oraz ich bezpośrednich doświadczeń w następstwie inicjacji shaktipat. Uwzględniono również kilka pytań zadanych przez innych praktyków, którzy nie zostali przeze mnie zainicjowani. Niektóre pytania zadawane przez praktyków zostały celowo pominięte, ponieważ były zbyt osobiste, a ta książka stałaby się nieprzejrzysta.

Ogromna ilość literatury dotyczącej praktyki jogi kundalini jest dostępna na całym świecie w wielu językach. Jednak dostępna literatura dotyczy głównie budzenia energii kundalini różnymi niezależnymi metodami, takimi jak Ashtanga joga czy Raja joga. Dostępna literatura na temat inicjacji shaktipat w jogę kundalini jest ogólnie ograniczona. Co więcej, autentyczne osobiste doświadczenia rzadko są upubliczniane. Dlatego z tej książki skorzystają wszyscy praktykujący jogę kundalini z różnych linii. Zwykły czytelnik może również uznać to za pouczające.

Oto sekrety odważnych praktykujących, którzy zapuszczali się na znacznie mniej znane wody oceanu wiedzy.

Niech najwyższa kosmiczna moc w postaci przebudzonej energii kundalini w ich ciałach poprowadzi ich bezpiecznie przez ten rozległy ocean samsary lub przez tę światową egzystencję! Niech ta inicjacja shaktipat w jogę kundalini uwolni ich wszystkich na zawsze z cyklu narodzin i śmierci!

Niech Bóg Was błogosławi.

- Autor

Manifestacja krii

Krije związane ze śpiewaniem mantr

Pytanie: Praktykujący: Dzisiaj, w chwili przebudzenia, miałem dziwne doświadczenie. Zauważyłem, że intonuję mantrę i byłem zdezorientowany. Nie byłem świadomy, czy robię sadhan, czy śpię. Nieustannie intonowałem mantry. Zrozumienie tego zajęło mi 2-3 minuty.

Moja odpowiedź: Nie ma w tym nic dziwnego. Dzieje się tak. Intonowanie mantry odbywa się podświadomie podczas stanu snu. To dobrze znane zjawisko. Doświadczyłem tego również wiele razy podczas moich wczesnych dni sadhan.

Pytanie: Praktykujący: Dzisiaj, kiedy usiadłem do sadhan, nagle poczułem potrzebę zastąpienia mantry podanej przez Guru Ji; Jestem ogniem, jestem wodą. Czy jest ku temu konkretny powód?

Moja odpowiedź: To jest krija tylko dlatego, że musieliście robić japa tych mantr w swoich poprzednich żywotach. Te karmy są teraz czyszczone.

Pytanie: Praktykujący: Właśnie siedziałem przez 1 godzinę i miałem te same dźwięki w uszach. Więc milczałem, aby słuchać tych dźwięków. Potem cisza trwała przez około 10 minut; Obserwowałem dźwięki i widziałem piękne krajobrazy. Czy następnym razem mam powtarzać mantrę, gdy pojawią się te tony, czy też w porządku jest dostroić się

do nich, tak jak dzisiaj? Szarpanie i wibracje pojawiały się również intensywnie w różnych częściach mojego ciała.

Moja odpowiedź: Mantra powinna ustać w sposób naturalny. Oznacza to, że twój umysł powinien odwrócić się od intonowania mantry w sposób naturalny i bez twojego przerywania. Taka jest zasada kciuka. Kiedy mantra się skończy, proszę, dalej obserwuj krije jak niemy widz. Jeśli później przypomnisz sobie, że nie ma miejsca intonowanie mantr, niech tak będzie. Nie musicie znowu wracać do intonowania mantr. Taka jest zasada kciuka.

Krije związane z płaczem

Pytanie: Praktykujący: W ciągu ostatnich kilku dni przy niektórych okazjach chce mi się płakać, a wiele razy moje oczy napływają łzami, gdy oglądam film lub słucham piosenki. To się nigdy wcześniej nie zdarzyło. Nie jestem facetem, który płacze nad głupotami. Nie jestem też w stanie usiedzieć dłużej w sadhan. Dlaczego Guru Ji?

Moja odpowiedź: Doskonale; Krije odnoszące się do powłoki umysłu lub Manomaya Kosha również zdarzają się teraz regularnie dla ciebie. Mogą trwać przez dłuższy czas. Musisz tylko pozostać w stanie świadka, ilekroć się pojawiają. Proszę, nigdy nie próbujcie się im opierać, bez względu na to, jak negatywne mogą się wydawać.

Jeśli chodzi o twoją niezdolność do siedzenia przez dłuższy czas, nie martw się tym na tym etapie. Ostatnio tylko twoje agresywne krije opadły. Niech sadhan toczy się swoim torem. Najpierw niech się ustabilizuje. Ze swojej strony po prostu poddaj się całkowicie boskości. To wszystko, co musisz zrobić. Później będziesz mógł wykonywać sadhan przez dłuższy czas. Prosimy o cierpliwość i wytrwałość. To podróż na całe życie. Nie ma potrzeby śpieszyć się przez sadhan. Jest to bardziej odpowiednie dla ciebie, ponieważ niedawno przeszedłeś bardzo brutalne krije. Musieliście też przerwać swój sadhan na kilka dni.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Pytanie: Praktykujący: W wieczór inicjacji ja również płakałem przez 10 minut po wysłuchaniu klasyki hindustańskiej. Nie słyszałem wcześniej wokalisty ani nie rozumiałem języka. Nie miałem też zwyczaju płakać przez ostatnie 30 lat.

Moja odpowiedź: Po inicjacji Shaktipat, podświadomość poddawana jest efektowi wzburzenia. W rezultacie wszelkiego rodzaju emocje i różne wrażenia zmysłowe próbują się wydostać. Proszę nie próbować w żaden sposób powstrzymywać wybuchu emocji. To się dzieje dla twojego dobra. Ma to na celu oczyszczenie twojej karmy związanej z tą konkretną emocją.

Brutalne krije

Pytanie: Praktykujący: Po otrzymaniu od ciebie inicjacji Shaktipat dziś rano o 8:00, usiadłem na sadhan przez 85 minut. Już po 15 minutach sadhan poczułem ciężar w głowie. Moje tętno przyspieszyło, a całe moje ciało stało się ciężkie, jakby moje ciało nabrzmięwało i miało eksplodować.

Medytacja stała się bardzo trudna, ale nie otwierałem oczu.

Stopniowo stałem się normalny. Po około pół godzinie, znowu przez 15 do 20 sekund, przeżyłem doświadczenie, w którym wydawało mi się, że ktoś zawładnął moim ciałem. Doznaniu towarzyszył lekki ból. To doświadczenie w moim życiu, którego nigdy nie zapomnę.

Moja odpowiedź: Wspaniale, krije rozpoczęły się dla was w pełni w dniu samego Shaktipat deeksha. Proszę jednak nie martwić się o brutalne krije. To się dzieje dla twojego dobra. Nic ci się nie stanie. Powiedziałeś mi, że próbowałeś powstrzymać sadhan, starając się przypomnieć sobie swojego guru z tamtego czasu. Proszę, nie próbujcie powstrzymywać krii tak daleko, jak to możliwe, chyba że staną się zbyt niewygodne. Cieszę się twoim szczęściem. To jest początek twojej duchowej podróży. Na koniec bądźcie odważni, ale całkowicie oddajcie się Bogu.

Pytanie: Praktykujący: Siedziałem w sadhan przez 1 godzinę. Odczuwam ból całej szyi, szczególnie tarczycy. Wyczuwam pełne wibracje na czole i klatce piersiowej bijące z pełną siłą, co jest dość nieprzyjemne.

Moja odpowiedź: OK, bardzo ładnie. Proszę zajmij się bólem. Proszę postępuj zgodnie z procedurą, którą ci powiedziałem, jeśli czujesz, że krije zdarzają się zbyt gwałtownie. Po prostu przerwijcie sadhan i skierujcie swój umysł ku wszelkim materialistycznym myślom.

Pytanie: Praktykujący: W mojej głowie dzieje się wiele krii. To jest nie do zniesienia; Nie mogę otworzyć oczu. Przestałem robić sadhan przez ostatnie trzy dni, a mimo to krije się zdarzają. Intonowanie mantry dzieje się w moim umyśle, a moje oczy automatycznie zamykają się w skupieniu w miejscu między brwiami.

Moja odpowiedź: OK, proszę się tym nie przejmować. Proszę odwrócić uwagę od codzienności. Oglądaj telewizję, czytaj gazety, słuchaj piosenek, idź na zakupy, rozmawiaj z przyjaciółmi lub krewnymi i nie myśl o sprawach duchowych.

Pytanie: Praktykujący: Dzielę się moimi przeżyciami z ostatniej nocy w sadhan. Gdy tylko zamknąłem oczy, pojawiła się jasność. W miarę jak światło stawało się coraz jaśniejsze, coraz trudniej było mi składać pokłony Guru Parampara. Doświadczyłem bardzo silnych wibracji na całym ciele. Niektóre prądy były odczuwane na mojej szyi, ramionach, nadgarstkach i palcach. Usłyszałem głośny hałas, jakby coś uderzyło w dach. Usłyszałem dźwięk przypominający petardy w sekwencji w moim pokoju. Kilka razy doświadczyłem nagłego przypływu energii z Serca do całego ciała. Kiedy kłaniałem się przed naszą linią guru, poczułem, jak Shivom Thirth Ji uśmiecha się do mnie. Ale ból głowy nie opuszcza mnie mimo przyjmowania leków. Szczególnie zauważyłem, że jest bardziej intensywny w dni pełni księżyca i nowiu lub w ich pobliżu. Proszę mnie poprowadzić.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Moja odpowiedź: Pojawienie się jasności jest bardzo dobrą kriją. Cieszę się twoim szczęściem. Proszę się nie martwić bólem głowy. To musiał być jakiś rodzaj ciężkości, której doświadczasz. To jest tylko kriya. Jeśli jednak stanie się to nie do zniesienia, proszę natychmiast zrobić sobie przerwę od sadhan. Nie ma nic złego w tymczasowym przerywaniu sadhan dla regularnego praktykującego, takiego jak ty. Sadhan można wznowić, gdy poczujesz się lepiej.

Pytanie: Praktykujący: Moje ciało początkowo obracało się podczas medytacji. Po zakończeniu rotacji ciała poczułem trójkątne wirowanie na dole. Po takiej rotacji miałem ochotę skoncentrować ciało i umysł na jednym konkretnym punkcie. Po tym całkowicie znieruchomiałem. Moja głowa zaczęła się inaczej obracać i w końcu wyszedł mi język. Mój język zaczął się skręcać i zaczął poruszać się w górę. Poczułem ból i przerwałem sadhan. Po 5 minutach byłem jak szalony. Chciałem rzucić i zniszczyć wszystko. Trwało to przez godzinę. Teraz jestem w porządku.

Moja odpowiedź: Doskonale, wszystkie są tylko krija. Nie ma się czym martwić. Ilekroć krije zdarzają się gwałtownie, proszę natychmiast przestańcie wykonywać sadhan i skierujcie swój umysł na rzeczy materialistyczne. Skoncentruj swój umysł na doczesnych czynnościach. Idź na spacer lub zakupy, oglądaj telewizję itp. Skoncentruj swój umysł na czymkolwiek innym niż tematy duchowe. Wtedy automatycznie krije ustąpią. Po zrobieniu sobie przerwy na jeden lub dwa dni, możesz wznowić swój sadhan.

Pytanie: Praktykujący: Odbylem swoje 50 minut medytacji. Odczucia w kręgosłupie zaczynają się natychmiast i wznoszą się do czubka głowy. To było jak połączenie Wi-Fi. Czulem 3 takty wyżej nad moją głową i trwało to jak fale z Muladhary i wysoko nad moją głową. Moje trzecie oko i twarz czulem się, jakbym potarł lód. Czakra Ajna jest wiecznie jak zamrożona.

Poza tym czulem dużo energii w dłoniach i lekkie pieczenie w ciele i brzuchu. Poczułem ciepło w Muladharze.

Uświadomiłem sobie jedną rzecz; za każdym razem, gdy wyrażałem wdzięczność Guru, moja energia natychmiast zaczynała rosnąć. Jeśli chodzi o postawę, to czułem, że moje plecy były proste, a ramiona nie były sztywne, co nieświadomie się działo, a kiedy puściłem sztywność, przepływ energii był świetny.

Moja odpowiedź: Cieszę się, że wydłuża się czas twojego sadhan. Dobrze jest zwiększyć go do około godziny lub więcej. Doświadczasz wielu krii, co jest bardzo dobre dla twojego postępu. Kluczem jest poddanie się Guru. Ci, którzy nie rozumieją tego w prawdziwym tego słowa znaczeniu, opóźnią postęp. Początkowa postawa powinna być prosta, ale niezbyt sztywna. Stopniowo energia może zmienić również twoją postawę. Gdy krije się rozpoczną, lepiej nie ingerować w nic, nawet w postawę. Niech energia działa tak, jak chce.

Pytanie: Praktykujący: Pranam Guru Ji, przez ostatnie 3-4 dni odczuwałem silny ból w mojej Ajna Czakrze, na środku brwi. Boli mnie też czoło. Z tego powodu nie jestem w stanie wykonywać mojego sadhan. Proszę zasugerować, dlaczego tak się dzieje?

Moja odpowiedź: Właściwie to tylko krija. Ilekroć Ajna Chakra lub trzeci obszar oka zostaje aktywowany, wiadomo, że jest to trochę niewygodne. Trzeba to po prostu wytrzymać. Jeśli stanie się to niewygodne, możesz przerwać sadhan na dzień lub dwa. W przeciwnym razie nie ma potrzeby się tym martwić.

Pytanie: Praktykujący: Byłem wczoraj bardzo chory. Więc nie siadałem do medytacji. Ale wieczorem, kiedy właśnie słuchałem piosenki na słuchawkach, poczułem mrowienie w czakrze podstawy. Moja uwaga skupiła się na tym miejscu. Powoli ból zaczął rozprzestrzeniać się na czakrę Manipury. Po chwili coś podniosło się z czakry Muladhara do czakry Manipura. Tak było przez 20 minut. Potem znowu wzniósł się i sięgnął skrzyni. Wtedy właśnie zacząłem czuć, jak coś puchnie mi w gardle. Minęło trochę czasu. Rozmawiałem z

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

tobą o tym. Kazaleś mi wziąć to jako + ve. Teraz jestem szczęśliwy.

Znalazłem stronę kundalini na Facebooku. Jeden człowiek z grupy powiedział, że cię zna. Kiedy ludzie wspominają o ruchu energii w sobie, opisują, że możesz poczuć przepływ energii tylko wtedy, gdy masz blokady. Kiedy nie będzie żadnych blokad, nic już nie poczujesz. Czy to prawda? Mam uczucie płynięcia, które jest spiralne od dołu do góry. Wtedy mam całą energię błyskawicy. Czasami mam obracającą się głowę, a teraz wszędzie zdarzają się przypadkowe ruchy. Mimo to wydają się bardzo zajęci, kiedy medytuję.

Moja odpowiedź: To jest tak. To zależy od tego, co ludzie rozumieją przez blokady. W przeciwnym razie energia kundalini jest tak subtelna, że nie ma nic znanego jako blokada. Czy czujesz, jak promienie rentgenowskie wnikają do twojego ciała, kiedy robisz zdjęcie rentgenowskie w laboratorium? Jak ktokolwiek może odczuwać energię kundalini, jeśli nie można nic poczuć w związku z taką energią fizyczną? Jest subtelniejszy niż ludzki intelekt. Jest to pierwotna forma władzy. Więc jak ktokolwiek może to poczuć?

Tylko jego wpływ jest odczuwalny, gdy spala karmę. Ten wpływ nazywamy kriya. Ten wpływ może mieć wpływ na twój intelekt, umysł, wewnętrzne układy ciała, ciało pierwotne i zewnętrzną codzienną rutynę. Dlatego proszę, nie dajcie się ponieść takiej ograniczonej rozmowie. Ludzie, którzy tak mówią, mogą być częściowo prawdomówni, ale to nie jest cała historia.

Na przykład wiesz, że system mózgowo-rdzeniowy jest zintegrowany z całym ciałem. Ten wpływ jest odczuwalny, gdy karma są oczyszczane przez przebudzoną energię kundalini. Gdy karma zostanie oczyszczona, ich wpływ staje się coraz subtelniejszy. Dlatego mówimy, że krija ostatecznie umierają. W tym sensie, jeśli ludzie chcą używać terminologii blokady do reprezentowania manifestacji krii, to ich sprawa.

Nie jest to jednak blokada w klasycznym tego słowa znaczeniu.

Ponieważ system mózgowo-rdzeniowy jest połączony z twoją podświadomością, w której gromadzą się karmy, te karmy działają jak blokada, więc odczuwalny jest przepływ energii. W przeciwnym razie doświadcza się oczyszczenia karmy, a nie jakiejś blokady. Literatura taka jak ta wprowadza wszystkich w zakłopotanie i marnuje czas i wysiłek. Radzę ci unikać zbliżania się do takiej literatury.

Pytanie: Praktykujący: Dzielę się moimi doświadczeniami z wczorajszego sadhan. Trwało to prawie 3 godziny i 40 minut. Czulem bóle i prądy na brzuchu, lewych żebrach, pępku, nagle ruchy, szarpnięcia na ręce i twarzy. Coś zaczęło się poruszać z tyłu mojego kręgosłupa w pobliżu czakry podstawy.

Doświadczyłem nagłego pocenia się, uczucia gorąca i zimna oraz pewnego rodzaju ucisku odczuwanego na całym ciele. Czulem się bardzo ciężki w moich oczach i głowie przez cały mój sadhan. Nawet po sadhan pojawiły się prądy z tyłu mojego ramienia i prawej nogi, w okolicy pępka i brzucha. Czulem jakiś rodzaj bólu gardła z powodu nadmiernej aktywności czakry gardła. Po wczorajszym sadhan wszystko stało się normalne.

Moja odpowiedź: OK, bardzo ładnie. Ciężar w głowie jest tylko krija. Doświadcza się go zawsze wtedy, gdy przebudzona energia kundalini napotka silną karmę. To bardzo popularna krija. Proszę się tym nie martwić i kontynuować praktykę w ten sam sposób.

Zakłócenie cykli snu

Pytanie: Praktykujący: Od kilku dni budzę się w środku snu 2-3 razy. Czy to są krije?

Moja odpowiedź: Tak, proszę. To tylko krija. Zakłócenie cykli snu jest znanym zjawiskiem po Shaktipat deeksha. Ale to się dzieje dla twojego dobra. Nie wiemy jak i dlaczego. Ale

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

proszę, znoście to, ponieważ dzieje się to tylko po to, aby oczyścić waszą karmę.

Pytanie: Praktykujący: Od 5 dni w nocy nie mogę spać z powodu niespokojnych nóg. Nogi stają się ciężkie i spontanicznie zmieniają pozycje, ale dzieje się tak nieprzerwanie przez całą noc. Kiedy mój rytm snu znów stanie się normalny?

Moja odpowiedź: Dobrze, zakłócenie cyklu snu jest dobrze znanym zjawiskiem po inicjacji Shaktipat. Musisz to znieść, proszę. Jeśli będziesz regularnie praktykować swój sadhan, we właściwym czasie przezwycięzysz ten problem. Jednak nie można tego przewidzieć w odniesieniu do osi czasu i będzie to oczywiście zależało od twojego sadhan. Nie ma potrzeby się tym martwić. Kiedy praktykujący jest na ścieżce jogi, problemy te powinny być niewielkie i trzeba je cierpliwie znosić.

Pytanie: Praktykujący: Mój czas snu został skrócony. Wczoraj w nocy spałem o 3:00. Podczas snu zaczęły się krije. Najpierw w dolnej części kręgosłupa doświadczone rotacje energii. Po pewnym czasie przesunął się w kierunku środka kręgosłupa i zaczął się obracać. Najpierw obrócił się w kierunku czterech krawędzi, a po pewnym czasie skoncentrował się w kierunku punktu środkowego.

Moja odpowiedź: OK, bardzo ładnie. Cieszę się twoim szczęściem. Następnie, proszę, nie rób żadnego sadhan przez kilka dni. Ponieważ krije przytrafiają się wam agresywnie. Sadhan jako taki nie jest wymagany. Jeśli krije staną się bardziej brutalne, proszę, skieruj swój umysł na normalne światowe tematy. Proszę, nie myślcie o duchowości. Po prostu się tym nie martw.

Cieżar w głowie

Pytanie: Praktykujący: W dzisiejszym sadhan przez pierwsze 20 minut wszystko szło dobrze, ale po pewnym czasie nie

rozumiałem, że moja głowa stała się bardzo ciężka i zestresowana. Zakończyłem swój sadhan i wstałem.

Moja odpowiedź: Uczucie ciężkości w głowie lub okolicy mózgu to rutynowa krija. Dzieje się tak zawsze, gdy przebudzona energia kundalini napotyka silną przeciwną jej karmę. W wyniku wewnętrznej walki przebudzonej kundalini z przeciwną karmą odczuwa się uczucie ciężkości w głowie. Nie ma się czym martwić; dzieje się to dla twojego dobra. Trzeba to po prostu wytrzymać. Możesz jednak tymczasowo przerwać sadhan na cały dzień, jeśli jest to zbyt niewygodne.

Pytanie: Praktykujący: Mam dużo ciężkości w pobliżu szyi i pleców. Czasami jest dużo wirowania w pobliżu trzeciego oka. Zwykle mam wiele problemów wokół głowy, wraz z wibracjami w kręgosłupie. Mam wiele snów i czasami wydaje mi się, że są prawdziwe. Minęło trochę czasu, odkąd nie jestem aktywny w grupie, ale wykonuję sadhan i to właśnie dzieje się ze mną w tych dniach.

Moja odpowiedź: OK, doskonale. Oznacza to, że przechodzisz obecnie krije mózgowe. Dzieje się tak tylko w ten sposób. Czasami trochę niewygodne! Ale w ogóle nie ma się czym martwić! Te krije są doświadczane, gdy przebudzona kundalini napotyka jakąś przeciwną stałą karmę.

Pytanie: Praktykujący: Po moim sadhan, kiedy boska energia jest w mojej głowie lub dłoni, czuję tam ciężar. Jeśli energia jest w mojej głowie, czuję się odurzona. Guru Ji! co powinienem zrobić? Czy powinienem wznowić swój sadhan? Poprzedniego dnia po sadhan poczułem ciężar w dłoni. Kontynuowałem swój sadhan przez 3 godziny, ale nadal odczuwałem ciężar.

Moja odpowiedź: ok. Bardzo dobrze. Z przyjemnością obserwuję Twoje postępy. Krije jako takie zdarzają się wam regularnie, nawet bez wykonywania sadhan. Czasami również agresywnie doświadczasz krii. Dlatego ważną rzeczą jest zarządzanie sadhan. Proszę, zatrzymaj tymczasowo sadhan,

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

jeśli krije mają miejsce w sposób agresywny. W przeciwnym razie uruchom go ponownie powoli. Tak trzeba nim zarządzać. Dlatego nie wiadomo, kiedy formalnie wznowić sadhan. To zależy od tego, jak ci wygodnie.

Krije związane ze strachem

Pytanie: Praktykujący: Czuję strach, kiedy wieczorem wykonuję sadhan. Czuję też, że ktoś jest ze mną. Więc nie mogę ukończyć sadhan, ale rano jest w porządku. Jak pokonam strach?

Moja odpowiedź: to tylko krija. W ogóle nie ma się czego bać. W takim czasie nie powinniście przerywać sadhan. Proszę, bądź odważny. Wasze karmy związane ze strachem były oczyszczane. Jeśli zaczniesz się bać i zatrzymasz swój sadhan, te karmy nie zostaną oczyszczone. Wielu praktykujących w naszej grupie również doświadczyło tego samego rodzaju karii. Niektóre panie nawet doświadczyły tego, jakby były przez kogoś dotykane. Ale oni wszyscy są tylko krija. Mam nadzieję, że podczas wykonywania sadhan trzymasz swój dom lub pokój zamknięty w środku. Więc gdzie jest problem? Musisz poddać się emocjom strachu. To jest ważne. Mam nadzieję, że to rozumiesz.

Pytanie: Praktykujący: Doznałem pewnej sensacji. Ale nie wiem dokładnie, dlaczego poczułem silne ciepło w plecach aż do głowy; i w moim ciele z przodu. Ogarnęło mnie uczucie podobne do strachu.

Przed głową pojawiła się czarna plamka (oczy zamknięte). W tym momencie zintensyfikowałem intonowanie twojego imienia i obrazu, jak również innych guru, a potem wszystko się uspokoiło! Dokładnie w tym momencie, kiedy tego doświadczyłem, po drugiej stronie budynku, w którym mieszkam, jakiś sąsiad otworzył okno. Ten dźwięk wydawał się głośny, ponieważ moje okno było otwarte; Mieszkam na 5 piętrze. Tak, mój umysł wytwarzał wiele rozpraszających myśli, ale ciągle intonowałem imiona i myślałem o obrazach Guru.

Moja odpowiedź: OK, bardzo ładnie. Wygląda na to, że kriya wykazują oznaki manifestacji. Ale obserwujemy ich więcej w nadchodzących dniach. Proszę, nie próbujcie rozmyślnie pamiętać Guru, kiedy manifestują się intensywne krije. Wtedy oczywiście krije się uspokoją. Nie wolno tego robić. Trzeba jak najwięcej znosić krije i pozostawać w stanie świadectwa. Oznacza to obserwowanie ich, poddanie się emocjom lub pójście z prądem.

Pytanie: Praktykujący: Podczas mojej praktyki tego wieczoru miałem mrowienie na całej twarzy, zwłaszcza w nosie. Za każdym razem czułem, że uzyskuję szybszy dostęp do krii. Po drodze pojawia się kilka myśli, ale w końcu mogę się skupić. Potem warstwy zaczęły się rozpuszczać. Zostały zabrane z mojego pola energetycznego; strach, ograniczenia i inne, których nie potrafię wyrazić słowami. Czułem, jak się rozpuszczają. Czułem się również tak, jakby coś było usuwane z mojego centrum serca. Mój oddech zwolnił tak bardzo, że myślałam, że zapomnę oddychać. Czułem też bicie serca i czułem to na poprzednich treningach. Tak wielka wdzięczność napływa do mojego serca.

Skąd mam wiedzieć, kiedy powinienem wrócić? Dzisiaj znowu poczułem trochę strachu, gdy stałem się głębszy, ale starałem się w pełni poddać i zaufać. Stałem się znacznie bardziej świadomy przez cały dzień i wzmocniony w mojej obecności.

Moja odpowiedź: Proszę, nie martw się, kiedy przerwać medytację. To się stanie samo. Po prostu niech tak zostanie. Pamiętaj proszę, że krije zdarzają się mimowolnie, bez żadnego wysiłku z twojej strony. To samo zjawisko jest możliwe także w drugą stronę. Ale krije jako takie mogą trwać, ponieważ trwają przez całą dobę. Ale twoja sesja treningowa zakończy się siłą z powodu bólu nóg lub innych zakłóceń. Dlatego nie ma potrzeby w ogóle o tym myśleć.

Pytanie: Praktykujący: Boję się kontynuować sadhan. W tym momencie w pełni staję się jak Kali Maa. Jeśli sytuacja się

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

powtórzy, co powinienem zrobić? Czy to się powtórzy? Zwykle przydarza mi się ciągłość krii. Czciłem i modliłem się do Kali Maa. Moja kula dewi to Kali Maa. Czy ma to jakiś związek z tamtym doświadczeniem? Podczas wykonywania sadhan zobaczyłem trójkąt z plamką pośrodku.

Moja odpowiedź: Nie ma powodu do zmartwień. Wszystko dzieje się dla twojego dobra. Dzieje się tak tylko po to, aby oczyścić swoją karmę. Kult kali, który praktykowałeś wcześniej, również gromadzi się w twojej podświadomości jako karma. Te karmy są również potrzebne do oczyszczenia. Wszystko dzieje się tylko z powodu waszej przeszłej puji i sadhan. Te karmy są również potrzebne do oczyszczenia dla twojego dobra. Wtedy tylko twój umysł zacznie wchodzić w samadhi. W przeciwnym razie te karmy zatrzymają twój duchowy wzrost.

Proszę, zrozumcie, że jesteście teraz na ścieżce jogi. Joga różni się od praktyki religijnej. Z powodu waszej dobrej karmy, takiej jak wielbienie Kali itp., tylko wy osiągnęliście ten etap. Shaktipat jest najwyższą techniką jogi znaną ludzkości. Nie ma potrzeby się martwić. Nic złego Ci się nie stanie. Musisz być odważny i podporządkować się boskości lub Guru. Jeśli krije się powtórza, proszę, użyj tej samej techniki, o której ci mówiłem.

Po prostu chwilowo przerwijcie swój sadhan i skierujcie swój umysł ku rzeczom materialistycznym lub ziemskim czynnościom. Krije automatycznie ustąpią. Po odpoczynku przez dzień lub dwa możesz zacząć od nowa! Nie jesteś pierwszą osobą doświadczającą tego rodzaju brutalnych krii. Inni sadhakowie również doświadczali takich krii. Oni również zrobili to samo. Dlatego proszę się nie martwić. Zaufaj swojemu Guru i starożytnemu systemowi jogi.

Pytanie: Praktykujący: Chcę wyjaśnić paniczną sytuację, która powtórzyła się w noc naszej inicjacji i wczoraj. Chciałbym szczegółowo o tym wspomnieć. W noc Shaktipat, około godziny 8, miałem trudności z polykaniem i oddychaniem.

Temperatura mojego ciała gwałtownie spadła i byłem bliski omdlenia. W terminologii leczniczej był to psychiczny atak wywołany przez jakieś elementy.

Została więc usunięta i nastąpiła gruntowna rekonwalescencja. byłem normalny. Ten sam problem wystąpił wczoraj o tej samej porze, również z podobnymi objawami. Po wyzdrowieniu ustąpiło. Dlatego chcę to szczegółowo wyjaśnić. To był pierwszy raz w moim życiu, kiedy zdarzyła się taka trauma. Sytuacja trochę wymknęła się spod kontroli. Chociaż wcześniej miałem ataki psychiczne, nie spowodowały one takiego spustoszenia. Mógłbyś rzucić na to trochę światła?

Moja odpowiedź: to tylko kriya. Próbujecie to porównać z innymi formami uzdrawiania itp. Po Shaktipat deeksha wszystkie wasze karmy zaczynają się neutralizować. Oczywiście, wszystkie takie agresywne krije mogą zacząć się dziać. Musicie ćwiczyć samopoddanie się Guru i zachować spokój, obserwując ich jako świadków.

Jeśli krija stanie się agresywna, powinieneś natychmiast przestać wykonywać sadhan i odwrócić swój umysł od wszelkich spraw duchowych. Ale musicie przestać porównywać Shaktipat z różnymi innymi rzeczami. Tak się składa, że Shaktipat jest wyższą techniką jogi. Ma to na celu zneutralizowanie całej twojej karmy, dobrej lub złej. Dobre karmy, takie jak czczenie bogów i bogiń, intonowanie mantr itp., również spłoną.

Pytanie: Praktykujący: Nie byłem pewien, czy śpię. Doświadczyłem energii, która próbowała mnie zdominować. Musiałem się z tym zmierzyć, a potem to zniknęło. Miałem dzisiaj dwa razy wspaniałe doświadczenia. Kolejna była po południu i zobaczyłem jaszczurkę na mojej ręce. Nie mogłem poruszyć ciałem. Nie mogłem nawet krzyczeć. W końcu obudziłem się z doprawdy dziwnym krzykiem; inni byli zszokowani słysząc mój płacz. Myślę, że to był sen, ale mam wątpliwości co do wcześniejszego.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Moja odpowiedź: Pierwszym z nich musiał być stan Tandra, pomiędzy snem a jawą! To musi być krija. Drugi to dziwny sen, który zwykle ma miejsce po inicjacji Shaktipat. Ale w ogóle nie ma się czym martwić. Dzieje się to dla twojego dobra, aby oczyścić swoją karmę. Wiele takich dziwnych doświadczeń może mieć miejsce również w przyszłości. Z przyjemnością obserwuję Twoje postępy. Po prostu kontynuuj swój sadhan w ten sam sposób. Być odważnym.

Mówienie w nieznanych językach

Pytanie: Praktykujący: Moja dzisiejsza praktyka. Mogłem tak bardzo skupić się na moim Guru i intonować moją mantrę. Czulem się połączony w centrum mojego serca i nie potrzebowałem osądzać moich myśli ani krii. Byłem podekscytowany, że mogę się tym z tobą podzielić, ale coś mi mówiło, że emocje pochodzą z mojego ego. Więc natychmiast wróciłem do właściwej przestrzeni obserwacyjnej. Czulem tak wielki spokój; Czulem też, że nawet moje ciało nie definiuje wszystkiego, czym jestem. Wtedy jakoś nie czulem się przywiązany do swojego ciała.

Potem przyszły mi na myśl słowa w innym języku i nie mogłem się powstrzymać przed wypowiedzeniem tych języków, słów. Kiedy wypowiedziałem to słowo, poczułem, kim naprawdę jestem. Trudno to opisać słowami, ale połączyłem się z czymś, co wydawało się bardzo prawdziwe i rezonowało z moją istotą. Miałem też flashbacki z dzieciństwa. Kiedy pograżyłem się w modlitwie, mówiłem innym językiem. Ale z drugiej strony jest to tylko doświadczenie z przeszłości.

Moja odpowiedź: Bardzo ładne. To tylko krija. Trwa oczyszczanie waszej karmy nagromadzonej w przeszłości. Mówienie w nieznanym języku jest dobrze znanym zjawiskiem po Shaktipat. Bardzo się cieszę widząc Twoje postępy. Proszę kontynuować w ten sam sposób. Retrospekcje to twoja przeszła karma nagromadzona w jednym z poprzednich wcieleń. Musiałeś mieć solidne

połączenie z jakimś językiem. Te zmysłowe wrażenia prawdopodobnie się pojawiały. Zwykle tak się dzieje. Dlatego doświadczyłbyś ich jako dziecko, chociaż nie przyjąłeś żadnej inicjacji Shaktipat. Czasami te rzeczy są również doświadczane podczas stanu snu.

Opieranie się krijom podczas sadhan

Pytanie: Praktykujący: Chciałem spróbować czegoś innego dziś rano, ponieważ moja praktyka jest ograniczona do mniej niż 100 minut. Zazwyczaj ćwiczę o 5:30, ale wstaję o 4:30. Zwykle biorę wodę, ale przegapiłem to. Energie były od razu inne. Krije zaczęły się tak, jak zacząłem moje modlitwy do „Mnichów Zakonu Shaktipat”. Znów widziałem twarze ludzi, których nie rozpoznawałem. Ludzie z półtwarzami podeszli do mnie i próbowali nawiązać ze mną kontakt, mrugając i uśmiechając się do mnie.

Potem poczułem wstrząs elektryczny na mojej głowie wokół obwodu mojej czaszki i inny mniejszy wstrząs w moim obszarze Muladhara. Następnie kobieta proponowała mi seks. Początkowo powiedziałem „tak”, a potem odmówiłem zachowania uczciwości. Osiągnąłem komfortowo 100 minut sadhan, ale potem czułem się zmęczony. Potem położyłem się na ziemi, ćwiczyłem tam przez chwilę i zasnąłem. Obudziłem się bardzo wypoczęty. Miałem też elektryczne odczucia w górnej części mojego lewego ramienia i kręgosłupa.

Moja odpowiedź: Jak powiedziałem wcześniej przy kilku okazjach, pamiętaj tylko, aby nie przerywać ani nie opierać się kriji podczas sadhan, niezależnie od tego, jak nieetyczne, nieprzyjemne, obrzydliwe lub grzeszne mogą być. Po prostu pozostań cichym widzem i obserwuj kriję. To jest podstawa. Taka jest zasada sadhan. W przeciwnym razie nagromadzona karma lub wrażenia zmysłowe w twojej podświadomości nie zostaną oczyszczone. Na koniec, proszę, pamiętajcie, że cokolwiek się dzieje, dzieje się to dla waszego dobra. Po

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

prostu ćwicz całkowite poddanie się i płyn z przepływem krii, aby szybko zmyć nagromadzoną karmę.

Agresywne krije

Pytanie: Praktykujący: Krije dzieją się od mojej czakry Ajna do mojej czakry Sahasrara. W rezultacie moje oczy się zamykają. Mój umysł skupia się na Ajna Czakrze, nawet oglądając telewizję lub rozmawiając z przyjaciółmi. Krije są bardzo silne, a energia ciągnie w kierunku czakry Sahasrara. Szczególnie dzisiaj krija jest intensywna.

Moja odpowiedź: Proszę się nie martwić. Spróbuj odwrócić swój umysł od wszelkiego rodzaju duchowych myśli. Proszę skupić się na rutynowych sprawach życiowych. Oglądaj telewizję lub czytaj gazety itp. Po prostu rób cokolwiek innego niż rzeczy związane z duchowością. Krije ustąpią.

Pytanie: Praktykujący: Krije mam od nocy. Odkąd spałem. Czulem wibracje w sercu i głowie, ale spałem. Później o 1:00 lub 2:00 w nocy poczułem silne wibracje w sercu i głowie. To było potężne i jakaś energia chciała, żebym zdjął ubranie.

Zrobiłem tak. Następnie potarłem dłońmi swoje ciało i poczułem, jak uwalnia się energia. Proces był intensywny, a ja leżałem w łóżku. Chciałem wstać, ale wibracje wciąż tam były i jakoś przespałem godzinę. Potem, po przebudzeniu, rozpocząłem swój sadhan. Energie w mojej głowie, ustach, nosie i oczach były widoczne.

Po raz kolejny energie były zbyt wysokie i w końcu rozluźniłem ubranie i poddałem się energiom. Po tym poczułem się lepiej i bardziej połączony. A później, kiedy wstałem z mojego sadhan i zamknąłem oczy, aby zobaczyć światło w moim trzecim oku, zobaczyłem zwiniętego zielonego węża. Czy wąż i te krije coś wskazują? Proszę poprowadzić.

Później poczułem na ustach pocałunek. Podczas mojej regularnej puji krije powtarzały się. Poruszałem się jak wahadło od przodu do tyłu. Gdy skończyła się moja puja,

ruch ustal. Emocje są częścią życia i kiedy łączymy się z kimkolwiek, są naturalne; emocje zmieniają się z czasem, a energie zawsze będą obecne.

Moja odpowiedź: Krije dzieją się teraz dla ciebie, na pełnych obrotach. W ogóle nie ma się czym martwić. Oczywiście ruch energii będzie odczuwany w każdym zakamarku ciała. Ale dlaczego próbowałeś powstrzymać kriję pocierając swoje ciało rękoma? Powinieneś tego unikać. Działy się dla twojego dobra. Jeśli jest to tylko przepływ energii, nie powinieneś drapać, pocierać ani próbować go wyczuć ręką itp. W przeciwnym razie kriję mogą przestać się manifestować.

Zdejmowanie lub rozluźnianie ubrań jest całkowicie normalne. Możesz to zrobić. Wizja zwiniętego węża jest tylko pomyslna. Krije manifestują się również w formie emocji, ponieważ są częścią życia, jak powiedziałeś. Proszę, nie próbujcie się im opierać podczas sadhan, niezależnie od tego, czy są przyjemne, czy nieprzyjemne. Proszę, kontynuujcie swój sadhan regularnie w ten sam sposób. To wszystko, co musisz zrobić.

Pytanie: Praktykujący: Dzisiaj kriję zewnętrzne znów były łagodne – kilka razy doszło do kiwania głową, wahadlowego ruchu ciała, obracania głowy w lewo i w prawo, wykonywania małych kólek głową. Pomiędzy ruchami były długie okresy bezruchu i głębokiej nieważkości.

Całe ciało było naelektryzowane – w całym ciele pojawiała się wiele małych prądów. Czakra korony również miała prąd elektryczny przez całą praktykę. Była też duża, spiralna fala energii idąca od Muladhary aż do korony. Było też uczucie pełzania na całym moim ciele, w tym na czole, i ekspansywna fala małych prądów biegnąca w górę od dołu moich pleców.

Znów trzecie oko pulsowało, jakby coś je pchało od środka. W tym samym czasie z zewnątrz dało się wyczuć pełzanie. Pulsujące pchnięcie było odczuwalne przez cały czas.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Po pewnym czasie pojawił się dziwny ból – najpierw tylko w czakrze Anahata. To było jak tępy, pusty ból, jakby w mojej klatce piersiowej znajdowała się „kula bólu”. Trwało to może 5 minut. Potem ból pojawił się ponownie, tym razem w Muladharze i pozostał tam przez jakiś czas. Potem znowu powędrowało – poczułem to także w Svadhisthana, Manipura, Anahata, Visuddha i Ajna. Był najsilniejszy w czakrze Muladhara i Anahata.

Gdy skończyłem ćwiczyć, natychmiast ustalo. Ćwiczyłem przez 1 godzinę i 52 minuty i znowu – czułem, że to szybko.

Zauważyłem też zmianę w moim codziennym życiu - lęki, skupienia, niepokój i ból - wszystko zniknęło! Jestem błogi, szczęśliwy i zrównoważony. Straciłem nawet zainteresowanie niektórymi czynnościami, które wykonywałem wcześniej – teraz jestem bardziej skupiony.

Moja odpowiedź: Znakomicie. Doświadczasz pełnych krii. Nie pozostaje nic innego, jak tylko kontynuować swój sadhan. Oczywiście, proszę, zawsze skupiaj swój umysł na swoim Guru. W przeciwnym razie zaczyna się rozwijać poczucie „ja” lub poczucie dumi. Powinieneś być świadkiem lub pozostać niemy widzem, gdy rozwijają się krije. W przeciwnym razie same krije gromadzą się w podświadomości jako karmy.

Pytanie: Praktykujący : Zauważyłem, że mój układ trawienny działa nierówno, kiedy przekraczam granicę 5 godzin w moim Sadhan. Kilka dni wcześniej był zbyt aktywny. Teraz mam ok. Poza tym jestem zaniepokojony podczas sadhan w tych dniach. Nigdy wcześniej tak nie było. Wczoraj wieczorem po 4 godzinach w Sadhan:

Poza łagodnymi krijami i promiennymi wizjami mam ostatnio wiele myśli. W rzeczywistości nigdy nie miałem problemu z myślami pojawiającymi się w moim sadhan. Poza tym w każdej części mojego życia w okresie Sadhan panował we mnie zamęt.

Toczy się debata na temat życia, Iluzji i Rzeczywistości toczącej się we mnie. Pytania typu: Co za różnica, czy umrę teraz, czy później, jeśli wszystko jest iluzją? Jeśli teraz, to dopiero wcześniej zdam sobie sprawę, że to wszystko jest iluzją i koniec z tym. Jeśli będzie później, zorientuję się po tylu latach i skończę z tym.

Ostatecznie wszystko to jest iluzją, teraz lub później. Jaka jest zatem rzeczywistość? A skąd mamy o tym wiedzieć, skoro wszystko jest iluzją?

Również ogromna droga życia, którą przeszedłem, polegała na trwaniu w tej iluzji. Czy to naprawdę jest tego warte? Wydaje mi się, że wszędzie się gubię.

Moja odpowiedź: Znakomicie. Cieszę się twoim szczęściem. To wszystko są tylko krija. W ogóle nie ma się czym martwić. Podobnie, nie ma wskazówek dla ciebie. Wszystko dzieje się u Ciebie prawidłowo. Myśli mają się pojawiać, włączając w to wewnętrzną dyskusję, której doświadczasz. Po prostu pozwól temu trwać. Proszę, nie opieraj się myślom. W sumie nie ma w tym nic dziwnego. Powoli i systematycznie twój umysł i twoje życie zaczną przechodzić szybką transformację.

Pytanie: Praktykujący: Dzielę się moimi doświadczeniami w sadhan. Doświadczyłem, że cały mój pokój był pełen jasnego światła, kiedy zamykałem oczy. Jakbym siedział w białym świetle. Całą swoją uwagę skupiłem na jasności przez cały sadhan. Moje ciało było bardzo lekkie. Straciłem czucie oddechu. Od czasu do czasu występowały bóle i uciski w uszach, brzuchu, pępku i żebrach oraz swędzenie dłoni. Występowały uderzenia gorąca i zimna z nagłym poceniem się i uczuciem zimna. Po moim sadhan, kiedy otworzyłem oczy, przestraszyłem się, ponieważ na zewnątrz panowała kompletna ciemność. Tutaj była godzina 00:40 czasu lokalnego. Cały sadhan trwał około 3 godzin i 40 minut.

Moja odpowiedź: To bardzo dobra krija. Jest oznaką doskonałych postępów na ścieżce jogi. Cieszę się widząc Twoje postępy. Proszę kontynuować praktykę w ten sam

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

sposób. Więcej będziemy go obserwować w najbliższych dniach.

Pytanie: Praktykujący: Dzielę się moimi przeżyciami z ostatniej nocy podczas sadhan. Doświadczyłem krii zginania przez prawie 30 minut. Potem miałem wizję jasnego światła. Czasami światło stawało się naprawdę jasne. Doświadczyłem wielu krii w okolicy żołądka! Mam silny klasterowy ból głowy po prawej stronie głowy i czuję silny ucisk w prawym uchu. Moja głowa jest niezwykle ciężka. W międzyczasie czułem się bardzo zimno. Cały czas czułem się bardzo niespokojny. Doświadczałem wielu krii w moim układzie pokarmowym! Mam wrażenie, że jest nadpobudliwy. Przez cały dzień występowały nietypowe wypróżnienia. W połowie popołudnia miałem silny klasterowy ból głowy. Zdrzemnąłem się o 18:00. Moja głowa jest trzęsąca się. Po 3,5 godzinach przerwałem sadhan. Nawet dzisiaj mam uporczywe bóle głowy i niepokój.

Moja odpowiedź: ok. Proszę zrobić sobie dzień lub dwa przerwy. Wygląda na to, że krije stają się trochę agresywne. Niech trochę ostygną. Proszę, odwróć swój umysł do normalnych, ziemskich zajęć. Później możesz ponownie podjąć swój sadhan. Proszę pamiętać, że sadhan nie powinien być wykonywany na naszej ścieżce na siłę.

Pytanie: Praktykujący: Czas trwania – 5 godz. Na początku pojawiło się wiele emocji. Wizja jasności w mojej czakrze trzeciego oka utrzymywała się przez cały mój sadhan. Doświadczyłem również Fizycznych krii zginania, kołysania, obracania ciała i szyi. W pewnym momencie poczułem, jak coś przesuwają się w dół od szyi do czakry serca wzdłuż kręgosłupa.

Moja odpowiedź: Znakomicie. Krije manifestują się dla ciebie. Kundalini Shakti jest aktywowana i oczyszcza nagromadzoną karmę z przeszłości. Nie musisz się o nic martwić. Sadhak doświadcza takich wydarzeń po aktywacji

kundalini. Kontynuuj sadhan w ten sam sposób. Miej mocną wiarę w swojego Guru.

Pytanie: Praktykująca: W samochodzie w drodze do pracy – prąd elektryczny na czubku głowy, nadgarstkach, czole, ramionach i tak dalej.

WIECZÓR

Czułam łagodne krije zewnętrzne – kiwanie głową, pociąganie za głowę i wahadłowy ruch ciała. Poczułam prąd elektryczny na czubku głowy, z tyłu głowy i na czole. Ćwiczyłam 30 minut tylko z powodu ogromnego zmęczenia.

Następny dzień:

Przez cały dzień czułam powtarzające się prądy elektryczne na czubku głowy i nadgarstkach, a moje ciało było trochę naelektryzowane.

WIECZÓR

Krije zaczęły się natychmiast po zamknięciu oczu. Nastąpiły powtarzające się ruchy: wahadłowy ruch ciała, kręgi ciała rozpoczynające się w muladharze, pochylanie głowy w lewo i w prawo. Najbardziej widoczne były ruchy głową – kiwanie głową, od lewej do prawej, małe i większe kółka. Ponadto wzór nieskończoności uniósł moją głowę w powietrze. Wszystkie te łagodne krije powtarzały się przez $\frac{3}{4}$ sadhan.

Główną kriją był znowu prąd elektryczny. Najpierw pojawił się na czubku głowy, potem bardziej z przodu głowy. Ciało było naelektryzowane. Na całym ciele pojawiały się drobne prądy. Nadgarstki znów były widoczne. Stały prąd elektryczny na plecach w najniższym obszarze poruszał się nieco w górę wzdłuż kręgosłupa, wywołując niemal pieczenie.

Wiele trzasków/wybuchów w głowie, z towarzyszącymi im małymi eksplozjami na całej głowie. Grzechot i skoncentrowany strumień tych małych eksplozji – wyczuwalny w środku głowy, powiedziałabym w okolicy szyszynki.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Czuło się uczucie pelzania na czole, ramionach, nogach i klatce piersiowej.

W pewnym momencie poczułam, jak energia porusza się silniej w Muladharze i wznosi się spiralnie. Wraz z tym przyszło trochę podniecenia. Obrazy różnych lingamów pojawiały się w mojej głowie, jeszcze bardziej zwiększając podniecenie. Zajęło to trochę czasu, a pchająca energia przeniosła się do głowy i podniecenie zniknęło.

W Anahacie obszar ten był uczuciem silnego pulsowania – jakby znajdowało się w nim wahadło, z energią poruszającą się od lewej do prawej, pod obiema piersiami. Uczucie pulsowania przeniosło się również do czakry Ajna. Później poczułem intensywny ból w okolicach Ajna i Anahata zamiast pulsowania.

¼ sadhan spędziłam w stanie głębokiej medytacji – głęboko w sobie, nie czując ciała, grawitacji, przestrzeni ani czasu. Po prostu błogość.

W końcu poczułam stały prąd elektryczny, który zaczynał się od środka pleców i szedł w górę do dołu głowy (gdzie kręgosłup łączy się z czaszką), naciskając na to miejsce. I w końcu znowu pojawił się ból – najbardziej w Ajnie, potem trochę też w rejonie Anahata.

Ćwiczyłam 2 godziny i 30 minut.

Prądy elektryczne nie zniknęły całkowicie. Nadal trochę czuję – nadgarstki, czubek głowy. Ciągłe przychodzą i odchodzą.

Moja odpowiedź: Proszę zwrócić uwagę, że ten proces będzie trwał przez dłuższy czas. W moim przypadku ten sam rodzaj krii trwał latami, około 4 lub 5 lat. Ale po prostu nie ma się czym martwić. Żadna krzywda ci się nie stanie, ani fizycznie, ani psychicznie. Proszę, kontynuuj swój sadhan w ten sam sposób, ale nie stawiaj żadnego oporu wobec rozwijających się krii, w tym myśli związanych z seksem. Należy również pamiętać, że jest to bardzo długa podróż.

Powoli i systematycznie umysł przejdzie niezbędną transformację.

Pytanie: Praktykujący: Przez cały dzień, jak zwykle – aktywacja korony, prądy elektryczne na czubku głowy, ale także na czole, mikrowybuchy w głowie i pewne vibracje w Muladharze.

Krije zaczęły się natychmiast, gdy zamknęłam oczy. Jak zwykle powtarzały się schematy ruchów – zginanie ciała z głową w lewo i w prawo, małe okrężne ruchy głowy, bardziej wyraźne okrężne ruchy głowy i niektóre pociągnięcia głowy w prawo i lewo oraz kiwanie głową.

Bohaterem sadhan znów był prąd elektryczny – na czubku głowy, z różnym natężeniem, całe ciało było ponownie naelektryzowane, tworząc wokół siebie coś w rodzaju pola. Wystąpiło silne uczucie pelzania na ramionach, głowie, czole i klatce piersiowej. Korona wydawała się intensywnie naelektryzowana, z wieloma skoncentrowanymi prądami. Czuło się pieczenie na czubku głowy i z tyłu głowy.

Mikroeksplozje działały się z ogromną intensywnością – w pewnym momencie nad głową. To było wiele punktów na raz i skoncentrowany strumień z tyłu głowy.

Pośrodku głowy, ale nieco z tyłu, bardzo mocno „trzaskal” jeszcze jeden znaczny prąd. To było w okolicy szyszynki. Czułam się nawet, jakby ktoś walił tam małym młotkiem, a także wydawał wybuchowy dźwięk. Powtarzał się rytmicznie przez długi czas.

W pewnym momencie cała głowa miała prądy i wybuchowe dźwięki oraz uczucie pieczenia na czubku, które stawało się jeszcze bardziej niepokojące, a głowa swędziała.

W Muladharze pojawiła się mała fala elektryczna i stała vibracja – spiralny ruch energii w ciele. Silnie poczułem spiralny, wibracyjny ruch w czakrze Vishuddha, Manipurze i Ajni.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Pomiędzy tymi wszystkimi krijami ciało zatrzymywało się, a ja wchodziłam głęboko w stan medytacji. Moje ciało znikało. Nie czułam tego ani nie czulem grawitacji, czasu ani przestrzeni.

Na koniec tego sadhan przychodziły różne bóle – najpierw w Svadhisthana, potem Manipura, a potem intensywny ból w czakrze Ajna. Czułam się również popychana, by przejść z Muladhary do Svadhisthany, a to popychanie sprawiało mi jeszcze większy ból. Pod koniec czułam się też wyczerpana i wypompowana z energii.

Ćwiczyłem 2 godziny i 20 minut.

Dziś od rana – na czubku głowy pojawiły się prądy elektryczne. Wydaje się, że teraz dzieje się to codziennie.

Moja odpowiedź: ok. Bardzo dobrze. Proszę nie martwić się bólem w obszarze podstawy i drugiej czakry. Czasami się zdarzają. Kilka naszych praktykujących też się na to skarżyło. Ból powinien ustąpić po jakimś czasie.

Pytanie: Praktykująca: Krije zaczęły się, gdy tylko usiadłam do sadhan. Najpierw nastąpił delikatny ruch całego ciała w lewo i w prawo. Kręgi zaczęły się powiększać i po pewnym czasie stały się bardzo duże, tak że całe ciało się poruszało, łącznie z pośladkami, które były podnoszone z siedzenia medytacyjnego.

Następnie nastąpił ruch wyrzucania rąk w powietrze i z powrotem na podłogę, który następnie ponownie przekształcił się w ruch uwielbienia Boga. Wczoraj po południu długo przebywałam w pozycji Dhandawat. W tym czasie dochodziło do różnych czynności – pierwszą było ponowne poruszanie wahadłem, całym ciałem w lewo i w prawo, co trwało bardzo długo. Towarzyszyło temu pieczenie wzdłuż kręgosłupa, elektryczne mrówki na moich plecach i koronie.

Następny ruch dotyczył miednicy – poruszał się do przodu i do tyłu, z dużą intensywnością, i to również przez długi czas.

Potem głowa poruszyła się w powietrzu, nie opierając czoła o podłogę. Ruchy zmieniały się przez jakiś czas.

Zacząłam słyszeć dźwięk płynącej wody w moim lewym uchu – i stał się ogłuszający. W prawym uchu rozległ się grzmiący, niski, pulsujący dźwięk. Oba dźwięki towarzyszyły mi do końca sadhan.

Ponownie podniosłam się do pozycji siedzącej, a moje ciało zaczęło się poruszać jak wahadło, co trwało przez długi czas. Potem znów zamienił się w kręgi. Tym razem kręgi zrzucały mnie z siedzenia medytacyjnego na wszystkie strony. Ramiona lądowały na podłodze i unosiły się w bardzo szybkim tempie. Potem poczułam, że kręgi grawitują bardziej do tyłu, więc w końcu zostałam pociągnięty do tyłu.

Odpoczywałam w pozycji Savasany. Pierwszym ruchem było obracanie głową w lewo i w prawo w bardzo szybkim tempie. Potem nogi zaczęły się poruszać – lewa noga skręcała w lewo, prawa noga skręcała w prawo. Potem kolana unosiły się i opadały, zginając i rozciągając. Następnie zgięte kolana połączyły się i zaczęły poruszać się w lewo i prawo. Potem stopy się połączyły, a kolana rozchyliły na boki. Potem biodra zaczęły się poruszać. W tej pozycji „mrówki elektryczne” w górnej części moich pleców zaczęły się nasilać. Kolana podniosły się i zaczęły uderzać o siebie.

Potem ruch głowy zaczął się ponownie – w lewo i w prawo.

Następnie ponownie wróciłam do pozycji siedzącej, a moje ciało zaczęło wykonywać ruch wahadłowy. Po chwili zmieniło się to w ogromne kręgi – tym razem moje ręce były zgięte, a łokcie oparte o podłogę za mną. Po chwili znów byłem bardziej w centrum, a rozległe kręgi trwały. Głowa się dołączyła – głowa poruszała się tak dynamicznie, że włosy leciały na wszystkie strony. To było potężne i po pewnym czasie zaczęłam odczuwać mdłości. Ruch stał się wtedy wahadłem, ale uczucie mdłości trwało i stawało się silniejsze. Wizja z wczoraj – kobiety, która zostanie spalona – wróciła na chwilę.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Uczucie mdłości stało się tak silne, że musiałam przerwać praktykę. Czulem zawroty głowy w głowie, jakbym była pod wpływem alkoholu. Ja też zmarzłam i musiałam się położyć. Ćwiczyłam 1 godzinę.

Na czubku mojej głowy prąd elektryczny przyszedł wczoraj dwa razy; w dzień też - jak jechałam na rowerze to szło bardzo mocno ale krótko. Podczas kolacji było bardzo łagodne, ale odczuwałam ciągle uczucie.

Moja odpowiedź: Energia Kundalini zostaje obudzona lub stabilizowana po inicjacji Shaktipat. W twoim przypadku, ponieważ był już w stanie przebudzenia, ustabilizuje się teraz powoli i równomiernie. Jednak jesteś teraz bezpieczny. Dlatego w ogóle nie ma się czym martwić. Musisz regularnie kontynuować praktykę w ten sam sposób.

Pytanie: Praktykujący: Siedziałem w sesji sadhan przez około 40 minut. Poczułam silny przypływ energii poruszający się po całym ciele. Podobnie jakby ciało wybuchało, ruchy ciała i szyi są dość silne. Wszędzie panowała dziwna ciemność. Obecnie siedzę w sadhan bez żadnego wsparcia. Jedną wątpliwość Guru Ji. Nie jestem pewien, czy myśli pojawiają się same, czy też myślę o tym wszystkim. Ale sesja jest naprawdę spokojna.

Moja odpowiedź: Znakomicie! Staraj się siedzieć dłużej; w końcu samo się poprawi. Myśli pojawiające się podczas sadhan to tylko krija. Być może nie myślisz świadomie. Jest to bardzo powszechne i wystarczy siedzieć w stanie świadka, obserwując je w swoim umyśle. Niech myśli wznoszą się; wkrótce i one znikną. Intonuj w myślach swoją mantrę i jednocześnie koncentruj się na obrazie swojego Guru.

Pytanie: Praktykujący: Dzielę się doświadczeniem sadhan z ostatniej nocy. Doświadczyłem kilku krii pochylania się do przodu i moje ciało pozostawało w tej pozycji przez około 30 minut. Przez cały sadhan doświadczyłem wizji wspaniałego blasku. Głównie doświadczyłem na początku subtelnych krii wirowania i kołysania. W pewnym momencie leżałem,

wpatrując się przez chwilę w olśniewający blask. Potem znowu wróciłem do pozycji siedzącej i tylko moje lewe oko otworzyło się na sekundę i znów się zamknęło.

Podczas całego sadhan doświadczałem przyływu wysokiej energii z uczuciem dreszczy w okolicach serca i rozprzestrzeniających się po całym ciele. Słyszałem dźwięki z czakr serca, gardła i kości krzyżowej, jeden po drugim w sekwencji. Doświadczyłem prądów i bólu w sercu, stopach, dłoniach, brzuchu, szyi i plecach. Z drugiej strony, krije zaczynały się od rotacji, zginania, kołysania od lewej do prawej, tam i z powrotem. Moja szyja poruszała się agresywnie jak sprężyna w ruchu do przodu i do tyłu.

Czas trwania sadhan wynosił 4 godziny. Przez cały dzień byłem świadoma krii, takich jak odczucia płynących, pełzających prądów i bólu w dłoniach, brzuchu, żebrach, stopach i szyi. W niektóre dni doświadczam nagłego napadu depresji, zwłaszcza po przebudzeniu, kiedy jeszcze leżę w łóżku we wczesnych godzinach porannych między 5:30 a 6:30. Proszę mnie poprowadzić.

Moja odpowiedź: Proszę, nie przejmuj się depresją, której doświadczasz. To także jest tylko krija. Proszę, pamiętajcie, że krija przejawia się w ciele fizycznym i pozostałych czterech powłokach. Jak dotąd po raz pierwszy relacjonujesz krije w Manomaya Kosha lub w osłonie umysłu. Oczywiście jako krije przejdziecie pełen zakres emocji. Po prostu obserwuj ich jak niemy widz.

Chociaż depresja jest nieprzyjemną kriją, musisz pozwolić jej się zmanifestować bez stawiania oporu. Po prostu poddaj się całkowicie boskości lub energii kosmicznej. Jeśli jednak czujesz, że krija są nie do zniesienia w związku z bólem, którego doświadczasz. Proszę, przestań tymczasowo wykonywać sadhan na dzień lub dwa. To wszystko, co musisz zrobić. W przeciwnym razie doświadczenie wspaniałego blasku jest dobrą kriją.

Krije podczas snu

Pytanie: Praktykujący: Przepraszam, jeśli odpowiedź na tę wątpliwość została już udzielona. nie jestem w stanie sobie przypomnieć. Czy krija występuje, gdy ktoś śpi?

Moja odpowiedź: Karmy nie ulegają zniszczeniu w stanie snu. Dlatego, kiedy przebudzona kundalini jest aktywna, oczyszczanie karmy jako takiej nie następuje. Jednak cykle snu są ściśle kontrolowane przez przebudzoną energię kundalini. Dlatego, chociaż krija trwałą przez całą dobę, mówi się, że karmy nie niszczą. Trwają różne inne rodzaje czyszczenia wewnętrznego ciała.

Manifestacja krii

Pytanie: Praktykujący: Mam kilka pytań dotyczących naszego Shaktipat. Kiedy krija powoli się materializuje, czy powinniśmy zrobić wszystko, aby stworzyć podatny grunt dla krii? A może po prostu intonujcie mantrę poza codzienną medytacją bez żadnych oczekiwań?

Po drugie, jak możemy sobie radzić w takich sytuacjach, jak problemy rodzinne i trudności finansowe? Czy tak się stanie zgodnie z naszym przeznaczeniem? Podczas gdy dokładamy wszelkich starań, tak jak jesteśmy zaprogramowani, czy musimy ostatecznie pogodzić się i być świadkami, jak nasze przeznaczenie rozwija się zgodnie z boską wolą? Czy naszym jedynym zadaniem jest praktykowanie codziennej medytacji po wejściu na tę ścieżkę?

Moja odpowiedź: Gdybyś dokładnie przeczytał moją książkę, powyższe kwestie byłyby oczywiste. Poprosiłem również sadhaków o przeczytanie skompilowanych pytań i odpowiedzi. Książka została już wszystkim udostępniona. Ta książka rozwiałaby większość rutynowych pytań. Zadajecie mi po kawalku te same podstawowe pytania i koncepcje. Niemniej jednak na pewno jeszcze raz to wyjaśnię.

Na naszej ścieżce nie ma nic do zrobienia dla manifestacji krii. Ponieważ są pobudzane do manifestowania się w twoim ciele

tylko dzięki łasce lub woli twojego Guru! Dlatego zaleca się, aby za każdym razem, gdy siadasz do sadhan, skupiaj się na swoim Guru i danej mantrze, która została naładowana Shaktipat. Poza tą, nie ma innej techniki, która mogłaby ci pomóc w manifestacji krii. Musisz całkowicie poddać się boskości lub guru. Tak proste jak to! Energia Kundalini jest najwyższą kosmiczną mocą, która jest całkowicie świadoma. Jak więc ktokolwiek może zrobić coś, aby zwiększyć jego wpływ?

Jedyną rzeczą, którą powinienes zrobić i możesz zrobić, to PODDAĆ SIĘ MOCY. Jednym słowem nic nie robić! To jest podstawa. Jeśli chodzi o wasze światowe problemy, są one jedynie odbiciem waszych wewnętrznych karm. Raczej wszystko, czego doświadczasz, jest tylko odbiciem twojej wewnętrznej jaźni. Nic nie można zrobić, aby uniknąć karmy, poza całkowitym jej spalaniem. Jest to możliwe tylko poprzez doświadczanie tego. Jednak Shaktipat pomaga zminimalizować wpływ pod względem intensywności. Na koniec pamiętaj również, że wszystko inne również zostaje zminimalizowane po Shaktipat. Zarówno wasze dobre zasługi, jak i grzechy! Dlatego proszę być przygotowanym na jedno i drugie.

Krije związane ze światłem

Pytanie: Praktykujący: Dzielę się moimi przeżyciami z ostatniej nocy w sadhan. Trwało to około 4 godzin i 15 minut. Pojawiły się krije wygięcia do przodu, ciało stało się proste i zaczęło pojawiać się jasnożółte światło. Potem znowu moje ciało zaczęło się obracać, zatrzymywać i pojawiło się jasne żółte światło. Wtedy widoczne było tylko jasnożółte światło, które zostało powiększone. Po chwili moje ramiona się rozciągnęły i poczułem, jakby całe moje ciało opalało się w jasnym, żółtym świetle. Moje ciało stawalo się coraz zimniejsze. Od czasu do czasu całe moje ciało kołysało się od lewej do prawej, wyginając się w przód i w tył i obracając się, skupiając się na jasnym żółtym świetle. Na

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

kregoslupie, w pobliżu czakry serca, pojawiły się ruchy, a po karku również płynęły prądy.

Moja odpowiedź: Doskonale; doświadczenie bycia otoczonym światłem dookoła jest bardzo dobrą kriją. Cieszę się widząc Twoje postępy. Proszę kontynuować praktykę w ten sam sposób. Po prostu pozostań skupiony na swoim sadhan w ten sam sposób. Zacznesz dostrzegać znaczące korzyści w zakresie transformacji umysłu.

Rzadki związane z dotykiem

Pytanie: Praktykujący: Regularnie wykonuję sadhan i regularnie manifestują się krije. Doświadczam nowych wibracji w dolnej części oka i ucha. Miałem dzisiaj dziwne doświadczenie około 4:00 rano; Poczulałam czyjaś obecność w moim pokoju. Już miałam się obudzić ze snu, gdy ktoś dotknął mojej kostki. Nie mogłem zrozumieć, co robić. Otworzyłem oczy i nikogo nie znalazłem.

Moja odpowiedź: Nie ma w tym nic wyjątkowego. Jeśli śledziłeś doświadczenia naszych praktykujących, kilku z nich miało podobny typ krii. Nie ma się czym martwić. Dzieje się tak tylko po to, aby oczyścić twoją karmę. Po prostu bądź odważny. Jeśli myślisz o jakichkolwiek duchach lub demonach, proszę, nie przejmuj się tym w ogóle. Po Shaktipat praktykujący jest chroniony przez przebudzoną energię kundalini, pod warunkiem, że sadhan odbywa się regularnie. To wszystko, co musisz zrobić. Zrozumiałem, że to musiało być dla ciebie trochę przerażające, kriya. Ale takie krije są również potrzebne wam. W ten sposób twoja karma związana ze strachem zostanie oczyszczona. Musisz po prostu znosić to, jak każdą inną niewygodną kriję.

Rzadki rodzaj krii

Pytanie: Praktykujący: Zeszłej nocy obudził mnie wstrząs elektryczny w obu uszach jednocześnie, co było dość bolesne. Guru Ji, czy jesteś świadomy, że taka krija ma miejsce?

Moja odpowiedź: Bardzo ładne. Nie spotkałem się z takim rodzajem kriya. Niemniej jednak wydaje się, że jest to kriya tylko dlatego, że wiadomo, że kriya manifestują się na różne sposoby.

Krije na Ajna Chakra

Pytanie: Praktyk: Dzisiaj zdałem sobie sprawę, że część między brwiami ciągle mnie swędzi. Nie mogę nosić tilaka na trzecim oku, czy to roli, czy bindi.

To nie było swędzenie skóry czy coś w tym stylu. Jednak chcę, aby ten obszar trzeciego oka był naturalny, bez niczego stosowanego w tym obszarze. Dlaczego tak się dzieje, Guru Ji!? Dzieje się tak od ponad 10-15 lat. Proszę o wskazówki w tej sprawie.

Moja odpowiedź: Bardzo ładnie. Cieszę się, że mogę usłyszeć o twoich doświadczeniach. Tak, to są krije, które zdarzają się tylko w czakrze Ajna. Są trochę niewygodne. Musisz je znosić, ale bardzo się cieszę razem z Tobą. Proszę, kontynuuj swój sadhan w ten sam sposób.

Pytanie: Praktykujący: Od trzech dni mam ból głowy, czasami łagodny i gorączkowy. Zaczęło się, gdy podczas wykonywania sadhan poczułem ciężką energię na mojej czakrze Ajna i na głowie. Czy powinienem przestać to robić, czy kontynuować?

Moja odpowiedź: To musi być coś w rodzaju ciężkości. To może nie być ból głowy w klasycznym tego słowa znaczeniu. Możesz zrobić sobie chwilową przerwę na dzień lub dwa. Ale nie ma się czym martwić. Kiedykolwiek przebudzona energia kundalini napotyka silną przeciwną karmę, zwykle doświadcza się tego rodzaju kriya.

Emocje jako krije

Pytanie: Praktykujący: Czy wpadanie w złość i wylewanie złości jest kriją?

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Zaczynam być bardzo zła na mojego męża. I to jest tak, że wypuszczam wszystko z siebie. Ale to go boli. Czy to będzie karma? Ale Guru Ji! Wybucham jak nigdy dotąd.

Moja odpowiedź: Po kilku tygodniach regularnego sadhan umysł zaczyna być wrażliwy. Wtedy sadhakowie zaczynają wyrażać złość wobec członków rodziny, zwykle lub pracowników, jeśli pracują w organizacji. Ale przebudzona energia kundalini zapewni, że stanie się to jako krija. Zwykle gromadzi się jako świeża karma, ponieważ sadhak nie będzie w stanie wykazać się odpowiednią beznamietnością w takich momentach intensywnej ekspresji emocjonalnej. Ale taka świeżo zgromadzona karma nie będzie wystarczająco silna. Łatwiej jest je później oczyścić podczas sadhan. Ale też nie należy się zbytnio opierać.

Shaktipat

Teoretyczne pytania dotyczące Shaktipat

Pytanie: Praktykujący: Czy obecność jogina (praktykującego Shaktipat) ma wpływ na innych w rodzinie, miejscu pracy itp.? Czy to możliwe, Guru Ji?

Moja odpowiedź: Nie, proszę. Shaktipat jest ściśle twoją prywatną sprawą.

Pytanie: Praktykujący: Jaki wpływ jogin może wyrzucić na społeczeństwo i życie innych tylko swoją obecnością?

Moja odpowiedź: dawno temu zadałem to samo pytanie wielkiemu człowiekowi. We wnętrzach odległych pasm Himalajów! Mój własny Guru ji zasugerował, aby zadać to pytanie temu wielkiemu człowiekowi. Jego Świątobliwość powiedział, że jego wpływ jest ograniczony, ponieważ jest to prywatna sprawa. Jednak dalej powiedział, że jogin może zapalić milion lamp, nie tracąc swojego blasku. Dlatego właśnie to może zrobić jogin. Sama jego obecność może nie mieć większego wpływu. Będzie to minimalne, jeśli jest to pojedyncza lampa, ale milion lamp może mieć znaczący wpływ. Mam nadzieję, że teraz wpadłeś na pomysł.

Pytanie: Praktykujący: Naprawdę nic nie czułem po lub w trakcie inicjacji?

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Moja odpowiedź: OK, proszę się tym nie przejmować. Energia kosmiczna jest zbyt subtelna w swojej pierwotnej formie. To, czego ludzie doświadczają, to krija, czyli reakcje, kiedy zaczynają się manifestować. Zależy to od panujących warunków psychicznych. Jeśli nie teraz, zmanifestują się później. Ponieważ jest to boska moc, nie można jej przewidzieć, tak jak robimy to z grubymi energiami w laboratorium naukowym. Proszę, nie skupiaj swojego umysłu w ogóle w tym kierunku. Kosmiczna moc jest świadoma i wszechwiedząca. Ześle swoje błogosławieństwa tylko wtedy, gdy praktykujący jogę podda się jej z głębi serca. W przeciwnym razie nie zmanifestuje swojego oddziaływania tylko po to, by zaspokoić ciekawość praktykującego. Należy o tym bardzo pamiętać. Praktykujący nie może szukać Boga ani mocy kosmicznej.

System Shaktipat

Pytanie: Praktykujący: Czy naszą ścieżką jest Jnana Joga czy Karma Joga?

Moja odpowiedź: Nasz nie jest niezależnym systemem jogi. Jednak wszystkie systemy jogi kulminują się na naszej ścieżce po przebudzeniu energii kundalini u praktykującego. Dlatego nasza ścieżka nazywa się mahajoga, czyli wielka ścieżka. Nie jest to przeznaczone dla wszystkich, tak jak ma to miejsce w innych niezależnych systemach jogi. Jest przeznaczony dla tych, którzy osiągnęli już określony etap w swojej duchowej ewolucji, czy to w swoim przeszłym, czy obecnym życiu. Zazwyczaj są to osoby, które mają stanąć na naszej ścieżce. Dzieje się to automatycznie, zgodnie z ich przeznaczeniem.

Dlatego nasza ścieżka jest bardziej etapem duchowej ewolucji niż niezależnym systemem jogi. Na naszej ścieżce wszystko, co odnosi się do niezależnych systemów jogi, takich jak Ashtanga Joga lub Radża Joga, Bhakti Joga, Karma Joga, a także Jnana Joga, jest równie ważne i możliwe do zastosowania, z wyjątkiem etapów przygotowawczych. Jedynym haczykiem jest to, że praktykujący nie musi wkładać

dobrowolnego wysiłku. Wszystko dzieje się z nimi naturalnie, pod warunkiem, że praktykujący nic nie robi. Dlatego, aby pozostać w tym stanie milczącego obserwatora i nic nie robić, praktykujący musi siedzieć w pozycji medytacyjnej. Powiedziałem, że siedzenie podczas sadhan jest bardziej formalnością niż wymogiem technicznym.

Po tym, jak praktykujący osiągnie określone poziomy, każda chwila życia, czy to podczas sadhan, czy w inny sposób, staje się wyłącznie sadhan. Dziwię się, że nadal masz takie wątpliwości. Opisałem to również w mojej książce. Na koniec pamiętaj, że nasza ścieżka jest podobna do ukończenia szkoły średniej na studia. Oczywiście wszystko, czego uczy się w szkole, nie będzie już istotne, ale część wiedzy z pewnością ma zastosowanie. Tak samo jest w tym przypadku. Mam nadzieję, że twoje wątpliwości są teraz jasne.

Shaktipat deekshadhikara

Pytanie: Praktykujący: Czuję, że przekazałeś Shaktipat deekshadhikara ludziom o bardzo małej wiedzy. Czy nie lepiej najpierw dać mantrę, a po kilkumiesięcznej obserwacji dać Shaktipat deeksha?

Moja odpowiedź: Proszę pozostawić decyzję Jego Świątobliwości Swami Sahajanand Tirtha. Jakakolwiek deekshadhikara, którą daję, jest wyłącznie zgodna ze wskazówkami Jego Świątobliwości. Radzę ci, proszę, nie przejmuj się tym w ogóle. Jak powiedziałem wcześniej, jeśli ktoś otrzymał Shaktipat deekshadhikara, nie oznacza to, że jest duchowo wyższy od innych.

Ktoś, kto zostaje Guru Shaktipat, jest zgodny tylko z jego karmą. To będzie ich sadhan. Poza tym wiąże się to z dużą odpowiedzialnością. Prawdę mówiąc, początkowo nigdy nie byłem zainteresowany zostaniem Shaktipat Guru. Mój Guru ji, Jego Świątobliwość, wielokrotnie nalegał, abym uszanował tę decyzję. W przeciwnym razie byłbym szczęśliwie sam, skupiony tylko na swoim sadhan.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Pytanie: Praktykujący: Jakie są kwalifikacje, warunki wstępne, cechy i osiągnięcia wymagane od praktykującego Shaktipat, aby uzyskać Dheekshadhikara (pozwolenie na inicjację innej osoby w Shaktipat)?

Moja odpowiedź: Brak kwalifikacji. Wszystko to dzięki błogosławieństwu najwyższej mocy kosmicznej. To przeznaczenie lub dzieje się zgodnie z równowagą karmiczną. Nie oznacza to, że osoba, która otrzymała Shaktipat Deekshadhikara, jest duchowo wybitniejsza od innych. Jest to bardziej guru sewa, czyli służba dla guru.

Co więcej, wiąże się to z dużą odpowiedzialnością za osobę, której powierzono Shaktipat Deekshadhikara. To wszystko. Przez długi czas odmawiałem przyjęcia Deekshadhikara od mojego Guru ji, Jego Świątobliwości Swamiego Sahadžana i Tirthy. Ostatecznie musiałam to zaakceptować ze względu na własną równowagę karmiczną. To wszystko. Proszę, nie skupiaj się zbyttnio na tym.

Pytanie: Praktykujący: W jaki sposób Guru decyduje, kto będzie kontynuował linię przekazu?

Moja odpowiedź: To dzieje się zgodnie z przeznaczeniem, zazwyczaj poważni sadhakowie wychodzą na jaw w naturalny sposób. Niektórzy z was zostaną wybrani do tego świętego zadania w przyszłości. Jest tu jednak pewien haczyk: praktykujący wybrani do tego świętego obowiązku niekoniecznie muszą być najbardziej zaawansowani duchowo. Ostatecznie stanie się to sadhan dla praktykujących wybranych na Guru, ponieważ jest to bardziej odpowiedzialność i dodatkowe obciążenie dla praktykujących. Mam nadzieję, że teraz wpadłeś na pomysł. Guru sewa (służba) może być wykonywana w dowolny sposób, niekoniecznie poprzez przenoszenie linii przekazu. Dokładnie, bardzo trudno powiedzieć, w jaki sposób wybierani są praktykujący.

Ze swojej strony pozostawiłem to samej najwyższej mocy kosmicznej. W końcu to także mój sadhan. Właściwie, mój

Guru Ji, Jego Świątobliwość Swami Sahajanand Tirtha, polecił mi napisać książkę o nauce dawania Shaktipat deeksha dla dobra przyszłych Shaktipat Guru. Oczywiście temat obejmie również aspekt przekazywania deekshadhikara, czyli jak wybierać przyszłych guru. Tak więc ta książka musi dotyczyć dwóch różnych tematów; jeden na temat dawania Shaktipat deeksha, a drugi na temat wyboru przyszłych guru. W tej chwili jestem zaangażowany tylko w pierwszą część. Nie mam więc wystarczającej wiedzy, aby napisać choćby pierwszą część tej książki. Pewnego dnia może ujrzeć światło dzięki łasce mojego Guru Ji, Jego Świątobliwości. W związku z tym nie mam zbytniego pojęcia odnośnie Twojego powyższego pytania o drugą część książki.

Wpływ na życie zewnętrzne po Shaktipat

Pytanie: Praktykująca: Czuję, że w ciągu ostatnich dwóch dni moja praktyka przeniknęła do innych części mojego życia. Odkrywam więc, że kiedy prowadzę samochód, siedzę nieruchomo, leżę, czytam lub oglądam określoną narrację, staję się świadomy fizycznych krii. W ciągu ostatnich dwóch dni pojawiło się we mnie kilka starych, pozytywnych wspomnień.

Były chwile, kiedy byłam szczęśliwa. Dla mnie jest to interesujące, ponieważ kiedy po raz pierwszy rozmawiałam z Guru Ji, czułem się, jakbym żyła historią, którą byłam bardzo zmęczona. I zaraz po inicjacji miałam wgląd w pewne „negatywne” karmiczne motywy w moim życiu. Tak więc przypomnienie niektórych jasnych epizodów w historii było nieoczekiwane. Ale wtedy pomyślałam, że to też była karma. Dobre i złe strony bilansu. I że ta karma też się oczyszcza.

Towarzyszyło temu palenie w mojej czakrze serca. A kiedy o tym pomyślałam, bałam się, że stracę te wspomnienia. Ale potem zdaję sobie sprawę, że nawet te rzeczy są efemeryczne i że wspomnienia będą trwać tak długo, jak długo będzie trwało to wcielenie. Ale to, co się dzieje, to dekonstrukcja związanej z nimi karmy.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Znajduję ekscytujące spostrzeżenia i powiązania między krijami. Jednak skłonność do analityczności jest cechą tego umysłu. Czy ta karma również jest oczyszczana? Więc teraz czuję, że mogłabym coś powiedzieć prawie codziennie. I może za dużo się tym dzielę.

Moja odpowiedź: Po inicjacji Shaktipat na wszystko wpływa się kompleksowo. Obejmuje to twój intelekt, umysł, ciało i świat zewnętrzny. W związku z tym pozwolę sobie przypomnieć, że świat zewnętrzny, któremu podlegasz, jest projekcją tego, co nagromadziło się w twojej podświadomości jako karma. Dlatego nie ma nic dziwnego w twoich doświadczeniach. Będą one trwały przez dłuższy czas, wpływając w ten sposób na oczyszczenie waszej karmy.

Pytanie: Praktykujący: Rzadko praktykuję sadhan i rzadko doświadczam krii. Ale to, co mnie niepokoi, to mój nadpobudliwy umysł; że nie radzi sobie dobrze z rówieśnikami. To prawdopodobnie z powodu mojej przeszłej karmy. Czuję, że wszystkie złe rzeczy, które zrobiłem moim rówieśnikom w przeszłości, są wyrządzane mnie. Proszę, Guru Ji, czy istnieje mantra na pokutę za moje przeszłe grzechy? Proszę, poprowadź mnie w to.

Moja odpowiedź: proszę, zrozumcie, że wszystko, przez co przechodzicie, wynika z waszej przeszłej karmy lub działań. Muszą one pochodzić albo z poprzednich wcieleń, albo z obecnego życia. Po inicjacji Shaktipat te karmy zaczną się neutralizować. W rezultacie nastąpi holistyczna zmiana w twoim życiu.

Zaczniesz osiągać prawdziwy spokój ducha i szczęście. Jest to proces ciągły. Ale w tym celu musisz regularnie ćwiczyć medytację. W przeciwnym razie, jeśli polegasz na mantrach, aby rozwiązać swoje problemy, staną się one dla ciebie nową karmą.

Nauka o mantrze jest tak samo materialistyczna jak każda inna nauka fizyczna, chociaż rozwinęła się w starożytności. Oznacza to, że musisz również praktykować mantrę przez

dłuższy czas, nawet po to, aby osiągnąć materialne korzyści. Jednak zmarnujesz całe życie. Nie można przewidzieć, czy ta mantra będzie dla ciebie owocna najwcześniej, czy nie. Jesteś mężczyzną dojrzałym i wykształconym. Mam nadzieję, że rozumiesz, co próbuję powiedzieć.

Jeśli szukasz nadprzyrodzonych mocy, które przyjdą ci na ratunek, proszę również zrozum, co stanie się z twoją karmą nagromadzoną w twojej podświadomości. Dlatego z tej perspektywy Shaktipat jest dla Ciebie najlepszą opcją. Zmniejszy wpływ twojej karmy i oczyści je dla ciebie w szybkim tempie. Oczywiście, zarówno dobra, jak i zła karma zostaną wymazane. Czy to nie jest najlepsza opcja dla Ciebie?

Proszę, zrozumcie to, ćwiczcie pełne samopoddanie się boskości i praktykujcie medytację. W każdym razie nie zajmuję się nauką o mantrach, których celem są korzyści materialne. To inna praktyka jogi. Nie mam o tym pojęcia. Mantra, którą wam przekazałem, miała inny cel. Aby przenieść energię kosmiczną do swojego ciała i obudzić energię kundalini! To już zostało zrobione w twoim ciele.

Wszystko, co musisz zrobić, to pozwolić mu działać. Oznacza to po prostu usiąść do medytacji i nic nie robić! Nie rób nic poza skupieniem umysłu na guru i mantrze. Tak proste jak to! Mam nadzieję, że teraz masz jasność w tej kwestii.

Moja odpowiedź: To twoja własna karma spleciona z wydarzeniami życiowymi. Kiedy wasze karma zaczynają się niszczyć, tak samo dzieje się z życiem zewnętrznym, które zostaje dotknięte. Oczywiście członkowie twojej rodziny są niczym innym jak przedłużeniem twojego życia.

Pytanie: Praktykujący: Chciałem wiedzieć, że pomimo doświadczania energii kundalini. Czy robienie sadhan coś poprawia? Ponadto, czy wizje lub obrazy, które możemy zobaczyć, są związane z tlenem w mózgu?

Moja odpowiedź: Nie rozumiem poprawnie pierwszego pytania. Siedzenie w sadhan oznacza formalne nie robienie niczego, więc przebudzona energia kundalini oczyszcza karmy. Podczas gdy karmy są oczyszczane, wpływ odczuwany jest jako krija. W przeciwnym razie, jak ktokolwiek mógłby doświadczyć energii kundalini? Nie można nawet doświadczyć grubszych energii podczas przechodzenia badań lekarskich, takich jak prześwietlenia rentgenowskie, skany MRI itp.

Energia Kundalini jest bardzo subtelna. To czysto Maya lub iluzja. Jego natury nie da się pojąć ludzkim intelektem. Musi się ujawnić. Dlatego odpowiedziałem na oba punkty poruszone w tym pytaniu o doświadczenie energii kundalini i sadhan. Co jeszcze jest oczekiwane? Masz wrażenie, że niektóre z twoich zmysłów zostaną wzmocnione lub osiągną nadprzyrodzone moce. Oczywiście manifestują się one na późniejszych etapach samadhi. Ale praktykujący nie powinien skupiać się na ich osiąganiu, ponieważ jest to ściśle tabu dla rozwoju duchowego.

W momencie, gdy umysł skupia się na osiągnięciu nadprzyrodzonych mocy, duchowy wzrost natychmiast się zatrzymuje, po czym następuje niebezpieczny upadek.

Jeśli chodzi o drugie pytanie, obrazy lub wizje są jedynie krija. Są to nagromadzone zmysłowe wrażenia lub karmy z podświadomości. Ale ich związek z obecnością tlenu w mózgu jest kwestią lekceważącą.

Tlen jest prymitywną substancją fizyczną. Jest częścią żywiołu powietrza. Jak można to porównać do oczyszczania karmy w postaci obrazów i wizji?

Karma, stworzenie, iluzja i pisma święte

Teoretyczne pytania o stworzenie

Pytanie: Praktykujący: Czytam książkę „Secrets of Shaktipat” i doczytałem do strony 63. Jest kilka wątpliwości, nad którymi zastanawiałem się na podstawie tego, co do tej pory przeczytałem.

Wedy wspominają, że Bóg powiedział: „Niech mnie będzie wielu”. Czy Wedy lub inne święte źródła lub spostrzeżenia Guru Ji również mówią nam, dlaczego Bóg tak chciał. Czy jest jakiś powód? Myślę, że nawet poszukiwania z tego powodu są iluzoryczne? Ale dlaczego ta iluzja została stworzona w pierwszej kolejności?

Poszukiwanie wiedzy o działaniu wszechświata itp. również jest iluzją (jak na pytanie zadane przez sadhaka). Ale czy możemy nadal zdobywać wiedzę w ramach przebywania w świecie 3D, a jednocześnie uniknąć karmy?

Jeśli nie ma innej istoty poza mną (strona 45). Czy to oznacza, że wszyscy jesteśmy jednością? Jeśli tak, to czy wniebowstąpienie jednego jest powiązane ze wniebowstąpieniem innych? I czy na odwrót też jest prawdą?

Moja odpowiedź: Pozwólcie, że zacznę odpowiadać w tej samej kolejności. Po pierwsze, sugeruję, abyś skończył czytać książkę o pytaniach i odpowiedziach. W miarę czytania dalej twoje wątpliwości będą rozwiewane po kawalku. W przeciwnym razie będę powtarzać te same odpowiedzi w kółko. Niezależnie od tego rozumiemy, że możesz mieć specyficzne zapytania, które dotyczą tylko Ciebie. Oczywiście, chętnie odpowiem na wszystkie pytania.

Paragraf 1. Próbujesz zrozumieć koncepcję w ramach parametrów ograniczonego intelektu. Tak długo, jak istniejesz w dualizmie, te pytania są istotne. Jednak odpowiedzi na te pytania wykraczają poza sferę racjonalnego wyjaśnienia. Na przykład miałeś sen wczoraj w nocy. We śnie byłeś filozofem. Zastanawiałeś się nad pewnymi problemami związanymi z fenomenem życia. Byłeś zaangażowany w gorące dyskusje z partnerami z twojego wymarzonego świata. Ale po przebudzeniu zdajesz sobie sprawę, że cała ta gorąca dyskusja, którą prowadziłeś w swoim świecie snu, jest po prostu iluzją. Nic nigdy nie było prawdziwe. Ani ty jako filozof we śnie, ani partnerzy, ani dyskusja! Jednak musiało to być dla ciebie bardzo realne, dopóki sen trwał dla ciebie. To jest sedno tej historii. Wszystko zostaje rozwiązane wewnętrznie, gdy twój umysł przechodzi transformację podczas sadhan. Zaczynasz otrzymywać odpowiedzi na wszystko od wewnątrz.

Paragraf 2. Jak możesz zdobyć wiedzę o świecie 3D, skoro ta wiedza jest po prostu iluzoryczna? Przypomina to teoretyzowanie o istnieniu wody na pustyni w formie mirażu. Na przykład dwie osoby stoją na pustyni. Miejscowy analfabeta i naukowiec, który jest turystą! Oboje widzą wodę z daleka w formie mirażu. Obaj znają prawdę. Jednak naukowiec w mistrzowski sposób wyjaśnia, dlaczego powstaje taka iluzja. Podczas gdy analfabeta po prostu mówi, dlaczego marnujesz swój czas. Wiem, że nie ma tam wody. Jaka jest zatem wiedza, której szukasz? Może być odpowiedni do napisania książki lub wygłaszania komuś wykładu. W

przeciwnym razie nie jest nawet klasyfikowana jako wiedza. Świadomość, że miraż na pustyni to nie woda, to wiedza.

Para 3. Tak, po prostu jeden duch przenika cały kosmos. Nazwij to, jak chcesz. Jednak idea Bóstwa jest podobna do koła, którego środka nigdzie nie można znaleźć i którego obwód jest nieskończony. Podczas gdy w przypadku pojedynczej osoby centrum znajduje się w jaźni, ale znowu okoliczność jest nieskończona. Jednak ewolucja duchowa skutkuje samoświadomością, że jesteś Bogiem. Jego implikacją będzie uświadomienie sobie, że „ty” istnieje w każdym stworzeniu. Jednak reszta świata toczy się dalej. Ponieważ to „ty” jako Bóg stworzyłeś wszystkie te stworzenia z twojej boskiej woli, mówiąc: „OBY BYŁO MNIE WIELU”. Więc kogo teraz obwinisz za ich nieszczęście?

Moksha dla zwierząt

Pytanie: Praktykujący: Chciałbym zadać Ci pytanie dotyczące zwierząt. A co z moimi psami? W jaki sposób mieliby zmierzać do wniebowstąpienia? Wszystko, co studiowałem, od psychologii po sposoby uzdrawiania, wydaje się teraz wątpliwe, a to powoduje, że doświadczam dużej inercji w moim umyśle. Dlatego jest tak wiele pytań.

Moja odpowiedź: Mechanizm samorealizacji istnieje tylko w ludzkim ciele. Z tego powodu nazywany jest miniaturowym modelem kosmosu. W przypadku zwierząt najpierw musi nastąpić transmigracja do postaci ludzkiej. Proszę zrozumieć, że zwierzęta, które widzisz wokół, mogły wcześniej urodzić się jako ludzie. Podobnie, niektórzy ludzie, których teraz widzisz, mogą w przyszłości przerodzić się w zwierzęta. Ale to zjawisko jest tymczasowe.

Duch przenikający wszystkie stworzenia sprawia, że ogólne wzniesienie się od stanu będącego minerałem dla człowieka. Jednak po osiągnięciu ludzkich narodzin w milionach eonów niekoniecznie pozostaje człowiekiem, dopóki samorealizacja nie zostanie zakończona. Może wślizgnąć się z powrotem lub zdegenerować w zwierzęce łona i odwrotnie. Podobny los

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

dotyczy nawet istot niebiańskich i podziemnych, które istnieją na innych płaszczyznach. Więc żaden nie jest oszczędzony. Ostatecznie tylko ludzkie narodziny pozwalają rozpocząć praktykę jogi.

Dlatego kluczem jest wędrówka stworzeń. Przyczyną wzrostu populacji ludzkiej na planecie jest również ta sama transmigracja. W przeciwnym razie, jak myślisz, gdzie rodzą się ci wszyscy dodatkowi ludzie? Z pewnością nie zostały stworzone przez Boga nagle. Niektóre zwierzęta zostałyby ulepszone do statusu człowieka. Podobny los czeka niektórych ludzi w sposób odwrotny, zależnie od ich karmy.

Oczywiście! Nie mogę nic powiedzieć o aktualnym stanie twojego psa, proszę. Wszystkie te nauki, które studiowałeś, dotyczą rzeczy materialistycznych. Nie mają nic wspólnego z rozwojem duchowym. Dlatego proszę, usuń powiązanie całej tej literatury z twojego sadhan. Jeśli chcesz, możesz kontynuować swoją pogoń za wszystkim, co robisz, aby zarobić na chleb. Jednak dla własnego zbawienia rób sadhan! Ta duchowa wiedza jest ściśle twoją prywatną sprawą. Nie przynosi korzyści nikomu innemu.

Tworzenie karmy

Pytanie: Praktykujący: Czy myśli również tworzą karmy, czy też tylko zewnętrzne działania je tworzą?

Moja odpowiedź: Każda myśl, słowo lub czyn zabarwiony egoizmem jest uważany za karmę.

Kwestie związane z karmą

Pytanie: Praktykujący: Czy pragnienie mokszy lub pragnienie duchowego wniebowstąpienia nie jest również karmą, skoro robimy to z oczekiwaniem konsekwencji?

Moja odpowiedź: Właściwie, dopóki człowiek jest w stanie dualizmu, toczą się wszystkie tego typu pytania i dyskusje na jego temat. Kiedy zaczyna się wchodzić w stan niedualizmu, który jest oczywiście ostateczną podróżą, nie ma już takiej

idei. Tylko na początkowych etapach takie pomysły pojawiają się w twoim umyśle. Oczywiście to tylko karma. Każda myśl, słowo lub czyn zabarwiony egoizmem jest karmą. Ale te karmy są nieuniknione. Bez pragnienia mokszy nie można rozpocząć praktyki jogi.

Podobnie, jedzenie też jest karmą. Ale nadal wykonujemy te karmy, ponieważ inaczej utrzymanie ciała jest niemożliwe. Dlatego żyjąc w parametrach Mai lub kosmicznej iluzji, trzeba wznieść się ponad to.

Krija i karma

Pytanie: Praktykujący: Skąd wiadomo, czy jest to krija, czy po prostu wydarzenie w życiu? Wiem, że kriJE dostajemy siedząc z naszą mantrą itp. Ale wczoraj, po moim drugim poranku, zdrzemnąłem się, a po przebudzeniu z drzemki mój niegdyś doskonały nadgarstek odczuwał dość silny ból. Właśnie się nad tym zastanawiam. Czy to krija, czy też po prostu źle się na niej położyłem?

Moja odpowiedź: Istnieje delikatna granica między kriją a karmą. Na przykład, jeśli celowo poruszasz ręką, jest to karma. Jeśli porusza się mimowolnie podczas praktyki, nazywa się to krija. Kiedy manifestują się wulgarne fizyczne krije, można je łatwo zidentyfikować. Czasami krija są tak gwałtowne, że nie masz co do nich wątpliwości. Jednakże, kiedy pojawiają się subtelne krije, tego rodzaju wątpliwości wciąż się pojawiają. Ale to tylko w początkowej fazie twojej praktyki. Otrzymanie niezbędne zrozumienie, że są to krije.

Na przykład krije mogą się również zdarzyć jako wybuchy emocjonalne. Nagle twój umysł może wpaść w napad wściekłości na kogoś. Może zostać wywołany przez drobną myśl, która nagle pojawiła się w twoim umyśle. Podobnie, inne emocjonalne wybuchy mogą również pojawić się w związku z różnymi tematami, takimi jak humor, współczucie, odwaga itp. Emocji tych doświadcza również zwykła osoba. Ale będzie wyraźna różnica w doświadczeniu. Kiedy jest to krija, ma bardziej zabawny charakter. Nie zwiąże cię świeżą

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

karmą. Jednak różnica będzie subtelniejsza, gdy krija nie będą bardziej rażące. Sugeruję, abyś przeczytał moją książkę „Tajemnice Shaktipat i Jogi Kundalini”. Jest to kompilacja kilku pytań i odpowiedzi udzielonych na przestrzeni pewnego czasu.

Teoretyczne pytania dotyczące karmy

Pytanie: Praktykujący: Jeśli wszystko dzieje się z wolnej woli Boga, dlaczego Bóg każe nam robić negatywną karmę? Czy Bóg nas do tego zmusza, czy sami to robimy?

Moja odpowiedź: W oczach Boga nie ma negatywnej ani pozytywnej karmy. Istnieje tylko w ludzkim rozumieniu. Jest podobny do różnych innych przeciwieństw, takich jak ciepło i zimno. Czy naprawdę myślisz, że Bóg odczuwa zimno czy ciepło? A może zna różnicę między gorzkim a słodkim? Dlatego powyższe pytanie należy rozumieć kompleksowo, a nie w izolacji. W każdym razie ludzki intelekt lub zdolność racjonalnego myślenia ma ograniczone możliwości. Proszę, nie polegaj na tym. Zamiast tego poddaj się całkowicie, jeśli chcesz szukać prawdziwej wiedzy.

Poddanie obejmuje ciało, umysł i intelekt, a nie tylko ciało czy umysł. Niestety, większość ludzi robi to ciałem, składając ręce lub klęcząc przed ołtarzem. Kilku inteligentnych ludzi robi to nie tylko ciałem, ale także umysłem. Myślą, że mogą przechytrzyć Boga, używając swojego błyskotliwego intelektu. Gdybyś jednak poddał swój intelekt Bogu, nie zadałbyś powyższego pytania. Bo powyższe pytanie jest w sferze intelektu zabarwionego egoizmem. Mam nadzieję, że teraz rozumiesz tę koncepcję.

Iluzoryczne istnienie

Pytanie: Praktykujący: To pragnienie zrozumienia coraz więcej i więcej trwa. Omówiłem temat Prawa Przyciągania w chwili, gdy cię spotkałem. Omówiłem również uzdrawianie praniczne. Temat „Wszystko jest energią” jest częścią Twojej książki. Czytałem tę książkę z nadzieją, że nauczę się więcej

technik manifestacji związanych z energią. Pomogłeś mi zrozumieć, że nie ma nic lepszego niż materialistyczny świat; wszystko jest energią. Przeszedłem wiele zmian w sobie po otrzymaniu Shaktipat deeksha od ciebie. już się nie boję. Mogę spojrzeć na sprawy z nowej perspektywy. Jednak kiedy myślę o medytacji, kundalini sadhan, nie jestem w stanie wykonać tej intencji. Zawsze napotykam jakieś przeszkody. Proszę mi wybaczyć, jeśli się mylę.

Moja odpowiedź: Wygląda na to, że twój umysł jest skupiony na materialistycznych aspektach. Wszystko na tym świecie jest energią, a energia oznacza po prostu ILUZJONARNOŚĆ. To znaczy, że TO NIE JEST PRAWDA. Kiedy czujesz, że coś jest, gdy nie ma nic, nazywa się to ILUZJĄ. Przypomina to fatamorganę na pustyni lub pomylenie liny z wężem w ciemności.

Dlatego wszystkie twoje wewnętrzne pragnienia w tym iluzorycznym świecie zaczną znikać w miarę postępów na ścieżce jogi. Jeśli chodzi o twoje intelektualne rozumowanie lub rozumienie, jest to również tylko iluzoryczne. To jest powód, dla którego pojawia się ta wątpliwość w twoim umyśle. ŻYCIE ma zasadniczo iluzoryczny charakter, podobny do świata snów. W stanie samadhi zaczyna się to rozpadać, tak jak rozpada się sen, kiedy budzisz się ze snu. To trzeba DOŚWIADCZYĆ.

Nie możesz tego pojąć intelektualnie, ponieważ ludzki intelekt jest ograniczony. Nie jest najwyższą formą energii kosmicznej. Jest jak gęstsza lub grubsza forma energii kosmicznej. Jak więc rzecz grubsza może pojąć rzecz subtelniejszą? To tak, jakby powiedzieć, że potrzebujesz cieńszej igły lub narzędzia, aby usunąć cierni w ciele. Oczywiście nie można go usunąć grubym drewnianym narzędziem. Mam nadzieję, że teraz rozumiesz ten pomysł. Wszystkie te kwestie wyjaśniłem na samym początku mojej książki. Uprzejmie przeczytaj jeszcze raz.

Samadhi, dźwięk Anahata,
beznamiętność, poddanie się,
mantry, nawyki żywieniowe,
służba Guru, wyrzeczenie

Samadhi

Pytanie: Praktykujący: Gdy stan bez myśli zostanie osiągnięty, nie będzie poczucia mnie ani czasu. To tylko świadomość. Więc ten stan to samadhi? A jeśli ten stan jest trwały, czy jest to moksza?

Moja odpowiedź: Osiągnięcie stanu bez myśli lub samadhi nie jest jak nagły skok do studni. Przypomina to wejście do wód oceanu. Najpierw wchodzisz na płytkie wody. Powoli wchodzisz w głębiny. Gdy wejdiesz w nią dokładnie, nie ma też odwrotu. Podobnie, najpierw zaczynasz wchodzić w niższe stany samadhi i to również na krótki czas. Powoli praktykujący rozwija umiejętność pozostawiania w stanie Samadhi coraz dłużej.

Jednak świadomość siebie jest bardzo obecna podczas takich stanów niższego samadhi. Ale to nie jest moksza, ponieważ wciąż jesteście w stanie dualizmu. Co dzieje się później, nie wiadomo. Nawet starożytne teksty milczały po tym.

Technicznie cel jogi zostałby osiągnięty poprzez wejście w niższe samadhi. To jest końcowy cel wszystkich systemów i filozofii jogi. Ale to jest bardzo wysoki stan z duchowego punktu widzenia. Chociaż nawet z tak wysokiego stanu duchowego można się ześlizgnąć i upaść. Oznacza to, że nawet ten stan nie jest trwały. Jest to stan, do którego praktykujący jest wprowadzany przez przebudzoną energię kundalini.

Następnie charakter ostatecznej podróży do zbawienia zmienia się dramatycznie, jak napisano w starożytnych tekstach. Ale milczeli podczas takiej podróży. Można zrozumieć, że daremna jest nawet próba wyobrażenia sobie takiego stanu na podstawie światowej logiki. Przypomina to próbę zrozumienia nieskończoności lub Boga za pomocą wyobraźni. Jak to jest możliwe? Dlatego proszę, nie rozpraszaj się takimi myślami. Proszę, skup się tylko na swoim sadhan.

Pytanie: Praktykujący: Czym są Samadhi i Oświecenie?

Moja odpowiedź: Samadhi to stan bez myśli. Ale idea dualizmu nadal istnieje w niższym samadhi. Poczucie „ja” jest nadal obecne. Ostateczna podróż rozpoczyna się od niższego samadhi w kierunku stanu samorealizacji, mokszy, oświecenia itp. Urzeczywistnia się niedwoistość z Bogiem.

Samadhi jest zasadniczo podzielone na dwa etapy. Wszystkie teksty jogi mówią o savikalpa samadhi lub samprajnata samadhi lub o niższym samadhi, w których dualizm jest nadal doświadczany. Jest to jednak stan bardzo wysoki. Zgodnie z tekstami jogi, w tym stanie umysłu mogą manifestować się nawet siły nadprzyrodzone.

Od tego stanu rozpoczyna się ostateczna podróż do wyższego samadhi lub nirvikalpa samadhi lub asamprajnata samadhi itp. Oświecenie nie jest naszą terminologią. Przypuszczam, że jest to bardziej język buddyjski. Prawdopodobnie oznacza to samo, co wyższe samadhi.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Pytanie: Praktykujący: Przepraszam, ale czulem, że muszę zapytać. Jaki jest ostateczny wynik? Co się stanie, jeśli „krije w pełni się wydarzą”?

Czytałem wiele z tych doznań: elektryzowanie się, mrowienie, dziwne ruchy ciała/głowy itp. Jaka jest ostateczna korzyść z tego wszystkiego? Czy jest tu ktoś, kto przekazał te sygnały i obudził swoją kundalini? A czym jest dla niego życie?

Moja odpowiedź: Po inicjacji Shaktipat nagromadzone karmy lub wrażenia zmysłowe w podświadomości zaczynają się niszczyć. Ten wpływ jest doświadczany jako różne krije. Efekt jest odczuwalny w intelekcie, umyśle, ciele i zewnętrznym stylu życia. Gdy karmy są oczyszczane, krije również zaczynają zwalniać i stają się coraz subtelniejsze.

Po kilku latach praktyki każdy moment życia jest doświadczany wyłącznie jako krija. W wyniku całego tego oczyszczenia karmy, umysł przechodzi wiele wewnętrznych przemian. Praktykujący zaczyna cieszyć się wewnętrznym spokojem i błogością. Na późniejszych etapach umysł zaczyna wchodzić w samadhi, czyli stan bez myśli. Nawet same siły nadprzyrodzone mają objawiać się na wyższych poziomach. Jednak tego, co stanie się później i czy wpłynie to na połączenie z Bogiem, nikt nie może przewidzieć. Nawet starożytne teksty jogi milczą na ten temat. Ale samo osiągnięcie samadhi jest wyjątkowym osiągnięciem.

Niezliczeni mędrcy na całym świecie od niepamiętnych czasów walczyli o osiągnięcie takiego stanu. Wszystkie te szczegóły były przeze mnie powtarzane bardzo często. Praktykujący muszą przeczytać pdf z pytaniami i odpowiedziami. Większość ich wątpliwości zostanie udzielona w ten sposób. W przeciwnym razie udzielenie odpowiedzi każdemu praktykującemu z osobna i na te same powtarzające się pytania staje się trudne. Zamiast tego praktykujący może skoncentrować swój umysł na innych nowych zagadnieniach.

Praktykujący nie mogą zadawać pytań bez przeczytania plików pdf, które kazano im przeczytać. Niezależnie od powyższego, proszę pamiętać, że jeśli praktykujący oczekują jakichkolwiek materialnych korzyści z inicjacji Shaktipat, to ta ścieżka jest dla was bezużyteczna.

Ta ścieżka jest przeznaczona wyłącznie do szukania łaski boskości poprzez spalenie karmy lub wrażeń zmysłowych. Nie jest to szybkie rozwiązanie zapewniające jakiegokolwiek korzyści materialne. Praktykujący powinni zrozumieć, że nie mogą oszukać wszechwiedzącej energii kosmicznej ani Boga. Jeśli tak myślą, to mogą zejść z tej drogi, bo będzie to dla nich strata czasu i wysiłku.

Dźwięk Anahaty

Pytanie: Praktykujący: Czy uważacie dźwięki, które dostaję w moich uszach, za kłuje?

Moja odpowiedź: Tak, proszę. To tylko dźwięk Anahata.

Pytanie: Praktykujący: Jaki jest dźwięk Anahata naad? Czy to jest jak chinnnnnnnnnnnnnnnnn?

Moja odpowiedź: Nie. Zwykle przypomina to syczenie węża. Przybiera jednak również różne formy. Migotanie dzwoneczków, brzęczenie małych krzaczków, czasem jak syk szybkaru do ryżu, itp. Czasem nawet jak odgłos deszczu. Dlaczego pytasz o to teraz? Myślałem, że już przeczytałeś moją książkę. Wyjaśniłem to szczegółowo.

Beznamiętność i współczucie

Pytanie: Praktykujący: Jaka jest różnica między beznamietnością a brakiem współczucia? Czy powinniśmy mieć karuna (współczucie)?

Moja odpowiedź: Współczucie jest jedną z dziewięciu kategorii ludzkich emocji. Beznamiętność to zupełnie inna jakość. Jest to stan umysłu, w którym na osobę nie wpływa żadna z dziewięciu kategorii emocji. Dlatego słowo

beznamiętność to osobna klasa. Nie da się tego w ogóle zrozumieć w odniesieniu do czegokolwiek.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Kiedy ktoś jest beznamiętny, nie ma na niego wpływu wewnętrznego. Zrozumiałem to bardzo wyraźnie. Czy to jednak oznacza również, że należy powstrzymywać się od okazywania zewnętrznego współczucia komuś/innym? Podsumowując to, co próbuję zrozumieć. Czy można osiągnąć beznamiętność, jednocześnie będąc współczującym/pokornym/empatycznym wobec innych? A może te dwa stany są sprzeczne?

Moja odpowiedź: Wydaje się, że jest trochę zamieszania w zrozumieniu problemu. Jak powiedziałem, beznamiętność to stan umysłu. Tak się składa, że współczucie jest tylko jedną z ludzkich emocji. Na przykład osoba w stanie niemal idealnej beznamiętności może okazywać dowolne ludzkie emocje w swoim codziennym życiu. Ale ze względu na fakt, że jest on w stanie beznamiętności, doświadczenia te nie wiązałyby go prawem karmicznym.

Jednak proszę również zrozumieć, że zwykle negatywne działania nie są wykonywane przez osobę, która jest w tak wysokim stanie beznamiętności. Zwykle cokolwiek taka osoba robi, ma na celu dobro ludzkości. Ale wtedy ta osoba też nie jest związana takimi działaniami.

Teraz, przechodząc do twojego pytania, czy ta osoba jest powstrzymywana od okazywania współczucia całemu społeczeństwu. Nie chodzi o to, by być ograniczanym lub puszczanym wolno. To zależy od pozostałej równowagi karmicznej. Krótko mówiąc, od woli Bożej zależy, czy dana osoba ma być medium dla pożytku innych, czy też nie. W przeciwnym razie ta osoba nie przejmuje się niczym; nie mówiąc już o działaniach wynikających ze współczucia lub czegokolwiek innego. Te rzeczy zostały również wyjaśnione w mojej książce. Uprzejmie proszę o ponowne przeczytanie.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Czy można powiedzieć, że jest to oderwanie emocjonalne? Proszę, popraw mnie jeśli się

myślę. Każde działanie wykonane z emocjonalnym dystansem pociąga za sobą mniejszą karmę lub jej brak. np

1. Zakładając żołnierza broniącego kraju, musi strzelić do wroga, aby bronić kraju. Tutaj musi mieć następujący stan umysłu, że robi to zgodnie z wymaganym obowiązkiem.

2. Nie powinien być szczęśliwy ani smutny w swoich działaniach

3. Nie może być samolubny.

4. Nie powinien tego robić z celem końcowym. Jest to również akt karma jogina. W rzeczywistości to cel wywołuje emocje.

To jest to, co postrzegam. Oczywiście osiągnięcie dystansu emocjonalnego nie jest łatwe.

Moja odpowiedź: Przykro mi to mówić. Twoja świadomość jest trochę chaotyczna w zrozumieniu. To nie jest proste. Dlaczego próbujesz opisać stan umysłu itp.? Beznamiętność to stan umysłu, którego nie da się wytłumaczyć ziemskimi językami. Oznacza to, że nie możesz ćwiczyć go celowo. Wtedy ten akt sam w sobie staje się karmą, poza tym, że jest fałszywą beznamiętnością.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Rozumiem, że nie można tego robić celowo. Ale jak możemy wtedy osiągnąć ten brak przywiązania lub beznamiętności?

Moja odpowiedź: Właściwie obaj psujemy prosty problem. Ludzkie emocje są napędzane przez nagromadzoną karmę. W przeciwnym razie naturalnym stanem ludzkiego umysłu jest zawsze beznamiętność. Dlatego, kiedy spalasz swoją karmę, w naturalny sposób zmierzasz w kierunku stanu beznamiętności.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Czy to nie jest centralny temat Bhagavad-Gity? Tylko pytam?

Moja odpowiedź: Tak, proszę.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Tak. To jest bardzo jasne. W rzeczywistości jest to krótkie i zwięzłe, ale głębokie. Oznacza to, że po prostu kontynuujemy sadhan. Do tego momentu jestem w stanie to zrozumieć. Jeszcze tylko jedna wątpliwość. Często mówiliście, żeby nie pragnąć/nie oczekiwać krii. Zamanifestuje się samoistnie we właściwym czasie. Powiedziałeś również, że oczekiwanie lub udawanie krii zaowocuje nową karmą. Oznacza to, że zawsze powinienem pamiętać, że wykonuję sadhan bez przywiązywania się do swoich emocji. Może to również oznaczać, że powinienem zignorować lub nie koncentrować się na emocjach. Czy dobrze rozumiem ten fragment?

Moja odpowiedź: To nie dzieje się tak łatwo, jak sugerujesz. Intelktualnie to, co mówisz, jest w porządku. Ale praktycznie masz tendencję do dawania się ponieść rosnącym emocjom. Po prostu idź z falą. Nie będziesz w stanie odpowiednio ćwiczyć umysłu w takich chwilach, nie mówiąc już o beznamiętności. Wspominałem już kilka razy, że w rezultacie nagromadzona świeża karma nie będzie tak silna. Stosunkowo łatwiej jest je usunąć później podczas sadhan.

Dlatego powinieneś skupić się na przechodzeniu przez emocje, gdy się rozwijają, zamiast opierać się im. Jest to kluczowe do zrozumienia. Bo czasami dasz się ponieść takim emocjom, jakich NAWET NIE MOŻESZ WYOBRAZIĆ W NAJDZIWNIEJSZYCH MARZENIACH. Proszę zrozumieć, że jest to praktyka jogi. Zostaniesz przetestowany do głębi. Joga nie jest kwestią intelektualnej rozrywki czy zrozumienia. Krótko mówiąc, nie będziesz w stanie wykonywać swojej praktyki w sposób, który zasugerowałeś powyżej.

Poddanie się

Pytanie: Praktykujący: Czy możesz wyjaśnić praktyczny sposób samopodporządkowania? Jednak wiele próbuję, niezmiennie ja i moje przejmujemy dominację. Jak dokładnie może dojść do poddania się?

Moja odpowiedź: Powstaje poprzez ciągłą praktykę. Zawsze skupiaj swój umysł na wizerunku swojego Guru. To jedno i to samo, co skupienie się na przebudzonej energii kundalini. Ponieważ najwyższa moc kosmiczna nie ma formy, łatwiej jest ją sobie wyobrazić w postaci obrazu Guru. Energia promieniuje z fizycznego ciała Guru podczas Shaktipat deeksha. Wchodzi w ciało osoby otrzymującej Shaktipat.

Myśl o Guru skutkuje wezwaniem samej mocy kosmicznej. Dlatego stale lub tyle razy, ile to możliwe w ciągu dnia, skup się na wizerunku swojego Guru! To zacznie się rozwijać jako nawyk w twoim umyśle. To dodatkowo usuwa ideę „ja” u praktykującego za każdym razem, gdy karma jest wykonywana lub doświadczana jest krija. Wymaga to pewnego rodzaju szczerości ze strony praktykującego.

Proszę pamiętać, że człowiek nie może udawać, że się poddaje. Trzeba być szczerym w sercu. Zapytaj siebie w głębi serca, jak szczerzy jesteś. Sam znajdziesz odpowiedź. To właśnie oznacza pójście do wewnątrz, zamiast na zewnątrz, do materialistycznego świata. Nie martw się, jeśli nie jesteś w stanie wykonać idealnego samopoddania. To problem wszystkich, w tym mnie.

Dopóki żyjemy w naszych ludzkich ciałach, praktykowanie doskonałego poddania się jest niemożliwe. W doskonałym stanie samopoddania przestajemy istnieć w ludzkim ciele. Dlatego proszę, nie przejmuj się zbyt swoimi niedoskonałościami. Po prostu rób wszystko, co możesz, szczerze, z głębi serca. Najwyższa kosmiczna moc, która jest świadoma, zajmie się resztą. Zacznie Cię prowadzić właściwą ścieżką.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Jeśli całkowite poddanie się oznacza akceptację WSZYSTKIEGO, co daje ci Bóg, to jeśli Bóg nie chce, abyś miał Mukti, czy powinienem to również zaakceptować? Czy to oznacza, że będę musiał czekać tysiące wcieleń, aż Bóg poczuje, że to właściwy czas dla mojej Mukti?

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Moja odpowiedź: Po prostu unieruchom swój umysł. Po prostu uspokój swój umysł. Po prostu poddaj swój umysł. W tym intelekt to wszystko, co musisz zrobić. Po prostu zrób to hakiem lub oszustem. Po Shaktipat w każdym przypadku odbywa się to za pomocą przebudzonej energii kundalini. Wchodzisz w stan błogości, kiedy twój umysł jest spokojny. Będziecie poza wymiarem waszego intelektu, kiedy wasz umysł będzie w stanie bezmyślności. Co dzieje się później, nie wiadomo. Nawet wszystkie starożytne teksty milczały po tym. Żaden wielki mędrzec ani guru nigdy nie wrócił, by opowiedzieć tę historię.

Wszystkie systemy jogi, metody tantryczne, filozofie, religie i jeśli jest coś jeszcze, wszystkie dążą do osiągnięcia stanu bez myśli. Nic nie jest znane poza intelektem. Kto jest Bogiem? Gdzie jest Bóg? Ty jesteś tym właśnie Bogiem. Zatem, gdzie jest kwestia tego, czy Bóg daje wam moksę, czy nie daje wam mokszy?

Wszystkie powyższe pytania muszą znaczyć tylko tak długo, jak długo jesteś w stanie dualizmu, myśląc, że Bóg jest oddzielnym Panem, a TY jesteś inny. Ten dualizm powstaje w waszym intelekcie z powodu współlokacji waszego egoizmu w tej samej powłoce. Dlatego wspomniałem, że musisz całkowicie się poddać. Poddaj swój intelekt, zanim zaczniesz rozumieć prawdziwą naturę boskości. Krótko mówiąc, nie możesz zrozumieć Boga swoim intelektem. Mam nadzieję, że koncepcja jest teraz jasna.

Mantry

Pytanie: Praktykujący: Dlaczego wasz Guru, Jego Świątobliwość Sri Swami Sahajananda Tirthji Maharaj, trzykrotnie zmieniał waszą mantrę?

Moja odpowiedź: Mantra jest przekazywana osobie przez Guru zgodnie z instrukcjami otrzymanymi od jej własnego Guru. Jest różny dla różnych ludzi. Oznacza to, że ta sama mantra nie jest dana wszystkim ludziom. Podobnie mantra może zostać zmieniona na osobę w zależności od zmian w

stanie psychicznym tej osoby, i to również tylko wtedy, gdy jest to wymagane. To całkowicie zależy od Guru.

Ale ten rodzaj wiedzy jest przekazywany tylko od guru do guru. Nie można człowiekowi objawić, dlaczego dano mu tylko określoną mantrę, a nie coś innego. Podobnie nie można ujawnić, która mantra zostanie zmieniona na późniejszych etapach. Uprzejmie prosimy o odpowiednią poradę. Konkretnie wskazówki lub techniki, których używają Shakthipat Guru, nie mogą być upubliczniane przez sadhaków. Takie rzeczy zostaną ujawnione tylko przyszłym guru Shakthipat.

Pytanie: Praktykujący: Kiedy Shakti jest aktywna, myślałem, że mantra jest tylko drugorzędna, czy też mantra odgrywa jakąś inną rolę w tym procesie?

Moja odpowiedź: Mantra odgrywa kluczową rolę po Shaktipat deeksha. Jest to jedna z czterech metod, których Guru używa do robienia Shaktipat na osobie. Dlatego, chociaż Shakti pozostaje aktywna po inicjacji Shaktipat, Shakti jest przywoływana za każdym razem, gdy mantra jest intonowana. Podobnie, ilekroć wspomina się Guru, wzywa się Shakti. Dlatego mantra, Guru i Shakti, są jednym.

Pytanie: Praktykujący: Czy Pranava jest mantrą?

Moja odpowiedź: Moja wiedza o Mantrashastrach, czyli nauce o mantrach, wynosi zero. Jednak na naszej ścieżce mantra jest używana jako naczynie, pojazd lub nośnik do przenoszenia Shakti, czyli energii kosmicznej od Guru do ucznia. Ponadto jest to jedna z czterech stosowanych metod. Oznacza to, że nie ma potrzeby, aby guru Shaktipat obowiązkowo używał mantry jako takiej. Samo ćwiczenie wolnej woli jest wystarczające.

Jednak na naszej drodze używamy więcej niż jednej metody, aby być zbyt ostrożnym. Ta mantra automatycznie zatrzyma się na pewnym etapie po rozpoczęciu krii. Dlatego jest to tylko sprawa tymczasowa. Mantra jest zasadniczo używana

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

przez ludzkość dla korzyści materialnych. W ten sposób od czasów starożytnych rozwijano mantra shastry. Nie należy porównywać intonowania mantry tak, jak ma to miejsce w różnych innych niezależnych systemach jogi lub systemach tantrycznych. Zwykle jest to błąd popełniany przez wielu naszych sadhaków. Próbują porównywać się z innymi systemami.

Shaktipat jest wyższą techniką jogi. Tutaj mantra została naładowana Shakti, czyli energią kosmiczną, zanim została mu dana. Dlatego sama mantra nie ma żadnego znaczenia. To inicjacja Shaktipat ma pierwszorzędne znaczenie. Proszę, nie skupiać się na tym, jaka mantra została przekazana. W mantrze nie ma nic z duchowego punktu widzenia.

Jak powiedziałem wcześniej, wszystkie mantry mają na celu wyłącznie korzyści materialne. To po prostu zaawansowana nauka. Należy praktykować samopodporządkowanie się Guru i nie skupiać się na znaczeniu mantry. Chociaż trzeba ją regularnie intonować.

Wątpliwości, czy Om jest mantrą, czy też nie, lub czy nazywa się je pod jakimś innym imieniem, nie zasługują tutaj na jakąkolwiek dyskusję w świetle tego, co powiedziałem powyżej. Nie jestem znawcą sanskrytu w nauce mantr i daję różne mantry różnym ludziom zgodnie ze wskazówkami Guru parampara. Trzeba oczywiście zachować to w tajemnicy. Proszę przeczytać moją książkę "Iluzja", aby uzyskać więcej informacji na temat mantry Om.

Służba Guru

Pytanie: Praktykujący: Powiedziałeś wcześniej, że związek z Guru również musi zostać w końcu zerwany. Nie do końca jasne, proszę.

Moja odpowiedź: Tak, uczeń zawsze służy swojemu Guru. To jest ścieżka wyświęcona do poszukiwania wiedzy o Brahmanie. Nie jest to możliwe w żaden inny sposób niż przez Guru. Proszę nie rozpraszać się współczesną literaturą.

W dzisiejszych czasach ludzie postrzegają swojego guru po prostu jako nauczyciela, przewodnika lub mentora. Myślą, że to wszystko, co może zrobić Guru. Ale w rzeczywistości związek ma znacznie większą głębię. Tutaj osoba nie czci Guru osobiście jako człowieka. Zamiast tego czci się Guru tattwę. Ponieważ Guru tattva nie ma formy, dlatego wielbiony jest Guru w formie fizycznej. Jest to jedyny sposób wyświęcony przez Boga, aby osiągnąć moksę poprzez technikę znaną jako guru. Jednak ten system wsparcia w postaci Guru również musi się skończyć dla dalszego postępu. W przeciwnym razie przywiązanie do swojego Guru będzie przeszkodą dla praktykującego.

Nawyki żywieniowe

Pytanie: Praktykujący: Czy picie kawy będzie miało negatywny wpływ na energię Kundalini i nasz sadhan?

Moja odpowiedź: Po otrzymaniu Shaktipat deeksha nie ma żadnych ograniczeń co do tego, co możesz jeść lub pić, dlatego twoje pytanie o kawę nie ma wpływu na twoją energię Kundalini.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Pomyślałem, żeby zadać to pytanie, ponieważ kilka lat temu słyszałem, jak Guru jogi Kundalini tak mówił. Powiedział, że wpłynie to na przepływ energii Kundalini. Zakładam teraz, że musiał mówić o metodzie, którą stosował i zgodnie ze swoją tradycją praktyk jogicznych.

Moja odpowiedź: W innych formach jogi, takich jak Ashtanga Yoga, może tak być, ale nie mogę tego komentować. Ale zostałeś wtajemniczony w najwyższą formę jogi poprzez Shaktipat. Więc te ograniczenia nie obowiązują. Wszystko, co musisz zrobić, to poddać się kosmicznej energii; to jest to.

Zrzeczenie się

Pytanie: Praktykujący: Dusza jest wieczna i całkowicie oddzielona od tego materialnego świata. Dlaczego więc wciąż

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

od nowa stresujesz się wypełnianiem obowiązków? Jeśli ktoś wie, że dusza jest nieśmiertelna, czy nie powinien po prostu zostawić wszystkiego i rozpocząć życie wyrzeczenia, tak jak zrobił to Budda?

Moja odpowiedź: Nazywa się to filozofią żebraka. Żebrak mówi też, że wyrzekł się wszystkiego w życiu. Dlatego mówi, że nic nie ma, ale nie nazywa się to prawdziwym wyrzeczeniem.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Czy możesz to rozwinąć, Guru Ji?

Moja odpowiedź: Po pierwsze, bądź odważny. Staraj się nie uciekać; nie możesz zdobyć Mokszy bez oczyszczenia karmy. W ten sposób każdy popełnia wszystkie grzechy i próbuje uciec bez kary. Nie możesz schronić się pod filozofią, kiedy ci to odpowiada.

Jeśli zdobyłeś jakieś dobre zasługi, spróbuj się ich wyrzec. Budda był wielkim człowiekiem, urodził się jako książę, poślubił piękną księżniczkę, a potem wyrzekł się wszystkiego. Czego musisz się wyrzec?

Pytanie: Ten sam praktykujący: Tak, rozumiem. Ale jeśli mam cierpieć karmę, może się to zdarzyć wszędzie. Nie musi pochodzić z mojego domu.

Moja odpowiedź: Nie możesz decydować, jak zostać ukaranym. Twoja kara nie jest zgodna z twoimi zachciankami i fantazjami.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Ale Budda, pośród tego wszystkiego, obrał ścieżkę wyrzeczenia.

Moja odpowiedź: Zadaję proste pytanie. Budda wyrzekł się wszystkiego, mając wszystko. Nie widzisz różnicy? Widzisz tylko jego działania bez uwzględnienia powyższego. Nazywa się cię współczującym, gdy masz moc wyrządzenia komuś krzywdy, ale nie chcesz tego zrobić. Jakie współczucie możesz okazać, kiedy nie masz żadnej mocy?

Pytanie: Ten sam praktykujący: OK. Ale co masz do powiedzenia na temat życia Shankaracharyi?

Moja odpowiedź: Miał już wymagany stan psychiczny. Nie wiesz, co się z nim stało? W tak młodym wieku założył tak wiele peet. Po pierwsze, bądź odważny. Wyrzeczenie nie jest przeznaczone dla tych, którzy nie są odważni. Jest w tym różnica.

Większość ludzi, którzy chcą się wyrzec, jest w zasadzie fałszywa. Nie odważą się ponieść konsekwencji. Wyrzeczenie wymaga dużo odwagi i beznamietności. Kiedy człowiek ma taki beznamietny umysł, nie ma znaczenia, czy mieszka w mieście, czy w lesie. Proszę to dokładnie zrozumieć. Wygląda na to, że nie masz jasności co do tego, czym jest wyrzeczenie. To po prostu styl życia, nic więcej.

Wyrzeczenie nie przynosi mokszy. Uwolnienie się od karmy z pewnością da ci moksę; to jest przesłanie Krishny w Gicie.

Dlaczego Pan Krishna nie pozwolił Arjunie wyrzec się wojny? On był Bogiem; Krysna i tak mógł wygrać tę bitwę. Ponadto wiedział, że życie jest wieczne. Dlaczego więc nie pozwolił Arjunie odejść, kiedy zdecydował, że nie będzie walczył w bitwie? Czy masz na to jakąś odpowiedź?

Moja odpowiedź: Musisz to zrozumieć kompleksowo. Podczas gdy ty jesteś jak jeden z 11 ślepców klóących się o to, jak wygląda słoń. Jeden ze ślepców trzymających ogon słonia opisuje słonia jako liny. Ciągłe się klóci w nieskończoność. Dlatego też to, co mówisz, jest prawdą. Ale to nie jest pełna historia.

Tematy ogólne

Sadhu

Pytanie: Praktykujący: Jaki byłby w przybliżeniu stopień duchowego osiągnięcia tych sadhu, którzy od wielu lat medytują w jaskiniach Himalajów? Podziel się swoimi opiniami.

Moja odpowiedź: To bardzo niejasne pytanie. Skąd się o nich dowiem? Ja również jestem sadhakiem, tak jak ty, usiłującym spalić moją karmę. Kim są ci sadhu, o których mówisz? Bóg jeden wie, kto jest na jakim etapie? Jak cię to dotyczy? Są również tacy jak ty i ja, walcząc o zmycie swojej karmy. Proszę się zbytnio nie przejmować takimi sprawami. Po prostu skup się wyłącznie na sobie. Zmyj własną karmę i bądź wolny.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Przepraszam. Właśnie sobie pomyślałem, że siedzenie w takim miejscu jak himalajskie jaskinie może pomóc w uniknięciu gromadzenia nowych karm przy równoczesnym niszczeniu przeszłych karm.

Moja odpowiedź: Są dwa rodzaje joginów. Jedna kategoria to ci, którzy wyrzekają się doczesnego życia, noszą szafranowe ubrania i żyją z dala od głównego nurtu społeczeństwa. Druga kategoria to ci, którzy żyją w głównym nurcie społeczeństwa i praktykują jogę. Obie metody mają swoje zalety i wady. Nie możemy powiedzieć, która metoda

jest lepsza. Od przeznaczenia praktykującego jogę zależy, którą ścieżkę wybierze. Wyjaśniłem to również w mojej książce. Jeśli to możliwe, przeczytaj dany rozdział jeszcze raz.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Może jeszcze raz zadam to pytanie, żeby się uspokoić. Wydaje się, że ta droga jest łaską Bożą dla nas, którzy poczyniliśmy pewne postępy na innych drogach. Po prostu siedząc w codziennym sadhan, wzywając błogosławieństwa guru i pozwalając boskości zrobić resztę. To wszystko wydaje się takie bardzo łatwe. Tylko tyle czasu musimy dać. Jedzenie zostało przygotowane i podane do naszych ust z powodu naszych wcześniejszych wyrzeczeń lub boskiej łaski. Musimy tylko otworzyć usta i przelknąć. Czy to zrozumienie jest poprawne?

Moja odpowiedź: Tak, proszę. Łaska Boża jest zawsze taka. Jest tak łatwo i swobodnie dostępny, pod warunkiem, że całkowicie się poddasz. W przeciwnym razie osiągnięcie go nie jest możliwe. Jednak bardzo się starasz ze swoją postawą opartą na egoizmie. To jest sekret sukcesu w jodze; poddanie się. Nie musisz nigdzie iść, aby szukać łaski Bożej. Obsypuje cię ona bezpośrednio w twoim domu, pod warunkiem, że szczerze jej szukasz i poddajesz się jej. Shaktipat jest tam przed tobą jako dowód.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Czy jogini z naszej linii mogą przebywać w odosobnieniu w Himalajach? Pytam, ponieważ nie uczono nas żadnej techniki oddychania, która zwiększyłaby nasz wewnętrzny ogień, który praktykują jogini w Himalajach, aby chronić się przed zimnem.

Moja odpowiedź: To jest dla osób, które praktykują niezależne systemy jogi, takie jak Ashtanga Yoga lub Raja Yoga. Nie wymagane i nie dotyczy praktyków na naszej ścieżce. Ponieważ Shaktipat jest mahajogą, sadhak uczy się i praktykuje wiele z tych technik automatycznie. Na przykład khechari mudra nie jest nauczana w tradycji Shaktipat, ponieważ jest przedmiotem Hatha jogi. Mimo to dzieje się to

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

naturalnie w tradycji Shaktipat. Swami Vishnu Thirth ji dość często doświadczał Khechari podczas swoich sadhan.

Na zaćmieniach

Pytanie: Praktykujący: Czy są jakieś konkretne wytyczne lub instrukcje dotyczące 21 czerwca podczas zaćmienia słońca. Uprzejmie proszę nam doradzić!

Moja odpowiedź: Wszyscy możecie wykonywać sadhan w czasie zaćmienia. Uważa się, że jest to bardzo pomyślne dla wszelkiego rodzaju praktyk jogi.

Kult mentalny

Pytanie: Praktykujący: Chcę podzielić się z Tobą moim dzisiejszym doświadczeniem. Rano odprawiłem dla ciebie manas puje. A kiedy mentalnie wykonywałem Puję, czułem się tak, jakby ktoś przycisnął moje czoło, gdzie znajduje się czakra trzeciego oka, i przytrzymał je. Moja głowa również wydawała się bardzo ciężka. Zamierzałem zrobić Manas Puję dla wszystkich guru naszej linii, ale jakimś cudem mogłem to zrobić tylko dla was. Kiedy skończyłem odprawiać pudżę dla ciebie, nagle zobaczyłem, że robię puję dla mojego nauczyciela reiki, i wtedy otworzyły mi się oczy. Cały ten sadhan trwał około 30 minut, ale był dość głęboki. Kiedy otworzyłam oczy, uczucie naciskania na czoło zniknęło. Moja głowa była nadal bardzo ciężka, a trochę później dostałem bólu głowy, który ustąpił gdzieś po południu.

Moja odpowiedź: Umysłowy kult również wymaga praktyki. Najpierw wyrób z tego nawyk regularnie. W przeciwnym razie takie zdarzenia zwykle się zdarzają. Pojawienie się twojego nauczyciela Reiki w twoim umyśle było oczywiście bardziej przeszkodą stworzoną dla ciebie. W związku z tym proszę również zrozumieć, dlaczego przede wszystkim stwarza się przeszkody dla praktykujących jogę. Proszę przeczytaj moją książkę o skompilowanych pytaniach i odpowiedziach. Jest to negatywna karma zgromadzona przez was w przeszłości, związana z jogą. Ale nie musisz się tym martwić, ponieważ to

również nie trwa wiecznie! Kiedy przeszkoda zostanie dla ciebie stworzona, tak jak to się stało dzisiaj, część negatywnej karmy również zostałaby oczyszczona. W przyszłości, proszę, postaraj się kultywować nawyk oddawania czci w myślach. Jeśli praktykujesz to regularnie, to samo przyjdzie do ciebie.

Przybieranie na wadze

Pytanie: Praktykujący: Ostatnio przejadam się. Ja też przybieram na wadze. Proszę o jakąś poradę.

Moja odpowiedź: To jest tylko krija. Tak się czasem dzieje. Proszę się tym zbytnio nie przejmować. Staraj się jednak jeść umiarkowanie. W moim przypadku w ciągu ostatnich czterech lat przytyłem i schudłem prawie 20 kg. Takie wahania mają miejsce. Proszę się nie martwić. Proszę spróbować przestrzegać pewnych zasad diety. Wkrótce wszystko może się dla ciebie zmienić. Proszę poważnie przemyśleć to, co jesz. Unikaj wszystkiego, co przyczynia się do przybierania na wadze. Rób wszystko, co pomaga ci schudnąć; jakkolwiek by to było małe.

Kwestie związane ze snami

Pytanie: Praktykujący: **Podczas** wczorajszego wieczornego sadhan początkowo poczułem potężny przepływ energii w okolicy głowy i czoła. Doświadczyłem również bólu i ciężkości w środkowej części klatki piersiowej oraz uczucia w okolicy pępka i czakry Muladhara. Następnie po pewnym czasie głowa cofnęła się maksymalnie 3 razy. Następnie głowicę obrócono 3 razy w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara i przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Sadhan trwał 75 minut. Po sadhan położyłem się na łóżku. Nie brakowało intensywnych wrażeń. Zasnąłem, a potem zaczął się sen.

W moim śnie wracałem do domu z pobliskiego sklepu we wsi. Przed domem zobaczyłam mojego sąsiada i złożyłam mu życzenia. Nagle zaczął rozmawiać z kimś za mną. Potem odwróciłem się w tamtą stronę, a potem nikogo tam nie było.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Nagle ośleplem podczas skręcania, przydrożny krzak dotknął mojej twarzy i upadłem. Nagle otworzyłam oczy i poczułam drętwienie na całym ciele.

Moja odpowiedź: OK, bardzo ładnie. Cieszę się, że regularnie uprawiasz sadhan. Krija odbywają się u was regularnie. Proszę kontynuować praktykę w ten sam sposób. Proszę nie przejmować się doświadczeniami ze snów. Krija nie są ani niszczone, ani gromadzone podczas stanu snu.

Pytanie: Ten sam praktykujący: To nie był zwykły sen, którego doświadczyłem wcześniej. Uczucia spadania i dotykania były rzeczywiste i prawdziwe.

Moja odpowiedź: ok. Rozumiem, że twój sen był bardzo intensywny. Niemniej jednak pamiętajcie, proszę, że karma nie są ani tworzone, ani niszczone podczas stanu snu. Są to po prostu twoje zmysłowe wrażenia nagromadzone w podświadomości, które pojawiają się, gdy twój umysł jest w stanie snu. Co się stało po przebudzeniu ze snu? To po prostu wyblakło jako wspomnienie, chociaż wydawało się prawdziwe, kiedy byłeś w stanie snu. Jeśli jednak będziesz ciągle przypominać sobie swój sen, wspomnienie to stanie się świeżą karmą i może się powtórzyć później. Proszę to zrozumieć. Dlatego po prostu odpuść. Nic innego dla ciebie nie znaczy. Nie przepowiada też żadnych przyszłych wydarzeń.

Pytanie: Praktykujący: Nie medytowałem regularnie z powodu opieki nad moim małym dzieckiem. Jednak słucham mojej mantry przez słuchawki przed snem. Zeszłej nocy, słuchając mojej mantry, miałem sen, w którym zobaczyłem węża-kobrę, który podążał za mną wszędzie w moim śnie. Czy to ma coś wspólnego z krija?

Moja odpowiedź: Wizja węża podczas snu jest bardzo pomyślna dla praktykujących Shaktipat. Proszę się tym nie martwić. Jednak nie jest to uważane za krija, ponieważ karma nie są ani tworzone, ani niszczone podczas stanu snu. Cieszę się, że regularnie słuchasz mantry. Sprowadza się to jedynie

do intonowania mantry. Jednakże, proszę, nie rozpoczynaj sadhan, dopóki w pełni nie wyzdrowiejesz po niedawnym porodzie.

Pytanie: Praktykujący: Dzisiaj podczas popołudniowej drzemki śniło mi się, że jakiś nieznany mi stwór atakuje mnie od tyłu. Był tak ciężki, że zaczął mnie gryźć. Potem zacząłem intonować Guru Mantrę i odepchnąłem go. I nagle wyszedłem ze swojego snu.

Moja odpowiedź: ok. Tego rodzaju dziwne sny są normalne po inicjacji Shaktipat. Proszę się nimi zbyt nie przejmować.

Pytanie: Praktykujący: Mój sadhan przebiega w zwykły sposób. Czy sadhan jest również związany ze snami?

Moja odpowiedź: Karmy nie są niszczone ani tworzone podczas stanu snu. Jednak sny są doświadczane tylko z powodu nagromadzonej karma.

Pytanie: Praktykujący: Powiedziałeś, że karmy nie ulegają zniszczeniu w stanie snu. Czy to dlatego, że karma to działanie, a sny to tylko metadziałanie?

Moja odpowiedź: Tak, proszę, ponieważ interesujemy się konsekwencjami naszych działań tylko wtedy, gdy jesteśmy w stanie czuwania. Ponieważ te działania są zabarwione egoizmem, muszą zostać wyeliminowane, gdy umysł jest w tym samym stanie. Podczas głębokiego snu egoizm jest prawie zerowy. Dlatego też stan snu nie ma wpływu na naszą karmę.

Pytanie: Praktykujący: I Miałem sen kilka dni temu, że wszyscy w moim domu we śnie nie żyli tego samego dnia. Moja mama, jedna z moich dalekich babć mieszkająca w naszym domu wiele lat temu, nasza pomoc domowa i pies zginęli tego samego dnia w moim śnie. Chciałem sprawdzić, czy to coś znaczy. Jeśli chodzi o mój sadhan, praktykuję w każdą sobotę i niedzielę, trwając prawie godzinę.

Moja odpowiedź: Proszę, nie martw się w ogóle snem. To w ogóle nic nie oznacza. Jest to po prostu spowodowane twoją nagromadzoną karmą w przeszłości. Tymi karmami może być wszystko, łącznie z twoimi lękami i obawami z poprzednich wcieleń, które są pomieszane i manifestują się teraz w twojej podświadomości podczas stanu snu. Ale proszę pamiętać, że karma ani nie ulegają zniszczeniu, ani nie gromadzą się na nowo podczas stanu snu.

Dlatego proszę, róbcie regularnie swój sadhan. Podczas stanu przebudzenia tylko takie karma są niszczone, gdy jesteś w sadhan. Dlaczego ograniczasz swój sadhan tylko do soboty i niedzieli, skoro dajesz 5 dni przerwy pomiędzy nimi? Sadhan wykonywany w ten sposób nie przyniesie ci optymalnych korzyści, chociaż część karma zostanie zniszczona. Sadhan powinien być regularny. Codziennie lub co drugi dzień powinno to być jak olej wylewający się z naczynia. W takim strumieniu sadhan cała twoja karma jest szybko zmywana z twojej podświadomości. Poza tym ciesz się, że przynajmniej nadal praktykujesz sadhan.

Pytanie: Praktykujący: Śniło mi się zeszłej nocy spotkanie z moją byłą dziewczyną. Dzieliliśmy wiele dobrych chwil, dopóki jej matka i siostra nie weszły na scenę, a nawet się przytuliliśmy. Potem jej matka i siostra (nieprawdziwe) przyszły, by stworzyć problemy, jak w każdej innej historii, i zadzwonił budzik, a ja się obudziłem. Czy ma to związek z krijami?

Moja odpowiedź: Nie, proszę. W stanie snu karma ani nie niszczą, ani nie gromadzą. Zatem cokolwiek dzieje się w stanie snu, nie jest to krija. Chociaż wskazują one na karmę nagromadzoną w twojej podświadomości. Proszę się tym zbyt nie przejmować. Jeśli będziesz ciągle pamiętał swój sen, wtedy wspomnienie snu będzie się gromadzić jako nowa karma. Taki jest pomysł.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Czy to znaczy, że sny nie niosą ze sobą żadnego przesłania, które mogłoby zmienić

nasze życie? Jaki jest zatem prawdziwy cel snów? Czy tak samo jak iluzoryczny świat, w którym żyjemy?

Moja odpowiedź: Nagromadzona karma lub zmysłowe wrażenia pojawiają się w twojej podświadomości. To wszystko. Z duchowego punktu widzenia nie wpływają one na twój wzrost. Sny nie mają żadnego wpływu na twoje życie. Nic nie oznaczają. Stan snu to tylko stan umysłu, chociaż niektórzy ludzie próbowali zrobić z niego sztukę. Interpretacja snów nie jest nawet uznawana przez naukę za naukę ścisłą. Według starożytnych tekstów jogi po prostu nic nie znaczą. Dlatego proszę, nie rozpraszać się snami i po prostu o nich zapomnij. Tak, to dokładnie tak, jak iluzoryczny świat, w którym żyjemy.

Pytanie: Praktykujący: Czasami zdumiewają mnie sny, które widzę. Kilka dni temu zobaczyłem, jak stoję się siddhą, a wokół mnie zebrało się wielu ludzi, którzy szukali mantry, aby spełnić swoje ziemskie pragnienia. Teraz jestem przekonany o bezużytecznej naturze snów.

Moja odpowiedź: Prawdopodobnie są to twoje wewnętrzne pragnienia lub nagromadzona karma. Pragnienie zostania duchowym Guru jest jak każde inne materialistyczne pragnienie. W żaden sposób nie różni się od innych ziemskich pragnień. Dlatego proszę, nie skupiajcie swojego umysłu na takich rzeczach. Zamiast tego skup się na swoim rozwoju duchowym. Martw się tylko o siebie.

Pytanie: Praktykujący: Poszedłem spać zeszłej nocy; po około pół godzinie snu obudził mnie koszmar, w którym tonęły moje dzieci. A we śnie uratowałem ich przed utonięciem. Obudziłem się i zdałem sobie sprawę, że to był tylko sen, a potem próbowałem ponownie zasnąć.

Następnie, kiedy zacząłem ponownie zasypiać, spojrzałem na swój krajobraz. Zobaczyłem morze fraktalnych trójkątów pokrytych tęczowym, świetlistym światłem, wypełniającym całe moje pole widzenia. Moją natychmiastową reakcją było myślenie o moim Guru. Ale przesłanie, które przyszło, było

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

takie, że mój Guru jest już wewnątrz fraktalnych trójkątów, w świetle, które obserwuję, we mnie. To wypełniło całą moją wizję, a ja nie spałem. Zostawiłem go więc i obserwowałem, jak zasypiam.

Moja odpowiedź: Dziwne sny są typowe dla sadhaków z powodu wirującego efektu wytwarzanego przez kosmiczną moc w podświadomości. Druga część musi być stanem Tandra, a nie snem. Pionowy trójkąt oznacza Lorda Shiwę, a odwrócone trójkąty w środku oznaczają Shakti lub energię kosmiczną.

Pytanie: Praktykujący: Ostatnio moje życie było bardzo zajęte napiętym harmonogramem i wieloma sprawami domowymi. Zeszłej nocy poszedłem spać wcześniej niż w zwykłe dni o 23:00. W ciągu kilku minut miałem długi sen z wizją wszystkich naszych Guru Mandali.

Siedziałem naprzeciwko ciebie. Obok ciebie był Param Guru Swami Sahajanada Tirtha, a obok niego był Swami Shivom Tirtha. Obok niego był Swami Vishnu Tirtha, a obok niego Śri Jogananda. Wyraźnie widziałem nawet Swamiego Narayana Dev Tirthę i Swamiego Gangadhara Tirthę. Wszyscy byli wokół mnie. Obserwowałem wszystkich naszych Guru do 3:30 nad ranem. To najdłuższy sen w moim życiu. Jestem błogosławiony wizją wszystkich guru. Ale nie jestem w stanie zrozumieć przekazu.

Moja odpowiedź: To bardzo pomyślne mieć wizję swojego Guru podczas stanu snu. Co więcej, bardziej pomyślne jest posiadanie wizji wszystkich guru naszej linii. To pokazuje twój surowy sadhan i jak bardzo twój umysł jest skupiony na twoim Guru. Posiadanie wizji guru naszej linii przez tak długi czas dodatkowo wskazuje na powagę twojego sadhan. Proszę, kontynuujcie swój sadhan regularnie w ten sam sposób.

Kwestie związane ze zdrowiem

Pytanie: Praktykujący: Dzielę się moim dzisiejszym sadhan. Miałem uczucie zgniatania w okolicy śledziony i nerek. Czuje

się jak ciężki ból. Miałem jakieś odczucia przypominające wstrząs elektryczny w żołądku i głowie. Nie mogłem siedzieć dłużej niż 20 minut; mój umysł wędrował. Nie byłem w stanie się skupić.

Moja odpowiedź: Dobrze, cieszę się, że uprawiasz sadhan. Nie martw się, jeśli przez długi czas nie możesz wykonywać sadhan. Jednak w nadchodzących dniach obserwujemy bardziej wasze krije. Wrażenie przypominające porażenie prądem jest zrozumiałe. Ale proszę uważać na ból w okolicy żołądka i nerek. Uważaj również na wszelkie problemy zdrowotne.

Pytanie: Praktykujący: Dzielę się moimi przeżyciami z ostatniej nocy w sadhan. Poczułam silne vibracje na całym ciele. Poczułem pewne ruchy u podstawy kręgosłupa. Miałem wizję wspaniałego blasku. Doświadczyłem prądów przepływających przez całe ciało. Moja szyja i plecy były bardzo ciepłe. Pojawił się nagły ból w okolicy żołądka. Silny ból był odczuwany w lewym uchu, rozciągający się na szyję i głowę. Czasami czułem wilgoć w moim wewnętrznym lewym uchu. Doświadczyłem łagodnych fizycznych krii. Moja głowa jest bardzo ciężka. Mogę teraz siedzieć w Padmasanie (postawie lotosu) przez długi czas bez rozciągania nóg.

Moja odpowiedź: Znakomicie, to znaczy, że asan już owocuje. Zacząłeś uzyskiwać stabilność postawy. Uważaj na ból brzucha, który odczuwasz od jakiegoś czasu. Nie bój się sprawdzać pod kątem problemów zdrowotnych. Inne krije są tylko normalne. Nie ma potrzeby się nimi przejmować.

Pytanie: Praktykujący: Czy mogę modlić się do naszych guru o ulgę w chorobie?

Moja odpowiedź: Na pewno. Ale zwykle nie wiadomo, czy Shaktipat pracuje dla jakichkolwiek korzyści materialnych jako takich. Ma spalić twoją karmę. Jednak choroba jest również spowodowana wyłącznie karmą. Proszę więc zrozumieć to z tej perspektywy. Jeśli jesteś zwykłym sadhakiem, energia kosmiczna zatroszczy się o twoje światowe problemy jako dodatkowa korzyść. W przeciwnym razie, bez regularnego

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

sadhan, jeśli ktoś chce używać Shaktipat dla korzyści materialnych, nie będzie to proste. Bo Boga nie da się oszukać!

Pytanie: Praktykujący: Przepraszam, że przeszkadzam, ale u mojego szwagra zdiagnozowano chorobę autoimmunologiczną o nazwie Gillian Barre. Obecnie przebywa w szpitalu na oddziale intensywnej terapii. Czy jest coś lub modlitwy, które mogę zrobić dla niego zdalnie, aby pomóc w jego uzdrowieniu?

Moja odpowiedź: O! Bardzo mi przykro z powodu stanu zdrowia Twojego szwagra. Oczywiście możesz się za niego modlić. Jeśli jest ktoś, kto potrafi uzdrawiać energią na odległość, jak Reiki itp., można to na nim wypróbować. Kilku fachowców można znaleźć w internecie. Poza tym, jako praktykujący Shaktipat, nie będziesz w stanie wpłynąć na jego zdrowie, ponieważ korzyść z przebudzonej energii kundalini jest wyłącznie dla ciebie. To po prostu nie działa w żaden inny sposób niż oczyszczenie twojej karmy. O to tutaj chodzi. Mam nadzieję, że to rozumiesz. Życzę mu szybkiego powrotu do zdrowia.

Pytanie: Praktykujący: U mnie dzisiaj przeziębienie. Czy mogę praktykować sadhan podczas infekcji?

Moja odpowiedź: Nie, proszę. Jeśli nie czujesz się dobrze fizycznie lub psychicznie, proszę, nie rób sadhan. Proszę zrobić sobie przerwę. Szybkiego powrotu do zdrowia.

Pytanie: Praktykujący: Ostatniej nocy, około 20:30-21:00, spacerowałem po domu i poczułem ból w czaszce. W tym momencie nie wykonywałem żadnych ćwiczeń ani nic. Prawdopodobnie poruszyłem głową na boki i tak się stało. Ból był stały, gdy poruszałem głową.

Nawet podczas kładzenia się do snu nie mogłem położyć się na plecach i musiałem spać na boku.

Dziś rano obudziłam się i nadal czułam ból. Uczucie i ból całkowicie ustępują po pół godzinie po przebudzeniu. Nigdy

nie doświadczyłem czegoś takiego. Ból był tylko w mojej czaszce, tylnej części głowy i okolicy korony, a cała głowa była ciężka. Czy to była kriya? Nie robiłem sadhan przez ostatnie 2-3 dni, ponieważ za każdym razem, gdy to robię, czułem się ospały i przygnębiony, więc zrobiłem sobie przerwę.

Moja odpowiedź: Tak, proszę. To tylko krija. Niektórzy z naszych sadhaków również donieśli o podobnym typie krii, jeśli nie dokładnie takim samym. Proszę, zrozumcie, że krija zawsze trwa, niezależnie od tego, czy wykonujecie sadhan, czy nie. Jednak doświadczamy ich wyraźnie, gdy nasze umysły nie są zajęte gdzie indziej. Oznacza to, że kiedy umysł jest w nastroju kontemplacyjnym, uważa się to za sadhan. Oczywiście, doświadczysz krija.

W każdym razie cieszę się, że widzę Twoje postępy. Proszę, kontynuujcie swój sadhan regularnie w ten sam sposób i nie zaniedbujcie sadhan. Przynajmniej utrzymuj swój umysł skupiony na swoim Guru w ciągu dnia tak bardzo, jak to możliwe, od momentu przebudzenia do pójścia spać. To zrekompensuje sadhan i przyniesie ci również wielką korzyść.

Nadwrażliwy umysł

Pytanie: Praktykujący: Dzielę się moimi przeżyciami z ostatniej nocy w sadhan. Różnego rodzaju depresyjne myśli pojawiały się jedna po drugiej. Mimo że nie przeszkadzało mi to emocjonalnie, ilość myśli powodowała, że byłem niespokojny. Doświadczyłem subtelniejszych krija.

Poczułem prądy na szyi, stopach i sercu. Do końca miałem wizję olśniewającego blasku. Moje plecy były bardzo niespokojne. Moje oczy były bardzo ciężkie. Bóle odczuwane w żołądku i żebrach. Z drugiej strony zaczęły się fizyczne krije; z obrotami, kołysaniem od lewej do prawej, tam i z powrotem oraz szyją poruszającą się w kółko. Byłem bardzo niespokojny przez całe 4 godziny w sadhan. Co więcej, czuję się cały czas przy sobie w samotności. Mam ochotę odejść od ludzi i dołączyć do jakiegoś Aszramu, aby prowadzić proste i

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

pobożne życie. Nawet hałas uliczny jest teraz dla mnie za duży. Proszę przewodnik.

Moja odpowiedź: Doskonale; umysł staje się wrażliwy, gdy duża część karmy zostaje zniszczona. Ale to tylko chwilowe zjawisko, zanim uodporni się na wszystko. Omówilem to zjawisko również w mojej książce. Proszę się tym zbyt nie przejmować. Wkrótce możesz nie odczuwać tego w ten sam sposób.

Podobnie zaczyna się rozwijać vayragya, czyli utrata zainteresowania światem zewnętrznym. Wygląda na to, że zaczął się u Ciebie wyświeślać. To bardzo dobre zjawisko, ale musi powoli i systematycznie dojrzewać. Proszę nie zwracać sobie głowy dołączeniem do jakiegokolwiek aśramu. Nie jest to wymagane, ponieważ większość ludzi dołącza do Aszramu, aby robić postępy, więc nie przeszkadza im to. W twoim przypadku sadhan odbywa się już bez żadnych przeszkód. Dlatego wcale nie jest ci to potrzebne.

Światła Vishoka

Pytanie: Praktykujący: Pytanie dotyczące sadhan dzisiejszego poranka; Zacząłem o 4:20 i skończyłem tuż po 6:00. Pod koniec praktyki przetarłem oczy i kiedy to zrobiłem, zacząłem widzieć niebieskie i żółte elektryczne wzory świetlne. Kiedy patrzyłem, zmieniło się w żółte oko z małą żółtą plamką pośrodku, jak mała gwiazda. Kiedy patrzyłem i skupiałem się na środku, wirujący wzór pojawił się z tego środka z powrotem w moją stronę, podobny do rzucającej światło latarni morskiej. Odsunąłem ręce od oczu, a wzór pozostał, gdy fizyczne krije przeszły przez moje ciało i kręgosłup. Czy dostrzeganie tego ma jakieś znaczenie, czy też jest to kolejna krija?

Moja odpowiedź: to tylko krija. Światła widziane podczas sadhan nazywane są światłami Vishoka. Są to subtelne krije mające na celu oczyszczenie waszej karmy.

Zjawisko po śmierci

Pytanie: Praktykujący: Według źródeł, które przeczytałem, jest napisane, że Shaktipat sadhan wyzwala cię z cyklu narodzin i śmierci. Ale skąd wiadomo, kiedy się zatrzyma i co dusza robi po tym drugim planie astralnym?

Moja odpowiedź: Pojazd lub maszyna zwykle przestaje działać w dwóch sytuacjach. Albo z powodu awarii mechanicznej, albo wyczerpania paliwa. Awaria mechaniczna może być spowodowana wypadkiem związanym ze zużyciem lub nagłą usterką techniczną. W każdym razie osoba wie, że maszyna przestała działać, kiedy to się stanie.

Albo idzie po nową maszynę, albo ją naprawia, jeśli jest to ekonomicznie opłacalne. Jeśli jednak jest to spowodowane wyczerpaniem paliwa, dana osoba wie o tym dobrze w czasie i w czasie rzeczywistym, odczytując wskaźnik paliwa. Albo stale go uzupełnia, jeśli podróż wciąż musi się zakończyć, albo nie przejmuje się, jeśli podróż ma się skończyć, zanim paliwo się wyczerpie.

Podobnie organizm ludzki przestaje funkcjonować w dwóch sytuacjach; śmierć lub wyzwolenie. Nazywa się to śmiercią, jeśli ciało staje się nie do utrzymania dla duszy z powodu ogólnego zużycia / starości lub wypadku lub choroby, zarówno fizycznej, jak i psychicznej. Może zdecydować się na leczenie medyczne lub psychologiczne, jeśli jest to ekonomicznie opłacalne. W każdym razie wie po tym, jak opuścił ludzkie ciało. Wchodzi do nowego łona, aby wytworzyć sobie nowe ciało.

Drugi warunek dotyczy wyczerpania nagromadzonego zasobu karmy. Oznacza to, że to karma napędza życie, czy to w ciele ludzkim, czy zwierzęcym. Również w tym przypadku świadomość zostaje wygenerowana dla osoby, ponieważ karma szybko się wyczerpuje.

Jednak wskazanie jest odczuwane od wewnątrz. Zwykle doświadcza się tego w formie błogości. Życie też zwykle się

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

upraszcza. Mówi się jednak, że korzystna dla społeczeństwa karma jest doświadczana w miarę jak zbliża się do wyczerpania człowieka. Ale osoba nie ma innego wyboru, jak tylko zamieszkać w ciele, ponieważ technicznie jest to niewykonalne, tak jak nie można prowadzić pojazdu, gdy paliwo się wyczerpało.

Mówię to z jednym zastrzeżeniem. Kilku dżentelmenów przeciwstawiło się temu prawu karmy. Musieli żyć na tej planecie bez takiego paliwa w postaci karmy równowagi, która napędzałaby ich życie. Nie mogę się wypowiedzieć na temat tych panów. Są czczeni przez ludzkość jako bogowie praktykujący różne religie.

Pamiętając o powyższej narracji, postaram się odpowiedzieć na pytanie sadhaka. Dusza wie, że jest wyzwolona z cyklu narodzin i śmierci, ponieważ dobrowolnie opuszcza ciało. Jednak nadal można mieszkać, ale technicznie nie jest to możliwe z powodu wyczerpania paliwa/karmy. Od tego momentu joga skończyła się, jak wiadomo ludzkości. Ponieważ kiedy karma się wyczerpuje, umysł zatrzymuje się, a człowiek poznaje Boga.

Przypomnij sobie, proszę, słynną wypowiedź Jezusa z Biblii na ten temat. Bóg wspaniałomyślnie ogłasza, mówiąc: „Uspokój swój umysł i wiedz, że ja jestem Bogiem”. Jest to to samo stwierdzenie we wszystkich tekstach o jodze. Uspokajanie umysłu to joga. Tak więc joga znana ludzkości kończy się po osiągnięciu tego celu, jakim jest spokój umysłu.

Po tym rozpoczyna się nowa faza duchowego wniebowstąpienia. Proszę pamiętać, że na tym etapie nadal obowiązuje dualizm. Świadomość siebie jest nadal obecna nawet na tym etapie. Tylko najbardziej zewnętrzna powłoka znika, gdy dusza opuszcza wulgarne ludzkie ciało po wyczerpaniu całej karmy. Subtelne ciało z pozostałymi powłokami jest nadal nienaruszone. Jednak nie ma już paliwa/karmy, aby wyprodukować nowe, prymitywne ciało z krwi i kości. Raczej porzuciłby wulgarne ludzkie ciało,

choć nadal można w nim mieszkać z powodu wyczerpania paliwa/karmy.

Nikt nie wie, co dzieje się później. Wszystkie teksty jogi i różne starożytne teksty sanskryckie milczą na ten temat. Nikt nigdy nie wrócił, aby opowiedzieć historię, ponieważ jest to technicznie niemożliwe.

Jednak pewne wnioski można spekulować na podstawie starożytnych tekstów sanskryckich. Próbowałem rozwinąć ten temat w mojej książce „The Illusion”. Istoty nadal istnieją w dualizmie po tym, jak przestają być istotami ludzkimi. Nazwij je istotami niebiańskimi lub istotami o ciałach subtelnych. Zachowują dwoistość na zawsze. Niektóre z nich mogą przyjmować ciała niebieskie, takie jak gwiazdy i planety. Oni również ulegają dezintegracji i odradzają się ponownie z każdym cyklem tworzenia nowego wszechświata. Nadal praktykują ostatnią fazę duchowej podróży, zwaną w sanskrycie Shambhavopay.

Teoretycznie ostateczne połączenie z najwyższą mocą kosmiczną powinno mieć wpływ, ponieważ istnieje tylko jedno bóstwo przenikające kosmos w sposób nieskończony i wieczny. Ale ramy czasowe są zbyt długie, aby ta ostatnia faza mogła się skończyć, jeśli kiedykolwiek się wydarzy. Stąd praktycznie przyjmuje się, że dualizm istnieje wiecznie dla duszy.

Z tego punktu widzenia zarówno zwolennicy Advaita Vedanta, czyli monizmu, jak i Dvaita Vedanta, czyli dualizmu, mają poniekąd rację. Od tego momentu kończymy tylko na debatach akademickich. Moja wiedza o tych filozofiach jest zerowa. Dlatego nie potrafię odpowiedzieć na zadane przez Ciebie pytanie, co dzieje się po wyzwoleniu z cyklu narodzin i śmierci.

Sprzeczności w różnych książkach

Pytanie: Praktykujący: Czytałem w książce Shivoma Tirthji, że praktykę kundalini należy wykonywać tylko w nocy

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

podczas Shukla Paksha. Więc praktykowanie rano Krishna Paksha nie jest dobre?

Moja odpowiedź: Teksty starożytnej jogi mają służyć jako ogólne wskazówki, także dla osób praktykujących niezależne systemy jogi, takie jak Ashtanga Joga czy Radža Joga. Podczas gdy wy nie wykonujecie żadnej praktyki jako takiej na naszej ścieżce poza siedzeniem w stanie świadka lub milczącego widza. Przebudzona energia kundalini robi wszystko, co musi być zrobione w twoim ciele i umyśle. Więc gdzie jest kwestia wykonywania sadhan lub praktyki?

Dlatego proszę zrozumieć to z tego punktu widzenia. Od czasów Swamiego Gangadhara Tirthy wszystkie nasze aśramy w Indiach podążają tą ścieżką Shaktipat. Nie biorą pod uwagę żadnych takich nauk. Dlatego nas to nie dotyczy. Pamiętaj o tym również na przyszłość. Na kilku platformach możesz znaleźć kilka sprzeczności.

Książki mogą coś powiedzieć, a YouTube czy literatura internetowa może coś powiedzieć. Ale cała taka literatura dotyczy głównie niezależnych systemów jogi. Nawet jeśli odnosi się to do Shaktipat, może się różnić w zależności od parampara. Komu wierzysz? Która parampara jest autentyczna? Która parampara jest fałszywa? Kto mówi ci prawdę, a kto nie? Jeśli skupiasz się na innych rzeczach, to jest problem.

Nie ma nic znanego jako doskonały sadhan lub praktyka. Podobnie, nie istnieje nic znanego jako doskonały system jogi. Po prostu zaufaj swojemu Guru i miej wiarę w najwyższą moc kosmiczną, a nie inne rzeczy, takie jak książki itp. Proszę, nie martw się o te rzeczy. Zdaję sobie sprawę, że mówisz tylko z ksiąg naszej parampara. Jeśli widzisz powyższy tekst na obrazku, Jego Świątobliwość zacytował tylko niektóre fragmenty starożytnych tekstów jogi. To zbyt ogólne, proszę.

W pewnym sensie podążamy również za cyframi księżyca. Dlatego nie udzielam inicjacji Shaktipat we wszystkie dni. Ale to nie ma zastosowania po inicjacji Shaktipat. Wszystko to ma

zastosowanie przed Shaktipat. Dlatego nie martw się, jeśli znajdziesz coś sprzecznego. Proszę nie skupiać się na czymś w odosobnieniu.

Na koniec, proszę, nie mieszajcie tradycji wedyjskich z tradycjami jogi. Na przykład, wiecie, że większość guru w naszej parampara przestrzega tradycji sanyasy, nosząc szafranowe ubrania itp. Jednak Jego Świątobliwość Sri Yogananda nie przestrzegał. Dlatego w takich rzeczach nie ma nic świętego. To, do czego odnosił się Jego Świątobliwość w powyższej książce, jest generalnie z klasycznego punktu widzenia, zgodnie ze starożytnymi naukami.

Po co ta cała dyskusja? Mój własny Guru ji, Jego Świątobliwość Swami Sahajananda Tirtha (obecnie 98 lat) nigdy nie mówił o takich ograniczeniach dla sadhan. Był jednym z bezpośrednich uczniów Jego Świątobliwości Swamiego Shivoma Tirthy tylko w aśramie Dewas. Nie widziałem też, by przestrzegano tego w innych aśramach w Indiach.

Kwestie związane ze snami na jawie

Pytanie: Praktykujący: Podczas sadhan śnię na jawie. Przeptyw myśli jest naturalny i akceptowalny w sadhan. Ale śnienie na jawie jest jak nadawanie przypadkowej myśli wymuszonego kierunku. Czy jest klasyfikowany jako krija? Jeśli nie, to co można z tym zrobić? Bo zauważyłem, że w moim przypadku przez większość czasu podczas sadhan pochłaniają go te rozmarzonymi myślami. Jestem zdezorientowany tym, czym siedzenie w sadhan różni się od siedzenia beczynnie, co robię przez większość czasu.

Moja odpowiedź: Istnieje cienka granica między naturalną myślą pojawiającą się w twoim umyśle a nadawaniem jej wymuszonego kierunku. Ta pierwsza jest krija, a druga będzie nową karmą. Ale nie ma się czym martwić, ponieważ są one stosunkowo łatwiejsze do wyczyszczenia później. Zrozumiałe jest, że ilekroć w twoim umyśle pojawia się naturalna myśl,

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

prowadzi to do sekwencji różnych myśli. Sekwencje te są również kriyas tylko w pewnym sensie.

Ale pamiętaj proszę, że jeśli one również naturalnie powstają z pierwszej myśli, dzieje się tak, aby oczyścić twoją karmę. Ale załóżmy, że celowo próbujesz pomyśleć o czymś, co mogłoby oczyścić twoją karmę związaną z tym tematem. W takim przypadku stanie się to nową karmą.

Pamiętaj tylko o zasadzie głównej, że nie możesz oszukać wszechwiedzącej energii kosmicznej. Dopóki nie zamierzasz oszukać energii kosmicznej, nie ma się czym martwić. Czasami praktykujący stają się zbyt pasjonatami swoich myśli. Proszę się tym zbyt nie przejmować. Stosunkowo łatwiej jest je później usunąć, nawet jeśli zdarzy się, że nagromadzą się jako karma. Ale proszę, nie próbujcie oszukać najwyższej mocy kosmicznej. To wszystko, co musisz zrozumieć. Nadanie myśli wymuszonego kierunku należy rozumieć z powyższej perspektywy. Mam nadzieję, że teraz masz jasność.

Pytanie: Ten sam praktykujący: To całkiem jasne, ale problem polega na tym, że umysł jest trudny do kontrolowania. Intelktualnie możemy zrozumieć powyższą koncepcję, ale w praktyce trudno jest zrozumieć, co dzieje się w umyśle. Możemy tylko modlić się do ciebie i Guru Parampara o pomoc.

Moja odpowiedź: Tak, zgadzam się z tobą. Dlatego powiedziałem, że istnieje krucha granica między karmą a kriją. Trudno jest zorientować się, kiedy naturalna myśl wślizguje się w namiętą myśl, czy też nadajesz jej wymuszony kierunek. Ale nie ma potrzeby się tym martwić. Nawet jeśli gromadzi się jako nowa karma, stosunkowo łatwiej jest ją później usunąć. Dlatego nie ma potrzeby się tym przejmować. Proszę, zrozumcie, że im bardziej subtelna krija, tym bardziej jest podatna na gromadzenie się jako nowa karma. W rzeczywistości istnieją inne rodzaje krii związane z erozją egoizmu, które są trudniejsze do zrozumienia.

Na przykład praktykujący przechodzi pewnego rodzaju publiczne upokorzenie w ramach krii. W takim przypadku istnieje większe prawdopodobieństwo, że nieprzyjemne doświadczenie kumuluje się jako karma. Zrozumiałe jest, że praktykujący mogą nie być w stanie zachować odpowiedniego beznamietności podczas przechodzenia przez takie doświadczenia. Ale nie ma co się tym zbyt przejmować. Jak wielokrotnie powtarzałem, taką świeżą karmę później łatwo się czyści. Proszę zastosować tę zasadę kciuka do różnych myśli i emocji pojawiających się podczas sadhan. Po prostu się nimi nie przejmuj. Bądź odważny i kontynuuj swoją praktykę w takich chwilach.

Ramy czasowe owocowania Mahajogi

Pytanie: Praktykujący: Słyszałem, że wielu mędrcom zajęło więcej niż jedno życie, aby osiągnąć wyzwolenie. Nawet w niektórych przypadkach, jeśli dana osoba otrzymała inicjację Shaktipat od swojego Guru w poprzednich żywotach, ta sama osoba, kiedy się odrodzi, nie będzie wiedziała nic o swoim poprzednim życiu. Prawdopodobnie popelnią wiele grzechów, zanim zostaną zainicjowani przez Guru. Więc osoba musi też cierpieć karmę tego życia, prawda? Dlaczego boskość nie sprawia, że to wszystko dzieje się w jednym życiu? Tak, aby dana osoba była przynajmniej oszczędzona od karmy swojego przyszedłego życia/życia?

Moja odpowiedź: Tak, to, co slyszaleś, jest prawdą. Po Shaktipat zwykle potrzeba więcej niż jednego życia, aby osiągnąć stan samadhi, czyli stan bez myśli. Ale powtarzam jeszcze raz tylko po to, by osiągnąć stan samadhi, a nie mokszy. Jednak mówi się również, że Mahajoga może zaowocować w ciągu 6, 9 lub 12 lat, w zależności od powagi sadhan. Ale to są szerokie miary. Głównie chodzi o sprawy akademickie. A tak poważnie, przewidywanie wyników i terminów jest niemożliwe.

Powodem tego są ogromne ilości karmy zgromadzone przez praktykującego z poprzednich wcieleń. Jednak praktykujący

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

rozpoczyna podróż w następnym życiu dokładnie od miejsca, w którym je opuścił. To jest srebrna podszewka. Jednak w międzyczasie praktykujący popelnia coraz więcej karmy. Jest to proces ciągły. Nie możesz tego zrobić schludnie i czysto. To po prostu niemożliwe.

To tak jak z naprawą drogi w czasie ruchu. Problem nie jest spowodowany przez Boga, ale przez samego praktykującego. Wszystko to jest związane z bilansem karmy. Z punktu widzenia jogi możliwe jest osiągnięcie stanu samadhi również w ciągu jednego życia. Wreszcie znowu używasz słowa „grzechy”. Proszę zrozumieć, że joga nie rozróżnia świętych od grzeszników. Dlatego proszę zawsze i wszędzie używać słowa "karma".

Zabawa intelektualna

Pytanie: Praktykujący: Proszę rozwinąć kwestię intelektualnej rozrywki. Jeśli czytamy lub oglądamy Ramajanę i stajemy się emocjonalni, czy to również tworzy świeżą karmę?

Moja odpowiedź: Wszystko, co sprawia ci przyjemność poprzez fizyczne zmysły, nazywa się rozrywką cielesną. Wszystko, czego pragniesz poprzez umysł, nazywa się rozrywką emocjonalną. Wszystko, co sprawia ci przyjemność dzięki intelektowi, nazywa się rozrywką intelektualną. Może to składać się z dwóch części; jeden odnosi się do sztuk takich jak literatura, muzyka, filozofia itp. drugi do nauk ścisłych; dedukcja logiczna, racjonalne myślenie itp.

Krótko mówiąc, wszystko, co dotyczy kreatywności. W przypadku czynności, takich jak czytanie pism świętych, takich jak Ramajana, oglądanie jej w formie teatralnej itp., wzruszenie jest oczywiście związane z emocjonalnym rozbawieniem. Ta emocjonalna rozrywka jest zasadniczo podzielona na dziewięć kategorii; humor, romans, współczucie, wstręt itp. Oczywiście, jeśli twój umysł jest zaangażowany w którąkolwiek z tych emocji, staje się to emocjonalną rozrywką. Jednak pisma święte, takie jak Ramajana, zajmują się również rozrywką intelektualną,

ponieważ znajduje się w nich również wiele dyskusji na temat etyki. Dlatego to zależy od tego, kto to czyta. Jeśli czyta ją inteligentna osoba, może odkryć intelektualną rozrywkę.

Ponieważ twoje powyższe pytanie jest skierowane na emocjonalną stronę, oczywiście uważa się, że ma ono na celu emocjonalną rozrywkę. Na koniec, proszę, zrozum jedną kluczową kwestię, abyś nie był zdezorientowany ani przytłoczony niczym, bez względu na to, jak wielkie może się to wydawać. Wszystko, co odnosi się do ciała, umysłu lub intelektu, znajduje się w królestwie Majów, iluzji lub energii kosmicznej. JA ma być nawet poza sferą tej kosmicznej energii. Ale z drugiej strony joga nie dotyczy JAŻNI, ponieważ jej właściwością jest jedynie doprowadzenie umysłu do stanu bez myśli.

Religia i duchowość

Pytanie: Praktykujący: Dlaczego nie traktujemy Religii i Duchowości jako ścieżek świętego życia we właściwej ich perspektywie?

Moja odpowiedź: Ludzie, którzy praktykują niezależne systemy jogi, takie jak ścieżka oddania lub Bhakti Joga, robią to, ale nie dotyczy to praktykujących Shaktipat. Cokolwiek ludzie dążą do osiągnięcia w niezależnych systemach jogi, jest już osiągnięte po prostu dzięki łasce Guru po Shaktipat. Bycie religijnym i pobożnym to tylko technika stosowana w Bhakti Jodze. To tylko sposób na oszukanie umysłu w samadhi.

W rzeczywistości istnieje kilka innych systemów jogi i tantrycznych metod osiągania duchowego wzrostu. Dlaczego więc wszyscy będą traktować religię i pobożność jako jedyne środki do duchowości? Proszę zrozumieć to z tej perspektywy.

Na koniec pamiętaj proszę, że po ukończeniu szkoły średniej nie wraca się do szkoły średniej. Bycie religijnym i pobożnym, nawet po Shaktipat, oznacza to samo. Niestety, ludzie boją się przestać praktykować religię. W rezultacie religia staje się

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

przeszkodą dla praktykujących jogę po Shaktipat. Nie chcę przez to powiedzieć, że każdy powinien natychmiast przestać praktykować religię, ponieważ każdy może nie mieć odpowiednich warunków psychicznych. Należy jednak powstrzymać się od uporczywego trzymania się religii po Shaktipat. Mam nadzieję, że masz teraz ogólny pomysł.

Kwestie związane z seksem

Pytanie: Praktykujący: Czy seks jest rzeczą naturalną, tak jak jedzenie i sen, u każdego? A może tworzy własną karmę?

Moja odpowiedź: Pięć organów działania w ludzkim ciele wykonuje pięć różnych karm. Prokreacja jest jedną z takich karm, dzięki której dokonuje się rozmnażanie gatunku przez Boga. Dlatego narząd płciowy został zaprojektowany dla ludzkiego ciała. Ale to nie jest obowiązkowa karma jak jedzenie i spanie.

Oznacza to, że człowiek nie musi pomagać Bogu w rozmnażaniu gatunku. Jeśli spróbuje to zrobić, to oczywiście zostanie złapany w boską grę Boga znaną jako Maya lub kosmiczną iluzję.

Podczas gdy jedzenie jest obowiązkową karmą dla utrzymania ciała, tak jogę można wykonywać na początkowych etapach. W zaawansowanych stadiach wymogu wykonywania tych karm może nie być. Istnieje coś takiego jak strumień ambrozji, który ma dostać się do gardła z górnej części. Ciało praktykującego ma być odżywiane i podtrzymywane aż do uzyskania mokszy. Ma to oczywiście na celu oszczędzić praktykującemu gromadzenia nowej karmy związanej z utrzymaniem ciała.

Z tej perspektywy oddanie się aktywności seksualnej jest równoznaczne z zaspokojeniem pragnień cielesnych.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Powoduje to nagromadzenie nowej karmy. Jest to podobne do jedzenia żywności przekraczającej podstawowe wymagania. Na przykład jedzenie pizzy może nie być obowiązkowe dla utrzymania organizmu. Pomaga jednak spełnić cielesne pragnienia dotyczące smaku. Dlatego wszystkie pięć narządów działania jest powiązanych z pięcioma organami zmysłów, które pomagają gromadzić karmy.

Wreszcie, jest to masowe pobłażanie, które tworzy ogromne ilości nowej karmy. Minimalna pobłażliwość również będzie kumulować karmy, ale stosunkowo łatwo będzie je później oczyścić. Spróbuj zrozumieć całą tę koncepcję kompleksowo, a nie w odosobnieniu. W przeciwnym razie istnieje niebezpieczeństwo niezrozumienia mojego przesłania.

Ludzie oddają się zaspokajaniu swoich cielesnych pragnień pod pretekstem, że jest to rzecz naturalna. Jaki jest sedno powodu odpustu? To się liczy. Praktykujący musi być wobec siebie szczerzy. Wtedy odpowiedź ujawnia się wewnętrznie. Jednak praktykujący nie muszą się zbytnio bać tej liczby. To, co powiedziałem powyżej, ma zastosowanie w idealnym scenariuszu praktyki jogi.

W przeciwnym razie pobłażanie zmysłowym przyjemnościom, wiedząc, że dołożą się one do karmy, ma miejsce u prawie każdego praktykującego na początkowych etapach. Powoli traci się zainteresowanie. Nazywa się to „vairagya”, czyli utratą zainteresowania światem zewnętrznym. Dlatego nie ma określonej zasady określającej, czy seks jest grzeszny, czy naturalny. To zależy od sytuacji. Zdecydowanie tworzy nową karmę. To jest podstawa.

Osoby praktykujące niezależne systemy jogi, takie jak Ashtanga Yoga, unikają jej, aby pomóc im zachować coś, co nazywa się „Ojas”. Na naszej drodze takiej konieczności nie ma. Proszę nie zawracać sobie głowy tymi akademickimi sprawami. Po prostu skup swój umysł na sadhan. Wszystkie odpowiedzi są ci objawiane wewnętrznie w miarę postępów

na ścieżce jogi. W przeciwnym razie istnieje niebezpieczeństwo odejścia od głównego dania i popadnięcia w intelektualną rozrywkę umysłu. Rozrywka intelektualna jest również jak każde inne spełnienie cielesnych pragnień.

Pytanie: Praktykujący: Dziś mam się lepiej niż wczoraj. Zrobiłem też pranayamę. Chcę cię tylko zapytać, czy z powodu przebudzenia kundalini traci się zainteresowanie seksem. Teraz naprawdę tracę zainteresowanie.

Moja odpowiedź: Nie ma czegoś takiego w początkowej fazie. Zamiast tego czasami wzrasta z powodu ruchu energii w pobliżu czakry Svadhisthana, co ma miejsce jako krija. Rozpocznie się powszechna utrata zainteresowania światem materialistycznym, który nazywa się vairagya. Ale pojawia się na znacznie późniejszych etapach, obejmując wszystkie aspekty życia, a nie seks tylko w izolacji. Ale załóżmy, że dzieje się to z tobą w odosobnieniu, jeśli chodzi o popęd seksualny. W takim przypadku jest to tylko zjawisko przejściowe.

Proszę, nie zwracaj sobie głowy ani nie skupiaj się zbyt mocno na myśleniu, że straciłeś zainteresowanie seksem. Pamiętaj, że po przebudzeniu energii kundalini nie wpłynie to niekorzystnie na twoje ciało. Obejmuje to narząd płciowy. Może się to zdarzyć tylko podczas przypadkowego przebudzenia bez formalnego nadzoru Guru. W przeciwnym razie w ogóle nie musisz się tym martwić. Proszę jednak sprawdzić inne problemy zdrowotne, takie jak stres psychiczny itp.

Pytanie: Praktykujący: Moje doświadczenia z ostatnich 3-4 tygodni. Odczuwam dużo wibracji w tylnej części kręgosłupa w pobliżu czakry Svadisthana i czakry serca. Mam silne przekrwienie błony śluzowej nosa, szczególnie o 3:30 nad ranem. Budzę się bez tchu. Czasami czuję wibracje trzeciego oka.

Moja odpowiedź: Zaobserwowano, że po przebudzeniu energii kundalini u człowieka pojawia się zatłoczony nos, zwykle w następstwie intensywnego aktu seksualnego. Powiedziałeś,

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

że wibracje występują w czakrze Svadhisthan. Bliskość narządu płciowego do czakry Svadhisthan może spowodować przekrwienie błony śluzowej nosa. Ida i Pingala nadis, które pochodzą z czakry Muladhara, kończą się w nozdrzach po przeciwnych stronach. Oznacza to, że ida nadi zaczyna się od lewej strony, kończy w prawym nozdrzu i odwrotnie. Jak rozumiem, może to być przyczyną przekrwienia błony śluzowej nosa. To tylko krija. Dlatego w ogóle nie trzeba się tym przejmować.

Pytanie: Praktykujący: Co kobiety powinny zrobić z energią seksualną? Czy masturbacja to marnowanie siły życiowej? Czy kobiety powinny budować tę energię, zatrzymując ją? Jeśli kobieta jest samotna i nie ma nikogo, z kim mogłaby uprawiać kochający seks, co najlepiej zrobić?

Odpowiedź innego praktykującego: Zgodnie z moją dyskusją z Guru Ji, te pytania i stojąca za nimi psychologia zostaną rozwiązane automatycznie w miarę postępów w medytacji. Więc zostaw to boskiej sile, aby zrobiła to, co jej się podoba. Ta ścieżka sprawia, że jesteś pasażerem na autopilocie. Waszym zadaniem jest okazywanie szacunku Guru parampara i medytowanie zgodnie z instrukcjami Guru. Wszystkie te psychologiczne węzły, w które się zawiązujemy, zostaną automatycznie rozwiązane dzięki łasce naszych guru i waszego sadhan. Oto, co zrozumiałem.

Moja odpowiedź: Proszę zrozumieć, że poruszona przez Panią kwestia dotyczy nie tylko kobiet, ale także mężczyzn. Jednak zachowanie energii seksualnej poprzez powstrzymywanie się od aktywności seksualnej, zarówno fizycznej, jak i psychicznej, nie dotyczy wszystkich praktykujących jogę. Celibat zaleca się praktykować głównie w Ashtanga Jodze lub Raja Jodze dla rozbudzenia energii kundalini.

Mówi się, że zatrzymana energia seksualna jest przekształcana w coś znanego jako „Ojas”. Zgodnie z tekstami jogi, wpływ, jaki dana osoba wywiera na swoich bliźnich, ma być

podyktowany wyłącznie mocą „Ojas”. Zachowanie energii seksualnej jest również uważane za dobre dla kości i stawów, zgodnie ze współczesną nauką. Pamiętam, że gdzieś o tym czytałem, chociaż moja wiedza o nauce współczesnej jest zerowa.

Poza tym w różnych innych systemach jogi celibat nie jest praktykowany. W rzeczywistości w niektórych technikach tantrycznych jest to również obowiązkowy wymóg. To, co powinna robić osoba samotna lub żonata, nie ma nic wspólnego z praktyką jogi. Każde działanie, wykonywane bezkrytycznie, jest tylko karmą. Po co mówić o seksie? Istnieją również inne obowiązkowe karmy, takie jak; jedzenie, kąpiel, noszenie ubrań itp. Jeśli ktoś jest nadmiernie uzależniony od takich rzeczy, to oczywiście będzie gromadził karmę.

W związku z tym nie ma przepisanej reguły dotyczącej pytań zadanych przez Pana. Na naszej ścieżce powstrzymywanie się od aktywności seksualnej nie jest obowiązkowe, ponieważ cel został już zrealizowany dzięki łasce Guru.

Co powinna zrobić samotna kobieta, gdy nie ma męża, z którym mogłaby uprawiać seks, to kwestia społeczna. Nie ma to nic wspólnego z praktyką jogi. Pamiętaj jednak, proszę, że każde działanie podjęte w celu zaspokojenia zmysłowych przyjemności staje się karmą. Jak dana osoba powinna przezwyciężyć emocje związane z seksem, jest jak każda inna kwestia.

Niektórzy ludzie mają ekstremalne nastroje lub inne problemy emocjonalne. Jeśli regularnie praktykujesz jogę, wszystkie takie problemy zostaną rozwiązane wewnętrznie, gdy twoje karmy zostaną wyeliminowane. Nie oznacza to, że dana osoba traci zainteresowanie seksem lub narząd płciowy przestaje działać. Ale on lub ona będzie w stanie doskonale utrzymać go w ryzach.

Na pewno ktoś nie umrze za to, że nie uprawiał seksu. Może to być zjawisko biologiczne, ale nie obowiązkowe, jak

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

jedzenie. Mam nadzieję, że powyższe wyjaśnienie w jakimś stopniu rozwieje Twoje wątpliwości. To nie jest taka wielka sprawa, aby się tym przejmować. Ponadto nie ma nic znanego jako idealna rzecz do zrobienia. Joga polega na tym, jak udaje ci się uwolnić od swojej karmy.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Powodem, dla którego konkretnie zapytałem o kobiety, było to, że zastanawiałem się, czy korzyść z zatrzymania dotyczy tylko mężczyzn. Ponadto, jeśli energia mogłaby być wykorzystana w inny sposób niż tylko jej uwalnianie i tworzenie karmy. Wspomniałeś o „Ozas”, więc energia seksualna może być wykorzystana do zdobycia władzy nad innymi ludźmi? Sprawdzę to, ponieważ interesują mnie różne perspektywy energii seksualnej. To musi być ważniejsze lub bardziej wartościowe niż bezmyślne uwalnianie. Słyszałem też o tantrze. Chociaż nie mam zbyt dużej wiedzy i zakładam, że używa się go w połączeniu z energią płci przeciwnej, mogę się mylić.

Moja odpowiedź: Możesz poszukać w Google i dowiedzieć się więcej o „Ozas” lub „Ojas”, tylko uważaj na pisownię w języku angielskim. Ale to nie dotyczy praktykujących Shaktipat. Proszę pamiętać, że nasza ścieżka przypomina studia, a różne niezależne systemy jogi przypominają szkoły średnie. Oczywiście po ukończeniu studiów nie wracasz.

Pytanie: Inny praktykujący: Czyli karma z uwalniania energii seksualnej nie różni się niczym od karmy skumulowanej podczas jedzenia? Tak więc, w zależności od tego, jak lub dlaczego działanie zostanie podjęte, określ, jaki rodzaj karmy stworzy? Załóżmy więc, że uwalniasz tę energię. W takim razie, czy w żaden sposób nie tracisz mocy ani nie hamujesz wzrostu kundalini? Teraz rozumiem, że, jak mówisz, używano go do przebudzenia kundalini w niektórych praktykach jogi. Nie jest to jednak potrzebne na naszej drodze. Ale czy po przebudzeniu ta energia nie ma innego zastosowania niż tworzenie karmy?

Moja odpowiedź: Nie, proszę. Ponieważ po przebudzeniu energia kundalini jest w trybie odwrotnym. Jest to tryb destrukcyjny, podczas gdy energia seksualna jest zasadniczo energią twórczą. Twórcza energia tworzy „Maję”, czyli kosmiczną iluzję. Są w przeciwnych kierunkach, chociaż energia jest zawsze taka sama. Oznacza to, że energia jest niepodzielna. Proszę, nie trać czasu na naukę i eksperymentowanie z tymi wszystkimi rzeczami na tym etapie. Jesteś już na zaawansowanym poziomie po inicjacji Shaktipat. Możesz się rozproszyć. Proszę uważać na to. Lepiej jest ostro skupić swój umysł na swoim sadhan lub praktyce.

Pytanie: Praktykujący: Muszę zapytać o coś prywatnego. Czy wolno się masturbować?

Zadalem to pytanie, ponieważ widzę tak wiele filmów; nawet Sadguru powiedział, że nie należy marnować płynów. Ale Budda powiedział, Madhya Marg. Czasem można to zrobić. Nie za dużo i nie za mało. Krishnamurti powiedział, że masturbacja obniży twoją energię.

Moja odpowiedź: jeśli dzieje się to w sadhan lub czujesz do tego silną potrzebę, to jest to krija. W przeciwnym razie, jeśli robisz to celowo, tworzysz karmę. Ponadto nasza ścieżka nie ma ograniczeń co do stylu życia, nawyków żywieniowych, seksu itp. Chociaż wszystko to zaniknie na bardzo późniejszym etapie, w miarę postępów w sadhan. Wszystkie te idee różnych Guru nie są przeznaczone dla praktykujących Shaktipat. Przygotowują praktykujących do przebudzenia kundalini.

W naszym przypadku kundalini budzi się bezpośrednio dzięki łasce naszej Linii. Guru i Boska Matka wiedzą, co jest dla naszego najwyższego dobra. Ma teraz kontrolę nad wszystkim. Tak więc kwestia marnowania mocy, energii, nasienia itp. nie powstaje. Poza tym mnóstwo literatury i filmów jest dostępnych online. Jeśli będziesz to wszystko obserwował, będziesz zdezorientowany, co spowoduje

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

przeszkodę w twoim sadhan. Ponieważ są daleko od naszego Shaktipat.

Pytanie: Praktykujący: Chciałbym zapytać o kwestię pożądania seksualnego. Jakiś czas temu zdałem sobie sprawę, że nie jest to już przedmiotem zainteresowania mojego umysłu ani ciała. Lubię inne zajęcia, głównie kwestie duchowe. Dlaczego to się dzieje?

Moja odpowiedź: pragnienia seksualne są podobne do wszelkich innych pragnień zmysłowych. Są napędzane przez nagromadzoną w nich karmę. Gdy sadhak postępuje poprzez spalanie karmy, zaczyna tracić zainteresowanie doczesnymi rzeczami. Oznacza to, że nie są już dla niego tak ważni, jak kiedyś. Jednak nie ma potrzeby się tym martwić. Kilku sadhaków wyraziło obawę, że ich narząd płciowy może przestać działać. Zdrowie nie ulegnie pogorszeniu. Narządy płciowe również nie ulegną negatywnemu wpływowi. Po prostu mogą zacząć tracić zainteresowanie aktywnością seksualną. Jest zbyt wcześnie, aby stwierdzić, czy w twoim przypadku można to nazwać vairagją (całkowitą utratą zainteresowania światem zewnętrznym), czy nie. Wychodząca energia twórcza skierowana do świata zewnętrznego zaczęła się teraz wycofywać. Jednak jeszcze wiele musi się wydarzyć. Musisz stracić zainteresowanie wieloma innymi rzeczami związanymi z różnymi innymi pragnieniami, zarówno fizycznymi, umysłowymi, jak i intelektualnymi. Gdy karmy związane z wieloma kategoriami zaczynają się oczyszczać, te płomienie pragnień szalejących w kierunku zewnętrznym zaczynają się wycofywać. To się nazywa vairagya. Można więc powiedzieć, że jest to dla ciebie początek vairagyi. Musi jednak stawać się coraz bardziej dojrzały.

Pytanie: Praktykujący: Dzisiejszy sadhan jest zbyt inny. Wybacz mi, Guru Ji, ale z powodu odczuć seksualnych wydostało się za dużo płynu.

Colonel T Sreenivasulu

Moja odpowiedź: Znakomity. W porządku. Bardzo normalne. Ale proszę, nie opierajcie się krijom. Pozwól myślom przyjść do twojego umysłu. Niech płyn też wypłynie.

Kwestie związane z energią Kundalini

Ogólne wątpliwości

Pytanie: Praktykujący: Czy Kundalini raz przebudzona przechodzi ponownie w stan uśpienia? Jeśli dana osoba ma różne zle karmy, czy kundalini wykazuje powolne efekty?

Moja odpowiedź: Kiedy energia kundalini zostanie obudzona, pozostaje aktywna aż do osiągnięcia mokszy. Jest przenoszony do następnego życia. Dlatego mamy kilku praktykujących, u których energia kundalini była już aktywna, zanim przekazałem im Shaktipat deeksha. Proszę pamiętać, że Shaktipat deeksha musi być obowiązkowo przyjmowana w każdym życiu formalnie pod guru, chociaż energia kundalini jest już aktywna. Jest to zjawisko obowiązkowe.

Jest to podobne do osoby przechodzącej naukę za każdym razem od nowa w każdym życiu, chociaż osoba ta była bardzo wykształcona w poprzednim życiu. Oznacza to, że musiał mieć te wspomnienia osadzone w podświadomości, ale nadal musi przejść formalną edukację. To samo dotyczy również energii kundalini.

Po drugie, twoja zła lub negatywna karma nie spowalnia energii kundalini. Energia Kundalini nie rozróżnia dobrej i

złej karmy. Słowa dobry i zły istnieją tylko w ludzkim słowniku. Jestem zaskoczony, że zadałeś mi te pytania. Wygląda na to, że nie przeczytałeś dokładnie mojej książki. Również wielokrotnie odpowiadałem na podobne pytania wcześniej. Dlatego proszę was o łaskawe przeczytanie udostępnionych wam książek. W przeciwnym razie wielokrotne odpowiadanie na to samo pytanie wymaga niepotrzebnej dodatkowej pracy. Mam nadzieję, że rozumiesz też mój problem.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Nie, proszę pana, czytałem już pana książki. Przepraszam, że pytam ponownie. Ostatnio czytałem książkę w języku marathi dotyczącą kundalini. W tej książce przeczytałem artykuł, że jeśli nie przestrzegasz zasad kundalini i jesz cebulę z czosnkiem, to kundalini przechodzi w stan uśpienia. To również zaszkodzi zdrowiu; dlatego potrzebowałem wyjaśnienia.

Moja odpowiedź: Co mogę powiedzieć o czymś, co gdzieś przeczytałeś? Właściwa metoda uzyskiwania wiedzy pochodzi zawsze od twojego Guru, a nie z innych źródeł. W przeciwnym razie jest to równoznaczne z samoleczeniem, a ty jesteś świadomy niebezpieczeństw związanych z samoleczeniem. Każdy może wygoogłować i dowiedzieć się, jakie lekarstwo wziąć przed pójściem i kupieniem go w sklepie medycznym. Ale czy to właściwy sposób? To samo dotyczy również nauk duchowych.

Aby zdobyć wiedzę, musisz postępować zgodnie z właściwą metodą. W przeciwnym razie, jakie są wymagania wobec Guru? Możesz polegać tylko na książkach i Internecie. Proszę, zrozum, że pragnienie samodzielnego odkrywania świata zdezorientuje cię i zepchnie z głównej ścieżki jogi. Dlatego sugeruje się, aby praktykujący nie przejmowali się niczym innym poza swoim Guru.

Jeśli mam odpowiedzieć, dlaczego tak napisano w książce, którą czytasz, to nie jestem w stanie przeczytać wszystkich takich rzeczy w Internecie. Co więcej, dużo literatury w

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Interneście dotyczącej przebudzenia energii kundalini należy głównie do niezależnych systemów jogi, takich jak; Ashtanga Joga lub Radža Joga. Powstrzymują się od niewegetariańskich pokarmów, alkoholu, ostrych i gorzkich pokarmów itp., aby przygotować swoje umysły na przebudzenie energii kundalini. Mogą kontynuować te same nawyki nawet po przebudzeniu energii kundalini.

Na naszej drodze nie musisz przestrzegać żadnych zasad dotyczących nawyków żywieniowych czy nawyków związanych z piciem. Wyjaśniłem ci to, zanim dałem ci Shaktipat deeksha. Mieszasz nasz Shaktipat z innymi niezależnymi systemami jogi. Wszystko, co przeczytałeś, nie dotyczy nas. Chcę też powstrzymać się od komentowania autentyczności przeczytanej książki i jej autora.

Dlatego pojawi się wiele pytań, które doprowadzą do zamieszania, jeśli zejdziesz z głównej ścieżki. Na koniec, czy przeczytałeś skompilowaną książkę z pytaniami i odpowiedziami udostępnioną wszystkim? Pamiętam, że odpowiadałem na to kilka razy wcześniej. Proszę o łaskawe przeczytanie; jeśli nie, przeczytaj. Większość podstaw wyjaśniłem wszystkim w obu książkach.

O ile mi wiadomo, cebula i czosnek mają doskonałe właściwości lecznicze. Osoby praktykujące Ashtanga Joge unikają jej, aby pomagała im w kontrolowaniu umysłu poprzez rozwijanie guny satwicznej. Podobnie ludzie, którzy czczą Wisznu, również tego unikają, więc rozwija się guna satwiczna. To wszystko. Nie ma to nic wspólnego z przebudzeniem energii kundalini.

Kundalini budzi się tylko wtedy, gdy istnieje równowaga w trzech gunach; rajo guna, tamo guna i satvaguna. Cebula i czosnek muszą promować rajogunę lub tamogunę; dlatego unikanie ich służy czemuś innemu i nie jest bezpośrednio związane z przebudzeniem energii kundalini. Jest to podobne do wiedzy z liceum, podczas gdy ty jesteś teraz na studiach po

inicjacji Shaktipat. Proszę, nie obciążaj się całą tą wiedzą, która nie jest już potrzebna.

Pytanie: Praktykujący: Dlaczego medytacja ma tak duże znaczenie? Dlaczego powinniśmy skupiać uwagę na oddechu? Dlaczego osoba może osiągnąć stan samadhi tylko poprzez medytację?

Tylko poprzez praktykowanie medytacji Kundalini Shakti jest w stanie przekroczyć wszystkie czakry. Dlaczego nie ma innej metody (oprócz Shaktipat)?

Dlaczego Kundalini Shakti jest w stanie uśpienia w każdym człowieku?

Jak wyglądałoby jego życie, gdyby ktoś urodził się z aktywną Kundalini Shakti? Jak je rozpoznajemy, Guru Ji?

Moja odpowiedź: proszę o ponowne przeczytanie mojej książki. Wszystkie powyższe pytania zostały odpowiednio omówione w książce. Wygląda na to, że nie przeczytałeś dokładnie książki. To może być powód, dla którego zadajesz powyższe pytania. Są to zbyt podstawowe pytania, które zadałeś powyżej. Oczywiście znalezienie odpowiedzi na nie zajmie dużo czasu.

Medytacja jest po prostu jedną z technik wykorzystywanych do oszukania umysłu w stan bezmyślności lub samadhi. Samadhi jest ostatecznym celem wszystkich systemów jogi lub tantrycznych. Jest bardziej popularna ze względu na materialistyczne korzyści związane z medytacją. Oczywiście jednym z głównych powodów jest zdobycie nadprzyrodzonych mocy. Z tego powodu ludzie są przyciągani do medytacji, chociaż mogą to samo osiągnąć innymi ścieżkami. Jednak korzyści zaczynają się szybko objawiać podczas medytacji w porównaniu z innymi ścieżkami. Nawet odrobina medytacji przynosi wiele korzyści z materialistycznego punktu widzenia. Dlatego ludzie są bardziej zainteresowani tą ścieżką.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Ludzie muszą skupić się na oddychaniu, aby uzyskać kontrolę nad siłą życiową działającą w ciele. Jednak jest to również jedna z technik używanych do budzenia energii kundalini. Ponadto jest częścią hatha jogi. Oznacza to, że nie każdy, kto praktykuje medytację, skupia swoją uwagę wyłącznie na oddychaniu. To zależy od zastosowanej techniki.

Istnieje wiele innych metod, dzięki którym kundalini może się wznosić wzdłuż układu mózgowo-rdzeniowego. Możesz nie być ich świadomy. Jednak energia kundalini jest nazywana różnymi nazwami w różnych systemach. Dlatego powiedziałem, że trzeba dokładnie przeczytać moją książkę. Najpierw musisz zrozumieć tę koncepcję szeroko i kompleksowo. W przeciwnym razie masz tendencję do dawania się ponieść literaturze, którą znajdziesz w książkach i Internecie. Masz tendencję do skupiania się na każdej technice z osobna, nie zdając sobie sprawy, że jest to tylko jedna z wielu innych metod używanych do budzenia energii kundalini.

Energia Kundalini pozostaje na dnie układu kręgowego i nieustannie projektuje iluzoryczny świat na psychikę człowieka. Dla ułatwienia zrozumienia określa się to jako stan uśpiania. W przeciwnym razie wszechwiedząca i świadoma energia kosmiczna jest wiecznie przebudzona.

Na koniec, jest wśród was wielu sadhaków, którzy mieli już energię kundalini w stanie przebudzenia w swoich ciałach przed otrzymaniem ode mnie Shaktipat deeksha. Oni są tylko tacy jak ty. Ich życie również rozwija się dla nich zgodnie z ich nagromadzoną karmą, tak jak twoje. W związku z tym, proszę, zrozumcie, że każdy musi formalnie przyjąć Shaktipat deeksha w każdym ludzkim życiu, dopóki nie uzyska mokszy. Troską Shaktipat Guru jest rozpoznanie takich osób na podstawie manifestujących się dla nich kriya. Dlatego proszę nie zawracać sobie głowy taką wiedzą. Możesz przeczytać moje książki na temat pytań i odpowiedzi. Niektórzy sadhakowie ujawnili swoje krije przed i po Shaktipat deeksha.

Pytanie: Praktykujący: Jak poznać położenie naszej śakti kundalini? To znaczy, gdzie jest teraz moja kundalini. Czy to jest w czakrze Muladhara czy w innej czakrze? Przepraszam, jeśli zadałem zle lub niepotrzebne pytania.

Moja odpowiedź: Pytanie nie dotyczy naszej ścieżki. Ma zastosowanie bardziej do niezależnych systemów jogi, takich jak Ashtanga joga czy Raja joga. W takich niezależnych systemach jogi energia kundalini jest przebudzana z jednej czakry do drugiej, krok po kroku. Oczywiście praktykujący przechodzą różnego rodzaju doświadczenia związane z każdą czakrą. Dlatego powstaje pytanie, do jakiego poziomu została w człowieku rozbudzona energia kundalini. Ale cała ta literatura dotyczy poziomów początkowych.

To tak jak z wiedzą z liceum lub podróżowaniem pociągiem osobowym, gdy po drodze zdajesz sobie sprawę ze wszystkich mniejszych stacji pośrednich. Natomiast nasza ścieżka jest na znacznie wyższym poziomie. Przypomina to studia lub podróż pociągiem ekspresowym. Nie poznasz pomniejszych stacji na trasie. Po inicjacji Shaktipat energia kundalini budzi się w jednostce kompleksowo. Aktywuje się cały system mózgowo-rdzeniowy. W rezultacie zaczyna się wypalanie karmy.

Kiedy trwa ten proces spalania karmy, jego wpływ jest odczuwalny w różnych czakrach jako kriya. Kiedy ktoś doświadcza kriya w określonej czakrze, można powiedzieć, że energia kundalini jest aktywna w tej czakrze w luźny sposób. Ale to nie znaczy, że kundalini jest aktywna tylko w tej konkretnej czakrze. Później kriya może się zdarzyć w niższej czakrze. Wtedy praktykujący może się zdezorientować, dlaczego kundalini spada zamiast rosnać. To błędne zrozumienie.

W przeciwnym razie energia kundalini jest już obudzona i aktywowana kompleksowo po Shaktipat. Wszystkie karmy są związane z jednym lub drugim czakramem w systemie mózgowo-rdzeniowym. Załóżmy na przykład, że mają

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

miejsce krije związane z zapachem. W takim przypadku czakra podstawy jest aktywowana, ponieważ jest powiązana z narządem zmysłu węchu. Podobnie inni!

Dlatego powyższe pytanie nie dotyczy naszej ścieżki. Wszyscy praktycy powinni najpierw przeczytać opracowane pytania i odpowiedzi. Na wiele takich pytań odpowiadano już wcześniej. W przeciwnym razie, proszę, zaczyna się powtarzać. Proszę wszystkich praktykujących, aby najpierw uprzejmie przeczytali książki w formacie pdf. Jeśli pozostaną jeszcze jakieś wątpliwości, możesz mnie zapytać.

Pytanie: Praktykujący: Czy ta siła po inicjacji może wpływać na innych ludzi i wydarzenia życiowe?

Dlatego pytam: od początku inicjacji codziennie uprawiam sadhan, nie doświadczając żadnych doznań w psychice ani manifestacji cielesnej, ale zauważyłem inne rzeczy poza sobą. Tydzień po inicjacji zauważyłem, że moja żona i syn zaczęli okazywać nową, widoczną pozytywną siłę. Moja żona jest wyraźnie zmotywowana. Dostała nową pracę w miejscowej szkole (rok temu przeprowadziła się do Niemiec i jest nauczycielką) i uzyskała pozwolenie na nauczanie od niemieckiego rządu, co faktycznie zajmuje 2-3 lata, ponieważ nie jesteśmy z Unii Europejskiej. Jest to zbyt trudne z wizą pracowniczą, akceptacją dyplomu itp.

Po inicjacji moja żona dostała wizę pracowniczą i pracę w szkole tak szybko, jak nigdy wcześniej nie słyszeliśmy. Mój syn bardzo szybko pokonuje trudności w nowej kulturze, ziemi i języku, co jest wyraźnie widoczne już po inicjacji.

Miałem wypadek w zeszłym tygodniu i wyzdrowiałem w ciągu 3 dni bez blizn i bólu. Zauważyłam, że wiele zwykle trudnych rzeczy jest teraz dla mnie łatwych. Ponadto ludzie, którzy się ze mną komunikują, są bardziej optymistyczni, zmotywowani i radośni. Nie mogłem zaprzeczyć, że to wszystko, co wydarzyło się w tak niezwykle sposób, jest związane z tą siłą poruszaną przez inicjację. Czy mam rację w tej myśli!!?

Doświadczyłem nowej siły psychicznej i pokonywałem przeszkody znacznie łatwiej niż wcześniej.

Patrzę na sytuację i dochodzę do wniosku, że od samego początku miało to wpływ.

Przypadkowe przebudzenie

Pytanie: Praktykujący: Wróciłem z pracy do domu, przeszedłem przez linię Shaktipat i próbowałem nauczyć się wszystkich imion guru. Oglądałem twoje filmy i ustawiłem twój obraz jako wygaszacz ekranu na pulpicie. Czy można przypadkowo zostać inicjowanym przez wchłonięcie tego wszystkiego przed Shaktipat deeksha?

Zacząłem prowadzić cichy dialog ze Swamimi, a potem skupiłem się na twoim wizerunku. Skoncentrowałem się na twoim wizerunku, aby mieć go na uwadze podczas niedzielnego czasu deeksha. Polecono mi wejść do środka i usiąść w medytacji z twoim obrazem. Nie wiem dlaczego ale zrobiłem to. Po tym wszystkim uspokoiłem się i poczułem energię kundalini. Najpierw poczułem ucisk w głowie, a potem pewne ruchy w kręgosłupie. Opuściłem medytację, żeby do ciebie napisać. Czy to normalne?

Im bardziej koncentrowałem się na Twoim wizerunku, tym bardziej stawał się on intensywny. To jest zdecydowanie prawdziwe. Wiedziałem, że będę miał trudności z zapamiętaniem każdego nazwiska z wyjątkiem kilku. Poszedłem więc do każdego z nich i poprosiłem o pomoc na wewnętrznych planach podczas mojej inicjacji. Ciągłe widziałem twoje zdjęcie w trzecim oku i powtarzałem twoje imię. Wtedy kazano mi usiąść i poczułem to.

Ponownie, im bardziej skupiałem się na twoim wizerunku, tym bardziej stawał się on intensywny. Poczułem energię kundalini u mojej podstawy. Poczułem ucisk w czaszce. Potem zacząłem odczuwać wibracje wokół kręgosłupa. Przypominałem sobie, że w książce było napisane, żeby to zabrać, więc tak zrobiłem. Opuściłem medytację, aby

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

skonsultować to z tobą. Jako mój Guru Ji pomyślałem, że powinieneś wiedzieć o tym doświadczeniu.

Moja odpowiedź: Tak, niektórzy praktykujący donoszą, że po przeczytaniu książki zaczęli doświadczać krii. W porządku. Nasza grupa ma kilku praktykujących, którzy już przebudzili swoją energię kundalini. To musiało być przeniesienie z ich poprzedniego życia.

Jednak formalna inicjacja Shaktipat jest obowiązkowa w każdym życiu, aż do osiągnięcia samorealizacji. Shaktipat odbywa się z dwóch powodów; obudzić energię kundalini i ustabilizować już obudzoną energię. W tym przypadku musiało to być połączenie przeniesienia z poprzedniego życia i wpływu przeczytania książki. Lektura książki musiała zaowocować w Twoim umyśle idealnymi warunkami.

Aktywacja czakr po Shaktipat

Pytanie: Praktykujący: Od rana i nocy przebywam w strefie medytacji ze stałą energią. Czy możesz wyjaśnić, czy wszystkie moje czakry są aktywowane? Jeśli są aktywowane, następnym krokiem jest osiągnięcie mokszy, ponieważ te myśli szybko przychodzą mi do głowy, więc nie mogę się powstrzymać przed pytaniem ciebie. Kiedy wszystko jest jasne, mogę znowu spokojnie wykonywać sadhan.

Moja odpowiedź: Wszystkie twoje czakry i cały system mózgowo-rdzeniowy są wszechstronnie aktywowane przez Shaktipat deeksha. Nie używamy nawet wyrażenia aktywacja czakr, ponieważ tego rodzaju rzeczy są wykonywane w niezależnych systemach jogi. To jest jak wiedza z liceum. Jesteś teraz na studiach po Shaktipat.

Dlatego na naszej ścieżce nie ma nic znanego jako aktywacja czakr. Uważa się, że został aktywowany kompleksowo. Chodzi raczej o spalenie karmy. Proszę nie próbować porównywać naszej ścieżki z literaturą dostępną w Internecie na temat niezależnych systemów jogi. Być może dlatego masz tak wiele wątpliwości co do pomysłów takich jak; Aktywacja

czakr lub połączenie z duszą lub prowadzenie od duszy itp. To wszystko ma zastosowanie na wstępnych etapach.

Możesz zadać mi dowolną liczbę pytań, ale najpierw przeczytaj książkę ze skompilowanymi pytaniami i odpowiedziami. Większość Twoich wątpliwości zostanie rozwiana. Pamiętam, że wyjaśniałem te rzeczy przy kilku okazjach wcześniej. Niestety, sadhakowie nie czytają tych książek.

Pytania są zadawane w kółko na ten sam temat. Próba wyjaśnienia tego samego jest stratą czasu i wysiłku. Mam nadzieję, że rozumiesz też mój problem. W przeciwnym razie zawsze możesz mnie zapytać, jeśli nie znajdziesz odpowiedzi.

Co do drugiej części pytania: Nie możesz spokojnie praktykować sadhan, proszę. Ten spokój, którego szukasz, nadejdzie na późniejszych etapach, po tym, jak twoje karmy zaczną się neutralizować, a nie wcześniej. Sadhan polega na spalaniu karmy. Spokojny umysł jest tego skutkiem lub jest wynikiem sadhan. Na przykład uczysz się pilnie, aby zdać egzaminy. Nie możesz powiedzieć, że najpierw zdasz mnie na egzaminie, żebym mógł się uczyć bez obaw.

Pytanie: Praktykujący: Czuję ciepło/ciepło energii w mojej Muladharze, kiedy wykonuję sadhan. Zaczynam też odczuwać wibracje w Ajna Chakra. Czy w innych czakrach również zostanie przebudzona energia? Jeśli tak, dlaczego nie czuję tego samego w innych czakrach?

Moja odpowiedź: Podróżując pociągiem ekspresowym, nie zauważa się na trasie małych stacji kolejowych. Ale na pewno pociąg przejeżdża przez wszystkie stacje. Jednak podróżując pociągiem osobowym, zatrzymujesz się na każdej małej stacji. Podobnie Shaktipat jest jak podróż pociągiem ekspresowym. Proszę, nie porównuj tego z inną literaturą, którą musiałeś przeczytać; o niezależnych systemach Jogi, takich jak Ashtanga Yoga czy Raja Yoga. Są jak pociągi pasażerskie.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Dlatego wszystkie doświadczenia napotymane przez osobę w niezależnych systemach jogi nie są doświadczane przez praktykującego Shaktipat. Proszę, skup swój umysł na swoim Guru i mantrze. To wszystko, co musisz zrobić. W przeciwnym razie twoje postępy będą powolne, jeśli będziesz rozpraszać się znajomością tematu czytanego w książkach lub w Internecie. Zamiast tego zaufaj swojemu Guru i Shaktipat.

Sadhan

Upadek duchowy podczas sadhan

Pytanie: Praktykujący: (O upadku duchowym podczas sadhan) Czytałem w Twojej książce, że niektórzy ludzie mają szybki rozwój duchowy i mogą również upaść z tego rozwoju. Czy możesz wyjaśnić, jak to zrobić?

Moja odpowiedź: nie wynika to z szybkiego rozwoju jako takiego. Zwykle zdarza się to każdemu. Ześlizgiwanie się z osiągniętych postępów to bardzo częsty problem, z którym boryka się niemal każdy praktykujący jogę. Jest to naturalne zjawisko. Typowe powody to; brak regularności w praktyce, brak odpowiedniego samopodporządkowania się boskości lub przyciąganie do ziemskich zajęć. Im wyżej praktykujący sięga na ścieżce jogi, tym bardziej jest ona śliska. Chociaż nie ma się czym martwić, po prostu trzeba być ostrożnym.

Pytanie: Praktykujący: W twojej książce jest wspomniane, że praktykującym może się zdarzyć nawrót choroby. Jak sadhaka może to sobie uświadomić i uniknąć? Jakie środki ostrożności należy przedsięwziąć, aby tego uniknąć?

Moja odpowiedź: ścieżka jogi jest z natury bardzo śliska. Im więcej osiągniesz, tym wyższe poziomy i tym bardziej jest ślisko. Sadhak może szybko to sobie uświadomić, kiedy zaobserwuje różnicę w swoim stanie umysłu. To bardzo normalne zjawisko. To zdarza się prawie każdemu.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Remedium jest zacząć od nowa. Zaczynij ponownie robić sadhan. Ponownie rozpocznij wspinaczkę. Jeśli jednak praktykujący jest regularny w sadhan, nie ma obaw o znaczne poślizgnięcie. Wszystko powiedziane i zrobione, to bardzo normalne. Po prostu nie ma co się tym przejmować!

Czasy Sadhan

Pytanie: Praktykujący: Bardzo się cieszę i zachęcam do dalszego działania. Ćwiczyłem przed snem. Przypuszczam, że można to robić tak często, jak trzeba?

Moja odpowiedź: Tak, proszę. Możesz to robić tak często, jak chcesz i tak długo, jak to możliwe. Proszę, pamiętajcie, aby zawsze skupiać swój umysł na swoim Guru i mantrze. Cokolwiek ci się przydarza, dzieje się to tylko za pośrednictwem twojego guru i mantry. Proszę, nie myślcie o sobie lub egoizmie podczas wykonywania sadhan lub praktyki. Po prostu poddaj się całkowicie, ale szczerze z głębi serca.

Skupianie umysłu na Guru podczas sadhan

Pytanie: Praktykujący: Dzielę się wrażeniami z ostatnich dni. Odpowiedziałeś na pytanie innego sadhaka, mówiąc, że wielbiciel powinien skupiać się tylko na swoim Guru. Od tego dnia zacząłem skupiać się na tobie. Pewnego dnia nagle byłem świadkiem, że byłeś tam w całym moim ciele i doświadczałem wielu krii.

Po pewnym czasie, pewnego dnia, zobaczyłem, że moje ciało, w którym Ciebie było, stało się tak duże, że stopniowo wypełniło każdy zakątek nieba.

Tymczasem w moim kręgosłupie występowały różnego rodzaju ruchy, raz ruchy przypominały ruch węża, a innym razem były to fale półsinusoidalne. Moja głowa cofnęła się, jakby chciała dotknąć moich pleców. Czulem, że pęknie mi kark.

Często widzę niebieskie światło w moim trzecim oku, Chakra, ale to nie jest trwałe.

Potem trzy dni temu, w nocy, zaczęły się krije, kiedy poczułem, że ktoś położył mi łód na głowie i cała moja głowa stała się bardzo zimna.

Krije trwają 24 godziny; Czuję je i czasami stają się bardzo intensywne. Wielokrotnie składałem pozdrowienia twoim lotosowym stopom.

Moja odpowiedź: Doskonale, bardzo się cieszę. Chciałbym, żebyś zrobił to samo od początku. W każdym razie lepiej późno niż wcale. Nareszcie zaczęły się dla ciebie krije, i to na pełną skalę. Miło poznać wieści. Odtąd po prostu kontynuuj swój sadhan w ten sam sposób.

Wszyscy praktykujący proszeni są o sporządzenie specjalnej notatki na temat powyższego doświadczenia. To błąd popełniany przez wielu praktykujących. Proszę podążajcie właściwą drogą szczerzej praktyki z głębi serca. Krótko mówiąc, po prostu rób to, co powinieneś robić, całkowicie poddając się boskości.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Proszę, oświeć mnie, Guru Ji, czy to, co dzieje się w nocy, jest również normalne?

Moja odpowiedź: Tak, proszę. Są to również tylko krija. Wszystko się ułoży, gdy zmysłowe wrażenia nagromadzone w twojej podświadomości lub karmy zostaną oczyszczone. Proszę, zrozum, że wszystko, czego doświadczasz, jest niczym innym, jak tylko twoim wewnętrznym światem. Remedium jest spalenie go. Ale nie możesz tego zrobić własnymi siłami.

Przebudzona energia kundalini robi to w trybie autonomicznym. Musisz pozwolić najwyższej mocy kosmicznej lub przebudzonej energii kundalini wykonać swoją pracę bez oporu. Zajmie to również czas. Dlatego po prostu poddaj się całkowicie boskości lub Guru. Utrzymuj swój umysł skupiony na swoim Guru tak długo, jak to

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

możliwe. Dzień i noc. Jednocześnie, proszę, powtarzajcie przekazaną wam mantrę. Szybko twoja karma zacznie wypływać z twojego systemu. Jesteś wiecznym duchem. Czysta i nieograniczona. Dlatego prosimy o odwagę.

Przeszkody podczas sadhan

Pytanie: Praktykujący: Po dzisiejszym sadhan nabrałam silnej ochoty na sen. To było tak silne, że moje oczy zamykały się bez mojej kontroli. Jakbym nie miała siły, by nie zasnąć. Czy to była kriya? Lub objaw normalnego snu. Ponieważ zwykle nie czuję się senny po porannym sadhan. Więc stawiałam opór i nie spałam, bo musiałam wyjść do pracy.

Moja odpowiedź: Właściwie to tylko krija. Bardziej jako przeszkoda w twoim sadhan! Oznacza to, że część negatywnej karmy nagromadzonej przez ciebie w przeszłości w związku z praktyką jogi jest teraz oczyszczana. W przeszłości mogłeś krytykować systemy jogi lub okazywać jakiś negatywny stosunek do praktyki jogi. Te negatywne karmy nadrabiają zaległości, kiedy poważnie zajmujesz się tą dziedziną. Ale zdarza się to wielu praktykującym. W ogóle nie ma się czym martwić! Wkrótce te negatywne karmy również się wyczerpią. Po prostu kontynuuj sadhan z wytrwałością.

Warunki psychiczne podczas sadhan

Pytanie: Praktykujący: Czy to letarg, niepokój, czy co innego? nie jestem w stanie tego rozgryźć. Siedzę podczas sadhan, ale nie mogę siedzieć przez długi czas. Czasami myśli wywołują we mnie taki niepokój, że od razu wstaję i zabieram się do działania. Dziwnym faktem jest to, że wstaję, aby robić rzeczy do zrobienia po południu, takie jak zajmowanie pozycji na rynku akcji.

Czasami czuję się tak ospały, że chcę iść spać podczas wykonywania sadhan. Wstaję i nawet nie idę spać. Czasami mam ochotę wstać bez powodu. Zacząłem siedzieć z zegarem, traktując to jako twoje polecenie wydłużenia czasu sadhan, ale to jest tak, jakbym czekał, aż czas się skończy.

Rzadko zdarza się, że nie odczuwam żadnych ruchów przypominających krię na czole lub w pobliżu serca, uczucia dławienia w gardle, błyskawicznego bólu w okolicy podbrzusza lub ciężkości w głowie. Jednak nawet one nie sprawiają, że siadam i doświadczam krii.

Wiem, że muszę dłużej posiedzieć nad własnym postępem, ale znowu powtarzam sobie, że stanie się to wtedy, kiedy będzie trzeba. Nie wiem, czy znajduję wymówkę w imię wolnej woli. W międzyczasie skupiam się na Guru Pratiwie (obrazie) i intonuję mantrę, kiedy tylko jest to możliwe. Miałem nawet ochotę zapytać, jak ludzie dochodzą do tego poziomu siedzenia w sadhan przez 3 do 4 godzin. Z drugiej strony myślałem, że jest wyjątkowy dla każdego. Trudno mi nawet usiąść w prawidłowej pozycji.

krii można doświadczać cały czas. Nawet podczas pisania tego, coś czołga się w tylnym obszarze. Czy rozmawiam z Shakti lub Guru Ji prawdziwym, czy też jest to tylko iluzja, którą stworzyłem, aby uspokoić umysł? Zrobiłem nawet 3-dniową przerwę i kiedy poczułem się gotowy, zacząłem od nowa. Teraz też prawie nie siedziałem przez 5 minut i wstałem, żeby cię zapytać; ale teraz nie wiem o co chodziło? Czy po prostu dzielę się tym, co się ze mną dzieje, czy też szukam odpowiedzi na pytanie, którego nie znam?

Moja odpowiedź: cokolwiek doświadczasz, to tylko krię, włączając w to twoje emocje w umyśle. Nie robisz nic złego. Nie musisz też robić nic więcej. Wszystko, co musisz zrobić, to nie martwić się zbyt o czas trwania sadhan. Powiedziałem, że po prostu dajcie temu dodatkowy impuls i spróbujcie wydłużyć czas trwania waszego sadhan. Nie oznacza to, że na siłę próbujesz praktykować sadhan. Wykonywanie sadhan na siłę jest sprzeczne z zasadami Shaktipat sadhan lub sadhan dharma. Niech to się stanie naturalnie. Tak długo, jak regularnie kontynuujesz wytrwałość, nie ma się czym martwić.

Intuicyjne komunikaty podczas sadhan

Pytanie: Praktykujący: Miałem dzisiaj najgłębsze przeżycie. Podczas medytacji otrzymałem bardzo dominującą wiadomość o moim ojcu. Nagle rzucono mnie na kolana. Ogarnął mnie smutek i zacząłem niekontrolowanie szlochać. Potem ta wiadomość przebiła się przez to wszystko. W moim uchu powiedziało mi, że był bardzo potężnym wędrowcem, który został pokonany przez negatywne istoty i groziło mu, że nie przebudzi się w tym wcieleniu. Wiadomość miała obudzić go zdalnie. Próbowalem, ale nie mam pojęcia. Pokornie proszę o wszelką pomoc, która nie będzie naruszać wolnej woli mojego ojca.

Moja odpowiedź: Gdzie jest teraz twój ojciec i ile ma lat? Proszę, zrozumcie, że nie możecie dać mu inicjacji Shaktipat, ponieważ to nie działa w ten sposób. Dlatego nie ma sensu próbować tego robić. Po drugie, jakakolwiek wiadomość, o której mówisz, że ją otrzymałeś, jest oczyszczaniem twojej własnej karmy z twojej podświadomości. Być może twoje wewnętrzne pragnienie nagromadzone w podświadomości jest teraz usuwane podczas medytacji.

Pytanie: Praktykujący: Z twoim błogosławieństwem mógłbym siedzieć przez najdłuższy czas 3 godziny i 40 minut. Cała sesja była pełna fizycznych krii, ruchów itp. Jednocześnie, jak doskonały umysł 2 w 1, zawsze skupiony na wyrażaniu siebie, ciągle zbliżał mnie do wszystkich ważnych osób w moim obecnym życiu. Ludzie z zawodu lub domu oraz z perspektywy relacji i rozwoju! Poszło do tego stopnia, że wydano strategiczną dyrektywę, jak należy to zrobić. Pod koniec miałem bardzo silne wibracje na głowie, tak szybkie, że usłyszałem świst, a potem przez jakiś czas pustkę. Były obszary całkowitej ciszy i pustki. Ogólnie rzecz biorąc, sadhan był wspaniały.

Moje pytanie - wszystkie działania, które wychodzą z sadhan, które mają duży sens w życiu praktycznym, przyjąć. Czy jest to coś, co powinniśmy przyjąć, czy też jest to tylko kriya i

powinno zostać uwolnione od umysłu po sadhan. Twoje wskazówki na ten temat bardzo by mi pomogły, ponieważ prawie codziennie otrzymuję te informacje, ale nie wiem, jak je przetwarzać.

Moja odpowiedź: Doskonale; Z przyjemnością obserwuję Twoje postępy. Wszystkie wewnętrzne sprzeczności i zawilości dotyczące różnych aspektów życia zostają rozwiązane podczas sadhan. Jest to bezpośredni skutek oczyszczenia karmy odnoszącej się do wielu aspektów. W ten sposób praktykujący uzyskuje wewnętrznie odpowiedzi na wszystkie swoje pytania. To jest istota praktyki jogi. Cała wiedza, której się szuka, jest wewnątrz.

Dlatego wszystko, czego potrzeba, to usunąć przeszkody lub nieczystości z umysłu. To właśnie dzieje się podczas sadhan. Oczywiście, wszystkie pojawiające się myśli to krije, które manifestują się tylko po to, by oczyścić waszą przeszłą karmę. Po prostu kontynuuj swoją praktykę w ten sam sposób. To podróż na całe życie. Powoli i systematycznie umysł przechodzi transformację. Proszę jednak nie koncentrować się na przyjmowaniu jakichkolwiek wglądów, które otrzymałeś podczas sadhan. W związku z tym podejmowałbyś odpowiednie działania w oparciu o zrozumienie podczas codziennych obowiązków.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Czy mógłbyś rzucić światło na działania lub mądrość wynikającą z sadhan? Czy jest w porządku działać zgodnie z tym, czy też powinniśmy po prostu odrzucić całe doświadczenie po sadhan, ponieważ służyło ono jedynie umysłowemu postanowieniu i mądrości, i nic poza tym? Czy działanie na jej podstawie stworzyłoby karmę i czy cykl trwałby dalej?

Moja odpowiedź: W rzeczywistości mądrość, która wylania się z sadhan, zainspiruje cię do pozostania cichym obserwatorem wszystkiego. Krótko mówiąc, inspiruje cię, abyś nie robił nic. Jesteś zainspirowany, aby pozostać beznamietnym wobec wszelkich myśli pojawiających się w

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

twoim umyśle. NIECH TAK BĘDZIE. To jest rodzaj postawy, która rozwija się w twoim umyśle.

Oczywiście, twoje działania podczas zaangażowania w świat zewnętrzny będą również podobne do tego samego. Oznacza to, że nic nie przeszkadza jako takie. Jednak każdy musi oczywiście podjąć działania. Nie muszą dotyczyć skomplikowanych problemów życiowych. Obejmują całe spektrum działań. Ponieważ musisz wykonywać pewne karmy, aby utrzymać swoje ciało, takie jak codzienne ablucje, jedzenie, picie, noszenie ubrań, spanie i praca, aby zarobić na jedzenie. Nawet jeśli sprowadza się to do żebractwa lub zbierania korzeni i owoców w lesie, jak za starych dobrych czasów. Te karmy są nieuniknione. Praktykujący czasami zostaje dotknięty taką świeżą karmą, jeśli nie zachowuje odpowiedniej beznamiętności.

Jednak nie ma znaczenia, czy ponownie gromadzą się w umyśle. Relatywnie łatwiej będzie je później oczyścić podczas sadhan. To samo dotyczy tak zwanych trudnych karm we współczesnym życiu. Jeśli spróbujesz ostro rozeznaczyć, zdasz sobie sprawę, że nie ma różnicy między starym, dobrym a współczesnym stylem życia. Esencja pozostaje ta sama. Te zewnętrzne karmy będą również wydarzać się jako krije. Podczas sadhan nie uzyskujesz żadnej jasności co do właściwego sposobu działania.

Nie ma nic znanego jako doskonale działanie. Działanie jest działaniem lub karmą, jeśli jest zabarwione egoizmem. Niezależnie od tego, czy pozornie jest to działanie szlachetne, grzeszne, nieetyczne, humanitarne, czy cokolwiek innego, są to po prostu ŚMIECI. Oczywiście, kiedy w wyniku sadhan rozwinie się beznamiętność, te karmy lub działania przestają być karmami lub działaniami, ponieważ już cię nie wiążą. Dlatego to jest odpowiedź na Twoje powyższe pytanie.

Wiedza zostanie ci objawiona, że wszystko jest po prostu ŚMIECIEM. To nie jest to, co myślisz, że jest DOSKONAŁYM DZIAŁANIEM. Nie jestem pewien, czy

udało mi się przekazać Ci tę ideę. Jeśli nie, proszę nie wahaj się mnie zapytać.

Sedno sprawy polega na tym, że praktykujący musi rozwinąć beznamietność wobec tego świata, pozostając jednocześnie w samym iluzorycznym królestwie. Przypomina to naprawę fragmentu ruchliwej drogi w mieście. Nie możesz zatrzymać ruchu, ale udaje ci się go jakoś naprawić. To jest zakres obowiązków lub warunek nałożony na ciebie. To samo dotyczy prób uwolnienia się od nagromadzonej karmy. Przebudzona energia kundalini wykona umiejętne zarządzanie twoim życiem. W przeciwnym razie człowiek po prostu nie jest w stanie tego zrobić w oparciu o egoistyczną kontrolę nad swoim życiem. W rzeczywistości jest to prosta kwestia, jeśli praktykujący może praktykować samo-poddanie.

Błędne rozumienie sadhan jako medytacji

Pytanie: Praktykujący: Zacząłem wchodzić głęboko w dhyan podczas wykonywania sadhan. Dochodzę do etapu prawie bezmyślnego. Co powinienem zrobić, aby wejść głębiej i otworzyć więcej warstw w dhyanie? Na jakim punkcie powinienem się skupić, aby przejść do następnego kroku głębokiej medytacji? Jeśli utrzymuję świadomość na pępku zamiast na umyśle i sercu, jestem w stanie się poddać i bardziej się skupić. Mój umysł również znika bez walki. Czuję się rozległy i głęboki, kiedy utrzymuję świadomość pępka.

Moja odpowiedź: Myślę, że nie wykonujesz sadhan. To, co próbujesz robić, to medytacja. Na naszej ścieżce sadhan czyli praktyka oznacza nic nie robienie. Pozostać w stanie świadka jako niemy widz! Mieszacie techniki z niezależnych systemów jogi, takich jak Ashtanga Yoga czy Raja Yoga z Shaktipat. Na naszej ścieżce masz skupiać się tylko na swoim Guru i intonować mantrę. Jeśli twój umysł zostanie odwrócony, jak dzieje się w twoim przypadku, po prostu pozwól, aby tak było. Po prostu obserwuj to dalej.

Nie możesz wejść na głębsze poziomy samadhi bez oczyszczenia swojej karmy. Jest to tylko tymczasowe

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

zjawisko, jeśli go doświadczasz. Musiałeś wykonywać takie praktyki medytacyjne w swoim poprzednim lub obecnym życiu. Nawet te zmysłowe wrażenia nagromadzone w twojej podświadomości związane z medytacją muszą zostać oczyszczone po Shaktipat. Mam nadzieję, że teraz rozumiesz. Przeczytaj moją książkę na temat pytań i odpowiedzi skompilowanych. Wszystkie te idee staną się jasne. Dlatego nie ma nic do zrobienia, aby dostać się na głębsze poziomy. Nie dzieje się tak dzięki twoim wysiłkom. Dzieje się to naturalnie, gdy oczyszcza się twoja karma.

Właściwy sposób wykonywania sadhan

Pytanie: Praktykujący: Kiedy wykonujemy sadhan, musimy skupić się na mantrze i guru. Po rozpoczęciu sadhan, w mgnieniu oka mantra, którą intonujemy, zaczyna działać wewnątrz. Z drugiej strony, zamiast skupiać się na Guru tak wielu przebłykach, zaczynają się wewnętrzne dyskusje.

Moja odpowiedź: To jest w porządku. To jest sposób na praktykowanie sadhan. Odpowiednie jest inwokowanie Guru przez kilka minut, a następnie skupienie się na intonowaniu mantry. Nawet mantra może się zatrzymać po rozpoczęciu krii. Ale cokolwiek się stanie, musi się wydarzyć naturalnie. Jeśli myśli pojawią się w twoim umyśle podczas sadhan, po prostu obserwuj je. Nie próbuj ponownie pamiętać swojego guru lub mantry i powstrzymaj te myśli. To jest właściwy sposób wykonywania sadhan. Proszę, pamiętajcie, że medytacja nad waszym Guru lub mantrą ma jedynie zapoczątkować manifestację krii. W końcu nawet więź z twoim Guru również musi się skończyć. Może się to zdarzyć na zaawansowanych etapach twojego duchowego wzrostu.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Jak sadhan zabija karmę?

Moja odpowiedź: Poprzez krije we wszystkich formach, takich jak mentalna, fizyczna, emocjonalna, wizualna, zmysłowa itp. Wszystko to wychodzi przed ciebie po raz ostatni w sadhanie w celu oczyszczenia.

Pytanie: Praktykujący: Czy można medytować nad zrównoważeniem czakr?

Moja odpowiedź: Nie jest to wymagane, ponieważ na naszej ścieżce nie powinienes skupiać swojego umysłu na czymkolwiek, kiedy mają miejsce krije. Przed rozpoczęciem kriji musisz skupić się na swoim Guru i mantrze. Jednak nie ma nic złego, jeśli skupisz swój umysł na czakrach, ale wcale nie jest to wymagane. To jak powrót do liceum z college'u. Mam nadzieję, że rozumiesz moje przesłanie.

Pytanie: Praktykujący: Chociaż rozumiem, że jest to w sensie dualistycznym. Czy możesz podzielić się z nami bóstwem przewodnim, którego błogosławieństwa powinniśmy szukać podczas medytacji Shaktipat?

Moja odpowiedź: Twój Guru jest tu jedynym bóstwem. Ponieważ religia nie ma już żadnego znaczenia na ścieżce jogi! Zamiast tego spowolni twoje postępy. Wiecie, że ludzie ze wszystkich religii odebrali mi Shaktipat deeksha. Co się z nimi stanie? Czy mam im powiedzieć, żeby przeszli na hinduizm? A które bóstwo powinni wybrać? A może twierdzisz, że nie mają prawa do boskiej łaski ani zbawienia?

Dlatego proszę zrozumieć to z tej perspektywy. Czczenie bóstw w religii jest tylko zjawiskiem przejściowym. To nie koniec. TY jesteś końcem. Samorealizacja to koniec. Nawet twój związek z guru zostaje zerwany na końcu. Ale na razie, ponieważ jesteście pod urokiem dualizmu, proszę, wielbijcie Guru lub Guru tattva. Ponieważ ta Guru tattva nie ma takiej formy jak macierzyństwo, proszę, czcij swojego własnego Guru w fizycznej formie.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Ponadto, kiedy siadam do sadhan i próbuję skupić się na twoim obrazie, mój umysł odpływa albo coś przychodzi i przeszkadza mi w skupieniu, albo czasami zasypiam powtarzając mantre; proszę o waszą opinię.

Moja odpowiedź: Niech tak będzie. Po prostu pozostań niemy widz i obserwuj swoje myśli w stanie świadka. Jednak w innych porach, kiedy nie siedzisz w medytacji, kultywuj nawyk pamiętania swojego Guru tyle razy, ile to możliwe, od chwili, gdy się obudzisz, aż do pójścia spać. Za każdym razem, gdy przypominasz sobie fizyczną postać swojego guru, automatycznie przywołujesz moc kosmiczną. Odniesiesz z tego znaczne korzyści. Cokolwiek jesz, pijesz lub robisz, najpierw ofiaruj to swojemu Guru. Taka jest zasada kciuka.

Pytanie: Praktykujący: Nieustannie medytuję i codziennie wykonuję Pranayam. Zawsze skupiam się na każdej z 7 czakr. Czuję, jak wokół mnie krąży mnóstwo energii. W moim ciele pojawiło się nagle uczucie przypominające szok w kierunku ramion. Guru Ji powiedział mi, że może to być nagle doznanie krii, ale ja odczuwałem te nagle wstrząsy w moim śnie. Jakby ktoś pchał mnie od środka z zewnątrz niewidzialną siłą działania. Zdobyłem doświadczenie skupiając się na wszystkich siedmiu czakrach w ciągu jednego pełnego oddechu (Wdech i Wydech). Kiedy skończyłem medytację, zauważyłem, że moja dusza połączyła się z jakąś Super Duszą. Zawsze czułem, że moja energia spotyka się z najwyższą energią poprzez czakrę Sahasrara. W tym momencie odczuwam ogromne szczęście i harmonię. Mój mózg całkowicie się zrelaksował dzięki tej ciągłej akcji.

Moja odpowiedź: Bardzo ładne; Cieszę się, że widzę twoje postępy. Pamiętaj jednak, że nie musisz skupiać się na żadnych czakrach ani na wdechu podczas medytacji. To nie medytacja jest tym, co powinniście tutaj robić. To się nazywa sadhan, NIC NIE ROBIĆ.

Dlatego po złożeniu szacunku Guru, skupcie się na mantrze przekazanej wam i waszemu Guru. Jeśli pojawiają się krije i twój umysł jest rozproszony, obserwuj krije jak milczący widz. Proszę, nie próbuj robić nic innego. Nie jest to wcale wymagane. Cokolwiek ma się wydarzyć w twoim ciele, stanie

się teraz w trybie automatycznym, a nie dzięki twoim wysiłkom. Tylko wtedy spowolnisz przebudzoną energię kundalini, jeśli spróbujesz skupić swój umysł na niepotrzebnych rzeczach, takich jak; Czakry itp. Po prostu całkowicie się poddaj i obserwuj krije.

Pytanie: Praktykujący: Podczas sadhan próbowałem skupić się na twoim obrazie, ale widzę wiele innych wizji i obrazów. Czy muszę ponownie skupić się na twoim wizerunku, czy po prostu płynąć z prądem?

Moja odpowiedź: Początkowo skup swój umysł na wizerunku swojego Guru. Potem, jeśli będziesz miał inne wizje, niech tak będzie. Po prostu obserwuj te wizje jako cichy widz. Te wizje to tylko kriya. Nie musisz ponownie skupiać swojego umysłu na swoim Guru. Po prostu idź z falą.

Pytanie: Praktykujący: Przez ostatnie dwa dni nie byłem w stanie się skoncentrować podczas sadhan. Przestrzegam wszystkich instrukcji w czasie sadhan. Po dwóch godzinach mój umysł nie jest spokojny, a czasami moja głowa porusza się do przodu. Po sadhan czuję zawroty głowy. Pewnego dnia poszedłem spać na jakiś czas po sadhan. Czy robię coś złego?

Moja odpowiedź: Koncentrujesz się na czym? Nie powinniście skupiać się na niczym innym niż intonowaniu mantry. To również musi się zatrzymać po pewnym czasie z powodu krii. To samo odnosi się do początkowego skupienia umysłu na Guru. Twoja uwaga z pewnością zostanie odwrócona po pewnym czasie. Po tym masz pozostać w stanie świadka jako niemy widz.

Po prostu obserwuj krije, bez względu na to, czy są fizyczne, czy mentalne. W twoim umyśle pojawia się wiele myśli z powodu wzburzonego efektu przebudzonej energii kundalini. Z tego powodu twój umysł nie będzie spokojny. Im więcej myśli pojawia się w twoim umyśle, tym więcej następuje oczyszczenia. Nie możesz jeszcze oczekiwać, że osiągniesz błogi stan bez myśli.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Jest również całkiem normalne doświadczanie ciężkości w głowie zarówno podczas medytacji, jak i po niej. Jest to spowodowane stałą karmą przeciwstawiającą się przebudzonej energii kundalini. Po oczyszczeniu efekt jest odczuwany jako jeden rodzaj ciężkości w okolicy mózgu. Normalne jest również pójście spać po sadhan z powodu tej aktywności mózgu. Dlatego nie rozumiem twoich wątpliwości w tej sprawie.

Proszę przeczytać książkę ze skompilowanymi pytaniami i odpowiedziami. Wielokrotnie wyjaśniałem te kwestie wcześniej. Jeśli przeczytasz tę książkę, rozwieje się większość twoich wątpliwości. W przeciwnym razie będę musiał powtarzać te rzeczy. Głowa skierowana do przodu jest również normalną kriją. Proszę ponownie sformułować pytanie, ponieważ nie rozumiem jasno Twojej wiadomości.

Pytanie: Praktykujący: To jest fundamentalna wątpliwość. Jak praktykujemy sadhan? Trudno mi skupić się jednocześnie na mantrze i twarzy Guru Ji. Czy mogę ćwiczyć skupianie się na oddechu, tak jak zasugerowałeś? Czy mogę również ćwiczyć obserwowanie myśli i doznań w moim ciele?

Moja odpowiedź: Musisz skupić się tylko na swoim Guru i mantrze. Jeśli zaczynają się krije, a mantra sama się zatrzymuje, wtedy skup się tylko na krijach i pozostań w stanie świadka. W przeciwnym razie nie powinieneś skupiać się na oddychaniu ani na niczym innym. To nie jest nasza droga. Proszę, zrozumcie, że cokolwiek ma się wydarzyć, stanie się tylko za pośrednictwem waszego Guru.

Skupianie się na swoim Guru nie jest jedynie symbolicznym wymogiem. Jest to obowiązkowy wymóg. Shaktipat stało się dla ciebie przez twojego Guru. Dlatego kosmiczna moc jest przywoływana automatycznie, kiedy skupiasz się na swoim Guru. Podobnie energia kosmiczna jest przywoływana za każdym razem, gdy skupiasz swój umysł na swojej mantrze. Proszę, nie mieszaj literatury na temat innych niezależnych

systemów jogi, takich jak Ashtanga czy radża joga, z Shaktipat. Te techniki są różne.

Przeczytaj skompilowane pytania i odpowiedzi. Po prostu poddaj się całkowicie swojemu Guru i postępuj zgodnie z naukami Shaktipat. Nie mogę dać ci pozwolenia na zrobienie czegoś zgodnie z twoim życzeniem, proszę. Ponieważ to, co sugerujesz, nie dotyczy naszej ścieżki. Jeśli nie możesz skupić się na swoim Guru i mantrze, oznacza to, że twój umysł nie może się poddać. Jedynym lekarstwem jest regularna praktyka.

Pytanie: Praktykujący: Dzisiaj był mój trzeci dzień po otrzymaniu Shaktipat deeksha. Tym razem poczułem, jak powoli narastało jakieś uczucie i przesunęło się w górę w kierunku czakry Manipury. To nie było natychmiastowe, ale bardzo, bardzo powolne, że nie można zrozumieć, czy się porusza. Ale po pewnym czasie zdałem sobie sprawę, że tak, coś tam jest. Kiedy otworzyłem oczy, czułem albo zimno, albo coraz zimniej od podstawy do czakry Manipur.

Medytacja trwała tylko 45 minut. Kiedy podczas medytacji widzę bardzo jasne światło wypełniające całe miejsce, nagle się boję i wychodzę z tego stanu. Tak wiele razy działo się w przeszłości.

Moja odpowiedź: To się nazywa przeciwstawianiem się krijom. Wielokrotnie powtarzałem ciągle to samo. Proszę, nie próbujcie opierać się kriya, jakiegokolwiek by one nie były. Oczywiście dotyczą one wszystkich dziewięciu kategorii ludzkich emocji. Zwykle ludzie mają tendencję do czerpania przyjemności z przyjemnych krij poprzez przywiązanie się do nich emocjonalnie. Zamiast tego starają się ciągle od nowa doświadczać tego samego rodzaju krij.

W rezultacie gromadzą się one jako nowa karma, chociaż stosunkowo łatwiej jest je później oczyścić podczas sadhan. Podobnie może się zdarzyć odwrotnie, gdy praktykujący próbuje oprzeć się nieprzyjemnym krijom. W tym przypadku karmy nie zostają oczyszczone. Mogą się trochę oczyścić, ale

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

gdy tylko praktykujący zacznie się im opierać z powodu strachu, nieśmiałości, wstępu, dylematu intelektualnego, bólu fizycznego lub czegokolwiek innego; oczywiście kriya natychmiast się zatrzymają. Jedynym lekarstwem na to jest całkowite poddanie się swojemu Guru.

Z kolei to samopoddanie pojawia się tylko wtedy, gdy zaczynasz ufać swojemu Guru. To zaufanie do twojego Guru rozwija się, kiedy zaczynasz wierzyć w Guru. Dlatego ostatecznie wszystko sprowadza się do wiary. Jeśli nie ma tej wiary, to nie ma nic. Czy nie wyjaśniłem tego w mojej pierwszej książce? Wygląda na to, że zapomniałeś o jego istocie. Dlatego jeśli to możliwe, przeczytaj go ponownie.

Zasypianie podczas sadhan

Pytanie: Praktykujący: Zasypiam podczas wykonywania sadhan. Czy to dobrze czy źle dla postępu? Czy możemy to nazwać jogą nidrą?

Moja odpowiedź: Zasypianie podczas sadhan jest dla ciebie przeszkodą. To oczywiście nie służy postępowi. Jednak pewna ilość negatywnej karmy zostałaby zmyta przez ten akt zasypiania. W tym celu musisz zrozumieć, dlaczego przede wszystkim tworzone są przeszkody dla praktykujących, w tym zasypianie. W tym celu uprzejmie przeczytaj moją książkę na temat skompilowanych pytań i odpowiedzi. Ten temat był już poruszany kilka razy. To nie jest joga, Nidra, jak wspomniałeś.

Szczerze mówiąc, sam nie mam pojęcia o tym określeniu. Dlatego łaskawie powstrzymaj się od myślenia o tego rodzaju rzeczach. Cokolwiek oznacza termin joga Nidra, jest nieistotne. Liczy się spalenie twojej karmy. Jest to możliwe tylko podczas sadhan i kiedy jesteś w pełni rozbudzony. Ponieważ karmy są niszczone lub tworzone tylko podczas stanu przebudzenia! Dlatego proszę, zróbcie wszystko, aby nie zasnąć tylko podczas sadhan.

Zdrzemnij się lub dobrze prześpij, zanim usiądziesz do sadhan. Podobnie, nie siadaj do sadhan po zjedzeniu jakiegokolwiek głównego posiłku. Proszę dać mu przerwę co najmniej 3 godzin. Podobnie, nie siadaj do sadhan, kiedy jesteś zmęczony. Oto kilka wskazówek, jak uniknąć zasypiania podczas sadhan. Proszę uważać, aby nie popaść w iluzoryczne wyobrażenia o swoim rozwoju duchowym, myśląc o egzotycznych terminach, takich jak joga Nidra itp., które można znaleźć w Internecie lub w książkach.

Zwiększenie czasu trwania sadhan

Pytanie: Praktykujący: Jestem w stanie wykonywać sadhan od 30 minut do maksymalnie 55 minut. W tym czasie regularnie pojawiają się krije, pranajamy i różne mudry. Krije są bardziej subtelne i nie tak akrobatyczne, jeśli mogę tak powiedzieć. Moje pytanie brzmi, dlaczego oczy otwierają się w różnych odstępach czasu w mgnieniu oka. Czasami po tym momencie odczuwane są odczucia ciała. Zwykle zatrzymuję się na moim „naman” skierowanym do Guru, wyrażając wdzięczność za poprowadzenie mnie na tę ścieżkę. Czy chodzi o to, że kosmiczna energia kieruje czasem trwania sadhan, czy też muszę kontynuować po tym błysku otwarcia oczu, co dzieje się bez żadnego bodźca? Cały czas doświadczam, że ciało jest w trybie autopilota, a ja jestem świadkiem. Proszę, poprowadź mnie, jak przezwyciężyć czynnik czasu, aby wydłużyć czas trwania sadhan.

Moja odpowiedź: Tak, czas trwania sadhan jest również kontrolowany przez energię kosmiczną regularnych praktykujących w ich sadhan. Dlatego proszę się tym zbyt nie przejmować. Po prostu pozwól sadhan zająć naturalnie. Jednak wciąż zalecam powolne wydłużanie czasu trwania praktyki, ale nie rób tego też na siłę.

Pytanie: Praktykujący: Bardzo interesuje mnie, jak niektórzy ludzie mają trudności z siedzeniem przez długie okresy sadhan, a potem inni mogą siedzieć przez długi czas, 3-4 godziny. Co dzieje się tutaj wewnątrz? Czy energia

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

kosmiczna jest w innym stanie, czy też umysł jest bardziej w stanie satwicznym, który pozwala energii kosmicznej wykonywać swoją pracę?

Moja odpowiedź: Właściwie to jest pod kontrolą przebudzonej energii kundalini. Owocowanie „asan”, czyli postawy, wpływa naturalnie w miarę postępów. Jednak praktykujący nie powinien popadać w letarg pod pretekstem tej zasady. To twój stan wewnętrzny. Praktycy mogą zmieniać pozycję nóg lub rozciągać je od czasu do czasu, jeśli to konieczne. Jednak podczas intensywnego i głębokiego sadhan ten wymóg może nie być konieczny. Na koniec, proszę pamiętać, że CZAS wydaje się znikać, tak po prostu, dla praktykującego w głębokiej medytacji. Oznacza to, że CZAS, jak wszyscy wiemy, że jest absolutny, przestaje nim być dla praktykującego w głębokim sadhan. W ten sposób wciąż słyszymy opowieści o wielkich mędrcach, którzy potrafią siedzieć w głębokiej medytacji przez długie godziny, dni, miesiące lub lata.

Pytanie: Praktykujący: Jak wydłużyć czas sadhan? Nie mogę siedzieć dłużej niż godzinę. Jak to poprawić?

Moja odpowiedź: Proszę się tym zbyt nie przejmować. W rzeczywistości znajduje się pod kontrolą samej przebudzonej energii kundalini. Jednak ze swojej strony spróbuj trochę wydłużyć czas trwania, nie próbując go na siłę. Proszę zastosować się do kilku wskazówek. Spróbuj usiąść do sadhan po odpoczynku lub przebudzeniu ze snu. Proszę nie próbować siadać do sadhan, gdy jest się zmęczonym lub po powrocie z pracy.

Następnie spróbuj usiąść do sadhan na czczo lub po przynajmniej trzygodzinnej przerwie, jeśli zjadłeś jakikolwiek główny posiłek. Jednak zawsze możesz usiąść do sadhan po lekkim przekąszeniu itp. Spróbuj także opróżnić jelita przed siadaniem do sadhan. Następnie, jeśli to możliwe, usiądź do sadhan po kąpiel. Poza tym nie ma żadnych ograniczeń dotyczących kąpieli. Może ci to trochę pomóc.

Następnie spróbuj usiąść do sadhan w ustalonym czasie i miejscu. W rezultacie sama siła nawyku poniesie cię do przodu, ilekroć nie będziesz miał ochoty na sadhan. Następnie zawsze staraj się skupić swój umysł na swoim Guru. Pomoże ci to uzyskać inspirację do wykonywania sadhan. Istnieje kilka doskonałych książek na temat Shaktipat napisanych przez niektórych naszych guru. Większość z tych książek jest dostępna w języku hindi. Poza tym dostępnych jest kilka książek w języku angielskim, telugu i marathi. Musisz czytać takie książki. Zainspirują cię do praktykowania sadhan. Mają one ogromny wpływ na praktykujących. Niektórym z naszych praktykującym udało się kupić komplet tych książek. W przeciwnym razie przeczytaj moją książkę tak często, jak to możliwe. Niektórzy z naszych członków przeczytali go około 10-15 razy. Dlatego musisz postępować zgodnie z niektórymi z powyższych wskazówek, przynajmniej jeśli nie wszystkimi.

Na koniec pamiętaj, proszę, że zawsze możesz spróbować zrobić coś dla swojego Guru, co pomoże ci zachować inspirację na ścieżce jogi. Ta usługa może być dowolna, zgodnie z twoimi umiejętnościami. Nawet oferowanie guru filiżanki kawy, herbaty, wody, jedzenia, owoców lub słodczy za każdym razem przed jedzeniem jest uważane za usługę.

Podobnie, możesz zamieścić coś w linii rodowej Zakonu Shaktipat lub rozpowszechnianie wiadomości jest również uważane za taką usługę. Jeśli jesteś malarzem, możesz spróbować namalować Guru, a jeśli jesteś pisarzem, możesz coś napisać.

Poza tym samo pamiętanie Guru jest również bardzo pomocne. Proszę to zrobić dla własnej wygody i umiejętności. W ten sposób przyciągasz boską łaskę. Proszę, zrozumcie prostą logikę, że Guru, mantra lub energia kosmiczna mają tę samą formę. Dlatego rób wszystko, co możesz i przyciągaj łaskę. W przeciwnym razie boskie

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

błogosławieństwa zawsze promieniają na was jednakowo przez cały czas.

Pytanie: Praktykujący: Od wielu dni obserwuję, że wielu sadhaków lubi przedłużać swój czas sadhan, zgodnie z twoją radą. Wielu sadhaków robi to nawet przez 4 godziny i więcej, sprawiając wrażenie, że jest między nimi jakaś rywalizacja. Proszę o więcej szczegółów na temat jakości sadhan zamiast długich godzin sadhan. Czy siedzenie przez dłuższe godziny jest bardziej korzystne dla sadhaka, czy też sadhan z całkowitym oddaniem i poddaniem przyniesie więcej korzyści.

Wygląda na to, że ludzie wkładają więcej siły fizycznej w sadhan, niż będąc w nim. Proszę to wyjaśnić, ponieważ wielu innych musi być zdezorientowanych co do tego, co robić, a czego nie? Co więcej, jaki powinien być ostateczny cel sadhaka?

Moja odpowiedź: Po pierwsze, siedzenie do sadhan w pozycji medytacyjnej jest bardziej formalnością, którą należy obowiązkowo i regularnie przechodzić. W przeciwnym razie po inicjacji Shaktipat osoba nie robi nic. Czyszczenie karmy trwa przez całą dobę. Niektórzy z naszych praktykujących donoszą, że krije, takie jak wibracje itp., mają miejsce nawet wtedy, gdy nie wykonuje się żadnego sadhan.

W idealnej sytuacji każdy moment życia staje się sadhan, pod warunkiem, że praktykujący wykaże się poddaniem i beznamietnością podczas wykonywania codziennych obowiązków. Jednak formalne siedzenie dla sadhan pomaga praktykującemu na kilka sposobów. Przede wszystkim pielęgnujesz siłę nawyku. Po drugie, nie pogrążasz się w letargu pod pretekstem, że to boska moc kontroluje twoje przeznaczenie. Chociaż to prawda, proszę również zrozumieć, że praktykujący jest nadal pod urokiem Majów lub iluzji. Oznacza to, że z jednej strony ta sama kosmiczna moc wciąga was z powrotem do Majów i jednocześnie oczyszcza waszą karmę.

Na zaawansowanych etapach praktyki jogi uważa się, że praktykujący jest zawsze w sadhan. Jednak formalnie nie zasiada do sadhan. Dlatego proszę spojrzeć na tę kwestię z tej perspektywy.

Oczywiście jakość sadhan oznacza praktykowanie samopodporządkowania i bycie świadkiem. Jeśli potrafisz to robić skutecznie, to jako taki jesteś tylko w sadhan przez cały czas. W przeciwieństwie do tego, jeśli nie możesz tego zrobić, lepiej pozostać formalnie siedzącym i wykonywać sadhan tak często, jak to możliwe. Czy nie słyszałeś o ludziach siedzących w medytacji bez przerwy przez długie godziny, dni, miesiące, a nawet lata?

W miarę jak praktykujący czyni postępy w jodze, zaspokajane są nawet wymagania dotyczące pożywienia i wody. Istnieje coś znanego jako „Amrit Dhara” lub strumień ambrozji, który ma zacząć się wydalać z górnej części krtani i który utrzymuje ciało przy życiu, odżywiając je. Dlatego sadhan nie ma końca. Zarówno jakość, jak i czas trwania są równie ważne.

Aby zadowolić wszystkich praktykujących o różnych zdolnościach do siadania do sadhan, zaleca się praktykowanie tak dużo, jak to możliwe i tyle razy, ile to możliwe. Ćwicz samopoddawanie się tak bardzo, jak tylko możesz.

Ponadto, proszę pamiętać, że przebudzona energia kundalini zaczyna kontrolować sadhan dla praktykującego. Nie należy jednak szukać schronienia pod tą wymówką i popadać w letarg. Lepiej przejść do przesady, niż zawieść. Dlatego zachęcam praktykujących, aby dali temu lekkiemu dodatkowemu impulsowi i wydłużyli czas trwania sadhan. Jednocześnie sadhan nie powinien być wykonywany na siłę. Po prostu staraj się zachować tę delikatną równowagę. Ani nie bądź ośpały, ani nie zmuszaj go.

Na koniec, proszę, nie porównuj swojego sadhan z sadhan innych. Kto wie, może jesteś już w znacznie bardziej zaawansowanym stanie niż inni!

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Zamierzam jednak zainspirować wszystkich praktykujących, którzy mogą być ospali w wykonywaniu sadhan, aby pokazać im przykład innych praktykujących przez długie godziny.

Czasami ja również inspiruję się do praktykowania sadhan, kiedy widzę, jak niektórzy z was robią to przez długi czas. To jest zaleta przebywania w aśramie. Tak, aby każdy inspirował się innymi. Tu nie ma konkurencji. Chodzi o to, by płynąć z grupą tak, aby inni wzięli nawet przeciętnego ćwiczącego. Mam nadzieję, że udało mi się przekazać Ci ideę.

Pytanie: Komentarz od innego praktykującego na powyższe pytanie: To bardzo trafne pytanie, nawet ja byłem ciekawy, dlaczego i jak to wpłynie i dlaczego to dążenie? Odpowiedź na to znalazła się w jednej z odpowiedzi Guru Ji, w której wskazał, że jakość krii i doświadczenie zmieniają się znacząco lub zaczynają się zmieniać. Moim zdaniem wskazuje to, że karma wysokiego poziomu są oczyszczane, a krije stają się subtelniejsze.

Dlatego zainspirowałem się, aby zacząć dostrajać swój własny sadhan i w ciągu ostatnich 3 dni byłem w stanie osiągnąć znak 4 godzin. Ale świadomie próbowałem wydłużyć czas przez długi czas, ale nigdy nie mogłem tego zrobić. Zmuszając się i technicznie rzecz biorąc, nie mogę tak długo siedzieć bez krija i nic nie robić. Mam trochę na ten temat, ale chciałbym usłyszeć od Gurudev na ten temat, ponieważ jest to powszechne dążenie większości z nas, aby zwiększać czas i ostatecznie wejść w samadhi.

Moja odpowiedź: Mam nadzieję, że powyższa odpowiedź dotyczy również Pana zapytania. Po prostu skup swój umysł wewnątrz. Łatwiej jest to robić siedząc w sadhan niż przyjmując schronienie pod pretekstem, że jesteś w sadhan tylko wtedy, gdy jesteś zajęty codziennymi obowiązkami. Dlatego proszę, róbcie sadhan tak często, jak to możliwe i tak często, jak to możliwe. Zapewnij także jakość, ćwicząc samopoddanie się tak bardzo, jak to możliwe.

Nie ma też nic znanego jako doskonały sadhan. Być może tylko Bóg może to zrobić, jeśli zdarzy mu się być w ludzkiej postaci. Chociaż według tekstów jogi Bóg nie może istnieć w takiej ludzkiej postaci, a także wykonywać doskonały sadhan. Nie mam pojęcia o tych boskich inkarnacjach, które to zrobiły. Dlatego po prostu skup się na sadhan, nie próbując intelektualnie zrozumieć jego mechaniki. Chciałbym poinformować wszystkich sadhaków, aby nie wahali się tymczasowo przerwać sadhan na dzień lub dwa, a nawet kilka dni, jeśli krije występują agresywnie i nie czujesz się komfortowo.

Kilkakrotnie zmuszałem praktykujących do zaprzestania wykonywania sadhan. Jednak często nie ogłaszam tego publicznie, ponieważ obawiam się, że może to wysłać zły sygnał innym. Może to zainspirować niektórych ospałych praktykujących do szukania wymówek, by nie wykonywać sadhan.

Pytanie: Praktykujący: Proszę, potrzebuję twojego przewodnictwa i błogosławieństwa. Od czasu lockdownu świadomie pracowałem nad zwiększeniem czasu sadhan z 5-6 godzin każdego dnia w 4 sesjach. Przez ostatni tydzień byłem w stanie osiągnąć 7 godzin każdego dnia dzięki 3 sesjom. Sesja 1 5 godzin - od 4:30 do 9:30; sesje 2 i 3 trwają po 1-1,5 godziny po południu i wieczorem. Potrzebuję twojego wsparcia i wskazówek, aby dostroić pierwszą 5-godzinną sesję i zaobserwowałem, co następuje: -

1) 5-godzinna sesja – krije pojawiały się przez całą sesję, ale stały się znacznie bardziej miękkie lub płynniejsze, bez nagłych szarpnięć itp. Czy to w porządku, czy powinienem podzielić sesję na 2 po 2,5 godziny każda?

2) Dostaję się do jogi Nidra prawie przy wszystkich 5 okazjach, wahając się od 40 minut do 1,5 godziny. Czy to jest w porządku, czy jak to zmniejszyć?

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

3) Mogłem zacząć wcześniej, ponieważ początkowo zacząłem sadhan o 3:40 rano, ale opóźniłem to. Teraz biorę kąpiel i rozpoczynam sesję o 4:30 rano.

4) Mój umysł jest spokojniejszy, ale wciąż nie uspokajam się na tyle, aby stracić poczucie czasu lub wejść w shooonya. Wszelkie wskazówki na ten temat bardzo by pomogły.

5) Daj mi znać, jeśli przesadzam lub się śpieszę, ponieważ próbuję wykorzystać sytuację zamknięcia. Nie wpływam też niekorzystnie na moje życie rodzinne, ponieważ moje sesje kończą się przed rozpoczęciem rodzinnego dnia.

Moja odpowiedź: Oczywiście, kriya nie zawsze manifestuje się w ten sam sposób. Czasami są agresywne, a czasami bardzo łagodne. Ale najważniejszą rzeczą jest nie wykonywać sadhan na siłę. Wszystko zależy od Ciebie. Jesteś najlepszym sędzią. Jeśli masz ochotę to zatrzymać, zrób to. Nie próbuj rozciągać go na siłę.

Mówiłem niektórym praktykującym, aby wydłużyli czas swojej praktyki. Zauważyłem, że nie jest to dla nich odpowiednie. Porada, aby wydłużyć czas trwania praktyki, jest przeznaczona dla praktykujących typu ospałego, w tym dla mnie. Mimo to nie musisz go przestrzegać. Następnie, proszę, nie próbuj przerywać sadhan na siłę. Musisz sam znaleźć tę delikatną równowagę.

Jeśli chodzi o dzielenie sadhan na kilka sesji, nie ma ustalonej reguły. Możesz to zrobić w dogodny dla siebie sposób. Krótko mówiąc, proszę bardzo. Nie popadaj w letarg i nie rób tego na siłę. Mam nadzieję, że teraz wpadłeś na pomysł.

Pytanie: Praktykujący: Wydłużyłem czas trwania mojego sadhan w tym okresie blokady z 40 minut do 90 minut. Mam przepływ energii w ramionach i trzecim oku. Miałem wizję bieli i innych kolorów. Moją główną trudnością podczas sadhan jest drętwienie prawej nogi. Dzięki temu 3-4 razy rozciągam nogę. Czy to odrętwienie jest również kriją? Jak

przewyciężyć ten problem, aby wydłużyć czas trwania mojego sadhan? Proszę doradź mi.

Moja odpowiedź: Drętwienie w nodze jest spowodowane zwykłymi przyczynami. Zwykle dzieje się to podczas medytacji. Po prostu spróbuj wyregulować nogi. Dzieje się tak zwykle z powodu ucisku jakiegoś nerwu itp. Proszę się tym zbyt nie przejmować. W każdym razie zawsze możesz rozprostować nogi i zmienić ich pozycję. Ale proszę, nie próbuj siedzieć w tej samej pozycji na siłę.

Robienie przerw podczas sadhan

Pytanie: Praktykujący: Wczoraj rozpocząłem swój sadhan o 21:00 i skończyłem tutaj o 1:05 czasu lokalnego. Minęły 4 godziny sadhan. Więc nie mogłem was poinformować o przyłączeniu się w czasie grupowej medytacji; w tym czasie byłem już w głębokim sadhan. Doświadczyłem krii opadającej głowy i szyi, swędzenia na twarzy, sporadycznych bólów i prądu płynącego w sercu, żołądku, szyi, lewych żebrach, pępku, lewym nadgarstku i szarpnięciach prawej ręki. Czulem ucisk na przemian w lewym i prawym uchu. Czasami presja była duża. Moja czakra gardła była bardzo aktywna przez cały sadhan. Pojawiło się uczucie ciężkości, suchości, pragnienia, a nawet dławienia w okolicy gardła. Czasami miałem ochotę grać na instrumencie muzycznym „Veena”. Poczulem przypływ energii z gardła do czakry korony z silnymi wibracjami czakry korony. Czulem się bardzo ciężko. Po 4 godzinach sadhan poczułem głód. Wzięłam łyk wody i poszłam spać. Czy możemy pić wodę z zamkniętymi oczami podczas sadhan z powodu ogromnego pragnienia? Zazwyczaj piję wodę przed i po sadhan. Proszę o radę na ten temat.

Moja odpowiedź: Bardzo ładnie. Tak, możesz pić wodę, jeśli w międzyczasie poczujesz pragnienie. Na naszej ścieżce nie odbywa się medytacja. Nazywa się to sadhan. Dlatego nie ma ograniczeń co do przerwy między nimi. Nie musisz nawet mieć zamkniętych oczu podczas picia wody. Możesz otworzyć oczy, zrobić sobie przerwę, jeśli chcesz, i ponownie

wznowić praktykę. Z przyjemnością obserwuję Twoje postępy. Proszę kontynuować praktykę w ten sam sposób.

Kwestie związane z Sadhan

Pytanie: Praktykujący: Dziś rano w mojej praktyce odwiedziło mnie kilka obrazów i osób, które wyglądały jak duchy. Twarze i ciała, których nie rozpoznawałem, nawet dzieci przychodziły do mnie, niektóre były oszpecone, a niektóre normalne. Co to jest? Czy wynika to z karmy? Wydaje się, że istnieją w innym świecie, który badałem?

Moja odpowiedź: Tego rodzaju wizje podczas sadhan są normalne. Oczywiście jest, że nagromadzone wrażenia karmiczne są oczyszczane. Proszę, zrozumcie, że takie wizje są wynikiem wszystkich nagromadzonych śmieci karmicznych. Nie musi to koniecznie oznaczać, że miałeś bezpośrednie doświadczenie z takimi wizjami. Mogło to być wyczyszczenie pomieszanych rzeczy karmicznych. Po prostu obserwuj ich jak cichy widz. Poza tym nie przepowiadają też niczego o przyszłych wydarzeniach.

Pytanie: Praktykujący: Dzisiejszy sadhan trwał 4,5 godziny. Od samego początku dostawałam zachętę do leżenia. Doświadczyłem wielu takich krii; siły wokół serca i czakr Vishuddhi. Wiele wizji, zwłaszcza wywołujących zawroty głowy. Większość wizji miała więcej niż 3 wymiary; wyglądało na to, że miałem projekcję astralną. Moje pytanie: czy to normalne, że przez cały czas przebywania w pozycji leżącej nie występują fizyczne krije.

Moja odpowiedź: Tak, jest w porządku, jeśli ćwiczysz w pozycji leżącej. Fizyczne krije mogą się zdarzyć lub nie. Istnieje pięć różnych powłok pokrywających duszę. Oczywiście każdy ma nagromadzoną karmę, która dotyczy wszystkich pięciu powłok. W rezultacie krije zamanifestują się we wszystkich pięciu powłokach, aby oczyścić odpowiednie karmy. Czasami oczyszczane karmy nie są bardzo silnie kumulowane. W takim przypadku praktykujący może nie

doświadczyć żadnych fizycznych lub mentalnych krii lub mogą one być bardzo łagodne i możesz ich nie zauważyć.

W związku z tym proszę pamiętać, że Shaktipat jest jak pociąg ekspresowy. Nie zobaczysz mniejszych stacji na trasie, gdy przejeżdżasz obok nich w pociągu ekspresowym. W przeciwieństwie do tego, jeśli poruszasz się powolnym pociągiem, zobaczysz wszystkie te stacje pośrednie. Tak samo jest i tutaj. Dlatego proszę, nie przejmujcie się w ogóle krija.

Pytanie: Praktykujący: Fizyczne krija były dla mnie bardzo małe. Od samego początku zawsze wzbudzały emocje. Na przykład powiedziałeś mi, że robię coś, czego nikt inny nie zrobił lub nie udało mi się zrobić bardzo prostej rzeczy. Oczyszczanie emocjonalnych karm pochwał i nadużyć. Doświadczyłem zarówno dziwnie, jak i wyraźnie.

Moja odpowiedź: Bardzo ładne. Tak, w ten sposób wpływa na oczyszczenie karmy. Wszystko zależy od rodzaju karmy zgromadzonej przez praktykujących. Czasami praktykujący nie są usatysfakcjonowani, ponieważ nie doświadczają wulgarnych fizycznych krii. Jest to sprzeczne z zasadą sadhan po inicjacji Shaktipat. Praktykujący nie powinien szukać określonego zestawu krii ani opierać się innym. Skupienie powinno być wewnętrzne, jak niemy widz. Kiedy praktykujący mogą ćwiczyć taki rodzaj wewnętrznego skupienia, zrozumieją subtelniejsze krije, które mają miejsce.

Brutalne fizyczne krije i tak ustaną na pewnym etapie. Dokładniejsze oczyszczenie emocji zajmuje bardzo dużo czasu. Przypomina to czyszczenie brudnego koca. Początkowo łatwiej jest go odkurzyć z większych zanieczyszczeń. Później potrzeba dłuższego czasu, aby uwolnić drobniejsze zanieczyszczenia z koca. Z tej perspektywy oczyszczenie umysłu zajmuje bardzo dużo czasu. Przede wszystkim krije związane z ego i intelektem są zbyt piękne. Trudno jest odróżnić krije od karmy. Jednak w przypadku regularnego praktykującego ta różnica zostanie ujawniona wewnętrznie, ale tylko w przypadku regularnych

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

praktykujących. W przeciwnym razie istnieje ryzyko błędnego zrozumienia nowych karm jako kriya. Cieszę się, że regularnie ćwiczysz. Proszę kontynuować praktykę w ten sam sposób. Jako kardiolog musisz być w dzisiejszych czasach zajęty, głównie z powodu koronawirusa. Uważaj, bo jesteś bardziej narażony.

Pytanie: Praktykujący: Dlaczego podczas sadhan w ustach zawsze jest dużo śliny?

Moja odpowiedź: Jest to tylko rodzaj krii. Dzieje się tak nie tylko podczas sadhan, ale także nieprzerwanie przez całą dobę, kiedy się zaczyna. Zwykle proces trwa czasami jeden lub dwa dni, a następnie zatrzymuje się. Ponownie, może rozpocząć się z przerwami po kilku dniach lub tygodniach. Smak wody wytwarzającej się w jamie ustnej również nieco różni się od zwykłej flegmy. Można wyczuć odrobinę słodyczy.

Pytanie: Praktykująca: Dzisiejsza sesja trwała 30-35 minut. Rozpoczęły się i zakończyły modlitwami do Guru Jisa. Nie mogłam się całkowicie skoncentrować. Ciągłe dręczyły mnie myśli o moim kochanku. Potrzebuję twojej pomocy. Pierwsze trzy dni przebiegały świetnie. Wczoraj i dziś oba te dni nie są zgodne z prawdą. Nie mogłam osiągnąć nawet podstawowej koncentracji. Jak to przezwyciężyć? Co ja robię źle?

Moja odpowiedź: Odpowiedziałem teraz na pytanie dotyczące myśli pojawiających się podczas sadhan. Proszę przeczytać to. Przeczytaj także skompilowaną książkę z pytaniami i odpowiedziami, którą udostępniłem wcześniej. Ta książka odpowie na wiele twoich pytań. Na naszej ścieżce nie medytujemy. Nazywa się to sadhan. Cokolwiek kriya dzieje się w twoim ciele lub umyśle, nie jest już pod twoją kontrolą. Jednak krija stana się świeżą karmą, jeśli zbyt często się nimi zainteresujesz. Tak samo jest i z tobą. Tylko tyle zapamiętaj.

W przeciwnym razie myśli pojawiające się w twoim umyśle są tylko krija. Im więcej się pojawia, tym więcej twojej karmy zostaje oczyszczone. Nie martw się proszę, że nie potrafisz

jeszcze cieszyć się błogą medytacją. Oznacza to, że celowo próbujesz szukać przyjemnych krii. Musisz troszczyć się o uwolnienie się od nagromadzonej karmy lub wrażeń zmysłowych. To, czy są przyjemne, czy nieprzyjemne, nie powinno mieć znaczenia. Po prostu pozwól im powstać w twoim umyśle. Powoli zaczynają wymierać. To jest istota sadhan. Mam nadzieję, że teraz rozumiesz.

Pytanie: Praktykujący: Kiedy umysł jest niespokojny lub nieskrępowany, to siedzenie w sadhan w celu uspokojenia będzie równoznaczne z nową karmą? Co należy zrobić, aby uspokoić napięty umysł?

Moja odpowiedź: robienie sadhan na siłę jest równoznaczne ze świeżą karmą tylko dlatego, że będzie oparte na ego. Następnie uspokojenie umysłu nastąpi naturalnie tylko wtedy, gdy twoja karma zostanie oczyszczona. W przeciwnym razie, proszę, skup się na swoim Guru i ćwicz całkowite poddanie się. To najlepszy sposób na uspokojenie umysłu, choć tylko chwilowe.

Pytanie: Praktykujący: Mój sadhan trwał dzisiaj tylko 40 minut. Rozpoczęły się i zakończyły modlitwami do guru. Dzisiaj po modlitwie uczucie zaczęło się natychmiast w okolicy trzeciego oka. Przez jakiś czas przede mną biegły cienie wielu ludzi. Nie mogłem rozpoznać żadnego z nich; kim oni byli? Potem byłem głęboko w środku i nie czułem swojego ciała/oddechu. Byłem bardzo lekki i w radosnym nastroju. To uczucie utrzymywało się przez większość czasu.

Wreszcie mogłem zobaczyć moją ukochaną śmiejącą się i w szczęśliwym nastroju, gdy mogła wyjść z domu. Poszła do dwóch domów naszych wspólnych znajomych. W pierwszym domu zaproponowano jej coś do picia. Kliknęła swoje zdjęcia. Następnie udała się do domu drugiej przyjaciółki po produkty piekarnicze. Tam też była szczęśliwa. Znalazłem ją rozmawiającą z moim przyjacielem i jego rodziną, ale nie widziałem innych w mojej wizji. Do tego momentu też byłem w szczęśliwym nastroju. I mogłem zwizualizować całą rzecz.

W końcu usłyszałem dzwony puji w pobliskim domu. A moje oczy zrobiły się mokre. Wracalem do swojego ciała. Pomodliłem się do Guru i ukończyłem mój sadhan. Przed ukończeniem sadhan właśnie powiedziałem Guru, że teraz podporządkowuję się wam i moje oczy zwilgotniały.

Moje pytania:

Obecnie moja ukochana jest tylko w domu naszego wspólnego znajomego. Znam jej harmonogram od wczorajszego wieczoru. Ona poszła o 10:50, a ja zacząłem sadhan o 11:30. Jestem w stosunku do niej bardzo zaborczy. Czy obrazy mojej ukochanej, które widzę na sesji, niszczą moją karmę, czy budują nową? Nie mogłem zobaczyć moich dwóch pozostałych przyjaciół ani członków ich rodzin w domu. Widziałem tylko szczęśliwą i roześmianą twarz mojego kochanka. Jak to interpretować?

Jej harmonogram nie był ustalony co do tego, do którego miejsca uda się najpierw. Wyobrażałem sobie, że najpierw odwiedza jednego znajomego, a potem kolejne. Przede wszystkim widziałem też furgonetkę piekarni, ale nie widziałem nic więcej. Czy to są moje myśli? Czy tworzę nową karmę?

Czy to moja intuicja? Czy robię wizualizację? Chociaż jestem bardzo zaborczy w stosunku do mojego kochanka, czuję się teraz bardzo spokojny. W przeciwnym razie bardzo niecierpliwie czekam na nią.

Na razie nie mam o nią żadnych zmartwień ani obaw. Obrazy mojej ukochanej pojawiają się w każdej sesji mojego sadhan. Czy za dużo o niej myślę? Proszę, pomóż mi to rozwiązać. Mój sadhan trwa około 40-50 minut. Przed deekshą było to dłuższe. Czasami trwało to również dwie godziny. Ale chodziło o spokojne siedzenie i obserwowanie oddechu i myśli. Jaki jest tego powód i jak mogę wydłużyć czas trwania sadhan? Przepraszam Guru Ji, że zawracam ci głowę moimi pytaniami, ale nie mam nikogo oprócz ciebie, z kim mogłabym porozmawiać.

Moja odpowiedź: cokolwiek doświadczasz podczas swojego sadhan, to w zasadzie krija. Zmysłowe wrażenia nagromadzone w Twojej podświadomości ulegają oczyszczeniu. To jest podstawa. Proszę, zrozumcie, że po Shaktipat deeksha, wasza podświadomość podlega efektowi wzburzenia. W rezultacie wszystkie twoje myśli, emocje, uczucia itp. zaczynają uciekać. Dlatego twoje wizje i myśli pojawiają się w twoim umyśle.

Możesz ich doświadczyć nawet podczas snu. To jest początek oczyszczania twojej karmy. Taka sytuacja potrwa kilka dni lub tygodni. Ale wszystko dzieje się dla twojego dobra. Aby uspokoić umysł. Wkrótce zaczniesz mieć zupełnie inny wgląd. Twój umysł musi przejść transformację. Stanie się to szybciej, jeśli będziesz więcej praktykować i praktykować samopoddanie. Przyniesie ci spokój i szczęście.

Zewnętrznie rzeczy mogą, ale nie muszą, zmienić się tak, jak chcesz obecnie. Ale spokój i szczęście są dla ciebie zapewnione, pod warunkiem, że będziesz regularnie ćwiczyć. Czego jeszcze chcesz? Reszta wszystko inne opisane przez Ciebie jest nieistotne.

Jednak wiedza o ruchach twojej ukochanej jest również oczywiście częścią krii. Ponieważ twoja podświadomość musi zostać wyrzucona, twój kochanek i jej przyjaciele działają dla ciebie jako medium. Proszę się tym w ogóle nie przejmować. U Ciebie wszystko dzieje się zupełnie normalnie. Proszę nie przejmować się czasem trwania sadhan na tym etapie. Minęło zaledwie kilka dni odkąd przyjąłeś Shaktipat deeksha. Powoli będzie rosła sama.

Pytanie: Praktykujący: Tym razem mam dość głupie pytanie. Chodzi mi to po głowie od paru dni. Zauważyłem, że kilka razy podczas sadhan znajdowałem się na podwójnym etapie. Mogłem wyraźnie zaobserwować, że krije odbywały się automatycznie, bez mojego wysiłku. Mimo to, w tym samym czasie, mój umysł również był w trybie gadania. Umysł też

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

kłębi się w myślach. W większości przypadków przywracam porządek, powtarzając mantrę Guru.

Czasami brakuje mi inwokacji mantry Guru i ta paplanina trwa dłużej. Wyzwanie polega na tym, że w tym czasie ta paplanina jest bezużyteczna. To tak, jakby myśleć o problemach związanych z pracą, rozwiązaniach dla wirusa Corona i sprawach światowych, takich jak; kolejny ruch ze strony Chin lub USA w obecnym impasie. Pytanie brzmi, czy powinienem zdusić myśli w zarodku. Czy powinienem nie zwracać na to uwagi i nie pozwalać temu dalej rosnąć. Co więcej, czuję, że robienie tego byłoby dobrowolnym przerwaniem i tworzeniem nowej karmy. Lub czy jest to dopuszczalne? Proszę poprowadzić.

Moja odpowiedź: Nie jesteś na żadnym etapie dualizmu. Wszystko to jest tylko krija. Po prostu zapomnij skupić się na swoim Guru i intonowaniu mantry w takich chwilach. Po prostu obserwuj mentalne i fizyczne krije jako cichy widz. To jest właściwy sposób wykonywania sadhan. Niech tak będzie, nawet jeśli czujesz, że celowo próbujesz myśleć o sprawach doczesnych. Te świeże karmy będą później łatwiejsze do oczyszczenia. Ale proszę, nie zatrzymujcie myśli, ponieważ możecie nie być w stanie odróżnić krije od karmy.

Pytanie: Praktykujący: Od czasu do czasu praktykuję sadhan. Przed zeszłym tygodniem czułem się bardzo senny, zmęczony i nieco przygnębiony. Może z powodu blokady, a może to były krije, ponieważ czytałem podobne doświadczenia sennaści innych praktykujących. Nie wiem, więc zrobiłem sobie przerwę od mojego sadhan. Czuje się już dobrze.

Jedną rzecz chciałem zrozumieć. Kiedy zaczynam sadhan, w ciągu kilku minut mój umysł jest pełen myśli o ludziach i sytuacjach z przeszłości, teraźniejszości i przyszłości. Nie jestem pewien, czy te myśli to krija czy rozproszenie. Czytałem, że mówisz, że to są krije, ale nawet kiedy nie siadam do sadhan, doświadczam tych myśli, więc nie

rozumiem. Zwykle staram się skupić z powrotem na mojej mantrze i twoim wizerunku. Ostatnio nie doświadczam fizycznych krii.

Moja odpowiedź: Po inicjacji Shaktipat siedzenie do sadhan jest bardziej formalnością, chociaż należy go przestrzegać obowiązkowo. W rezultacie wielu praktykujących doświadcza krii przez całą dobę. Podczas gdy praktykujący jest zaangażowany w światowe działania, trudno jest pozostać w stanie świadka jako niemy widz.

Dlatego neutralizacja karmy nie jest wykonywana tak skutecznie, chociaż krije trwają, gdy jesteś zaangażowany w swoją codzienną rutynę. Co więcej, nowa karma może się kumulować, ponieważ praktykujący może odczuwać wpływ emocjonalny podczas codziennych obowiązków. Dlatego sugeruje się, aby praktykujący formalnie siadali do sadhan codziennie lub regularnie. Kiedy siedzisz w sadhan, umysł jest bardziej w stanie świadka, tak jakbyś zamykał drzwi na świat zewnętrzny.

Jeśli chodzi o twoje wątpliwości co do tego, czy myśli są krijami, to tak, są to tylko krije. Im więcej myśli się pojawi, tym lepiej dla ciebie, ale powinny one pojawiać się naturalnie. Wtedy neutralizowane są tylko karmy nagromadzone w podświadomości. Nie powinieneś celowo próbować myśleć. Istnieje delikatna granica między kriją a karmą. Jeśli chodzi o aktywność umysłową, trudno jest odróżnić kriję od karmy, ale nie ma potrzeby się tym martwić. Nawet jeśli nagromadzi się nowa karma, stosunkowo łatwo będzie ją usunąć. Wszystko to ma jednak zastosowanie tylko wtedy, gdy praktykujesz regularnie.

W przeciwnym razie istnieje tendencja do postrzegania wszystkiego jako kriya podczas codziennych zajęć. Proszę, nie martw się tym wszystkim; po prostu regularnie siadaj do sadhan. Skoncentruj swój umysł na swoim Guru tak często, jak to możliwe każdego dnia. Nawet jeśli nie jesteś w stanie usiąść do sadhan, przywołanie obrazu Guru do pewnego

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

stopnia zrekompensuje to. Fizyczne krije mogą, ale nie zawsze mieć miejsce. Powinieneś być zainteresowany oczyszczeniem swojej karmy, a nie krijami. Krije są tylko środkiem. Zależą od twojej nagromadzonej karmy.

Pytanie: Praktykujący: Czy niepokój lub niekończące się pragnienie doświadczania krii po Shaktipat jest również kriją manifestującą się poprzez kształt myśli? Mój umysł stał się niespokojny, ponieważ nie jestem świadomy doświadczania kriya. Ale część mnie wie. To tylko kłębek myśli rodzących się w mojej głowie. Staram się patrzeć na to jako widz. Nie traktując tych myśli poważnie.

Moja odpowiedź: Według tekstów jogi istnieje około 1 25 000 rodzajów krii. Podchodzi pod to nawet wzorzec myślowy. Krije mogą się zdarzyć w sposób, który opisałeś. Na początkowych etapach krije mogą się nie objawiać, ale na późniejszych etapach możesz ich często doświadczać. Po pierwsze, musisz pamiętać, że nie mamy tylko jednej warstwy ciała fizycznego. Oprócz wulgarnego ciała fizycznego mamy jeszcze dwie inne znaczące warstwy naszego ciała. Sukshma, czyli ciała subtelne i Karan, czyli ciała przyczynowe, to dwa pozostałe.

Energia kundalini jest świadoma i wszechwiedząca. Działa na wiele sposobów. Czasami w ciele fizycznym, a czasami w innych ciałach, w których nie możemy doświadczyć jego wpływu, ponieważ działa bardzo subtelnie. Po prostu wykonuj swój sadhan z całkowitym oddaniem i nie myśl o niczym innym. Krije zamanifestują się przed tobą, gdy twoje karmy zostaną zneutralizowane.

Pytanie: Praktykujący: Praktykuję sadhan od prawie dwóch miesięcy. Od zeszłego tygodnia intonuję mantrę Gajatri, klaskanie i rotacje karku też się zdarzają. Załóżmy, że robię sadhan wcześniej rano, po sadhanie. W takim przypadku wchodzę w Shavasana i zapadam w głęboki sen na około 30 minut do godziny.

Moja odpowiedź: To mile. Jeśli mantra Gajatri wydarza się jak krija, to niech się dzieje. Inne rzeczy to także krija. Kontynuuj swój sadhan w ten sam sposób. Spanie po sadhan jest powszechną rzeczą, której doświadcza wielu sadhaków.

Pytanie: Praktykujący: Po dwóch tygodniach przerwy wracam do regularnego sadhan. Kompletnie nic nie przeżywam. Nawet vibracje i szarpnięcia, które kiedyś miałem, już się nie zdarzały.

Moja odpowiedź: Po kilku dniach możesz ponownie doświadczyć krii. To całkiem normalne, że nie zawsze doświadcza się krii podczas sadhan. Czasami krije działają w bardzo subtelny sposób i nasze ciało fizyczne może tego nie wyczuwać. Po prostu rób swój sadhan bez oczekiwania krii. Nie możemy oczekiwać, że krije zamanifestują się na naszej drodze. Zamanifestują się na własną rękę w oparciu o twoją zgromadzoną karmę. Regularnie wykonuj sadhan.

Pytanie: Praktykujący: Swami Shivom Tirth Ji mówi, że kiedy nie manifestują się krije, należy przestrzegać surowej dyscypliny duchowej. Mam bardzo łagodną manifestację kundalini. Czy powinienem przestrzegać jakiegokolwiek fizycznej lub duchowej dyscypliny Guru Ji?

Moja odpowiedź: nie jest wymagana jako taka dla ciebie. Ale proszę, zawsze musicie skupiać swój umysł na swoim Guru. Nie jest to żaden wymóg symboliczny, ale raczej precyzyjny wymóg typu matematycznego. Proszę to zrozumieć. Ofiarowujesz wyrazy szacunku nie fizycznemu ciału swojego Guru, ale Guru tattwie, czyli esencji Guru. Tylko w tym tkwi sekret sukcesu w praktyce jogi. W chwili, gdy pojmiesz znaczenie tej nauki, twój duchowy wzrost rozpocznie się bardzo szybko. Nie potrzeba innej techniki.

Jego Świątobliwość musi odnosić się do tych przypadków, w których sadhakom brakuje tego rodzaju oddania dla ich Guru. Założmy, że poddają się surowym duchowym dyscyplinom. W takim przypadku ich umysły będą oczywiście skłonne do poddania się. To jest istota tego. Ale nie musisz podejmować

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

aż tak ekstremalnych środków. Wyrób sobie nawyk pamiętania swojego Guru od rana do wieczora kilka razy dziennie, przed jedzeniem, robieniem czegoś itp. To wystarczy.

Pytanie: Praktykujący: Co mam zrobić, jeśli pewnego dnia nie mogę wykonać sadhan z nieuniknionych powodów, takich jak podróż? Jak to zrekompensować?

Moja odpowiedź: Proszę się tym nie przejmować. Po prostu rób to, kiedy tylko jest to możliwe.

Pytanie: Praktykujący: Dołączyłem do nowej organizacji, jak już wcześniej informowałem. Mój poprzedni pracodawca do tej pory nie zapłacił mi składek i mnie unika. Ale na co dzień dostaję wiele negatywnych myśli. Robię co w mojej mocy, aby odwrócić mój umysł od emocji. Proszę doradzić, będąc sadhakiem w normalnym trybie, czy możemy ograniczyć negatywne lub pozytywne procesy myślowe.

Moja odpowiedź: Nie musisz robić niczego celowo. Po prostu przejdź przez emocje, czy to pozytywne, czy negatywne, czy jakiegokolwiek inne. Proszę, nie ograniczaj swoich myśli. Wszystkie one to jest krija tylko w formie myśli. Twoja podświadomość oczyszcza się z nagromadzonej karmy. W tym procesie niektóre emocje mogą ponownie się kumulować jako dziwaczna karma, ponieważ możesz nie być w stanie całkowicie się poddać.

Ale nie ma się czym martwić. Świeżo zgromadzone karmy po Shaktipat deeksha zwykle nie są tak silne. Dlatego łatwiej będzie je później oczyścić podczas sadhan. Ale nie wolno opierać się takim emocjom.

Proszę, zrozumcie, że wszystko, czego doświadczacie, jest tylko waszą nagromadzoną karmą. Doświadczasz jedynie odbicia własnej podświadomości. Ale wkrótce te karmy również się wyczerpią. Nic nie trwa wiecznie. Ale to wszystko ma zastosowanie pod warunkiem, że regularnie wykonujesz

swój sadhan. Każdego dnia twoja karma będzie się wyczerpywać. Więc proszę się nie martwić i rozweselić.

Pytanie: Praktykujący: Boska energia wdarła się w mój kręgosłup i dotarła do gardła i czoła. Czy moja kriya dzieje się bardzo szybko? Ile czasu powinienem robić sadhan? Przez większość czasu czuję się pijany.

Moja odpowiedź: Sadhan wydarza się dla ciebie naturalnie jako taki. Nie ma potrzeby wykonywania żadnego dodatkowego sadhan jako takiego. Jeśli chcesz, możesz posiedzieć przez jakiś czas w sadhan. Ale proszę, bądź ostrożny. Jeśli krije są gwałtowne, natychmiast przerwijcie sadhan.

Pytanie: Praktykujący: Tak, skupiałem się na tobie i czasami powtarzałem mantrę w ciągu dnia, ale przestałem tydzień temu. Kiedy robisz to, gdy nie jesteś w sadhan, czy to nadal aktywuje Kundalini i działa na rzecz oczyszczenia nadi, jak w sadhan? A teraz, kiedy wspomniałeś o krijach umierających wraz z karmą, stało się to ze mną, ponieważ są one subtelne i jest to głównie stan podobny do transu, w który się zamykam. Ja też to czuję i inna osoba skomentowała tę intensywność z moich oczu jak jasność. Przepraszam za wszystkie pytania.

Moja odpowiedź: Nie ma powodu do obaw. Ale musisz jak najszybciej wrócić do sadhan. Chociaż energia kundalini będzie nadal pracować w twoim ciele, nie będzie optymalna, ponieważ nie wykonujesz regularnie sadhan, a twój umysł jest zajęty gdzie indziej. Jednak skupienie się na obrazie i mantrze Guru w normalnym czasie pomoże. Ale tylko do pewnego stopnia.

Wymieranie krii jest prawdą w przypadku oczyszczania karmy. Ale jest jeszcze za wcześnie, aby przyjąć schronienie pod tą wymówką, by nie wykonywać sadhan regularnie. Umysł ma sposób na oszukanie sadhaków, aby powstrzymali się od wykonywania sadhan. Tworzy wewnętrznie wszelkiego rodzaju powody, które wydają się bardzo logiczne. Ale to

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

tylko iluzoryczne wymówki. Sadhak powinien bardzo na to uważać.

Pytanie: Praktykujący: Dzisiaj poczułem, jak coś pełza od stawu barkowego i dłoni do karku. To płynęło w górę, zaczynając od stawu mojej prawej ręki. Kolejna krija ma miejsce, kiedy siedzę nieruchomo i obserwuję. Kiedy robię wydech, czuję nacisk na moją czakrę Ajna. Medytowałem tylko przez 10 minut Guru Ji i nie mogłem kontynuować medytacji w ciemni.

Moja głowa obracała się w lewo, potem od lewej do prawej, a potem zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Czulem, że moja energia jest tak ciężka w zewnętrznej części mojego ciała i rośnie wraz z ciężarem. Poczulem też ciężar od szyi do czubka głowy. Widziałem też Trishula. Ale wtedy się przestraszyłem i przestałem medytować. Dlaczego się przestraszyłem, Guru ji?

Moja odpowiedź: Znakomicie! To wszystko są fizyczne i mentalne krije. Nie musisz się niczego bać. Jeśli chodzi o koronę lub głowę, czujesz ciężar. Widzenie Trishul jest pomyślnym znakiem. Nie ma potrzeby się bać. Kontynuuj swój Sadhan.

Pytanie: Praktykujący: Chcę Cię poinformować o jednym. Mam prawie taką samą sytuację jak ty przed inicjacją Shaktipat. Obecnie jestem bankrutem finansowym. Ale staram się wyjść z tej sytuacji. Odkąd otrzymałem łaskę Guru, pojawiło się kilka pozytywnych znaków.

Z tego powodu po prostu wędruję tu i tam. Szukam rozwiązań finansowych. Czasami jestem bardzo zajęty tymi czynnościami. I nie mogłem robić sadhan.

Dziś rano i jeszcze jeden poranek nie można było wykonać sadhan. Mam jednocześnie dwa problemy, jeden finansowy, a drugi zdrowotny. Problem zdrowotny nie był poważny, zanim trafiłem do Shaktipat. Ale nie czulem się dobrze, kiedy

zaczęła się krija. Nie rozumiem, dlaczego ciągle mocno się pocę w AC.

Krija również nigdy mi się nie przydarzyła przed Shaktipat. Uważam pocenie się za część krii. Ale nie jestem tego zbyt pewien. Możesz mnie w tym poprowadzić. Ale wiesz, Guru ji, jestem z tobą związany, ponieważ wchodzę coraz głębiej w duchową podróż. Decydując się na tę ścieżkę, przeważnie nie mam żadnych materialnych pragnień.

Zdecydowanie nie zaprzeczę, że nie mam żadnych materialnych pragnień. Wciąż jednak tylko na poziomie podstawowym. Pracowałem tak ciężko, ale wciąż borykałem się z problemami. Właściwie, gdybym oceniał siebie również jako osobę trzecią, nigdy nie powinienem mieć takich problemów. Swojemu zawodowi poświęciłem dużo czasu. I nigdy nikogo nie wprowadzam w błąd. Mogą być jakieś drobne błędy, które popełniłem. Ale to były tylko błędy, bo jestem człowiekiem.

Ale w swoim zawodzie pomogłem wielu firmom, aby mogły zarobić dużo pieniędzy. W swoim zawodzie jestem uważany za bardzo pracowitą, błyskotliwą i uczciwą osobę. Ale nawet wtedy, jeśli napotykam jakieś problemy, popełniam pewne błędy. Przyszedłem więc do was w drodze poszukiwania moich błędów. Podczas czytania Twojej książki jedna rzecz mnie zaskoczyła; jest wezwanie od Boga. Sytuacja jest spowodowana tym, że po prostu nie podążam boską ścieżką. Zrozumiałem więc, że jest to droga, którą powinienem od razu wybrać. Więc poddałem się tobie.

Chcę wiedzieć, czy nadmierne pocenie się również może być częścią krii. I będę oddawać sprawiedliwość powierzonej mi boskiej pracy. Proszę, poczekaj, aż skończę. I nie zajmę dużo czasu. Przez ostatnie dwa dni byłem zajęty wieloma problemami związanymi z doprowadzeniem mojego biznesu na właściwe tory. I wiesz, tak jak obiecałam, w październiku wprowadzę na rynek mój pierwszy produkt. Muszę wypełnić obietnicę, którą złożyłem mojemu Guru.

Moja odpowiedź: Pocenie się zwykle występuje jako część krii. Przypuśćmy jednak, że pocileś się w innym czasie, kiedy nie wykonywałeś sadhan. W takim przypadku należy również sprawdzić, czy nie występują inne problemy zdrowotne. Krije nie krzywdzą człowieka. To jest podstawa.

Jeśli chodzi o twoje osobiste problemy w codziennym życiu, jedynym rozwiązaniem dla ciebie jest regularny sadhan. Kiedy kontynuujesz sadhan, wasze karmy również się oczyszczają. Gdy karma zostanie oczyszczona, wpłynie to również na twoje życie. Wynik netto będzie spokój. Ale nie powinieneś oczekiwać, że życie rozwinie się zgodnie z twoim pragnieniem; tylko Bóg wie, co może przynieść ci spokój umysłu.

Dlatego boska moc obdarzy was wszystkim, co jest dla was dobre. Jest to kluczowa rzecz do zrozumienia. Dlatego musisz ćwiczyć całkowite podporządkowanie się boskości lub Guru. To próba wytrwałości i samozaparcia.

Pytanie: Praktykujący: Widzę swoje karty tarota podczas wykonywania sadhan. Wizja i przebliski tarota są tam.

Moja odpowiedź: Nie ma w tym nic dziwnego. Ponieważ musisz mieć nagromadzoną karmę czytania Tarota. Ponieważ jesteś czytelnikiem Tarota, jest dobrze znanym faktem, że wiele z tych karm musiało nagromadzić się w twojej podświadomości. Oczywiście są teraz czyszczone. Cieszę się, że regularnie wykonujesz sadhan i manifestujesz kriję.

Pytanie: Praktykujący: Po prostu czuję się bardzo zagubiony. Ja też nie robię sadhan. Nie mam pojęcia, dlaczego sobie to robię. Czuję się bardzo zagubiony. Od dwóch dni odczuwam poczucie winy i irytację. Proszę pomóż mi. Potrzebuję pomocy. Często odwracam się od mojego sadhan. Nie mam na to ochoty i nie mam powodu, by tak się czuć.

Moja odpowiedź: Po prostu skup się na swoim Guru. Nie ma się czym martwić jako takim. Tak jak pogoda na zewnątrz domu nie zawsze jest stała, tak samo jest z kondycją

psychiczną. To jest lekarstwo, jedyne lekarstwo dla ludzkości; nie jesteś żadnym wyjątkiem. Zostałeś już wprowadzony na właściwą ścieżkę. Dlatego nie ma potrzeby się teraz martwić. Proszę zrozumieć, że złagodzenie przeziębienia zajmuje 7 dni. Proszę się nie martwić.

Medycyna zawsze ma gorzki smak. Ale to, co na początku smakuje gorzko, później będzie słodkie i zawsze jest na odwrót. Proszę zrozumieć, że istnieje coś takiego jak efekt łańcucha bloków. Proszę, skupcie się przynajmniej na wykonywaniu Guru Sewy, przynajmniej w sensie materialistycznym, i na litość boską, nie pozwólcie, aby wasz umysł miał jakiejkolwiek wątpliwości co do intencji waszego Guru. Kiedy skupiasz swój umysł na swoim Guru i służysz, to automatycznie wpływa to na pierwszego Guru ludzkości, Lorda Shiwę, w inkarnacji Dakshinamurthi lub Guru tattva.

Dzieje się to natychmiast, podróżując w czasie i przestrzeni. To jak natychmiastowa podróż w czasie. Dlatego musicie zrozumieć istotę tej Guru Tattvy. Tylko w ten sposób można odnieść sukces w jodze. Sukces w jodze jest jedyną drogą do spokoju umysłu i szczęścia. Dlatego po prostu skup swój umysł na swoim Guru. Próba służenia fizycznemu Guru może wyglądać na materialistyczną. Ale tu chodzi o technikę. Proszę, nie skupiajcie się na krijach i własnym sadhanie opartym na ego. Tu się zasadniczo mylisz. Nie robisz nic na ścieżce duchowej. Raczej nie masz nic robić. W tym celu musisz zastosować technikę zwaną samopoddaniem.

Pytanie: Praktykujący: Nie ćwiczę od 2 tygodni z powodu śmierci taty. Wczoraj siedziałem przez 83 minuty w sadhan; wydawało mi się, że dolna część mojego ciała kołysze się pod koniec ćwiczeń. Dzisiaj Sadhan trwał 75 minut, podczas których doświadczyłem wejścia w tryb głębokiej medytacji i wyciszenia. Ostatniej nocy trudno było zasnąć, ponieważ było to jak głosy, a moje myśli powtarzały się w mojej głowie i nie mogłem ich powstrzymać. Czulem się dzisiaj zmęczona z powodu braku snu.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Moja odpowiedź: Przede wszystkim bardzo mi przykro z powodu śmierci twojego kochającego ojca. Nasze współczucie i modlitwy są z wami. Niech jego dusza spoczywa w pokoju. Krije, które pojawiają się podczas sadhan, nie są niczym więcej niż manifestacją procesu oczyszczania waszej nagromadzonej karmy. Twoje solidne emocjonalne myśli tworzą nowe karmy, a twoja energia kundalini próbuje oczyścić twoje wrażenia. Usunięcie tych wrażeń zajmuje dużo czasu, ponieważ są głęboko zakorzenione w Chitta. Powoli wyjdiesz ze swojego stanu emocjonalnego. Proszę, kontynuuj swój sadhan w ten sam sposób.

Pytanie: Praktykujący: Wczoraj robiłem Sadhan przez 1 godzinę i 50 minut, a dzisiaj przez ten sam czas. Dzisiaj wszedłem głębiej. Wczoraj miałam bardzo "umysłowy" sadhan, wiele myśli, których nie mogłam się pozbyć - o mojej dawnej miłości, kimś, kto mnie zranił. Byłem dziś bardzo emocjonalny i czułem, jakbym zatracił się w tych emocjach. Znowu upadłem na swoje „egoistyczne sposoby”. Te myśli były przytłaczające i przytłaczające, ale dzisiejszy sadhan przywrócił mnie do właściwego stanu. Znowu jestem spokojny.

Moja odpowiedź: Bardzo ładnie. Wszystkie przeszłe wrażenia zmysłowe zostają wyczyszczone; dlatego manifestują się jako wspomnienia podczas sadhan.

Pytanie: Praktykujący: Czy mogę słuchać dźwięku mantry podczas medytacji? Jestem przyzwyczajony do tego rodzaju prowadzonej medytacji.

Moja odpowiedź: Unikaj słuchania dźwięku podczas sadhan. W przeciwnym razie będzie to jedynie medytacja prowadzona. Nie praktykujemy medytacji. Maansik (mentalna) japa jest najlepszym sposobem na praktykowanie sadhan. Po prostu całkowicie poddaj się swojemu Guru i recytuj w myślach swoją mantrę, aby uzyskać maksymalne korzyści.

Pytanie: Praktykujący: Podczas sadhan czuję, jak energia podchodzi mi do gardła i utyka jak balon (nadmuchany) w rurze. Zmienia się mimika twarzy, zamykam oczy i widzę świecące światło.

Moja odpowiedź: Proszę się tym zbyt nie przejmować. Wzniesie się do twojego regionu mózgowego również później. Musisz regularnie kontynuować swój sadhan. To jest to. Wiele razy możesz znaleźć aktywną tylko określoną czakrę. Ruch energii kundalini wzdłuż układu mózgowo-rdzeniowego jest bardzo nieuporządkowany i chaotyczny. Dlatego proszę nie mieć żadnych wątpliwości.

Pytanie: Praktykujący: Kiedy podejmujemy decyzję o zaprzestaniu sadhan?

Moja odpowiedź: Nie ma na to konkretnego przepisu. Zależy od twojej zdolności do siedzenia, ale nie należy wykonywać sadhan na siłę.

Pytanie: Praktykujący: Od wczorajszego sadhan czuję się bardzo znudzony sobą. Nie lubię jeść; jeśli ja też jem, nie czuję smaku. Nie chcę rozmawiać. Nie mam ochoty na nic. Czy to kriya czy jakaś choroba? Zaczęło się o drugiej po południu po sadhan. Rano, kiedy się budzę, czuję się szczęśliwy, a po wykonaniu sadhan czuję się ospały. Czuję się ciężko w głowie. Proszę, prowadź mnie.

Moja odpowiedź: Rozumiem, że prawdopodobnie odnosisz się do wczorajszego sadhan. Twoje wahania nastroju są bardzo normalne. Nie ma potrzeby nic z tym robić. Po Shaktipat wszystko rzeczywiście jest kriya, pod warunkiem, że regularnie wykonujesz swój sadhan. W przeciwnym razie ta zasada nie będzie miała zastosowania do Ciebie. Proszę o tym pamiętać. Nie wiem, czy regularnie wykonujesz swój sadhan, czy nie. Jeśli tak, to twoje wahania nastroju to krija. W przeciwnym razie mogą to być cokolwiek innego, w tym choroba.

Pytanie: Praktykujący: Jeśli mamy mało czasu i istnieje możliwość nagłej przerwy, czy jest jakiś sposób, abyśmy mogli nadal medytować? Tak więc, aby podtrzymać prąd medytacyjny wygenerowany w ciągu pół godziny przed godzinną sesją, medytowaliśmy bez przeszkód.

Moja odpowiedź: Właściwie to, co mówisz, nie odnosi się do naszej ścieżki. Dotyczy to niezależnych systemów jogi opartych na medytacji, takich jak Ashtanga Yoga lub Raja Yoga. Na naszej ścieżce nie ma medytacji w prawdziwym tego słowa znaczeniu. Mam na myśli to, że nie skupiasz swojego umysłu na niczym, kiedy zaczynają się krija. Siedzisz tylko w pozycji medytacyjnej. Ale w swoim umyśle nie powinieneś nic robić. Po prostu usiądź i obserwuj reakcje jak niemy widz. Cokolwiek ma się wydarzyć, wydarzy się mimowolnie w twoim ciele.

Zatem, gdzie jest tutaj kwestia jakiegokolwiek medytacji? Proszę, nie porównuj całej literatury, którą czytasz o medytacji, z naszą ścieżką. Możesz odbyć praktykę lub pozostać w stanie świadka tak długo, jak to możliwe. W takim stanie możesz przebywać nawet przez cały dzień, jednocześnie wykonując swoją codzienną pracę. Mam nadzieję, że masz teraz ogólny pomysł.

Pytanie: Praktykujący: Z przerwami wykonywałem swój sadhan. Czasami doświadczam krii, ale zawsze są one takie same przy każdej okazji. Czuję rozciąganie szyi na boki lub do tyłu. Czy to oznacza coś szczególnego?

Moja odpowiedź: Cieszę się, że praktykujesz sadhan. Staraj się robić to regularnie, aby szybciej czerpać z tego korzyści. W przeciwnym razie również odniesiesz korzyść z jakiegokolwiek praktyki, którą wykonujesz. Ale oczywiście postęp będzie wolniejszy.

Jeśli chodzi o twoje krije, proszę, nie martw się o nie. Manifestują się zgodnie z waszą nagromadzoną karmą, której nie jesteście świadomi. Proces manifestacji krija spowoduje zneutralizowanie nagromadzonych karm. Nie martw się, jeśli

za każdym razem są takie same. W rzeczywistości nie powinieneś nawet oczekiwać doświadczania różnych krii. Będzie to sprzeczne z zasadami sadhan.

Powinieneś po prostu całkowicie poddać się boskości i regularnie kontynuować swoją praktykę. To jest podstawa. Oczywiście krije będą trwać przez dłuższy czas. Jeśli regularnie ćwiczysz, kosmiczna energia sprawi, że nie będziesz się nudzić podczas medytacji. Wydaje się, że tak się nie dzieje z powodu twojego nieregularnego sadhan.

Proszę to dokładnie zrozumieć. Sadhan powinien być ciągły, nawet jeśli jest okresowy. To powinno być jak ciągły przepływ rzeki. W ten sposób wasza karma zostanie obmyta w szybkim tempie. Proszę nie martwić się o swoje życie osobiste i przyszłość. Wszystko potoczy się dokładnie tak, jak miało się wydarzyć. W międzyczasie, proszę, skup swój umysł na sadhan. Obie podróże muszą przebiegać równolegle.

Duchowa podróż dyktuje i kontroluje twoje materialistyczne życie. Kiedy tylko jest to możliwe, zawsze skupiaj się na swoim Guru i kontynuuj swoje życie. Im częściej wzywasz swojego Guru, tym bardziej przyciągasz boskie błogosławieństwa.

Pytanie: Praktykujący: Jeśli skupiam wzrok na jakimś miejscu w moim ciele, doświadczam tam pewnych wibracji. Jeśli skupiam się na regionie, raz po raz, doświadczam wibracji raz po raz. Jeśli zacznę intonować mantrę w swoim umyśle i skupię się na moim Guru Ji, wibracje ustaną.

Moja odpowiedź: To jest błąd, który ludzie popełniają. Kiedy zaczynają się krije, nie powinniście myśleć o swoim Guru ani o swojej mantrze. Po prostu skup się na krii. Myślenie o guru zatrzyma twoją kriję. Proszę o tym pamiętać.

Różnica między medytacją a sadhan

Pytanie: Praktykujący: Jak i kiedy będę mógł wykonywać sadhan? Czuję, że jeśli medytuję, to sadhan rozwinie się automatycznie. chyba tak!

Moja odpowiedź: Jesteś zdezorientowany. Na naszej ścieżce nie ma nic znanego jako medytacja. Tylko siedzisz w medytacji, ale nie medytujesz. To, co powinieneś zrobić, to NIC NIE ROBIĆ, kiedy zaczynają się krije. Aby rozpocząć krije, proszę skup swój umysł na swoim Guru i zacznij intonować mantrę. Gdy krije się rozpoczna, intonowanie mantry automatycznie się zatrzyma i nie będziesz mógł skupić się na swoim guru.

Dlatego proszę nie mylić medytacji z sadhan. Medytacja to zupełnie inna ścieżka. W przeciwnym razie nie zrobisz postępu na żadnej ścieżce. Po prostu skup swój umysł tylko na swoim Guru, danej ci mantrze i na niczym więcej. W przeciwnym razie zmarnujesz swój czas; reszta zależy od ciebie. Mam nadzieję, że zrozumiałeś moją powyższą wiadomość. Wciąż się mylisz. Nie ma potrzeby dużo o tym myśleć. Po prostu postępuj zgodnie z tym, co ci powiedziano i poddaj się całkowicie Bogu, Guru lub energii kosmicznej. To jest sztuczka.

Korzystanie z podparcia pleców podczas sadhan

Pytanie: Praktykujący: Dzielę się swoimi doświadczeniami podczas dzisiejszego sadhan. Trwało to 4 godziny i 15 minut. Doświadczyłem krii zginania, kołysania, subtelniejszych obrotów i większych szarpnięć. Czulem się bardzo zimno. Miałem kilka wizji ogromnego światła pojawiającego się w jasności. Moje plecy były bardzo niespokojne. Czy mogę użyć poduszki do podparcia pleców? Proszę poprowadzić.

Moja odpowiedź: Wskazane jest, aby nie opierać się poduszką, ponieważ kręgosłup nie będzie swobodny i wyprostowany podczas wykonywania sadhan z poduszką. Prostą zasadą główną, o której należy pamiętać, jest utrzymywanie prostego kręgosłupa, najlepiej w swobodnym zawieszeniu. Możesz położyć się na swoim łóżku i również wykonywać sadhan. Ale obowiązuje ta sama zasada. Podczas sadhan przepływ energii odbywa się wzdłuż kręgosłupa. Szczególnie w twoim przypadku intensywnie doświadczasz

tego przepływu energii. Dlatego sugeruję, abyś unikał przyjmowania jakiegokolwiek wsparcia.

Pytanie: Praktykujący: Używając fotela do sadhan lub kładąc się na łóżku bez poduszki, plecy będą dotykać krzesła/łóżka. Czy to jest poprawne? Proszę wyjaśnij zasady związane z pozycją sadhan.

Moja odpowiedź: Twój kręgosłup musi być prosty i w miarę możliwości swobodnie zawieszony. To jest tutaj główne kryterium. To, czy twoje plecy dotykają czegoś, czy nie, nie jest głównym kryterium. Jednak najlepiej, jeśli możesz, trzymaj go swobodnie zawieszzonego. W przeciwnym razie po prostu upewnij się, że jest wyprostowany. Zasady te dotyczą niezależnych systemów jogi, takich jak Ashtanga Yoga czy Raja Yoga. Jednakże, ponieważ energia przepływa tutaj wzdłuż kręgosłupa, lepiej jest utrzymywać go prosto i swobodnie zawieszonym tak bardzo, jak to możliwe. Na koniec pamiętaj proszę, że przebudzona energia kundalini automatycznie zmusi cię do przyjęcia właściwej pozycji. Dzieje się tak, zwłaszcza jeśli regularnie praktykujesz swój sadhan. Dlatego proszę, skup się bardziej na samopoddaniu.

Osiąganie kamieni milowych w sadhan

Pytanie: Praktykujący: Widzenie światel, wpadanie w spontaniczną błogość, spokój itp., czy można to postrzegać jako dobre karmy przepracowywane lub eliminowane? A może powinniśmy raczej postrzegać je jako stale kamienie milowe na naszej ścieżce, które przeszliśmy, wskazujące na postęp, jaki zrobiliśmy w sadhan?

Moja odpowiedź: Proszę, nie skupiaj się na tym, czy osiągnąłeś konkretny punkt odniesienia w sadhan. Jest to sprzeczne z zasadami praktyki jogi. Zamiast tego umysł powinien być skupiony wyłącznie na samym sadhan. Wszystkie krije mają na celu jedynie oczyszczenie waszej karmy. W tej kwestii nie ma wątpliwości. Manifestacja krii zależy od oczyszczenia karmy w tym momencie, kiedy jesteś w sadhan.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Przewidywanie nagromadzonej karmy na podstawie rodzaju doświadczanej karii jest wyzwaniem. Nie mam żadnych nadprzyrodzonych mocy, aby spojrzeć na twoją przeszłą karmę. Jeśli doświadczasz błogości lub pokoju, mogą one być związane z oczyszczaniem karmy. Na przykład, w przeszłości musiałeś dużo medytować. Nawet te sesje medytacyjne nagromadziłyby się jako karma. Oni też muszą zostać oczyszczeni, albo może to być także jakakolwiek inna karma. Mogło być i dobrze, i źle.

Innym przykładem może być sytuacja, w której dana osoba miała zwyczaj przyjmowania środków odurzających w poprzednich wcieleniach. Te doświadczenia też by się nagromadziły. To wszystko, co możemy o nim powiedzieć. Nie da się ich przewidzieć. Być może miałeś zwyczaj słuchania dobrej muzyki i odczuwałeś spokój umysłu. Nawet takie doświadczenia musiały się nagromadzić jako karmy.

Nie możesz tutaj interpretować tego jako kamienia miłowego, ponieważ musisz stale doświadczać tego samego stanu umysłu, nawet jeśli nie jesteś w sadhan. Ale jeśli twój umysł jest skupiony w tym kierunku, zostanie zabarwiony egoizmem i stanie się nową karmą. Jest to również sprzeczne z zasadą Shaktipat sadhan.

Proszę, poddaj się całkowicie boskości i nie przejmuj się kamieniami miłowymi itp. Stan samadhi, bezmyślności lub błogości to zupełnie inna sprawa. Do tego czasu zachodzi wiele przemian w umyśle. Sam się o tym przekonasz. Jednym ze wskaźników jest rozwój odwagi, beznamietności itp. Innym wskaźnikiem jest utrata poczucia czasu, który upłynął podczas sadhan. Widzenie światła podczas sadhan jest normalne. Nazywa się je światłami vishoka.

Rozproszenia podczas sadhan

Pytanie: Praktykujący: Dlaczego na ścieżce duchowych poszukiwań pojawia się rozproszenie, a potem prowadzi do nudy. Obwiniasz środowisko i ludzi wokół ciebie. Poszukiwacze wybierają rozrywki tylko po to, by zdać sobie

sprawę, że to było złe. To rodzi złość, zazdrość, rywalizację itp. Jak otaczać się w życiu ekspertami/gnanis/motywatorami?

Moja odpowiedź: Kiedy ktoś próbuje polecieć w kosmos z dala od planety Ziemia, siła grawitacji próbuje ściągnąć statek kosmiczny, dopóki nie osiągnie progu prędkości ucieczki. Dzieje się tak, ponieważ w taki sposób Bóg stworzył ludzi i planetę Ziemię. Taka jest naturalna kolej rzeczy. Ale wiemy, że ludzki wysiłek umożliwia opuszczenie planety Ziemia. W starożytności słyszeliśmy również o wielkich mędrkach, którzy podróżowali z dala od planety Ziemia.

Podobnie Maja nie pozwala tak łatwo, gdy ktoś próbuje wyzwolić się z odwiecznego cyklu narodzin i śmierci. Jednak staje się to łatwiejsze, jeśli ktoś praktykuje samopoddanie się Guru lub Bogu. Poddanie się Guru lub Bogu jest podobne do osiągnięcia prędkości ucieczki statku kosmicznego. Wszystko zależy od tego, ile samopoddania praktykuje sadhaka. Założmy, że ćwiczenie samo-poddania zbliża się do określonego punktu odniesienia. W takim przypadku sadhakowi łatwo jest uwolnić się od wiążącej mocy Mai. Wtedy też nie będzie już potrzeby Guru, tak jak statek kosmiczny nie potrzebuje żadnych rakiet wspomagających po osiągnięciu prędkości ucieczki.

Rozproszenia zdarzają się sadhakom na duchowej ścieżce, ponieważ są manifestowane przez Mayę. Jednak rodzaj przejawianych rozproszeń jest zgodny z rodzajem nagromadzonej w przeszłości karmy. Są środkiem, za pomocą którego Maya próbuje powstrzymać sadhaka przed ucieczką od wiążącej go mocy. W przeciwnym razie, jak zwiąże to sadhaka w królestwie iluzji?

Sadhak obwiniający otoczenie lub ludzi za problemy wynika wyłącznie z jego egoizmu. W przeciwnym razie całe życie rozwijające się dla sadhaka jest tworzone przez samego siebie w formie nagromadzonej w przeszłości karmy. Po prostu sadhak nie pamięta swoich przeszłych karm i myśli, że jest

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

klejnotem faceta, podczas gdy inni ludzie wokół niego są głupi. Próbuje obwiniać otaczających go ludzi za wszystkie swoje problemy. Nie przypisuje jednak zasług innym ludziom, gdy przytrafia mu się coś dobrego. Na tym etapie pęcznieje w chwale i przypisuje swój sukces swoim zasługom. To znowu dzieje się z kolei z powodu jego dumy i egoizmu.

Dlatego wszystko to jest tylko częścią Maji, łącznie z nudą pojawiającą się podczas sadhan. Jednak nic nie trwa wiecznie. Gdy karma spala się w coraz większych kawałkach, sadhak wkrótce zaczyna wznosić się na wyższe platformy.

Jedynym sposobem, aby trzymać się ścieżki jogi bez rozpraszania się otaczającym światem, jest zaangażowanie umysłu w kolejną rozrywkę znaną jako guru. Oznacza to, że Guru działa jak przynęta dla umysłu, aby nie zboczył ze ścieżki jogi. Chociaż w końcu Guru również musi zniknąć dla sadhaka. Krótko mówiąc, sadhaka musi użyć ciernia znanego jako Guru, aby usunąć inny cierni znany jako maja lub kosmiczna iluzja. Oba w końcu znikają, pozostawiając sadhaka samego, ale z absolutną błogością. Oto sekret sukcesu w jodze.

Cokolwiek ma się wydarzyć, musi się wydarzyć tylko za pośrednictwem Guru tattvy, czyli Boga pojmowanego jako idea Guru. Nie ma innej potrzeby otaczania się ekspertami, gnani (mądrymi ludźmi), motywatorami itp. Mogą one w końcu jeszcze bardziej zaniepokoić umysł sadhaka. Chociaż prawdziwie mądry człowiek skieruje sadhaka z powrotem tylko do swojego Guru.

Wreszcie, problem ludzkich emocji, takich jak złość, zazdrość itp., jest tylko tymczasowy. Kiedy sadhak zaczyna spalać swoją karmę, staje się odporny na ludzkie emocje, zarówno pozytywne, jak i negatywne. Spalanie karmy jest mistrzowską techniką. Później wszystko inne układa się na swoim miejscu. Dlatego sadhakowie nie powinni koncentrować się na rozwiązywaniu problemów doczesnych, w tym problemów psychologicznych, w odosobnieniu. Zamiast tego powinni

skupić się na rdzeniu, aby każdy problem został kompleksowo rozwiązany. Ten rdzeń nazywa się Guru.

O niskiej motywacji do wykonywania sadhan

Pytanie: Praktykujący: Przez 2-3 dni nie jestem w stanie skupić się na sadhan. Nawet nie mam ochoty na sadhan, nie chcę nic robić. Dlaczego tak się czuję? Dzisiaj rano siedziałem na siłę przez około 1 godzinę. Guru Ji, nadal czuję się materialistą i nadchodzi wiele myśli. Zazdroszczę oglądania doświadczeń innych, ponieważ doświadczają oni oświecających i wspaniałych rzeczy. Wiem, że nie powinnam być zazdrosna. Wiem, że to karma, ale jak mogę kontrolować te myśli?

Moja odpowiedź: Proszę się tym zbyt nie przejmować. Tak się dzieje z każdym. To normalne. Pamiętaj, że praktyka jogi to podróż na całe życie. Podróż samorealizacji! Podróż w nieznaną sferę! To wymaga czasu, to oczywiste. Prosimy o cierpliwość i wytrwałość. Proszę się nie przejmować doświadczeniami innych. Każdy ma inny zasób zgromadzonej karmy. Oczywiście twoje doświadczenia będą inne. Po prostu trzymaj się ścieżki jogi i bądź odważny.

Różne kwestie

Ogólne wątpliwości co do duchowości

Pytanie: Praktykujący: Moje ego znowu się potyka, co demotywuje mnie do uprawiania jogi. Stąd pytanie. Większość krajów przez wieki znajdowała się pod rządami anglosaskimi. Indie były ośrodkiem wszelkiego rodzaju edukacji. W Indiach mieliśmy (mamy) wielu wielkich joginów i guru. Czy ludzie szukający w tamtych czasach ścieżek duchowych spowodowali niewolnictwo? W jaki sposób zapewniamy sukces we wszystkich sferach poprzez ścieżkę duchową? Dlaczego jeden wybiera jeden nad drugim?

Moja odpowiedź: Ludzie poszukujący rozwoju duchowego to zupełnie inny temat. Trwa to w Indiach od czasów starożytnych, zawsze odwiecznie. Podczas gdy geopolityka to zupełnie inny temat. Dlatego nie zrozumiałem właściwie twojego pytania. Jednak tylko nieliczni szukają duchowej ścieżki. Jak Krishna powiedział w Gicie, z tysięcy ludzi tylko jeden próbuje. Tylko jeden osiąga ostateczny cel tysięcy takich ludzi, którzy próbują. Jednak wszyscy inni, którzy by spróbowali, również osiągają pewien etap w swoim życiu i zaczynają od nowa w swoim następnym życiu. To tak, jakby sportowcy walczyli o olimpijskie złoto.

Pytanie: Ten sam praktykujący: Czy krija pomoże nam w materialnym świecie? Czy tylko dla wzrostu duchowego? Co należy zrobić, aby zyskać jedno i drugie?

Wybór wyłącznie ścieżki duchowej wpłynie nie tylko na jednostkę, ale także na rodzinę (pokolenia) i być może na postęp kraju. Dlatego chcę wiedzieć, czy upadek Indii nastąpił z powodu tego wzrostu duchowych poszukiwań.

Moja odpowiedź: Tylko karma pomoże ci doświadczyć świata materialnego w taki sposób, w jaki chcesz. Ale jego wyniku nie da się dokładnie przewidzieć.

Z drugiej strony krija przypomina proces odparowywania kamforowego brudu. Gromadzi się wokół duszy lub ducha w postaci karmy. Jego wpływ jest podobny do oparów kamfory doświadczanych przez osobę, ale fizycznie, psychicznie i intelektualnie.

Dusza lub duch to nic innego jak rdzeń tego samego człowieka. Ten sam człowiek wcześniej doświadczał nagromadzonego kamforowego brudu, myśląc, że to tylko jego egzystencja. Nie mógł sobie wcześniej uświadomić, że ma w sobie całą moc, tylko cały czas. Gdy kamforowy brud wokół niego zaczyna wyparowywać, zaczyna w końcu zdawać sobie sprawę z własnej nieskończonej mocy. To się nazywa duchowy wzrost.

Dlatego krije niszczy materialny świat człowieka i sprawiają, że przestaje on być istotą ludzką, torując w ten sposób drogę do zmanifestowania się jego absolutnej mocy. Jednak korzyści płynące z duchowego wzrostu są tylko dla nas samych.

Po prostu spróbuj zrozumieć implikacje intelektualnie. Przypomnisz sobie wszystkie swoje poprzednie życia, jeśli osiągniesz tak wysoki poziom duchowy. W chwili, gdy zdasz sobie sprawę, że wcześniej inkarnowałeś niezliczoną ilość razy, po prostu będziesz się śmiał z siebie w swoim obecnym życiu i w mgnieniu oka opuścisz swoje ludzkie ciało. Nie

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

będziecie się już więcej przejmować waszymi rozszerzeniami w postaci waszego ciała, waszej rodziny, waszego kraju, czy czegokolwiek innego na świecie.

Jednak takiej sytuacji nie trzeba się obawiać. Powodem jest to, że stanie się to w bardzo harmonijny sposób. Wszechwiedząca moc kosmiczna cię ochroni. Nie można dokładnie przewidzieć, w jaki sposób może to wpłynąć na twoją rodzinę lub kraj. Ponieważ wasza rodzina i naród nadal pozostają w królestwie Majów, podczas gdy nastąpiła wasza samorealizacja.

Jednak wasza rodzina i kraj byłyby błogosławione za narodziny duchowo przebudzonej istoty takiej jak wy. Na pewno. Jednak sadhaka nie musi być pesymistą, myśląc o tym, co dobrego przyniesie materialne błogosławieństwo dla jego rodziny. Trudno jest przewidzieć drogi Boże. Łaska Boża działa w tajemniczy sposób.

Po inicjacji Shaktipat sadhak nie musi porzucić swojego zawodu czy rodziny i wyrzekać się doczesnego życia jako takiego. Wszystko, co mu się mówi, to samopoddanie się i zaufanie swojemu Guru. Na pewno nie będzie go to kosztować ani grosza. Więc o co chodzi?

Jakie to ma znaczenie, czy krija pomaga mu w materialnym świecie, czy nie? Jako taki jest zaangażowany w wypełnianie swojej karmy dla przetrwania.

Jeśli chodzi o ostatnią część pytania, dlaczego doszło do upadku Indii, to kwestia geopolityki. Nie ma to nic wspólnego z kilkoma osobami dążącymi do rozwoju duchowego. W każdym razie tacy ludzie są zawsze mali. Zamiast tego większość ludzi aktywnie szukałaby Boga, ale z niewłaściwych powodów.

Krótko mówiąc, istoty ludzkie nigdy nie pragną łaski Bożej. Chcą tylko mocy Boga, którą jest Maya w czystej postaci. Dlatego szukanie Bożej łaski naprawdę oznacza wyzwolenie ich jedynie z mocy Jego Maji; i nie gromadzić więcej Mai.

Dlatego nie możesz pragnąć pozostawiania w kałuży błota z jednej strony i jednoczesnego oczyszczania się. Jak oba zjawiska mogą być możliwe jednocześnie? Aby się oczyścić, musisz najpierw wyjść z basenu błotnego.

Pytanie: Praktykujący: Istnieją niezliczone przeszłe karmy przechowywane w podświadomości. Jeśli krije spala wszystkie te karmy, to czy możemy wznieść się wyżej na ścieżce duchowej?

Chociaż wspomniałeś, że krija może rozpocząć się z dowolnego miejsca na ciele, powiedz mi łaskawie, kiedy kończą się krije występujące w aspektach fizycznych; następnie zaczyna wyświetlać efekty wizualne, takie jak kolorowe światło / określone kształty / obrazy stworzeń / Guru itp.

Po Shaktipat wszystkie nasze czakry są inicjowane; kiedy jednak zdamy sobie sprawę, że jego energia jest w pełni aktywowana? Obserwuje się jak doświadczanie szarpnięć, wibracji itp.; kiedy jednak wiemy, że jest gotowy na następny poziom aktywacji czakry?

Słyszeliśmy, że czasami krije stają się agresywne. W jakiej sytuacji potrzebujemy interwencji Guru, aby to kontrolować? Czy kiedykolwiek byłeś zaangażowany w taką sytuację?

Dlaczego zapisuje się to w pamięci, kiedy krije ujawniają nasze przeszłe życia? Czy to nie tworzy nowej karmy?

Czy w Shaktipat deeksha mamy określony poziom sadhaków? Kiedy ktoś osiąga pewien poziom, potrzebuje deeksha następnego poziomu?

Możesz zignorować którekolwiek z tych pytań, jeśli wydaje się, że nie ma na nie odpowiedzi.

Moja odpowiedź: odpowiem na twoje pytanie w tej samej kolejności akapitów.

Paragraf 1. Krije spalają wszystkie przeszłe karmy. W ten sposób jesteś duchowo wyniesiony. W rzeczywistości jesteś

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

bardzo boskim duchem wewnątrz. Tylko nagromadzona karma jest usuwana jak śmieci z powierzchni lustra.

Paragraf 2. Krije manifestują się w bardzo nieuporządkowany sposób. Dlatego nie możesz przewidzieć, kiedy fizyczne kriję się zakończą, a inne zaczną.

Paragraf 3. Źle to zrozumiałeś. Krije zależą od twoich przeszłych nagromadzonych karm. Szarpnięcia mogą nie być doświadczane przez wszystkich. Podobnie energia kundalini jest w pełni aktywowana po Shaktipat. Próbujecie porównać to z niezależnymi systemami jogi, takimi jak Ashtanga Yoga czy Raja Yoga. W takich systemach jogi energia kundalini budzi się krok po kroku od czakry do czakry. Ale Shaktipat jest wyższą techniką. Dlatego inicjacja Shaktipat nie jest dana każdemu. Jest dana tylko tym, którzy musieli już przejść etapy przygotowawcze w swoich poprzednich żywotach.

Akapit 4. Jest kilku sadhaków, wobec których kriję stały się agresywne. Nakazuje im wtedy, że tymczasowo przestali wykonywać sadhan i wtedy odwracają swoją uwagę.

Paragraf 5. Niektóre kriję wskazują na przeszłe życia. Jeśli emocjonalnie przywiążesz się do krij, staną się świeżą karmą.

Paragraf 6. Shaktipat deeksha jest taka sama dla wszystkich. Nie ma różnych poziomów.

Sugeruję, abyś przeczytał moją książkę na temat skompilowanych pytań i odpowiedzi. Książka zawiera odpowiedzi na większość z powyższych pytań. W przeciwnym razie trudno będzie mi odpowiedzieć każdemu członkowi z osobna, powtarzając wielokrotnie moje odpowiedzi. Nie będę też mógł wpisać rozbudowanych odpowiedzi. Zamiast tego odniesiesz znaczną korzyść, jeśli przeczytasz moją książkę. Pomimo wielokrotnych próśb, sadhakowie ciągle popełniają ten sam błąd. Proszę to zrozumieć. To staje się bardzo łatwe dla ciebie i dla mnie, jeśli czytasz książki. Jeśli nadal jest coś, co wymaga wyjaśnienia,

możesz zadawać mi pytania. W przeciwnym razie najpierw przeczytaj książkę.

Połączenie z duszą

Pytanie: Praktykujący: Jak połączyć się z naszą duszą i jak dusza nas poprowadzi?

Moja odpowiedź: ty i twoja dusza jesteście w zasadzie jednym i tym samym. Po prostu myślisz, że jesteś inny. Ta myśl powstaje z powodu twojego egoizmu. Dlatego, kiedy ten egoizm zostanie zdeintegrowany, zdasz sobie sprawę, że jesteś tą samą duszą lub Bogiem, z którym chciałeś się połączyć. Dlatego nic nie jest znane jako łączenie się z czymkolwiek; tylko ty jesteś jedynym istnieniem, prawdą lub samą boskością. Oczywiście nic nie może cię prowadzić jako takiego, ponieważ jesteś najwyższy.

Guru działa jako medium, abyś mógł odbyć tę powrotną podróż samorealizacji. To wszystko. Dajecie się ponieść wszelkim literackim ideom, takim jak łączenie się z duszą lub uzyskiwanie wskazówek od duszy itp. Proszę, zrozumcie, że cała taka literatura to głównie śmieci. To bardziej akademickie sprawy. Nadaje się tylko do pisania książek, wygłaszania wykładów i zarabiania pieniędzy poprzez dezorientację i oszukiwanie ludzi. Tego rodzaju śmieci nie są nawet klasyfikowane jako wiedza. Samorealizacja ma miejsce tylko wtedy, gdy uwolnisz się od wszystkich takich śmieci. Ten proces rozpoczął się dla ciebie po Shaktipat.

Dlatego proszę nie zawracać sobie głowy takimi akademickimi sprawami. Zasadniczo są to chwytły językowe, gra słów. Formułowane są głupie pytania, które nie mają żadnego uzasadnienia. W każdym razie dusza lub Bóg ma być poza racjonalnym rozumowaniem. Jak więc w ogóle sformułować takie pytania? Proszę, zaufaj swojemu Guru i szukaj łaski Boga dla samorealizacji, zamiast rozpraszać się śmieciami, o których wspomniałeś powyżej.

Wątpliwości sadhaków stworzone przez YouTube

Pytanie: Praktykujący: Przypadkowo natknąłem się na film na YouTube, na którym Guru przekazuje deekshę poprzez mantrę, i posłuchałem mantry. Jeśli przypadkiem otrzymam jego energię, czy będzie jakiś konflikt?

Moja odpowiedź: nie mam pojęcia o takich rzeczach, proszę. Jak dają deeksha przez YouTube lub czy to działa, czy nie? Nie mogę komentować tego, o czym wspomniałeś powyżej. Nie jest pewne, czy otrzymałeś jego energię, czy nie. Nie mogę tego potwierdzić. Nie prosz mnie też o sprawdzenie takich filmów. Stanie się to dla mnie zbyt dużym obciążeniem. Mam nadzieję, że rozumiesz mój problem. Jestem tylko medium dla Shaktipat deeksha.

Pamiętaj jednak, proszę, że wszystko, co robisz, zostanie zgromadzone jako nowa karma. Im potężniejsze działanie, tym potężniejsza karma. W Shaktipat praktykujący próbuje uwolnić się od karmy. Dlatego to, o czym wspomniałeś powyżej, nie ma związku z sadhan Shaktipat. Przypomina to jednoczesne wejście do błota i próbę jego oczyszczenia. Czy to ma jakiś sens? Co więcej, spowolni to postęp.

Dlatego sugeruję, abyście nie robili wszystkich wyżej wymienionych rzeczy. Będziesz tracił czas i spowalniał postępy na ścieżce jogi. Jeśli jednak poważnie zainteresujesz się innymi systemami jogi, to jest to twoje życzenie. Musisz zdecydowanie zdecydować w swoim umyśle, czego chcesz i jaki jest twój cel w życiu.

Modlitwa o rzeczy doczesne

Pytanie: Praktykujący: Proszę mi wybaczyć, jeśli jest coś złego w pytaniu o to. Czy mogę modlić się do Ammy (kosmicznej mocy czczonej jako matka) o jakieś szczególne pragnienie?

Moja odpowiedź: Tak, oczywiście. To jest twoje życzenie. Ale proszę pamiętać, że stanie się to nową karmą. Mam na myśli, że to inna historia, jeśli masz jakieś kłopoty. W

przeciwnym razie szukanie korzyści materialnych stanie się nową karmą. Przypomina to mycie stóp i wielokrotne wchodzenie do błota. Dążenie do spełnienia pragnień jest sprzeczne z zasadą praktyki jogi. To jest zasada kciuka do zapamiętania. Odpoczywaj, to zależy od ciebie.

Zjawisko po śmierci

Pytanie: Praktykujący: Mam ogólne pytanie. Daleś wgląd w różne możliwości scenariuszy pośmiertnych. Chciałbym wiedzieć, jaką różnicę robi w ich życiu po śmierci człowiek niewtajemniczony, a człowiek, który otrzymał Shaktipat.

Moja odpowiedź: Moja wiedza na temat zjawiska pośmiertnego lub życia pozagrobowego jest bliska zeru. To jest zupełnie inny temat. Nie ma to nic wspólnego z praktyką jogi jako taką. Jednak technicznie rzecz biorąc, nie ma różnicy w zjawisku doświadczanym przez zwykłych ludzi i tych, którzy przyjęli Shaktipat deeksha. Jednak ludzie, którzy przyjęli Shaktipat deeksha, z pewnością spotkają innego Shaktipat Guru w swoim następnym życiu, chyba że zatrzymają swój sadhan przed śmiercią. W przeciwnym razie, cokolwiek przeczytałem na ten temat, nie ma innej różnicy.

Pytanie: Praktykujący: Co się dzieje, kiedy umieramy? Czy wyjdziemy jako zwierzę? A może istnieje piekło i raj? Proszę dać mi znać. Ludzie robią wiele dobrych rzeczy, a także zabijają zwierzęta i robią złe rzeczy.

Moja odpowiedź: Moja wiedza na temat zjawiska życia pozagrobowego jest zerowa. To jest inny temat. To naprawdę nie odnosi się do praktyki jogi. Jednak odrodzenie jest pewnym zjawiskiem po śmierci osoby, chyba że zostanie osiągnięta moksza, w którym to przypadku nie jest klasyfikowane jako śmierć. Odrzuć jest tylko ciało fizyczne. W przypadku ludzi, którzy nie osiągają mokszy, po prostu odrzucają swoje fizyczne ciała, ale następuje transmigracja do nowych ciał. Te nowe ciała fizyczne mogą być ludzkie lub zwierzęce.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Możliwe jest również, że transmigracja ma miejsce w innych wymiarach lub płaszczyznach egzystencji, takich jak piekło, niebo lub inne. Ale nawet tacy ludzie muszą później odrodzić się ponownie na ziemskim poziomie, aby osiągnąć swoją moksę, czyli zbawienie. Ludzie, którzy robią dobre rzeczy, zostaną odpowiednio wynagrodzeni za swoje czyny, albo w tym samym życiu, albo później. To samo dzieje się z ludźmi, którzy robią złe rzeczy.

Wreszcie, transmigracja do innych płaszczyzn egzystencji, takich jak piekło czy niebo, lub po prostu do ciała zwierzęcia lub człowieka, również zależy od nagromadzonej skumulowanej karmy. Wszystko zależy od intensywności nagromadzonej karmy. Jeśli moc dobrej karmy jest zbyt wielka, osoba prawdopodobnie urodzi się w niebie lub na innych niebiańskich planach. Podobnie, jeśli intensywność nie jest tak wielka, mogą urodzić się tylko jako ludzie, ale zostaną nagrodzeni wszelkimi dobrymi rzeczami. To samo zjawisko może wystąpić również w przeciwnym kierunku. Jeśli intensywność złej karmy jest zbyt duża, osoba może trafić do piekła lub innych niższych poziomów egzystencji.

Jeśli intensywność jest mniejsza, może urodzić się człowiekiem i zostać odpowiednio ukarany. Ale narodziny w zwierzęcych łonach wiążą się z innymi problemami, takimi jak duchowa degeneracja. To nie będzie tylko kara; zamiast tego wiąże się z duchowym upadkiem, chociaż tylko chwilowym. Po narodzinach w zwierzęcych łonach raz lub kilka razy, ludzkie ciało jest ponownie odzyskiwane.

Trzeba zrozumieć całe zjawisko kompleksowo, a nie odosobnionymi pytaniami na ten temat. Ponieważ rozumiejąc to, musisz również pamiętać, że wszystko, w tym życie na ziemi, piekło, niebo lub cokolwiek innego, jest po prostu psychodeliczne. To tylko część ogólnej kosmicznej iluzji lub Mai.

Konieczność oczyszczenia karmy

Pytanie: Praktykujący: Dlaczego próbujemy oczyścić karmy? Słyszałem, że jesteśmy stworzeni z karmy, a większość karmy nie jest zła? To może być głupie pytanie, ale jestem zdezorientowany.

Moja odpowiedź: Jako człowiek, to, co myślisz, że jesteś teraz lub to, przez co teraz przechodzisz, wynika z skumulowanego wpływu twojej nagromadzonej karmy w twojej podświadomości. Ale to nie znaczy, że jesteście stworzeni z tych karm. Tylko chwiejecie się pod wpływem tych karm i w ten sposób przypisujecie wszystko tym karmom. Pod tą warstwą karmy jesteś inną istotą zwaną Bogiem itp.

Zgodnie z waszym rozumieniem, niektóre karmy są dobre, a niektóre złe. Pamiętaj jednak, że jest to wyłącznie Twoja osobista opinia. To, co uważasz za dobrą karmę, może nie być dobre w każdych warunkach. Jest to bardzo względne w zależności od sytuacji i osoby. Niepotrzebnie wdamy się w filozoficzne dysputy i nie jestem w stanie tego wyjaśnić na tym forum.

Przeczytaj ponownie moją książkę, aby uzyskać wgląd w to. Czy wyobrażasz sobie lub myślisz o tym, kiedy twój umysł jest w głębokim śnie lub śni? Wszystkie te pytania pojawiają się tylko wtedy, gdy jesteś w stanie przebudzenia. Podobnie, kiedy wchodzisz w stan bez myśli, wszystkie te wątpliwości i rozterki zaczynają topnieć.

Ten ostateczny stan umysłu jest możliwy tylko poprzez zneutralizowanie karmy. Dlatego proszę, skup się na razie na osiągnięciu tego ostatecznego stanu umysłu. Po prostu uspokój swój umysł, a zaczniesz wiedzieć wszystko. Tak nauczają wszystkie starożytne teksty jogi i większość religii.

Modlitwa do Guru

Pytanie: Praktykujący: Czy język modlitwy ma znaczenie? Ponieważ guru może nie być świadomy tego rodzaju języka modlitwy, w jaki sposób jego modlitwy zostaną wysłuchane?

Moja odpowiedź: Język modlitwy nie ma znaczenia dla Guru ani dla ucznia. Powodem jest to, że modlitwa nie jest skierowana do Guru jako osoby. Jest skierowana do Guru tattvy, czyli istoty Guru. Ta Guru tattva, czyli esencja Guru, nie jest niczym innym jak tylko Bogiem. Odnosi się to do ucznia i jego Guru, ponieważ Guru przywołuje również swojego własnego Guru. Stwarzając w ten sposób coś w rodzaju efektu blockchain na samego Boga, który jest pierwszym Guru dla ludzkości.

Wytyczne dla kobiet

Pytanie: Praktykująca: Czy kobieta w okresie miesięcznym może regularnie praktykować sadhan?

Moja odpowiedź: Tak. Bez problemu. Nie ma żadnych ograniczeń dla praktykującego po trzech dniach inicjacji. W rzeczywistości możesz to robić 24*7, niezależnie od stanu. Jedynym ograniczeniem jest unikanie miejsc publicznych i miejsc publicznych, gdzie ludzie wchodzi i wychodzą i cię obserwują. Unikaj tych miejsc. W przeciwnym razie, bez ograniczeń, proszę.

Pytanie: Praktykująca: Niedawno urodziłam dziecko i kazalesz mi zaczekać dwa tygodnie, zanim ponownie zacznę ćwiczyć. Opieka nad moim dzieckiem i znalezienie cichego, spokojnego czasu na medytację było wyzwaniem. Czy to w porządku, jeśli słucham mojej mantry przez dźwięk?

Moja odpowiedź: Proszę czekać do końca dwutygodniowego okresu. Po tym możesz ponownie zacząć powoli wykonywać sadhan. Do tego czasu proszę o całkowitą przerwę. Nawet nie słuchasz mantry, dopóki nie miną dwa tygodnie, ponieważ słuchanie mantry jest również uważane za sam sadhan. Nie jest to wskazane dla ciebie po porodzie. Proszę się tym nie martwić. Po prostu zrelaksuj się całkowicie i zaopiekuj się swoim nowym dzieckiem.

Pytanie: Inna praktykująca: Dlaczego konieczna jest dwutygodniowa przerwa po porodzie?

Moja odpowiedź: Jesteś jedną z poważnych praktykujących, którzy agresywnie doświadczają krii. Kiedy zadałaś mi pytanie, czy możesz kontynuować praktykę, sprawdziłem to u mojego Guru ji, Jego Świątobliwości. Według Jego Świątobliwości ciało kobiety nie będzie wystarczająco sprzyjające bezpośrednio po porodzie. Stąd powód podania dwutygodniowej przerwy! Proszę wszystkich sadhaków, których to dotyczy, o zanotowanie tego. Jest to kluczowy kierunek Jego Świątobliwości. mogę o tym zapomnieć; dlatego chcę to zapisać.

Słowniczek

Aham: Egoizm, czyli zasada „ja” w człowieku!

Ajna Czakra: Centrum energii znajdujące się między dwoma brwiami w ludzkim ciele.

Akaash tatva: Oznacza to istotę element eteru. Według starożytnych tekstów sanskryckich, kosmos, w tym ludzkie ciało, składa się z pięciu elementów. Są to ziemia, woda, ogień, powietrze i eter. Jednak współczesna nauka nie uznaje jeszcze istnienia piątego elementu „eteru”.

Czakra Anahata: Centrum energii zlokalizowane w okolicy serca na kręgosłupie.

Dźwięk Anahaty: Dźwięk wytwarzany bez uderzania w nic i może być słyszany przez osobę wewnątrz.

Aasana: Jest to pozycja jogiczna. Praktykujący jogę ćwiczą różne asany jako przygotowanie do opartej na medytacji jogi Ashtanga .

Apan : Siła życiowa działająca w dolnej części ciała!

Ashram : Odosobnienie jogiczne. Jest to siedziba G u r u , czyli czcigodnego nauczyciela, pod którego bezpośrednim nadzorem ludzie praktykują jogę.

Ashtanga joga: Jest to również nazywane radżą Joga. Jest to system jogi oparty na medytacji. Ma osiem poziomów lub etapów przygotowawczych.

Ashtami : Ósmy dzień po pełni księżyca lub nowiu zgodnie z systemem kalendarza księżycowego w Indiach!

Ashtami hawan : *Ofiarna* ceremonia ognia wykonywana ósmego dnia podczas nawaratri lub dziewięciodniowego sezonu świątecznego w Indiach na cześć najwyższej mocy kosmicznej.

Anavee Deeksha: Wtajemniczenie w praktykę dowolnego systemu jogi lub jakiegokolwiek innej praktyki mającej na celu materialistyczne spełnienie przed przebudzeniem się w człowieku energii kundalini .

Anuvopaya: Technika używana do dawania anavee deeksha!

Bhagawadgita: Dosłowne znaczenie to pieśń niebiańska. Jest to święty sanskrycki tekst Hindusów. Jest to w formie nauczania Pana Krysny dla jego przyjaciela i księcia Pandawów Ardżuna, który odmówił stoczenia bitwy, aby uniknąć nieprzyjemnego aktu zabicia swoich krewnych po przeciwnej stronie. Ten tekst jest częścią słynnego eposu Mahabharat Hindusów.

Bhakthi joga: Jest to system jogi oparty na oddaniu danej osoby określone Bogu lub Bogini. Tutaj oddanie jest używane jako technika osiągnięcia spokoju umysłu. Zwykle ten rodzaj praktyki jogi jest odpowiedni dla osób, które z natury mają temperament.

Bramin: Najwyższa boskość przenikająca cały kosmos i poza nim lub Bóg lub Wszechmogący itp.!

Brahmacharya: Praktyka celibatu!

Brahma muhurta: Zaczyna się około godzinę i trzydzieści minut przed wschodem słońca! Uważany jest za najbardziej pomyślny czas na podjęcie jakiegokolwiek pracy, a zwłaszcza na praktyki jogi.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Buddhi: Jest to forma kosmicznej energii zwanej „intelektem” w osobie lub zdolności rozróżniania, z którą egoizm jest współlokalowany.

Czakra: Ośrodek energetyczny w układzie mózgowo-rdzeniowym!

Chamunda: Jedna z indyjskich Bogiń czczona w mieście Dewas w Indiach.

Chidakasha: Przestrzeń umysłu!

darshan: Możliwość zobaczenia osoby lub jakiegokolwiek innej rzeczy!

Deeksha: The formalna procedura udzielania praktykującemu inicjacji w system jogi przez jego Guru. Zwykle odbywa się to w pomyślnym czasie w pomyślny dzień wybrany do tego celu.

Deekshadhikara : Formalne upoważnienie do dawania Deeksha do dowolnej osoby przez guru duchowego lub jogi do jednego z jego uczniów. Po tym autoryzacji uczeń również formalnie staje się guru duchowym lub jogicznym. To upoważnienie może być również udzielone więcej niż jednemu uczniowi.

Dhanteras puja : Ceremonia uwielbienia wykonywana podczas festiwalu *Dhanteras* w Indiach.

Dholak : Rodzaj instrumentu muzycznego z Indii!

Dhjana mudra : Medytacyjna postawa i gest!

Guru : Czcigodny nauczyciel, który usuwa ciemność lub ignorancję z umysłu ucznia, aby zaświeciło światło wiedzy, które już jest w Jaźni!

Guru Gita: Niebiańska pieśń w adoracji Guru. Jest częścią starożytnego tekstu sanskryckiego zwanego Markandeya Purana. Uczy istoty Guru i wielbienia go jako Boga lub Wszechmogącego. Jest dostępny jako osobna książka na wielu platformach wydawniczych.

Guny: Trzy cechy materii umysłowej.

Japa: Powtarzanie mantry!

Ji : Jest to sufiks dodawany na końcu każdego nazwiska lub profesjonalisty jako znak szacunku w języku hindi w Indiach. Ten sam przyrostek może być również używany w większej liczbie języków indyjskich.

Jnana joga: Jest to system jogi oparty na ścieżce wiedzy. Zwykle ten rodzaj praktyki jogi jest odpowiedni dla osób o typie intelektualnym.

Kaali: Bogini zniszczenia lub pierwotna najwyższa moc kosmiczna w niszczyielskiej formie!

Parvat Kailash : Góra Kailash w Himalajach!

Kamakja: Bogini czczona w mieście Guwahathi w stanie Assam w Indiach.

Kalighat : Bogini czczona w Kalighat w Indiach.

Kanyakumari : Bogini Indii czczona w mieście Kanyakumari w stanie Tamilnadu w Indiach. Znajduje się na najbardziej wysuniętym na południe krańcu Indii.

karta : Rodzaj instrumentu muzycznego z Indii.

Kathak : Rodzaj tanecznej formy Indii!

Kawali : Rodzaj tanecznego gestu Indii!

Kriya: Mimowolna reakcja w ciele, umyśle i zewnętrznym życiu codziennym, która objawia się w celu oczyszczenia umysłu osoby ze wszystkich jej zmysłowych wrażeń!

Kundalini: Najwyższa pierwotna energia kosmiczna, która manifestuje się w formie wszechświata. Energia ta znajduje się u podstawy układu mózgowo-rdzeniowego u każdego człowieka w połowie drogi między odbytem a okolicą narządów płciowych.

Lakszmi: The Bogini utrzymania lub pierwotna najwyższa moc kosmiczna w podtrzymujących formach!

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Lingam: Fallus! Wyznawcy Pana Śiwy czczą go w postaci fallusa.

Mam Durgę : Bogini Matka Durga czczona w Indiach.

Mahalaksmi : wspaniała Bogini utrzymania lub pierwotna najwyższa moc kosmiczna w podtrzymujących formach!

Mala : Sznurek z koralików Rudraksha służący do liczenia podczas powtarzania mantry.

Maya Kosmiczna iluzja, czyli energia kosmiczna w jej najbardziej fundamentalnej formie!

Manipura: Ośrodek energetyczny zlokalizowany w okolicy pępka na kręgosłupie.

Manjunatha : Pan Śiwa.

Mantra: Jest to święta sylaba sanskrycka, słowo, zdanie lub grupa zdań, które mogą zawierać dowolną ilość tekstu.

Shastra mantra : Nauka zajmująca się mantrami! Tak wiele starożytnych tekstów jest dostępnych w sanskrycie dotyczących tego tematu.

Mazira : Rodzaj instrumentu muzycznego z Indii!

Meenakshi : Bogini Indii czczona w mieście Madurai w stanie Tamilnadu w Indiach.

Moksza: Oznacza zbawienie lub uwolnienie z cyklu życia i śmierci dla każdego stworzenia. Według starożytnych tekstów sanskryckich jest to możliwe tylko dla człowieka. Oznacza to, że nie jest to możliwe dla żadnej innej żywej istoty, w tym niebiańskich istot i demonów.

Mudra: Specjalny gest jogi!

Mookambika: Bogini czczona w Indiach.

Muladhara czakra: Ośrodek energetyczny zlokalizowany u podstawy układu mózgowo-rdzeniowego, w połowie drogi między odbytem a okolicą narządów płciowych.

Naada : Pierwotna wibracja, która spowodowała początek kosmosu!

Nadi: Subtelne kanały energii!

Nadi shuddhi: Oznacza oczyszczenie subtelnych kanałów energii. Zwykle odbywa się to poprzez praktykę pranayamy. Jest to technika jogi.

Nadi sodhana: Proces wypompowywania zanieczyszczeń z subtelnych kanałów energii!

Naga baba : Żebracy, którzy wędrują po okolicy, uzyskując trójjab. Zwykle są wyznawcami Pana Śiwy. Zwykle można je znaleźć włóczące się po okolicy bez ubrań, a ich ciała są wysmarowane popiołem.

Navratri: Dosłownie oznacza dziewięć nocy. Jednak ten dziewięciodniowy okres jest obchodzony przez Hindusów w Indiach jako okres świąteczny. Zwykle wielu poważnych wielbicieli przestrzega postu w tym okresie. Ten okres jest przeznaczony na wielbienie najwyższej mocy kosmicznej lub boskości jako Bogini Matki, zgodnie z tradycją shakthów lub czcicieli energii.

Ojas Kiedy ludzie praktykują celibat, energia seksualna zostaje przekształcona w tę substancję. Ma to być wspinanie się po sushumna nadi , czyli centralnym kanale kręgosłupa. W rezultacie daje ludziom jakąś potężną aurę, aby przyciągnąć masy. Gdziekolwiek w społeczeństwie widzi się osobę wykazującą niezwykle geniusz i mającą wpływ na dużą populację, dzieje się tak dzięki sile tych substancji!

Padmasana: jedna z asan - pozycja kwiat lotosu!

Parampara: Linia lub zakon mnichów dowolnej tradycji lub systemu jogi!

Parashakti : Najwyższa pierwotna energia kosmiczna!

Parajanam : Recytacja!

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Jogasutry Patanjalego: Jest to starożytny sanskrycki traktat o asztanga jodze lub radża jodze. Jest to uważane za najbardziej autorytatywny tekst na temat medytacji opartej na systemie jogi.

Pran : Jest to forma energii kosmicznej lub energii kinetycznej przenikającej cały kosmos. To także siła życiowa przenikająca „powłokę siły życiowej” w ludzkim ciele.

Pranam: To po prostu oznacza pozdrowienia. To słowo jest używane przez ludzi w Indiach podczas powitania starszych lub czcigodnych osób w społeczeństwie, zwykle w towarzystwie obu dłoni połączonych ze sobą, stojących lub klęczących. Czasami wykonuje się również pokłony ciała na ziemi.

Pran vayu: Jest to siła życiowa w postaci niewidzialnego gazu, który działa w górnej części ludzkiego ciała.

Pranayama: Jest częścią asztangi lub raja jogi. Zajmuje się nauką o oddychaniu w celu uzyskania kontroli nad siłą życiową, która istnieje w ludzkim ciele.

puja : Ceremonia uwielbienia w Indiach!

Raja: Jedna z trzech cech umysłu, dzięki którym kreatywność przejawia się we wszystkich formach.

Raja joga: Nazywa się to również asztangą joga. Jest to system jogi oparty na medytacji. Ma osiem poziomów lub etapów przygotowawczych.

Ramajan: Jest to starożytny tekst sanskrycki z Indii. Jest to epos opisujący czyny księcia Ramy, czczonego w Indiach jako boskie wcielenie Boga. Książę urodził się w starożytnym królestwie subkontynentu indyjskiego, a później został jego władcą.

Rishi : Mędrcy Indii!

Sadhana: Jest to dobrowolna praktyka wykonywana przez osobę zabarwioną ludzkim egoizmem, zanim energia kundalini zostanie obudzona w jej ciele.

Sadhan: Jest to zjawisko mimowolnej praktyki, która ma miejsce wewnątrz ludzkiego ciała, umysłu i zewnętrznego życia codziennego po przebudzeniu energii kundalini .

Sadhak: Praktykujący dowolny system jogi lub tantryczny!

Sahasrara : Ośrodek energetyczny zlokalizowany na czubku głowy.

Samsara : Ziemską egzystencją lub doświadczenie życia przez istotę ludzką lub jakąkolwiek inną istotę. Uważa się, że jest to jedyny psychodeliczny charakter według starożytnych tekstów.

Samadhi : Jest to stan bez myśli. Jest to końcowy cel całej jogi praktyki, zanim nastąpi samorealizacja!

Sankalpa: Wolna wola sprawowana przez ludzi w ich umysłach!

Sakshi bhavam: Stan niemego świadka czyli uważności u człowieka! Jest to termin odnoszący się do ludzkiej psychiki.

Sarasvati: Bogini stworzenie lub pierwotna najwyższa moc kosmiczna w twórczej formie!

Satwiczy : Jedna z trzech cech umysłu, dzięki którym funkcja utrzymania lub utrzymania przejawia się we wszystkich formach.

Shastra: Słowo oznacza naukę. Jednak zwykle jest używany, gdy odnosi się do starożytnych tekstów sanskryckich dotyczących różnych nauk.

Shakthopaya: Technika używana do dawania shaktipat deeksha lub inicjacja. Tutaj energia kosmiczna lub shakti jest używana jako narzędzie.

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

Deeksha Shambhavi: Shambhavi deeksha lub inicjacja to stan, jaki osiąga osoba. Nie ma już inicjacji ani deeksha w tym stanie jako takim, chociaż często jest on źle rozumiany przez ludzi. Stan ten ma zostać osiągnięty pod koniec praktyki jogi z wykorzystaniem Shakthopay.

Shambhavapaja: Rzekoma technika używana do udzielania shambhavi deeksha lub inicjacji.

Shambhavi mudra: Gest jogi rzekomo używany przez ludzi do udzielania inicjacji w shambhavi deeksha!

Shanthi: Absolutny spokój!

Shakthas: Czyciele energii w Indiach! Czczą Boga w postaci kosmicznej energii.

Shaktipat : „Zstąpienie energii” Jest to technika używana przez mnichów Zakonu Shaktipat do inicjacji praktykującego w system Siddha Maha joga .

Shakti: Pierwotna energia kosmiczna!

Shakti peeta: Pierwotne centrum energii kosmicznej!

Shiva murti : Forma Pana Shivy!

Shri Phal : Orzech kokosowy!

Siddha Mahayoga : Wielki system jogi obejmujący wszystkie indywidualne jogi systemów po przebudzeniu energii kundalini w człowieku. Jest to system jogi praktykowany przez Zakon Shaktipat.

Surya tratak : Praktyka tantryczna polegająca na skupieniu uwagi na Słońcu.

Sushumna : Centralny kanał kręgosłupa w ludzkim ciele!

Sushumna nadi: Subtelny kanał energetyczny w centralnym kanale kręgosłupa w ludzkim ciele!

Czakra Svadhisthana : Jest to ośrodek energetyczny znajdujący się w pobliżu podstawy genitaliów w układzie mózgowo-rdzeniowym.

Tamas: Jedna z trzech cech umysłu, dzięki którym zniszczenie objawia się we wszystkich formach.

Tandra: Według jogi jest to stan pomiędzy snem a jawą teksty.

Tantra: forma systemu jogi.

Tantryczny : Praktykujący tantrę!

Tattwa: Istota rzeczy!

Trishul : Trójjąb dzierzony przez Pana Shive!

Vaastu: Starożytna nauka indyjska dotycząca idealnych aspektów architektonicznych.

Vajragja: Jest to stan umysłu, w którym traci się zainteresowanie światem zewnętrznym i wewnętrznym, które mają naturę materialistyczną.

Vaishno devi : Bogini położona na górze Trikūta w Himalajach w stanie Dżammu i Kaszmir w Indiach. Jest to najpopularniejszy ośrodek energetyczny.

wedanta: Jest to jeden z sześciu systemów filozofii indyjskich.

Virat Kali : Bogini zniszczenia w jej pełnej uniwersalnej postaci.

Vishudha: Ośrodek energetyczny zlokalizowany w okolicy gardła na kręgosłupie!

Jogin : praktykujący dowolny system jogi!

Jogini: Pani praktykująca dowolny system jogi!

Yam: Dźwięk mantry nasion czakry serca lub czakry Anahata.

Aśramy Zakonu Shaktípat

(Możliwe do śledzenia i autonomiczne)

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
6. Yogi Abhishek Vashist, Jaipur, Rajasthan, India, +91 9079121514, Email: abhijagriya@gmail.com

Colonel T Sreenivasulu

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
17. Yogini Aatmika, Chennai, Tamil Nadu, India, Mobile: +91 9080570782, Email: aathmika61@gmail.com

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

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
29. Yogini Joanna, Vienna, Austria, Mobile: +43 681 10226745, Email: joanna@scenicdesign.org

Colonel T Sreenivasulu

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 Sāadhan 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

39. Devatma Shakthi Society, 74, Navali Village, Post Dhahisar (via Mumbra), Mumbra Panvel Road, Thane

Sekrety Shaktipat i Kundalini Jogi

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 Sāadhan 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

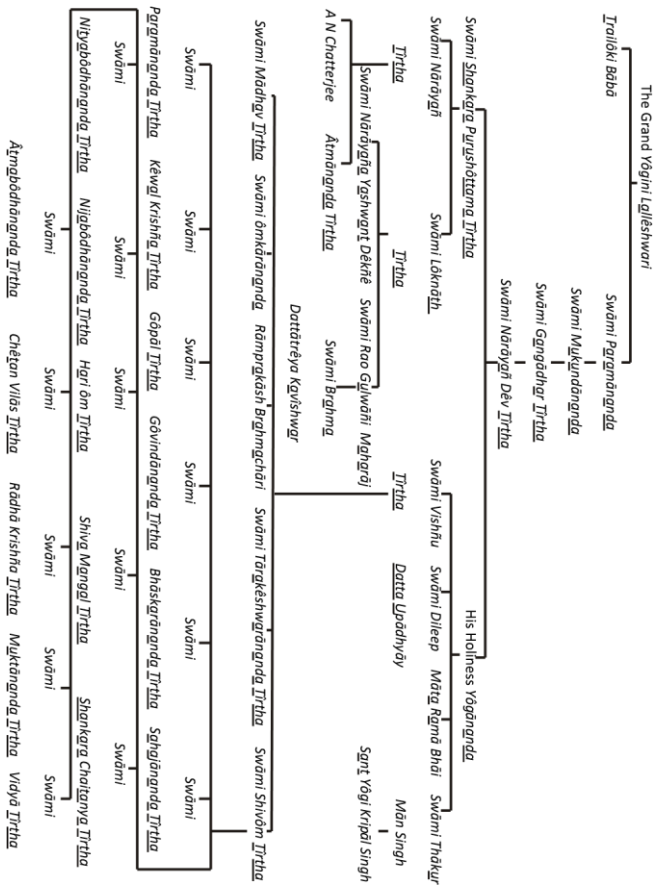
46. Guru Niketan, Shiva Colony, Dabra, Gwalior Dist, Madhya Pradesh, PIN – 475110, Tel: +91 07524 22153

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

Mnisi Zakonu Shaktipat

Monks of the Shakthipāth Order (Traceable History)



O autorze

Autor jest absolwentem kilku prestiżowych instytucji w Indiach, takich jak Sainik School Korukonda, Narodowa Akademia Obrony i Indyjska Akademia Wojskowa. W wieku piętnastu lat zainteresował się potężnymi pasmami Himalajów i źródłami rzeki Ganges ze względu na swoją pasję do wspinaczki skałkowej i alpinizmu. Jego długa podróż na ponad dwa tysiące kilometrów doprowadziła do innej podróży po tym, jak jako młody chłopiec spotkał swojego himalajskiego mistrza w tym samym pociągu! Nieznany młodemu chłopakowi, Bóg zaplanował jego podróż na długo przed jej rozpoczęciem! Autor obecnie służy w armii indyjskiej i jest najwyższym Guru w linii Shaktipat.

Polska edycja

Za polską edycję tekstu odpowiedzialna jest Jogini Joanna - artysta scenograf, fotograf, alpinistka, Shaktipat Guru