

KUNDALINI-ERWACHEN

Kundalini – die Urkraft im Menschen

In den östlichen Lehren wird viel über die Kundalini-Kraft, ihre Erweckung und ihren Aufstieg geschrieben. Einerseits wird sie wie eine Göttin verehrt, andererseits wird ausdrücklich davor gewarnt. Gibt es sie überhaupt, diese geheimnisvolle Kraft, die dem Menschen Erleuchtung und Glückseligkeit schenken soll? Und was passiert, wenn sie erweckt wird?

PERSÖNLICHE ERFAHRUNG

Es ist Herbst in den Tiroler Bergen. Ich sitze am Fuß einer Felswand und meditiere. Langsam öffne ich die Augen ... tiefblauer Himmel, die ersten schneebedeckten Berge, die wärmende Nachmittagssonne... ich atme die Elemente förmlich in mich ein; es ist wie ein Zerfließen, ein Einswerden mit der Natur. Plötzlich beginnt mein Körper von meinem Becken aufwärts anzubeben. Innerlich höre ich ein Rauschen. Im ersten Moment bekomme ich fast Panik, so intensiv ist diese Vibration. Mit weit aufgerissenen Augen starre ich auf die weißen Berge; Tränen beginnen mir herunterzulaufen, so tief verschmelze ich mit der Natur.

Ich besuche eine Veranstaltung bei einem deutschen Heiler mit außergewöhnlichen Heilkräften. Schon die einführenden Worte berühren mich zutiefst. Während der Heilsession breitet sich eine ungeheure Hitze in mir aus. Ein enormes Glücksgefühl überkommt mich. In meinem Kopf wird es ganz hell. Vor meinem inneren Auge erscheinen Bilder, ein süßer Rosenduft betäubt mir fast die Sinne, ich erlebe christliche Visionen. Die Tränen fließen wie Sturzbäche, so sehr bin ich in meinem Inneren berührt. Das Seminar geht ähnlich weiter, zusätzlich beginnt mein Körper stark zu zucken.

Ein inneres Feuer erwacht: Nach diesem Wochenende kann ich drei Tage nicht schlafen, in mir brennt ein inneres Feuer; mein Mund ist ausgetrocknet, der Kopf schmerzt, trotzdem verspüre ich enorme Kräfte in mir. Über drei Monate lang zuckt mein Körper, sobald ich mich ins Bett lege und schlafen möchte. Ich benötige in dieser Zeit sehr wenig Schlaf, habe ein nahezu zwanghaftes Bedürfnis nach Meditation. Meine medialen Wahrnehmungen bauen sich mehr und mehr aus.

Über die Jahre wandert diese Kraft immer weiter über meine Wirbelsäule nach oben Richtung Kopf. Die anfänglich starken, wellenartigen Bewegungen gehen in ein feines inneres Vibrieren über, begleitet von einem angenehmen Wärmegefühl. Obwohl diese Kraft in mir eine gewisse Eigendynamik entwickelt hat, kann ich in Meditation diesen Kraftfluss bewusst steuern. Als spiritueller Heiler bekomme ich über die Jahre ein tiefes Verständnis für diese jedem Menschen innewohnende Kraft und darf seither zahlreiche Kundalini-Phänomene beobachten.

KUNDALINI – DIE URKRAFT IM MENSCHEN

Viele Kulturen und Traditionen berichten von dieser

sagenumwobenen Kraft im Menschen, die zu gesteigertem, spirituellem Bewusstsein und letztendlich zur Erleuchtung führen soll. In der östlichen Literatur wird die Kundalini als Schlangenkraft bezeichnet, da sie symbolisch wie eine eingerollte Kobra im Becken ruht und sich nach ihrer Erweckung über die Wirbelsäule nach oben schlängelt. Die Schlange steht symbolisch für Bewusstsein und Lebenskraft. „Kundala“ kommt aus dem Sanskrit und bedeutet „gewunden“.

Wird diese Urkraft (bewusst) in den Kopf gelenkt, so erwachen die schlummernden, übersinnlichen Kräfte und Wahrnehmungen, die Seele soll aus den Fesseln der Materie befreit werden und der Mensch erfährt Glückseligkeit. Kein Wunder, das die Kundalini mit dem Aufstieg der Göttin Shakti in Verbindung gebracht wird, die durch das menschliche Energiesystem nach oben strömt, um sich mit Shiva, dem universellen Bewusstsein, zu vereinen.

Es wird zwischen drei Energie- oder Rückenmarkskanälen (Nadis) unterschieden. Sushumna, dem Zentralkanal, und den Nebenkanälen Ida links und Pingala rechts von der Wirbelsäule. Ida steht für

weiblich, ist blau und kalt. Pingala steht für männlich, ist heiß und rot. In einigen Darstellungen kreuzen sich Ida und Pingala in den verschiedenen Energiezentren entlang der Wirbelsäule, anderen Theorien zufolge sollen beide Nadis gerade nach oben verlaufen.

REAKTIONEN BEIM KUNDALINI-AUFSTIEG

Mit dem Kundalini-Erwachen treten u.a. folgende Phänomene auf: unkontrolliertes Zucken und Schütteln, inneres Vibrieren, Hitze, körperliche Schmerzen, starke Gefühlsschwankungen, unwillkürliche Yoga-Asanas und Mudras, das Sehen von Lichtern, Wesenheiten und Visionen, das Wahrnehmen von Düften und Lauten, der Erwerb von Heilkräften und medialen Fähigkeiten, das Erleben von Ekstase- und Trancezustände sowie Einheits- und Gotteserfahrungen, um die wichtigsten zu erwähnen.

VON ÖSTLICHEN YOGIS BIS ZUR CHRISTLICHEN MYSTIK

Bekanntere Erfahrungsberichte kommen von Gopi Krishna, der durch intensivste Meditationspraxis ein spontanes und äußerst problematisches Kundalini-Erwachen beschreibt. Sie gehen über Yogananda Paramahansa („Autobiographie eines Yogi“), Jiddu Krishnamurti, Irina Tweedie bis hin zu Swami Muktananda, der durch Shaktipat (die Initiation durch einen Guru) zur Erleuchtung geführt

wurde. Jedoch auch in der westlichen christlichen Mystik finden sich bei Hildegard von Bingen, Theresa von Avila...etc. zahlreiche Hinweise auf tiefe innere Erfahrungen, Visionen, Verzückungszustände und starke Körperreaktionen (inneres Feuer), die auf einen Kundalini-Aufstieg schließen lassen.

DER SCHULMEDIZIN UNBEKANNT

So viel über das Wesen der Kundalini-Kraft geschrieben wurde und so konträr die Meinungen darüber auch sein mögen, so wenige wirkliche Experten gibt es auf diesem Gebiet. So könnte beispielsweise Gopi Krishna selbst in Indien keinen einzigen Menschen finden, der ihm in seiner misslichen Lage helfen konnte. Abgesehen von den östlichen spirituellen Schriften, ist die Kundalini-Kraft der westlichen Schulmedizin bis heute nahezu völlig unbekannt.

ZUSAMMENFASSUNG

Die Kundalini ist ein machtvoller Strom schöpferischer Lebenskraft, die vom Steiß ausgehend über die Wirbelsäule langsam bis in den Kopf aufsteigt, sobald sie erweckt wird. Wenn sie ihre Eigendynamik beibehält und nicht wieder „einschläft“, wird (Energie-)Zentrum für Zentrum gereinigt und transformiert. Letztendlich führt sie zur Erleuchtung des Menschen. Die Kundalini entfesselt dich und sie offenbart, was in dir steckt. Da sie nicht nur die übersinnlichen Kräfte und Fähigkeiten freilegt, sondern absolut alles, was im Menschen steckt (so auch unbewusste Ängste, Sorgen, Wut etc.), kann eine

erzwungene Kundalini-Erweckung durchaus problematisch verlaufen.

Um den Kundalini-Aufstieg einem Gnadenstrom gleichkommen zu lassen, sollte zuvor auf Seelebene „aufgeräumt“ werden. So steht die Sehnsucht des Menschen, Gott zu erkennen und in sich zu erfahren, am Anfang des mystischen Weges. Wird das mystische Feuer dann durch Gnade freigelegt, so erfährt der Mensch gesteigerte körperliche Leistungsfähigkeit und die Möglichkeit für beschleunigtes spirituelles Wachstum. Somit kann das Erwachen der Kundalini als ein Geschenk von unermesslichem Wert gesehen werden. ■



Zum Autor:

Mag. Volker Tischendorf
lebt in Hallein bei Salzburg

www.volker-tischendorf.com
Tel: +43(0)660-4024372
E-Mail: volker.tischendorf@gmx.at