

Kundalini, il suo risveglio prematuro ed involontario

Premessa

L'Energia che viene risvegliata con l'Alchimia è la stessa, ovviamente, che è chiamata in oriente Kundalini.

Il Simbolo Occidentale del Caduceo di Mercurio (Ermete Trismegisto), con i suoi due Serpenti intrecciati intorno al Bastone, ha la stessa valenza che nella Tradizione Orientale hanno: il canale mediano Sushumna , che attraversa la colonna vertebrale ed i due canali laterali Ida e Pingala, attraverso i quali il "Serpente" Kundalini risale.

Anche nel Caduceo Serpenti e Bastone si Intrecciano in punti precisi che corrispondono ai 7 punti energetici principali Orientali detti Chakras.

Per altro si possono notare, infine, "3 pilasti" (Centrale e Laterali) come nella Cabala.

Il seguente testo spiega bene, certe sensazioni che proviamo, ancora prima di conoscere kundalini, ed a cosa si va incontro risvegliandola o quando si risveglia prematuramente.

Estratto da: Genevieve Lewis Paulson, Kundalini e Chakras, l'armonico equilibrio fra corpo e spirito, grazie alla facoltà curativa e rigeneratrice dell'energia cosmica, Armenia, 1991, Milano pp.11-27

1. Kundalini: l'energia dell'evoluzione

1.1 Introduzione

Ognuno ha in se qualcosa che lo spinge a eccellere o a distinguersi in qualche campo, insomma a essere unico.

Talvolta, le persone soddisfano tale pulsione in modo negativo. Tuttavia va tenuto presente che questa spinta fa parte dell'evoluzione: la ricerca dell'illuminazione, il tentativo di essere divini, pur rimanendo uomini.

Ecco come le Upanishad la descrivono.

Vivendo in questo corpo, in qualche modo abbiamo trovato Brama [espansione, evoluzione, l'Assoluto, il Creatore, il Preservatore e il Distruttore dell'universo]; se così non fosse, saremmo rimasti ignoranti e la grande distruzione avrebbe preso il sopravvento. Chi conosce Brama diventa immortale, mentre gli altri soffrono in miseria. [IV, IV, 14 nella versione di Swami Nikhilananda]

Gesù rispose nel Nuovo Testamento:

Non sta scritto nella vostra legge, "Dissi: Siete Dei?" A coloro i quali vengono chiamati Dei il mondo di Dio è stato affidato - e le Scritture non possono essere trascurate. [Giovanni 10:34-35Z La Nuova Bibbia Inglese]¹

Scopriamo di essere chiamati a superare la condizione umana per aspirare a sfere superiori. L'energia Kundalini sprona ognuno verso l'illuminazione, a conoscere Dio e la luce.

Nello Yoga Tibetano e in altre dottrine esoteriche si trova la seguente espressione:

¹ "Questa è la mia frase: Possiate essere Dei, figli di un Dio superiore..." [Salmo 82:6]

Grazie allo Shakti Yoga [disciplina energetica], lo yogi tantrico apprende la disciplina del corpo e della mente, per poi affrontare l'enorme compito di risvegliare le sue energie assopite o innate della divinità, personificate dalla dea dormiente Kundalini. ... Poi, attraverso l'unione mistica di Shakta [al vertice della testa] e di Shakti, si raggiunge l'illuminazione; lo yogi ha raggiunto il suo obiettivo.²

Kundalini, un termine sanscrito che significa "energia circolare", è un'energia di base dell'evoluzione individuale, che scorre in qualche misura in ognuno di noi fin dalla nascita. La quantità di energia disponibile determina il grado di intelligenza della persona dal livello più basso alla genialità. Non si tratta solo di utilizzare una componente dell'uomo, bensì di risvegliarne la parte più cospicua che attende nella riserva Kundalini, situata alla base della colonna vertebrale.

Kundalini è un'energia naturale presente in ognuno. Non si tratta di una religione, sebbene il suo impiego, sia parte integrante di alcuni culti e possa contribuire a sviluppare e potenziare la fede religiosa individuale. L'antica letteratura orientale fornisce numerose informazioni su Kundalini, a differenza della letteratura occidentale, che peraltro sta iniziando a occuparsene. In corrispondenza del crescente interesse per l'età dell'Acquario e della parallela liberazione spontanea delle potenti energie Kundalini, le persone di ogni ambiente, età e grado di evoluzione la sperimentano, indipendentemente dalle loro origini culturali, filosofiche o religiose.

Coloro che non ne hanno mai sentito parlare e si chiedono quale sia la causa dei loro problemi fisici, mentali ed emotivi, oppure del loro esaurimento, incontrano difficoltà nel reperire informazioni utili in merito; come del resto accade anche a coloro che si impegnano nei campi dell'evoluzione personale e dell'assistenza e intendono aiutare chi, liberando prematuramente l'energia Kundalini, si trova di fronte problemi di ogni tipo, paragonabili per la loro portata a una carica elettrica di 220V attraverso un'unità di soli 10V: i fusibili saltano e il circuito si fonde.

Una delle cause della scarsa reperibilità di testi risiede nel fatto che molte persone, sebbene siano informate, temono il potenziale effetto dannoso di Kundalini e ritengono che non debba essere sfruttato - quindi, niente esercizi o addestramento - per evitare che tale potente forza si trasformi in un'energia distruttiva.

Un simile atteggiamento può essere paragonato a quello di chi pensa che il non parlare di sesso ai giovani possa evitare l'insorgere di problemi di tale natura. Molti inoltre considerano Kundalini l'ennesima moda del nostro tempo. Niente di tutto ciò: Kundalini infatti può essere vista come la scienza più antica.

In passato, la liberazione di Kundalini avveniva sotto il controllo di maestri e in determinate situazioni e il suo apprendimento era considerato una saggezza esoterica. Ma nell'era attuale l'esoterismo è diventato ormai popolare. Quanti a loro insaputa hanno sperimentato la liberazione di Kundalini mal interpretando i sintomi del loro malessere venivano generalmente considerati malati di mente o psichicamente labili, ed è probabile che ne fossero convinti essi stessi. Il processo infatti causa non solo gioia e grande sollievo, ma anche un accentuato stato di confusione e paura. Le testimonianze lasciateci dai mistici cristiani dimostrano che anch'essi avevano sperimentato Kundalini in modo doloroso, anche se comprendevano che tale processo li avrebbe portati all'unione con mio. Gopi Krishna fu testimone di tale forza evolutiva nell'era moderna.

La liberazione della sua Kundalini venne provocata mediante esercizi di meditazione svolti senza un addestramento preventivo:³ dedicò anni interi all'analisi del fenomeno in atto, e le esperienze da lui raccolte sono state di grande aiuto per coloro che, come lui, non si erano preventivamente preparati.

² Dall'edizione di W.Y. Evans-Wentz

³ Si veda Kundalini, di Gopi Krishna

1.2 I sintomi della liberazione prematura

Dato che ogni individuo è unico - con la sua storia, il suo stato fisico, la sua evoluzione personale e spirituale - la liberazione di Kundalini è di volta in volta diversa. Tuttavia, alcuni sintomi possono indicare la presenza di una liberazione eccessiva in un sistema non preparato : malattie inspiegabili; un comportamento anomalo;

1. la sensazione di " perdersi" e di non poter affrontare la vita quotidiana; brividi o colpi di calore;
2. sdoppiamento della personalità;
3. eccessivi sbalzi d'umore: depressione o estasi;
4. periodi di apatia o di attivismo eccessivi;
5. perdita o distorsione della memoria;
6. disorientamento nei confronti di se stessi, degli altri, del lavoro e del mondo in generale;
7. cambiamenti drastici dell'aspetto (una persona può sembrare ringiovanita di anni e, poco dopo, invecchiata di vent'anni);
8. sensazioni visive: visioni di luce e colori, di forme geometriche, di episodi delle vite passate o del futuro.

1.3 Lo Scopo

Kundalini segue la sua direzione naturale, scorrendo lungo la colonna vertebrale e fuoriuscendo dalla sommità del capo; lungo il cammino dona una nuova consapevolezza, nuove capacità e assicura il raggiungimento di stati trascendentali. Come una pianta cerca la luce, Kundalini cerca l'illuminazione, eliminando i blocchi energetici che la ostacolano e causando in tal modo la comparsa dei sintomi precedentemente elencati. È tuttavia possibile reagire a questo processo. Una persona completamente evoluta conseguirà poteri paranormali straordinari, una profonda consapevolezza spirituale e verrà effettivamente considerata un genio o un essere divino. Prima o poi, tutti sperimentano Kundalini: quanto più saranno pronti e informati, tanto più appagante sarà tale esperienza.

2. La liberazione involontaria e dell'energia Kundalini

2.1 Il processo di liberazione

L'energia Kundalini avvolge la base della colonna vertebrale.

La sua liberazione può essere paragonata al succedersi di Onde, fiamme, pulsazioni o a una sorta di srotolamento.

Kundalini cerca di solito uno sfogo lungo la colonna vertebrale fino alla sommità del capo, attraverso quello che talvolta viene definito il chakra della corona.

Il termine chakra che in sanscrito significa "ruota", si riferisce ai vortici energetici nel corpo eterico.

Talvolta Kundalini avvolge l'intera colonna vertebrale fino al chakra della corona.

Nel corso del processo vitale naturale vengono liberate onde successive di energia, a seconda dell'evoluzione e della disponibilità individuali.

Il movimento ondulatorio è talmente impercettibile che la maggior parte degli individui non lo percepisce, pur provando una sensazione di calore (movimento energetico) nella zona dell'osso sacro prima che inizi la liberazione, mentre chi ha una sensibilità più spiccata percepisce il flusso di energia lungo la colonna vertebrale, accompagnato anche da pressione o dolore in presenza di un blocco, oppure di anomalie nell'energia stessa.

Molti strati di Kundalini attendono di essere liberati. Il fenomeno può essere paragonato all'azione dello sbucciare una cipolla.

Nel corso di una vita, è possibile liberare uno o più strati; chi conosce Kundalini è libero di decidere se liberarne più d'uno al fine di accelerare la propria evoluzione personale; in casi estremi si può giungere alla liberazione di fuoco allo stato liquido o di un fortissimo calore.

Kundalini, chiamata talvolta anche shakti (scintilla divina dell'energia vitale), inizia la sua ascensione partendo dalla riserva alla base dell'osso sacro.

Risalendo lungo la colonna vertebrale e fuoriuscendo dalla sommità del capo, si unisce all'energia spirituale universale: tale combinazione di energie ricade poi sull'organismo permeando l'intero sistema e contribuendo ad affinare e a purificare le cellule.

Qualora Kundalini, lungo il suo cammino ascendente, trovi degli ostacoli, costituiti da energie improprie o negative, oppure se il corpo non è stato preventivamente preparato e purificato, può accadere che molti giorni dopo discenda nuovamente per poi reiniziare un'ascesa lenta e dolorosa del corpo, purificandolo e affinandolo.

Tale processo può causare danni molto gravi e disturbi fisici, emotivi o mentali. Liberando contemporaneamente più strati energetici si può raggiungere uno stato di profondo benessere che si protrae per giorni o addirittura per settimane, e inoltre è possibile accedere a ulteriori forze fisiche, a rivelazioni nuove e meravigliose, a sensazioni di beatitudine o di consapevolezza trascendentale, oppure alla coscienza di aver raggiunto la vera illuminazione. Talvolta si prova anche un certo orgoglio spirituale. Nella maggior parte dei casi, tuttavia, questo stato è di breve durata e ha termine poco dopo, quando Kundalini avvia il processo di purificazione: l'individuo, a questo punto, fatica a fare qualsiasi cosa e non capisce come mai siano scomparse le piacevoli sensazioni precedentemente provate.

Questa è la classica evoluzione della liberazione di Kundalini, indipendente da eventuali errori compiuti dal soggetto.

In presenza di blocchi profondi gli stati di beatitudine non si verificano: l'energia si concentra immediatamente sulla purificazione.

I blocchi energetici derivano dalla repressione di atteggiamenti, sentimenti o antiche ferite interiori o mentali, nonché dall'assunzione di posture scorrette e da traumi fisici. Coloro che si sono preparati, attraverso la cura del loro corpo e lo sviluppo della loro consapevolezza spirituale, sperimentano la purificazione Kundalini in maniera più rapida e semplice, traendone un beneficio quasi immediato e vivendo l'ascensione di Kundalini come un'esperienza meravigliosa. Al contrario, se il sistema psico-corporeo non è preparato ad accettare tale potente energia, il processo può durare degli anni. Dopo la liberazione non si può tornare indietro!

È infatti impossibile invertire l'evoluzione, anche se talvolta la si può rallentare.

Nel caso in cui il soggetto decida di non desiderare più la crescita e tenti di bloccare la sua energia, quest'ultima può causare l'insorgere di congestioni e di malattie, che in casi estremi conducono alla morte.

Occorre imparare come gestire la purificazione in atto, oppure come riuscire a superarla. Solitamente, non si tratta di un cambiamento magico, totale e subitaneo: il processo di purificazione può durare dai venti ai venticinque anni, prima che si sviluppino appieno i poteri psichici o spirituali ad esso connessi.

Per contro, la sua durata è molto più breve nel caso si sappia come gestire l'energia e si disponga di un corpo, una mente e uno spirito sani e aperti. Chi sta già sperimentando attivamente un flusso naturale di energia Kundalini riuscirà a sfruttarlo più rapidamente. A ogni incarnazione è necessario apprendere nuovamente il modo con cui controllare e sfruttare l'energia. Questo è uno degli scopi principali dell'infanzia: i bambini hanno bisogno di essere guidati nel loro comportamento e nei loro atteggiamenti in modo tale da impiegare adeguatamente le loro energie che, se lasciate incontrollate, causano problemi nella vita quotidiana e ostacolano la crescita futura.

2.2 Tipologie di liberazione involontaria

La liberazione involontaria di Kundalini può avvenire a seguito di uso di sostanze stupefacenti, di superlavoro, di una violenta contusione o di una ferita nella zona dell'osso sacro; a causa di un dolore, di un trauma o di paure eccessive; per troppo insistite pratiche di meditazione, smodati esercizi per la crescita spirituale o eccessi sessuali.

Anche prolungando i preliminari sessuali oltre misura, senza poi raggiungere l'orgasmo, si può causare la liberazione spontanea dell'energia. Col termine "involontaria" non si intende necessariamente "non voluta", bensì solo spontanea. Kundalini non solo promuove l'evoluzione individuale, ma conferisce anche energie aggiuntive, che potrebbero aiutare il corpo ad affrontare (a livello inconscio) situazioni limite: spesso, dopo il loro superamento, il flusso continua a scorrere e il soggetto ha difficoltà nello svolgere i suoi compiti in maniera adeguata a causa sia dell'eccessiva liberazione di Kundalini, sia del trauma all'origine.

L'età dell'Acquario è caratterizzata da una forte intensità di energia che accelera enormemente l'evoluzione individuale e lo sviluppo in tutti i settori della vita. L'umanità ha dimostrato una grande disponibilità nei confronti dell'incredibile progresso tecnologico che ha contraddistinto soprattutto gli ultimi due decenni: in questo caso si tratta di un analogo progresso a livello individuale e spirituale di cui sperimentiamo ancora la fase iniziale; a causa dell'intensità di tali nuove energie si verificherà la liberazione spontanea di Kundalini, sia nelle persone pronte e pure, sia in quelle che non lo sono.

Chi geneticamente è maggiormente predisposto ad accettare questa energia, e ha a disposizione una discreta riserva utilizzabile, non avrà grandi problemi e sarà anche più sensibile alla sua liberazione.

Le energie astrologiche influiscono fortemente sulla disponibilità individuale nei confronti della liberazione energetica : sembra che talvolta un Urano afflitto causi la liberazione in alcune persone, come del resto avviene in chi, nel tema natale, ha Saturno nella Quarta Casa o la Luna in Scorpione, che scatenano profonde forze del subconscio. Alcune donne percepiscono la liberazione spontanea di Kundalini durante la gravidanza sia sotto forma di pressioni del feto nella zona di Kundalini, tra l'ano e gli organi genitali, sia sperimentando accentuati poteri e consapevolezza psichici.

Altre vengono colpite dalla depressione post-parto, causata con forte probabilità da un inadeguato flusso Kundalini nel corso della gravidanza.

Chi per anni si è dedicato con troppo impegno alla professione può soffrire di esaurimenti nervosi, psichici, emotivi o mentali, curabili solo con mesi o anni di riposo : spesso anche questi sintomi sono riconducibili al fatto che il sistema, per riuscire a gestire il peso eccessivo del lavoro, ha liberato una quantità esagerata di Kundalini.

In seguito tali persone sostengono che il "periodo di riposo forzato" si è rivelato di grande importanza, perché ha permesso loro di riflettere e di modificare lo stile di vita.

Kundalini stimola la meditazione e determina cambiamenti in questo senso.

Eventuali ferite nella zona dell'osso sacro possono sottoporre la riserva di Kundalini a una pressione continua, costringendo in tal modo l'individuo ad affrontare incessantemente sia le energie che i cambiamenti che le accompagnano.

L'aspetto positivo della faccenda sta nel fatto che così la Kundalini eccedente provoca nel soggetto un'evoluzione personale dall'interno.

I dolori, i traumi, le ansie e i ricordi negativi contribuiscono ad "aprire" il subconscio che a sua volta libera le energie: di solito le sensazioni interiori assumono in questa fase proporzioni eccessive, entrando a far parte della realtà dell'individuo, che pertanto è predisposto alla psicosi.

Se non si elimina dal subconscio (zona del ventre) la Kundalini eccedente riequilibrando l'organismo, l'energia continua a fluire moltiplicando le ossessioni.

Per combattere tale problema, mettendo in movimento le energie e riequilibrandole, si può ricorrere a metodi quali la meditazione, la danza a corpo libero (durata: da cinque a dieci minuti; da effettuare in un secondo tempo) o l'autoimposizione di periodi di riflessione profonda.

Kundalini si orienterà verso la zona o il chakra più aperti per "fuoriuscire", nel caso il corpo non sia preparato a gestire la sua energia, provocandone l'apertura, se necessario, e concentrando tutta la sua forza in quel punto come se fosse un buco nero.

Le ossessioni possono essere superate solo grazie a un nuovo orientamento delle energie.

La liberazione causata dall'uso di sostanze stupefacenti eccitanti può essere particolarmente dannosa, dal momento che essa provoca l'apertura dei chakras o la sensazione di "fulminamento" nota ad alcuni tossicomani.

La vera ragione che spinge alcune persone a fare uso di droghe - al fine di provare esperienze paranormali - può essere la causa di una carenza di poteri paranormali nella vita quotidiana.

Un aspetto positivo dell'assunzione di sostanze stupefacenti è dato dalla probabilità che coloro che fanno uso di droghe abbiano raggiunto dimensioni superiori e acquisito facoltà mistiche. Tuttavia, l'uso di droghe non consente il raggiungimento autonomo di tali stati, quindi le energie sfuggono al controllo e spesso non sono utili: al contrario, possono divenire molto pericolose.

Si può comunque scegliere di vivere tali esperienze, consapevoli tuttavia che non consentiranno di imparare a gestire la propria energia evolutiva.

Se il soggetto è predisposto alla meditazione, generalmente la liberazione di Kundalini avviene in maniera più dolce, poiché l'individuo sta già lavorando su se stesso per predisporre al cambiamento.

Anche le visioni, le esperienze mistiche e l'attenzione eccessiva possono influire sulla riserva energetica scatenando nuove ondate di Kundalini in tutto il sistema.

Le iniziazioni spirituali ai più alti livelli vengono concesse a coloro che hanno già raggiunto uno stadio di evoluzione molto elevato. Di solito, con esse viene liberato almeno un altro strato di energia Kundalini. (Tutto ciò non ha nulla a che fare con le iniziazioni nelle organizzazioni terrene che dispongono di una propria carica Kundalini). Le iniziazioni ai livelli spirituali superiori avvengono spesso durante il sonno senza che la persona se ne renda conto, avvertendo solo un mutamento nelle sue percezioni e nei suoi atteggiamenti.

Se tuttavia il soggetto ne è perfettamente cosciente, sarà in grado di percepire l'energia come un dardo luminoso che parte dalla sommità del capo e raggiunge la zona del cuore, oppure arriva alla riserva Kundalini, dove libera parte delle sue energie. Questo tipo di liberazione offre il vantaggio di favorire generalmente una maggiore consapevolezza del processo in atto nel sistema. L'iniziazione favorisce sempre anche una maggiore consapevolezza generale ed evita che l'individuo si creda abbandonato o pazzo quando Kundalini inizia a provocare reazioni strane.

Se comunque il soggetto non è fisicamente, emotivamente o mentalmente preparato a gestire l'energia, si espone a possibili depressioni, sensazioni di disorientamento, malattie o altri disturbi.

Anche le iniziazioni terrene possono scatenare la liberazione dell'energia Kundalini.

Quando si è pronti ad accedere a livelli superiori (o più profondi) dell'energia terrena avviene un collegamento (o iniziazione), che dà all'individuo una consapevolezza terrena ulteriormente sviluppata; la quale a partire dai piedi lungo tutto il corpo sale con forza fino alla sommità del capo. La sua energia, se sufficientemente intensa, può risvegliare Kundalini negli individui predisposti. È fondamentale evolversi in tutti i settori della vita.

È in costante aumento il numero delle persone attive nel campo dell'assistenza, della religione e della medicina che entrano in contatto con Kundalini, riconoscendone i sintomi e favorendone il processo, per cui, tutti i professionisti che offrono "aiuto" e prestazioni mediche in questo ambito dovrebbero disporre di una conoscenza pratica.

2.3 I sintomi della liberazione

La liberazione di Kundalini in una persona non sufficientemente purificata e preparata spiritualmente viene considerata prematura e causa vari sintomi.

A brevi periodi di accentuata consapevolezza, di beatitudine o di illuminazione, possono seguire periodi di estrema apatia o di depressione, comportamenti anomali, malattie inspiegabili, perdita o labilità della memoria, sensazione di disorientamento nei confronti di se stessi, degli amici, del lavoro e del mondo in generale.

Se viene colpito il fegato, la pelle acquista un colore giallastro, quasi sporco, a causa della liberazione di energie negative, oppure può capitare che in alcune zone l'epidermide diventi rossastra, bluastro, o assuma altre tonalità collegate alle concentrazioni energetiche caratterizzate da differenti vibrazioni di base. (A ogni vibrazione di base corrisponde una tonalità di colore).

La persona può avere un aspetto invecchiato, stanco o malato, eppure sembrare ringiovanita e piena di vitalità solo poche ore dopo, oppure esattamente il contrario.

Un altro segno della liberazione prematura di Kundalini è il colore bluastro delle unghie degli alluci, derivante dall'eccessiva attivazione delle zone riflessogene degli alluci connesse alla ghiandola pineale.

A tratti si possono percepire le vibrazioni che accompagnano il rilassamento dei muscoli e la liberazione di ulteriore energia verso le terminazioni nervose, nonché una sensazione di pienezza o di pressione interne paragonabili a conati di vomito tesi a liberare l'energia eccessiva.

Possono avere luogo emorragie nasali. In casi estremi, Kundalini può causare la lacerazione dei tessuti.

Possono verificarsi movimenti involontari o tremori; le malattie eventualmente provocate dalla purificazione Kundalini possono spesso essere curate attraverso la modificazione del modello energetico. Attenzione: è necessario consultare un medico nel caso tale modificazione non abbia esito positivo e ogniqualvolta provochi seri disturbi alla salute.

Ogni soggetto presenta sintomi diversi collegati all'ubicazione particolare dei suoi blocchi e delle concentrazioni di energia.

È quindi difficile prevedere le reazioni individuali. Kundalini può essere paragonata, quando se ne liberano contemporaneamente più ondate, a un annaffiatoio da giardino completamente aperto: se la colonna vertebrale è libera e diritta, l'energia scorre senza incontrare ostacoli fino alla sommità del capo; mentre se la colonna è bloccata, curva o piegata, il suo fluire viene arrestato o impedito, causando la deviazione dell'energia verso la zona più vicina, come accade, ad esempio, a una persona la cui schiena presenta una curva

lombare troppo accentuata che devia l'energia verso il ventre e il plesso solare causando in tal modo emozioni intense

La presenza di un flusso prolungato può determinare disturbi psichici, problemi allo stomaco o addirittura ulcere.

Se l'energia si blocca all'altezza del petto la persona accusa i sintomi dei disturbi cardiaci.

Un blocco all'altezza del cervello provoca la perdita della memoria e/o aberrazioni mentali

A causa della varietà dei sintomi possibili e della carenza di informazioni su Kundalini, generalmente si compiono errori nell'individuazione dell'origine della liberazione errata o eccessiva.

Talvolta le persone che ne soffrono sono ritenute ipocondriache, poiché credono di essere malate senza esserlo veramente.

Questi soggetti possono avere la sensazione di essere prossimi alla morte e, contemporaneamente, sentirsi in forma, sperimentando uno stato confusionale tipico di chi non è preparato a una liberazione eccessiva di Kundalini.

È accaduto che, nell'arco di due anni, una donna sotto controllo medico avesse accusato i sintomi del cancro, del diabete e di disturbi al cuore nonché di altre patologie : in seguito, tali sintomi scomparvero spontaneamente col progredire del processo di purificazione.

Oggi, è diventata una medium di talento.

Un'altra donna per ventun'anni si è sottoposta a regolari cure mediche per le sue malattie: infine, il medico ha affermato di non riuscire a determinare la natura dei disturbi da lei accusati e dunque di non poterle più essere di alcun aiuto.

Ma una volta conclusosi il processo Kundalini, la donna scoprì di avere poteri spirituali terapeutici nelle mani.

Gli equivoci possono rallentare il processo di purificazione e causare preoccupazioni e problemi per lungo tempo.

Possono comparire e scomparire sia brividi e colpi di calore analoghi a quelli che accompagnano la menopausa, sia poteri psichici; sono inoltre comuni gli sbalzi d'umore, i cambiamenti nell'atteggiamento o nell'alimentazione e nelle preferenze di stile e di colore. In alcune persone possono verificarsi i sintomi della schizofrenia, nel caso Kundalini liberi energia dalla personalità della loro vita passata, una forza intensa ma incompleta forse perché mancava un contatto effettivo, da integrare in un'altra vita, tra l'anima e la personalità stessa, che pertanto rimaneva isolata. Kundalini tenta di purificare tutti i ricordi repressi di tipo fisico, emotivo e mentale, le esperienze traumatiche come quelle estatiche.

È possibile rivivere esperienze dell'infanzia o di vite precedenti sia spontaneamente che attraverso la meditazione. Le esplosioni di energia, gli accessi d'ira immotivati, le fantasie sessuali pervertite o i sentimenti meschini fanno parte di demoni personali invisibili che affiorano alla luce attraverso la purificazione Kundalini. Non bisogna temere di affrontare i ricordi chiusi dentro di noi. Dopo l'eliminazione di tutti i blocchi Kundalini scorre libera, affinando le cellule e permettendo all'energia divina universale, di penetrare il sistema in maniera pura e forte.

2.4 La depressione.

La purificazione Kundalini è sempre accompagnata dalla depressione, poiché le energie sono, letteralmente, confinate nel profondo del corpo, per favorire la crescita umana.

Parlare di depressione equivale a dire che qualcosa viene riportato alla luce per essere osservato.

A prescindere dalla depressione psicotica o chimica, la pura depressione coinvolge tutti i processi energetici che avvengono nell'uomo a un certo punto della sua vita.

Negli Stati Uniti è diffuso un giudizio negativo, occorre invece evidenziarne i lati positivi: con essa si raggiunge un livello più profondo di comprensione, di volontà, di compassione, nonché profondità di pensiero e grande capacità creativa.

Bisogna vivere le proprie depressioni!

Occorre considerarle una sorta di processo creativo, penetrarne le energie, amplificarle e poi ascoltarle.

Spaziando con la propria mente, è possibile ricordare episodi dell'infanzia o di vite precedenti, oppure eventi recenti e futuri.

La depressione può conferire nuove facoltà percettive o facilitare nuovi approcci filosofici: può capitare che si senta il bisogno di cambiare pettinatura, di provare una nuova ricetta, di iniziare un nuovo progetto; non si sa mai che cosa può nascere dalle profondità del proprio subconscio.

Si veda la depressione come un'avventura che conduce verso la realtà più profonda della propria esistenza.

Del resto, è improprio definire il subconscio in tal modo, dato che si tratta della nostra prima coscienza, della combinazione della consapevolezza fisica ed emotiva.

Una parte del processo Kundalini consiste proprio nell'affiancare tale coscienza prima alla coscienza mentale e spirituale con cui ci affacciamo alla vita, favorendo in tal modo la scoperta delle sue energie e del suo messaggio che, al pari degli altri livelli della consapevolezza umana, si rivelano di enorme utilità e supporto.

La maggioranza degli individui reagisce al processo di purificazione esprimendo il desiderio di suicidarsi o di morire: questo atteggiamento è un aspetto naturale del processo e andrebbe considerato come tale.

L'abbandono di molti percorsi obsoleti prepara il terreno alla nuova vita. Riuscire a comprendere il proprio desiderio di morte può essere l'inizio di una nuova esistenza: nello stesso corpo, ma con uno spirito rinnovato e prospettive nuove. Il processo non è altro che l'abbandono del passato e l'inizio della nuova vita.