

## Kundalini-syndromet

Af Preben P. Sørensen fra  
Meditationshåndbogen, Nyt Nordisk Forlag

### Nervesystemet er ikke statisk

I Vesten betragter vi nervesystemet som lige så statisk som kroppens øvrige organer, men nervesystemet har meget store udviklingsmuligheder, som efterhånden realiseres i en proces, der strækker sig over årtusinder.

### Mange generationers udvikling kan sammenpresses i ét liv

Denne proces kan fremskyndes gennem yoga, meditation og andre åndelige discipliner. J. Hohlenberg siger således, at „hver enkelt af de traditionelle yogasystemer er et forsøg på inden for et snævert og specielt udvalgt område med større kraft og intensitet at anvende de almindelige metoder, som naturen anvender i videre udstrækning i langsommere tempo og med større ødselhed af energi og materiale.“ (Yoga, 1952, s. 20).

### Yoga og meditation medfører ændringer i nervesystemet

Når yoga og meditation praktiseres vedholdende, opstår der fysiologiske ændringer i kroppen, herunder en ændring af nervesystemets måde at fungere på. I dag kan nogle af disse ændringer måles ved hjælp af fintmærkende elektroniske instrumenter.

### Kundalinis aktivering medfører visse symptomer

Disse ændringer, som også er af psykologisk art, skyldes en aktivering af kundalini-ilden, som fra rod-chakraet begynder sin spiralformede opstigning i rygraden. Denne proces kan foregå langsomt og næsten umærkeligt, men kan også tage et dramatisk forløb. I denne forbindelse kan vi tale om et kundalini-syndrom. Et syndrom er en gruppe af symptomer, der er karakteristisk for et bestemt sygdomsbillede, og som formodes at have en årsagsmæssig sammenhæng. Her er der dog ikke tale om en sygdom, selv om mange mennesker i Vesten i dag er blevet indlagt på psykiatriske hospitaler og

uheldigvis diagnostiseret som skizofrene som følge af en pludselig kundalinirejsning, som også kan opstå uden forudgående yoga og meditation.

### Kundalini kan aktiveres af omgivelserne

I dag er mange, som beskæftiger sig med kundalini-problematikken, klar over, at påvirkningen fra vore omgivelser i visse tilfælde kan stimulere kundalini-kraften og evt. aktivere den. Der er således eksempler på, at bilkørsel, som følge af affjedringen, udsugningskanaler og i det hele taget elektronisk udstyr, som vi er omgivet af til daglig, kan have en udløsende effekt. Det drejer sig især om apparaturer og lignende, som har en svingning på omkring 4-7 Hz.

Det er interessant at se, at der i dag er begyndt at dukke kundalini-forskningscentre op rundt omkring i verden, ligesom der nogle steder er oprettet kundalini-klinikker, hvor eksperter hjælper mennesker med problemer i forbindelse med kundalini. Her studeres de forskellige symptomer og fænomener, som kan opstå under kundalinis vækkelse, og som på flere punkter adskiller sig fra symptomerne ved en psykose eller skizofreni. Det, der sker, er i virkeligheden en bevidsthedsmæssig fødselsproces, som kan være dramatisk. Personens bevidsthed tager et hop op i en anden dimension og må langsomt tilpasse sig et andet bevidsthedsniveau, som sluttelig vil frembringe et nyt menneske, der er i besiddelse af en overlegen bevidsthed og intelligens og udstyret med paranormale evner. Biografier af velkendte mystikere, seere og profeter vidner herom.

### Fænomener i forbindelse med kundalinis vækkelse

I sin bog Kundalini - Psychosis or Transcendence? opsummerer Lee Sannella de fænomener og symptomer, der står i forbindelse med kundalinis vækkelse på grundlag af adskillige cases. Her skal kun kort nævnes nogle af disse symptomer:

#### *Kropsbevægelser og usædvanlige stillinger:*

Disse bevægelser er spontane, men kan hæmmes. De kan være bløde, stødvise,

krampagtige eller vibratoriske. Kroppen kan spontant indtage klassiske yoga-stillinger.

#### *Unormale åndedrætsmønstre:*

Her kan der være tale om hurtig ånding, overfladisk og dyb ånding eller tilbageholdelse af vejrtrækningen.

#### *Lammelse:*

Legemet kan under meditation blive fastlåst i en bestemt stilling, men sådanne „lammelser“ ophører sædvanligvis, når meditationen slutter.

#### *Legemlige fornemmelser:*

Huden eller det indre af kroppen kan prikke, vibrere, klø eller kildre. Følelsen starter ofte i fødderne og bevæger sig op gennem kroppen.

#### *Hede og kulde:*

Ekstreme fornemmelser af hede og kulde kan strømme gennem kroppen.

#### *Indre lys og visioner:*

Forskellige former for lys og farver kan fremstå inden i personen og ofte oplyse særlige dele af kroppen, især ryggraden og hovedet.

#### *Lyde:*

Indre lyde, ikke blot stemmer, men fløjtetoner, hvæsen, kvinden, brølen osv.

#### *Smerter:*

Der rapporteres ofte om smerter i hovedet, øjnene, ryggraden og andre dele af kroppen. Disse kan opstå brat og slutte brat, uden at der tilsyneladende kan findes en årsag.

#### *Usædvanlige og ekstreme følelser:*

Der kan opstå ekstase, fred, kærlighed, hengivelse, intens glæde og kosmisk harmoni, men også intens frygt, ængstelse, depression, had og forvirring. Det er især i begyndelsen af processen, at normale følelser intensiveres. Senere er følelser af fred, kærlighed og tilfredshed dominerende.

#### *Forvrængning af tankeprocesserne:*

Disse kan accelerere eller gå langsommere, endda stoppe helt. Personen kan få den idé, at han er ved at blive sindssyg, eller han kan gå i en trancelignende tilstand.

#### *Ubundethed:*

Personen kan få den følelse, at han iagttager alle hændelser, hans egne iberegnet, som fra en afstand. Yogierne kalder denne tilstand for „vidne bevidsthed“.

#### *Udvidet kropsfølelse:*

Kroppen synes større end normalt.

#### *Ud-af-krop-oplevelser:*

Mange beretter om oplevelser, hvor de befinder sig uden for kroppen.

#### *Psykisk sansning:*

Indhentning af information, som ikke står i forbindelse med de fem fysiske sanser.

### **Nervesystemet gennemgår en mikrobiologisk forandring**

Gennem kundalini-processen gennemgår hele nervesystemet en mikrobiologisk forandring, og især hjernen. Men hele processen kan aborteres ved brug af psykofarmaka eller standse spontant af sig selv. Men hvis kundalini-kredsløbet fuldføres, opnår menneskets nervesystem en tilstand, der svarer til kroppens pubertet, idet det begynder at fungere på et stadigt højere bevidsthedsniveau. Det siges også, at nervesystemet har nået myndighedsalderen.

„Kundalini's vækkelse“, siger Gopi Krishna, „tager to vidt forskellige former. Den ene er en opadgående strøm af skabende energi, der fremstår som en selvlysende glød i og omkring hovedet, og den anden er en strømning ind i hjernen og de vitale organers nervecentre af en fin biokemisk essens. Den sidste manifestation medfører fornemmelser i centralkanalene og de nerver, der påvirkes af bevægelsen.“ (Higher Consciousness, 1974, s. 138).

### **Betydningen af en renselsesproces**

Om denne bio-energi, som udløses af kundalini, siger Gopi Krishna videre, at når den er ren, udløser den ekstase og geniale tanker, men mareridt og sindssyge, hvis den er toksisk eller giftig. Det er derfor, at alle autoriteter inden for yoga understreger, at kun når tanke, følelse og legeme er blevet rensede gennem ret

tænkning, ret aspiration og rette handlinger over en tidsperiode, kan denne vækkelse ske sikkert.

Swami Sivananda taler i forbindelse med kundalinis vækkelse om den opvågnende ånd og siger:

"Vid, at kundalini er vækket, hvis du under meditation får inspiration og indsigt, når naturen udfolder sine hemmeligheder for dig, når du begynder at få en klar og dybere forståelse af de hellige skrifter."

„Når du under meditation får guddommelige visioner, oplever guddommelige dufte, smag, berøring, hører guddommelige lyde.“

„Når du føler strømme af prana strømme til kronechakraet, når du føler pranastrømme over hele kroppen, når du føler sæt som elektriske stød.“

„Når øjnene i meditation er fæstnet på det tredje øje, og der ingen tanke er på verden. „Når du under meditation mister følelsen af din krop og har svært ved at åbne øjnene.“ „Når du bliver let som luften.“

„Når du har et afbalanceret sind i en foruroligende situation.“

„Når du udvikler talens kraft.“