

## Kundalini under lup

Af Else Johansen i NYT ASPEKT, maj 1994

*Kundalinirejsning - hvad, hvordan, hvorfor og hvornår? Else Johansen har lavet en privat undersøgelse på basis af 76 personers beretninger om deres erfaringer.*

En 19-årig mand af udpræget materialistisk livsindstilling kom på en folkehøjskole, hvor man bl.a. bød på kundalini-yoga. hvad kundalini var for noget blev slet ikke omtalt, men yoga skulle jo være så godt, så han meldte sig. Øvelserne virkede desværre efter hensigten, han fik en smertende og udmattende kundalinirejsning og lå på Skt. Hans et helt år.

En del mennesker får denne proces sat i gang, før de er fysisk eller psykisk parate til den, og så er det, der kan opstå forskellige komplikationer.

Jeg har siden 1978 skrevet flere artikler om kundalini, og sammen med Lis Høyer, der har skrevet to bøger om emnet, har jeg produceret en udsendelse i DR. Derudover har der siden „Kundalini - netværk og information“s start været bragt flere udsendelser i både lokalradioer og DR. Disse aktiviteter har fået folk til at henvende sig om deres kundalinioplevelser. Samtalerne er optaget på bånd eller refereret skriftligt, og ud fra dette har jeg lavet en undersøgelse af kundaliniprocesen, sådan som 76 personer - 41 kvinder og 35 mænd fra alle samfundslag og aldersgrupper - har oplevet og beskrevet den.

*Normalt forøges kundalinikraften automatisk gennem menneskets egen udvikling. En fejlagtig igangsætning af en uhensigtsmæssig forøgelse af kundalini hører absolut til sjældenhederne.*

I denne undersøgelse var 2 børn, da de første gang mærkede kundalinikraften; 33 tilfælde blev udløst, da personen var i 20'erne, 16 i 30'erne, 10 i 40'erne og 3 i 50'erne. Den ældste fik udløst kundalini som 60-årig. En

angav altid at have følt en behagelig strøm i ryggraden.

### Diagnosen

42 personer var aldrig blevet informeret om kundalinikraftens eksistens af deres terapeuter eller yoga- og meditationslærere. Der blev givet udtryk for en del bitterhed over denne manglende information, især da det senere viste sig, at terapeuterne og lærerne i de fleste tilfælde ikke var i stand til at yde nogen hjælp overhovedet.

En kundalinirejsning udfolder sig aldrig på samme måde hos to forskellige individer, hvilket også afspejles i de forskellige diagnoser, personerne har fået. 8 angav, at de fik at vide, at de var psykotiske, 8 fik diagnosen skizofreni, 7 grænsepsykose, 7 angstneurose, 3 mani-depressivitet, 2 hypokondri og 2 hjernebetændelse.

32 af undersøgelsens personer har været indlagt på psykiatrisk hospital, 3 på neurologisk afdeling, 12 kunne klare sig med ambulante lægehjælp, hvoraf flere af dem modtog sygeløn i kortere eller længere perioder. 24 lever nu af invalidepension.

Det er svært at diskutere sine kundaliniproblemer med en læge, som ikke kender til kundalinikraften. Men for 35 personer var det nødvendigt i længere eller kortere perioder at indtage sovemedicin, nervemedicin, psykofarmaka eller smertestillende medicin, og da det kun er læger, der har ret til at udskrive recepter, måtte personerne opsøge dem.

*Kundalinirejsning er ikke en sygdom, men man kan blive syg af den, skal Grof engang have sagt.*

### Definitioner

I en normal åndelig udvikling, dvs. udviklingen af vore tanker, følelser og kærlighed, fornemmer mennesket slet ikke kundalinikraften. Den er et resultat af vor udvikling og kan kun ses med dagsbevidst udviklet intuition, der i sig selv er et resultat af en fremskreden åndelig udvikling. Den bevæger sig, i kraft af menneskets egen udvikling,

energimæssigt op langs vores fysiske ryggrad for til sidst at aktivere det æteriske kroncenter. Den vokser så langsomt, at man slet ikke kan måle bevægelsen - end ikke fra liv til liv.

Ingen mennesker kan naturligt fornemme, påvirke eller flytte kundalinskraften. Men nogle personer modtager skæbnemæssigt eller via psykiske påvirkninger impulser, der fejlagtigt igangsætter uhensigtsmæssige forøgelser i aktiviteten. En aktivitet, der med store problemer kan justeres igen. men disse kundalinirejsninger hører absolut til sjældenhederne.

Den kraft, vi normalt omtaler, kaldes den primære (følelsesmæssige) kundalinskraft. Den går fra rygradens nederste ende til hjernen. Derudover findes den sekundære (intellektuelle), som stammer fra hjernen og går til hjertet, hvor de to smelter sammen, når den feminine og maskuline udvikling har nået sin kulmination.

### Kundalini

- er sanskrit og betyder sammenrullet.
- symboliseres ved en slange, der ligger sammenrullet nederst i rygsøjlen. Vækkelsen og rejsningen af den, fx ved meditation og yoga, vil - efterhånden som kraften stiger op til hjernen - igangsætte en forvandringsproces, der kulminerer i den store oplysning.
- kaldes for urkraften i mennesket, den højeste ild.
- en sublimering af seksualkraften.
- et enormt energipotential, der ligger bag den energi, vi mærker i orgasmeøjeblikket.

I det hele taget viser undersøgelsen, at der eksisterer en forståelseskluft mellem patienter og læger. patienterne føler, at de sidder i venteværelset og stiller den rigtige diagnose, nemlig kundalinirejsning, men når de så kommer ind, må de udskifte deres verdensbillede og menneskesyn med lægens - og i hans/hendes eksisterer kundalinskraften ikke.

Psykiaterne har altid undret sig over den „sære blanding af sex og religiøsitet“ kombineret med „besynderlige organfølelser“. Ovenstående citater stammer fra „Lærebog i Psykiatri“ for sygeplejeelever af J. Welner, 1981-udgaven, hvori der er en beretning, der i høj grad viser nødvendigheden af information om og forskning i kundalini.

Welner skriver, at „sære organsensationer lejlighedsvis har givet anledning til, at en patient er blevet opereret“, og han fortsætter: „En ung mand klagede således over, at hans sæd ikke kom ud den naturlige vej, men steg til hans hoved og flød ud gennem næsen. Til sidst besluttede en kirurg at operere ham, dels som trøst, dels for at se, om der skulle være et eller andet i vejen med hans blærehalskirtel, sædblærer eller gud ved hvad.“

Sluttelig ironiserer forfatteren over de læger, der tog den unge mand alvorligt „trods klagens åbenlyst barokke karakter“. For der blev naturligvis ikke fundet noget abnormt ved operationen.

Hvis kendskabet til fænomenet kundalini var almindeligt udbredt, ville både den unge mand og lægerne have vidst, at han sandsynligvis havde en særdeles aktiv kundalini. Det kan næsten ikke have været andet, da det er ret almindeligt, at den opadgående strøm har sit udspring i chakraet tæt ved kønsorganerne, og at den følger nogle baner, nadier, der passerer eller ender i punktet ved næseroden.

## Videre - men hvordan?

17 af undersøgelsespersonerne indrømmer, at de har haft selvmordstanker, fordi det forekom dem uudholdeligt at leve med en aktiv kundalini. To har forsøgt selvmord, og én har fuldbyrdet det. Han fortalte i et interview optaget kort tid før, han døde: „De gange, jeg har været indlagt, har jeg haft en glødende jernstang i ryggen, og mit hoved var ved at brænde af.“ Han fik udløst kundalinirejsning pga. ulykkelig kærlighed.

29 personer angav alvorlige seksuelle problemer. Flere har løst dem ved i årevis at leve uden partner, enten fordi de indre oplevelser havde så stærke erotiske undertoner, at et almindeligt jordisk parforhold syntes uinteressant, eller pga., at den seksuelle højspænding, man normalt kun oplever umiddelbart før orgasme, steg til gigantiske højder, fordi kønsorganerne pirredes af et vibrerende, roterende rod- eller sakralchakra.

Denne uforløste højspænding kunne stige op i hele kroppen og være så uudholdelig pinefuld, at den føltes som en svidende brænden. Den indiske guru Swami Narayanananda skriver meget om seksuelle problemer, men hans ideer om, at absolut cølibat er den eneste redning, vil jeg sætte spørgsmålstegn ved. Hvis folk er for syge til parforhold, anbefaler jeg kærlig selvbetjening for at aflade energi, og på længere sigt vil et almindeligt sexliv være at foretrække.

Der er meditationslærere, som har rådet folk med kundaliniproblemer til at meditere noget mere. Det er som at ville slukke en ildebrand ved at overhælde den med benzin. Det er meget svært at standse en løbsk kundalini.

En kvinde havde gavn af ret voldsomme yogaøvelser, men generelt vil yoga kun forstærke processen. Nogle få har haft glæde af healing, mens flere fik det værre af healing.

## Symptomer

De mest almindelige symptomer på en kundalini-rejsning (de fleste her nævnte tilstande kan selvfølgelig også have andre årsager):

- Brændende varme eller iskolde strømme op gennem ryggraden eller kroppen, i de fleste tilfælde når de op til hovedet.
- Fornemmelsen af en slange, der bevæger sig opad gennem kroppen.
- Fornemmelsen af luftbobler, der stiger opad gennem kroppen til hovedet.
- Vandrende smerter overalt i kroppen. Spændinger eller stivhed i nakken, hovedsmerter og overtryk i hovedet.
- Vibrationer, uro eller kramper i dele af eller i hele kroppen.
- Hurtig puls og øget stofskifte. Dårlig almentilstand. Svimmelhed.
- Overfølsomhed over for lyde, lys, lugte og andre menneskers nærvær.
- Purring i underliv, ryggrad og/eller hoved.
- Orgasmeoplevelser her og der eller totale kosmiske orgasmer.
- Mystisk-religiøse oplevelser, åbenbaringer og/eller kosmiske glimt.
- Parapsykiske evner. Lysfænomener i eller uden for kroppen.
- Perioder med søvnløshed, angstanfald, manisk opstemthed eller dyb depression.
- Besvær med at koncentrere sig om selv helt almindelige gøremål.
- Problemer med at finde en balance mellem dels stærke seksuelle impulser, dels ønsket om at leve i ophøjet renhed.
- Total isolation, fordi de indre oplevelser ikke kan kommunikeres ud.

## Årsager

Faktorer, som 76 personer mener udløste kundalinirejsning. Når summen af udløsningsfaktorer overstiger de 76, skyldes det, at mange angiver flere årsager.

- 34 fik udløst kundalinirejsning af diverse meditationsformer
- 16 ved at praktisere yoga
- 14 af stress og personlige kriser
- 13 ved krops- og psykoterapi
- 8 pga. cølibat eller fortrængt seksualitet.
- 7 angav yoga og meditation som udløsningsfaktor.
- 7 angav terapi alene.
- 5 pga. indre søgen.
- 4 pga. ulykkelig kærlighed.
- 4 ved bøn.
- 4 pga. åndedrætsøvelser.
- 3 pga. healing.
- 3 pga. hash eller LSD. \*
- 3 under fødsler.
- 3 under febersygdom.
- 1 ved øjenkontakt.
- 1 ved spirituel lektüre.
- 1 ved at faste.
- 1 ved trance hos shaman.
- 6 af ukendt årsag.

\* Når man ser på tidligere forbrug af stoffer, viser det sig, at 17 personer har indtaget stoffer - og mange af dem adskillige år, før de fik udløst kundalinirejsning af andre årsager. Det ser altså ud til, at stofmisbrug medfører disposition for kundalinirejsning.

Ud fra mine erfaringer vil jeg råde til den største forsigtighed, for en terapiform, som gavner den ene, kan gøre det ret meget værre for en anden.

I det akutte stadium er det godt at beskæftige sig med jordnære ting, madlavning er en fin terapi, da det er godt med tung, nærende kost. Hårde fysiske anstrengelser kan forværre smerterne. Lange spadsereture og havearbejde med forsigtighed er godt, da det giver jordforbindelse. Og så er det klogt at undgå at beskæftige sig med spirituelle ting.

## Litteratur:

*I begyndelsen var Logos* af Lis Høyer (tidl. Mortensen), Borgen 1981.

*Når jeg ser din himmel* af Lis Mortensen, Borgen 1979.

*Urkraften i Mennesket, eller Kundalinikraften* af Narayanananda, Borgen 1970.

*The Kundalini Experience. Psychosis or Transcendence?* af L. Sanella, Integral publishing 1987.

*Kundalini, Evolution and Enlightenment* af J. White, Paragon house 1990.

*Kundalinioffer - hvad er nu det ...* af L. Eskesen og S. Fauser, Danske fysioterapeuter, nr. 9 1991.

Diverse Martinus-litteratur om den seksuelle polforvandling.