

## ZWIĄZKI JOGI I RELIGII – KUNDALINI I ŁASKA

**Joga jest nauką, sztuką i filozofią od niepamiętnych tysiącleci. Swoimi udokumentowanymi początkami sięga cywilizacji Doliny Indusu, jest opisywana w Wedach jako gałąź najwyższej wiedzy, otrzymanej przez Rishich w głębokiej medytacji i podobnie jak np. Ajurweda, badającej związek mikrokosmosu człowieka z Makrokosmosem. Przede wszystkim jednak jest praktycznym zestawem samodoskonalących dyscyplin, mających doprowadzić do rozpoznania natury rzeczywistości.**

Kodyfikowana przez stulecia, pojawia się w zbiorach o charakterze historycznym, filozoficznym i religijnym, lecz bezpośredniej zależności od żadnego systemu religijnego nie wykazuje.

Choć jej kolebką są Indie, nie możemy powiedzieć, że joga jest osadzona w Hinduizmie. Raczej odwrotnie – różne religie tego obszaru opierają swój mit stworzenia na jej kosmogonii, będącej niepodzielnym dziedzictwem całej ludzkości, a wzajemne przenikanie motywów pojawia się tam gdzie rozpatrywana jest świadomość i etos człowieczeństwa.

### ETYMOLOGIA I KOSMOGONIA

Rozpatrzmy zatem co jest wspólne i podobne. Słowo JOGA oznacza związek, łączenie, ale i zakładanie jarzma (sanskryt: *yuj* (judź)). Słowo RELIGIA oznacza ponowne połączenie (w domyśle: czegoś co było jednym ale się rozłączyło. Łac: re-ligae).

Co to jest co ma zostać złączone i jakimi sposobami chce tego dokonać joga a jakimi religia? Wg kosmogonii Wed, jedna uniwersalna świadomość pod wpływem poruszenia rozdzieliła się na, tzw. Puruszę i Prakriti. Energia Ducha przejawiała się z pomocą 31 elementów, w tym 5: eter, powietrze, ogień, wodę i ziemię, zagęszczając aż do Materii. Energia Natury przenikła Materię nierozzerwalnym tańcem trzech głównych zasad (gun): Sattwy, Radżasu i Tamasu, rodząc życie zgodnie z nieustannym procesem falowania: początek, przebieg i zanik fali. Tą potrójną cykliczność obserwujemy w życiu człowieka i całej przyrody: narodziny, kiełkowanie, rozwój, budowanie, tworzenie, anabolizm / życie, owocowanie, trwanie, działanie, organizowanie, metabolizm / śmierć, gnicie, zwijanie, rozpad, niszczenie, katabolizm; itd...

W religijnych systemach całego świata, bez względu na różnorodność panteonu bóstw, czy ich imion, mamy bardzo podobną podstawę wiary: Jeden Bóg (On/Ona) Stwórca, Nieogarnialny/a, Nieopisywalny/a, Niezniszczalny/a, Bez postaci, Bez Przyczyny i Skutku – tworzy światy. Tu zaczynają się pierwsze rozbieżności, ale nie tak wielkie jak mogłoby się wydawać. Wszędzie spotykamy mity o podziale energii na męską i żeńską: Adam i Ewa, Uranos i Gaja, Shiva i Shakti... W ogromnej większości systemów wierzeń mamy też ideę Trójcy (chrześcijaństwo, buddyzm, hinduizm, a u Indian 3 święte ognie...) Rosnące zróżnicowanie pojawia się tam, gdzie nieskończenie wiele przejawień i połączeń energii meskiej i żeńskiej przybiera formy bóstw, a idea 3 zasad zostaje zamknięta w kanon.

Niemniej wracając do pytania – co ma zostać złączone i w jaki sposób – widzimy dość wyraźnie, że joga i religia chcą ponownego powrotu ograniczonych formą istot duchowych do swojego Stwórcy.

### PODOBIENSTWA I RÓŻNICE

Oba podejścia uznają oddzielenie i separację aspektu boskiego od przejawionej przyrody, bez względu na to czy mówimy o człowieku, czy o zwierzętach, roślinach, minerałach, czy nawet gazach i

innych formach istnienia takich jak gwiazdy i planety, które np. wg Indian są tylko życiem w „innym ciele”.

Tu jednak ukazuje się znaczna różnica pomiędzy chrześcijaństwem a wieloma innymi religiami, gdzie przyjmuje się, że wszystkie byty przechodzą wspólnie po kole narodzin i śmierci, odradzając się w coraz to doskonalszej postaci, aż osiągną na powrót swoją duchową esencję. Możemy tą ideę wyobrazić sobie tak, że nie jesteśmy tylko ludźmi mającymi jakieś duchowe doświadczenia, lecz istotami duchowymi doświadczającymi bycia człowiekiem (zwierzęciem, planetą!) – co daje nową perspektywę i skłania do otwarcia się na możliwość przebudzenia boskiej natury.

Niemniej i joga i religie są zgodne, że nie dzieje się to tylko za sprawą pobożnych życzeń, lecz wymaga zaangażowania i uczenia się na szlaku życia, poprzez właśnie przyjmowanie i doświadczanie ograniczeń (karma, dyscyplina), jak i rozwijanie świadomości na drodze właściwych działań (dharma, rozwój cnót). Stąd podobieństwa wszelakich katechizmów do jam i nijam skodyfikowanych w jodze przez Patandżalego. Ale nie tylko. W jodze kundalini mamy opis sposobu rozwijania twórczego potencjału przez wznoszenie energii poprzez system czakr skupionych wzdłuż kanału kręgosłupa, aż po szczyt głowy. Ewidentne podobieństwo przekazu można zaobserwować w takich symbolach europejskiej kultury jak Kaduceusz, Wąż Eskulap, Drabina Jakubowa, lub Drzewo Życia w Kabale. Dzięki nim rozumiemy, że droga rozwoju wymaga od nas energii, dyscypliny i determinacji w dążeniu do połączenia z Nieskończonym, ale też na pewnym etapie tej drogi, to Boskie i Nieskonczone może wyjść nam naprzeciw, zasilając swoją Mocą, co pomaga nam widzieć „światło w tunelu” i nie rezygnować z podjętego wysiłku, pomimo wyzwiań. We wszystkich kulturach ten moment zasilenia jest zwany łaską, przynależy tylko (!) istotom ludzkim i jest powiązany z otwartym sercem. Pojawiają się więc kolejne symbole: Kielich w ośrodku serca (św.Graal), 2 promienie otwartego serca, 2 trójkąty przenikające się nawzajem i tworzące 6cio-ramienną gwiazdę, itp...

Wyjątkowość bycia w ludzkim ciele polega na tym, że wtedy i tylko wtedy, będąc wyposażonymi w wolną wolę podejmujemy samodzielną decyzję o powrocie do Źródła Wszechrzeczy.

Jaka więc jest różnica między jogą a religią?

Nie jest to różnica w założeniach, lecz w sposobie łączenia skończonego z Nieskończonym. W znaczeniu słowa joga znajdujemy jeszcze to określenie; zakładać jarzmo. Wydaje się najpierw, że chodzi tu o wspomnianą wcześniej dyscyplinę i wspinanie się po szczeblach drabiny. Ale zapytajmy co zostaje ujarzmione i przez kogo.

Człowiek dzięki Jodze ujarzmia umysł poprzez ujarzmienie energii oddechu. A przez odpowiednie ujarzmienie energii witalnej (prakriti) i stworzenie Próżni zgodnie z podstawowym prawem wszechświata, „zasysa” energię ducha (purusza) w swój kanał centralny i napętnia go światłem! Jest to najwyższy stan jogi, oświecenie, a poprzez łaskę także wyzwolenie do bycia świętą/ym, guru, mistrzem, mistrzynią, dakinią, Ma. Jest osiągnięty pracą i współpracą z uniwersalnymi prawami, ze stwórczą siłą Kundalini (Shakti).

Religia prowadzi do tego miejsca przez Oddanie (Bhakti). Na oddanie kładzie największy nacisk, mówiąc że tylko do pokornego serca napływa łaska i przemawia Słowo Boże. Mniej uwagi poświęca się doskonaleniu i technikom stawania się oczyszczonym „Naczyniem na Nektar Łaski”. Większość wiernych zawiera uproszczonej i spłyconej wersji katechizmów, oczekując nadejścia łaski bez trudu

ze swojej strony, większego niż uczestnictwo w rytuałach. Nieliczne osoby wierzące rozumieją potrzebę głębokiej inspiracji i przygotowania poprzez aktywną modlitwę, czytanie świętych pism, żywotów świętych; przestrzegania postu i przykazań, uczestniczenia w roratach czy nocnych czuwaniach, itp... tego minimum elementu Shakti, który decyduje o naszym osobistym udziale i zaangażowaniu w spotkanie z Bogiem.

Joga z kolei, odarta z elementu Bhakti byłaby czystym fakirstwem – i wielu praktykujących zatrzymało się na tym etapie: wszelacy „oświeceni” bez pokory, pokazujący moce magicy, wskazują na pułapki umysłu i ego, zachwyconych własną sprawczością. Nieomal mają siebie za Boga. To przed takim obrazem jogina może przestrzegać religia. Bo widzieć Boga we wszystkim, także w sobie, ale jako Jednię wspólną nam razem – wymaga pokory i współodczuwania. Wymaga energii ujarzmionej i czystego serca, wyrazistego kierunku i nie zbaczania z drogi.

To co dla początkujących bywa wyzwaniem w Kundalini Jodze, to skojarzenie z religijnością biorące się może z przekonania, że sfery sacrum i profanum powinny być rozłączne. Jeśli nawet tak było przez wieki, to wcale nie znaczy że tak było zawsze i że tak ma być w przyszłości! Świeckość i świętość chcą przenikać się nawzajem i tworzyć 3-cią jakość: Mądrość. Nie wiedzę czy informację, lecz pozawerbalną zgodność z Prawdą. Świeckość w nas potrzebuje zaspokojenia podstawowych instynktów, zapewnienia praw i zasad; spodziewamy się tego np. od Państwa jako tworu świeckiego; a świętość w nas potrzebuje rozwoju aspektów subtelnych, duchowych, i tego oczekujemy od religii. Jednak na ich styku od dawna istnieją sztuka i nauka, a wygląda na to, że czas ewolucji planety zmusza ludzi do dalszego wyjścia poza ten prosty podział, do wzięcia swojego człowieczeństwa w pełni. Czy rozumiemy i wyrażamy konieczność służby, współpracy i kolektywnego wzrostu? Przecież nie ma czegoś takiego jak oświecenie dla siebie samego!

W historii Radź Jogi nastąpił taki kluczowy moment połączenia, kiedy wiele szkół, za przyczyną Baal jogina Baba Siri Chand, oddało hołd IV guru Sikhów: Guru Ramdasowi. Bhakti (bierne), łącząc się Shakti (aktywne), daje Wyzwolenie, Wiedzę przez duże W. Dlatego Kundalini Joga wg Y.Bhajana oprócz asan, pranajamy i medytacji włącza mantry, hymny i zaśpiewy, pisane przez rishich, świętych i guru w najwyższym stanie świadomości. Po to by również nasz umysł znał to Jedyne Źródło i nie popadał w samouwielbienie.

Człowiek tworzy i wydaje dźwięki nie tylko w celu komunikacji potrzeb. Tworzy dźwięki tęsknoty, radości, smutku i chwały. Wytwarzanie i słuchanie pięknych dźwięków karmi egzystencjalną pustkę. Przyzywa Boskość by nastroiła szlachetny Instrument jakim jesteśmy i wypełniła otwarte Naczynie.

Poniżej zdjęcie Guru Ram Dasa – bezpośrednie objawienie Yogi Bhajana