



PKYC

PATANJALI
KUNDALINI YOGA CARE



Joan Shivarpita Harrigan

ॐ गुरुभ्यो नमः

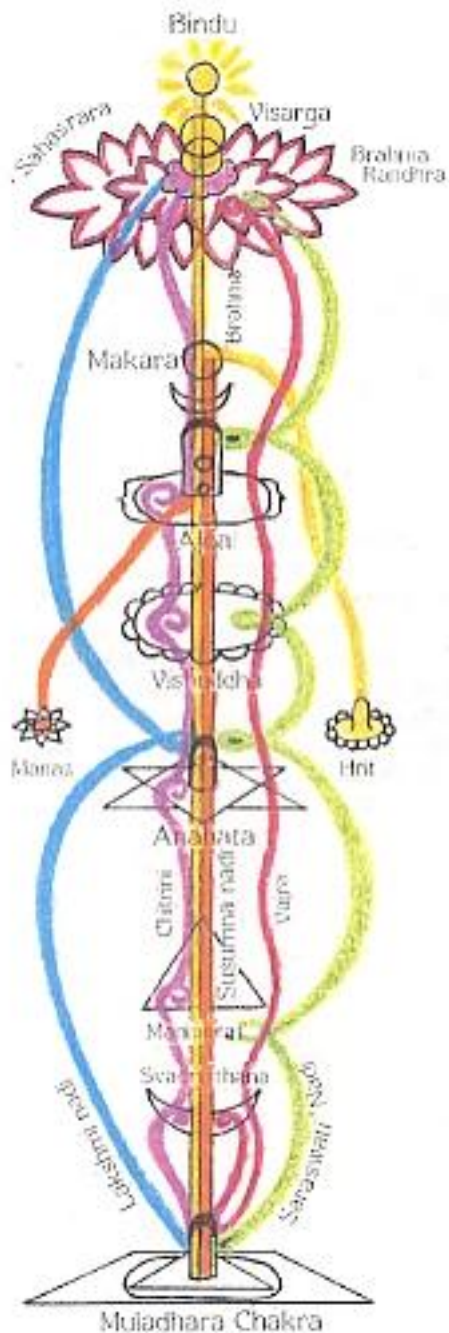


Swami Chandrasekharanand

PKYC, Patanjali Kundalini Yoga Care, unter der Leitung von Swami Chandrasekharanand in Indien (für EuropäerInnen, AustralierInnen und SüdamerikanerInnen) und seiner Schülerin Joan Harrigan in den U.S.A (für NordamerikanerInnen und KanadierInnen), ist ein Service für Menschen in Kundaliniprozessen und Menschen, die ihre spirituelle Erfahrung vertiefen möchten.

Swami Chandrasekharanand Saraswati, ein Mönch des Shankaracharya Ordens in Indien und Verkörperung einer 500 Jahre alten Linie von Kundalini-Gelehrten, beschäftigt sich seit 50 Jahren mit dem Verlauf von Kundalini-Prozessen und wie diese geleitet und unterstützt werden können. Er ergänzte das mündlich überlieferte Wissen seiner Linie durch intensives Studium von Texten vieler spiritueller Traditionen und durch geeignete spirituelle Praktiken, die ihm während seinen Wanderschaften durch ganz Indien von verschiedenen Meistern gelehrt wurden. Er unterstützt seit vielem Jahren Menschen aus der ganzen Welt auf ihrem spirituellen Weg.

Was ist Kundalini?



Kundalini Shakti
Ein Licht - viele Wege
by Joan Shivarpita Harrigan

Kundalini Shakti ist den Vedischen Schriften gemäss die weibliche kreative Kraft Gottes. Sie ist der aktive Aspekt des Einen Bewusstseins, der sich in der Schöpfung manifestiert. Sie ist es auch, die den feinstofflichen Körper des Menschen erschafft, der als Vorlage dient für den grobstofflichen Körper. Nach der Erschaffung des grobstofflichen Körpers setzt Sie sich im Wurzelchakra zur Ruhe und erhält ihn von da aus am Leben. Ihr Zustand im Wurzelchakra ist statisch. In diesem Zustand wird Sie oft als ‚schlafende Schlange‘ dargestellt/beschrieben.

Kundalini Shakti ist somit die lebendige spirituelle Kraft in jedem menschlichen Wesen. Irgendwann dann im Laufe unserer Reise durch diese Schöpfung, wird Sie aktiv und macht sich auf den Weg, sich wieder mit dem ‚Einen Bewusstsein‘ zu vereinen, von dem Sie nie wirklich getrennt war. Sie beginnt durch eine von mehreren möglichen Bahnen im feinstofflichen Körper aufzusteigen. Dabei bringt Sie alle Eindrücke aus diesem und aus früheren Leben, die im feinstofflichen Körper eingelagert sind, ins Bewusstsein und löst sie auf. Damit Sie dies tun kann, muss der feinstoffliche Körper vital genug sein. Seine Vitalität wiederum hängt wesentlich von unserem Lebensstil ab (Ernährung, Emotionalität, Ausmass an Stress). Ist der feinstoffliche Körper nicht vital genug, kann es geschehen, dass Kundalini Shakti einen ungünstigen Aufstiegsweg wählt oder dass Sie durch Blockaden im feinstofflichen Körper am Aufsteigen gehindert wird.

Die aktive Kundalini Shakti versucht mit allen Mitteln, ihr Ziel, die spirituelle Verwirklichung des Menschen, zu erreichen. Wird Sie an

Ihrem Aufstieg gehindert, arbeitet Sie an der Verbesserung der Situation, bis Sie Ihren Aufstieg fortsetzen kann. Dies kann zu unangenehmen/schwierigen Erfahrungen führen (siehe unten). Einigen dieser Schwierigkeiten kann mit einer Verbesserung des Lebensstils begegnet werden, andere benötigen die Unterstützung eines spirituellen Meisters, der durch die Vergabe geeigneter spiritueller Übungen den Aufstieg erleichtern hilft.

Wie merke ich, dass ich in einem Kundalini-Prozess bin?

Die individuellen Erfahrungen während eines Kundalini-Prozesses sind sehr unterschiedlich.

Hauptanzeichen sind:

- Ein tiefes Verlangen nach innerer Entwicklung, spirituelle Sehnsucht, Interesse an spirituellen Texten, starkes Mitgefühl und der Wunsch, andern zu helfen.
- Innere Erfahrungen von Licht, Tönen oder Hitze, Empfindungen von fließender Energie oder innerem Vibrieren, spontane Körperbewegungen, ungewöhnliche Körpersymptome.
- Erhöhtes Bewusstsein für innere Erfahrungen, ausgeprägte Sensibilität, das Gefühl ‚anders‘ oder ‚unvollständig‘ zu sein.
- Veränderte Bewusstseinszustände, intensive Glücksgefühle, mystische Erfahrungen, spezielle Talente und Wahrnehmungsvermögen, mediale Fähigkeiten, Heilkräfte.
- Das Gefühl, dass etwas Aussergewöhnliches, Transformatives oder Heiliges geschieht.

Obwohl es unterscheidbare Arten von Kundalini-Prozessen gibt, sind die möglichen Phänomene unendlich und jeder Prozess hat seine ganz individuelle Ausprägung. In manchen Menschen macht sich die Aktivierung von Kundalini Skakti lediglich durch eine leise Unzufriedenheit bemerkbar, bei andern durch ein besonderes Talent oder eine hervorragende Qualität. Es kann auch sein, dass die Person einfach besonders empfänglich ist für die subtilen Aspekte des Lebens und die Sehnsucht spürt, diese Erfahrung auszuweiten.

Wenn die Kundalini-Kraft durch ein Schockerlebnis geweckt wird oder wenn der feinstoffliche Körper der Person geschwächt oder mit Giftstoffen verunreinigt ist, kann der Prozess mit unangenehmen Erfahrungen einhergehen, die leicht zu falschen Diagnosen führen, wenn das Verständnis für das Wesen dieses Prozesses fehlt.

Wer kann von PKYC profitieren?

PKYC unterstützt aufrichtige spirituelle SucherInnen,

- die ihr spirituelles Leben verbessern möchten und bereit sind, dafür nötige Veränderungen in Richtung eines gesunden, disziplinierten, geregelten spirituellen Lebensstils vorzunehmen.
- die sich in ihrem spirituellen Prozess blockiert fühlen und ein ihnen Bedürfnissen entsprechendes spirituelles Übungsprogramm möchten, um ihre spirituelle Erfahrung zu verbessern.
- die ihren spirituellen Prozess in einem zweimonatigen Retreat mit höchstens drei andern TeilnehmerInnen verstehen und verbessern lernen möchten.
- die ungewöhnliche Erfahrungen verstehen lernen und ein diesen angepasstes Set von spirituellen Übungen erhalten möchten.

Die Grundlagen der Arbeit von PKYC

Die Arbeit von PKYC basiert auf den traditionellen Lehren einer 500 Jahre alten indischen Linie von Kundalini-Meistern. Da Kundalini Shakti, das Göttliche in uns, die allen spirituellen Erfahrungen zugrunde liegende Kraft ist, ist das Studium der Kundalini-Kraft zugleich das Studium der Spiritualität. Die von PKYC vertretenen Lehren sind ein universeller Ansatz, um spirituelle Erfahrungen zu verstehen und zu verbessern. Basierend auf Texten, mündlichen Ueberlieferungen, ausgedehnten Fallstudien und direkter spiritueller Erfahrung, erklären sie die spirituelle Entwicklung und zeigen auf, wie sie begleitende Phänomene und Hindernisse mit effektiven Methoden überwunden werden können, um das spirituelle Ziel zu erreichen. Das Wissen beruht auf dem Studium vieler religiöser und spiritueller Traditionen und ihrer zahlreichen Methoden. Deshalb können Menschen mit verschiedensten religiösen Hintergründen von den Hilfestellungen von PKYC profitieren, ohne ihre religiöse und spirituelle Ausrichtung zu verändern. PKYC unterstützt Menschen in ihrer spirituellen Entwicklung innerhalb ihrer eigenen Glaubenssysteme.

Wie unterstützt PKYC Menschen in Kundalini-Prozessen?

Abklärung

Menschen, die die Unterstützung von PKYC in Anspruch nehmen möchten, werden gebeten, anhand einer Liste von Fragen drei Geschichten (biografisch, körperlich, spirituell) zu schreiben. Aufgrund dieser Angaben stellt Swami Chandrasekharanand fest, ob die Person in einem Kundalini-Prozess ist. Falls ja, bestimmt er die Art des Kundalini-Prozesses, allfällige Blockierungen und/oder andere Komplikationen in dessen Verlauf.

Retreat

Falls Swamiji einen Kundalini-Prozess feststellt, besteht die Möglichkeit, an einem zweimonatigen Retreat in Rishikesh (Indien) teilzunehmen. Im Retreat lernen die TeilnehmerInnen, ihren Prozess zu verstehen und effektiv zu unterstützen.

Ist ein Kundaliniprozess schwierig, weil er in einer ungünstigen feinstofflichen Bahn stattfindet oder weil Blockaden Kundalini Shakti am Aufsteigen hindern, so ist das Ziel des Retreats, den Prozess zu korrigieren und/oder Blockaden zu lösen, sodass Kundalini Shakti durch den Zentralkanal zum Makara Point im Ajna Chakra, den Stirnzentrum, aufsteigen kann.

Nebst spirituellen Belehrungen erhält jede RetreatteilnehmerIn ein individuelles Yoga-Programm (das Übungen aus verschiedensten spirituellen Traditionen enthalten kann), das während des Retreats viermal täglich unter der Supervision von Swamiji ausgeführt wird. Durch die Yoga-Übungen (Asanas, Atemübungen und Meditationen) wird der feinstoffliche Körper gezielt behandelt. Unterstützt wird die Yoga-Praxis durch ausgewählte ayurvedische Kost, die Swamiji persönlich zubereitet und auf die individuellen Bedürfnisse abstimmt. Ergänzend empfiehlt er nach Bedarf ayurvedische Kräuter und Öle. Ausflüge zu ausgewählten spirituellen Orten verstärken die spirituelle Atmosphäre des Retreats.

Der Retreat wird in Englisch gehalten.

Fortlaufende Begleitung

Nach dem Retreat besteht die Möglichkeit regelmässiger Konsultationen zum weiteren Verlauf des Prozesses.

Kosten

Das Retreat kostet CHF 300.- pro Woche inkl. Unterkunft und Verpflegung, exkl. Kräuter und Öle.

Die fortlaufenden Konsultationen kosten CHF 75.- pro Monat.

Weitere Informationen

sowie

- **Unterlagen zum Erstellen der drei Geschichten**
- **Erfahrungsbericht ‚Segen der Schlange‘ von Maya Preisig**

erhalten Sie bei:

Maya Preisig
Psychotherapeutin FSP

+41 +31 302 70 19

maya.preisig@gmx.ch

- **Das Buch ‚Kundalini Vidya, the science of spiritual transformation‘,**
by Joan Shivarpita Harrigan

kann direkt bestellt werden bei:

PKYC U.S.A., guided by Joan Shivarpita Harrigan

www.kundalinicare.com