



De helende handen van God

Yoga mag zich momenteel verheugen in een ongekennde populariteit. Als een veenbrand verspreidde het yogavuur zich na de millenniumwissel onder alle lagen van de westerse bevolking en in een mum van tijd had elke woonwijk een eigen yogaschool. Met deze hype is ook een nieuw woord doorgedrongen in ons spirituele jargon: kundalini. Een mysterieuze bron van energie in ons bekken, die in het Bijbelboek Job (5:18) poëtisch de helende handen van God wordt genoemd. Anne-Marie Wegh onderzoekt op welke wijze wereldwijd in verschillende spirituele tradities naar deze kundalini en het daarmee verbonden ontwakingsproces, verwezen wordt.

Tekst: Anne-Marie Wegh

De yogi's verbinden kundalini met de hindoeïgodin Shakti en noemen haar voluit: *kundalini-shakti*. Zij wordt gezien als de sleutel tot de felbegeerde staat van verlichting en alle inspanningen van de serieuze yogi zijn er dan ook op gericht om haar te laten ontwaken uit haar 'slapende' (inactieve) toestand in het bekken. Eenmaal actief, zet de kundalini een proces van heling en zuivering in werking in de spirituele aspirant. Het onbewuste wordt opgeschoond: vastzittende emoties worden alsnog verwerkt, overbodige psychische ballast wordt afgevoerd, geestelijke verwondingen geheeld. De energie gaat weer blokkadevrij stromen, als in een ongeschonden kind. Deze staat van heilheid is nodig voor het einddoel van het spirituele proces: de vereniging met God.

Hoewel de kennis van het kundalini-proces is terug te vinden in vrijwel alle religies en spirituele tradities wereldwijd, biedt de yogatraditie ons de meeste inzicht in wat er energetisch nu precies plaatsvindt tijdens een ontwaken. De schematische voorstelling van zaken in de yogaliteratuur over dit onderwerp doet bijna wetenschappelijk aan. Een verademing voor de spirituele zoeker die is vastgelopen in mystieke geschriften uit bijvoorbeeld de gnostiek of alchemie.

Het energetische proces

Links en rechts langs onze wervelkolom lopen twee belangrijke energiebanen (nadi's): *ida-nadi* en *pingala-nadi*. Deze energiebanen verbinden ons met de tegenstellingen (dualiteit) van de schepping. Waar *ida-nadi* staat voor bijvoorbeeld het vrouwelijke, donker, koude, passiviteit en het gevoel, staat *pingala-nadi* voor het mannelijke, licht, warmte, activiteit en de ratio. Als beide energiebanen in evenwicht zijn gebracht - en als God het wil - zal de kundalini ontwaken bij het heiligbeen en opstijgen door de *sushumna-nadi*, de centrale energiebaan die door de wervelkolom loopt.

*'Alle avonturen van goden,
godinnen en mythische dieren
verwijzen naar onze mogelijkheid
tot innerlijke transformatie'*



Een schematische voorstelling van het kundalini-proces

Op weg naar het bovenste chakra, het kruinchakra, worden alle andere chakra's langs de wervelkolom gezuiverd en geactiveerd door het transcendente vuur van de kundalini. Bij het zesde chakra aangekomen, versmelten *ida-* en *pingala-nadi*, waardoor op het voorhoofd van de spirituele aspirant het zogenaamde 'derde oog' wordt geopend. Het ego 'sterft' en goddelijk licht stroomt binnen door het open kruinchakra. De yogi noemt de staat van verruimd bewustzijn die de mens nu ervaart *samadhi*.

De wereld van de goden

Ons potentieel tot Godsrealisatie vormt de kern van alle godenmythes wereldwijd. Al die onverkwikkelijke avonturen van goden, godinnen en mythische dieren willen ons iets vertellen over onze mogelijkheid tot een innerlijke transformatie. Als je de symboliek weet te ontrafelen, blijken verhalen die in eerste instantie bizar en nogal primitief aandoen, een grote wijsheid en schoonheid te bevatten.

De kundalini wordt in de meeste tradities gepersonifieerd door de moedergodin. Naast haar kosmische taken, woont de gemalin van de oppergod ook in ieder mens. Andere goden en godinnen van het pantheon verbeelden meestal specifieke aspecten van het transformatieproces. Ik neem de lezer graag mee voor een korte rondreis langs de mythes van het hindoeïsme, het boeddhisme, het Oude Egypte, de Oude Grieken, en de Noorse traditie.

Het hindoeïsme

De basisgedachte achter het kundalini-proces is dat bij onze incarnatie op aarde het goddelijke in de mens wordt opgesplitst in twee polen, die ernaar verlangen zich weer met elkaar te verenigen. In het hindoeïsme zijn dit de godin Shakti, slapend in het bekken, en de god Shiva, wonend in het kruinchakra. Als Shakti ontwaakt, stijgt zij op naar de kruin waar het heilige huwelijk met haar geliefde plaatsvindt.

Eén van de verschijningsvormen van Shakti is Kali. Deze godin met haar afschrikwekkende uiterlijk verbeeldt de zuiverende



De godin Kali

kracht van de kundalini. Kali vernietigt alles wat tussen de mens en God in staat. Zij wordt traditioneel afgebeeld met een ketting om haar hals van bloederige, afgehakte hoofden. Trofeeën van alle ego's die zij al heeft vernietigd met de uitbundige en nietsontziende bewegingen van haar armen en benen. Zij is populair bij de hindoes, ondanks haar beangstigende uitstraling en bloedige attributen, omdat haar intenties voortkomen uit moederliefde. Zij verlost haar kinderen van hun gehechtheid aan het ego en het lichaam en vernietigt Maya (de sluier van illusies).

In haar mildere vorm is Kali Durga de krijgsgodin met het serene uiterlijk. Ook Durga hanteert strijdlustig het zwaard voor ons bestwil. Haar rijdier is een leeuw. Dit symboliseert haar

macht over de dierlijke, instinctieve driften; één van de uitdagingen waar de spirituele aspirant voor wordt geplaatst in het proces van kundalini-ontwaken. Een centraal thema dat steeds weer terugkomt in alle geschriften over het kundalini-mysterie, is de noodzaak tot het overwinnen van onze dierlijke natuur. Een aspect dat verbonden is met het lichaam dat wij krijgen bij onze incarnatie op aarde. Overwinnen is hier een belangrijk en zorgvuldig gekozen woord. Niet onderdrukken of ontkennen - een grote valkuil op deze weg - maar meesterschap verwerven. Deze dierlijke oerkrachten kunnen ons namelijk, gezuiverd en gesublimeerd, juist helpen om het hogere te verwezenlijken.

De godin Parvati verbeeldt Shakti in haar rol als echtgenote van Shiva. Parvati is zachtmoedig, liefdevol, beeldschoon en

toegewijd aan haar man. Prachtig is de mythe hoe haar kind, de god Ganesha, aan zijn olifantenhoofd is gekomen. Er zijn verschillende versies van dit verhaal, maar het komt meestal hierop neer: Parvati maakt tijdens het baden haar zoon Ganesha uit klei en zet hem op wacht terwijl zij haar bad neemt. Als haar man Shiva thuiskomt en bij de deur wordt tegengehouden door Ganesha wordt hij woedend en onthoofd de jongen met zijn drietand. Als hij daarna ontdekt dat hij zijn eigen zoon heeft gedood, plaatst hij het hoofd van een olifant op zijn schouders en wekt hem weer tot leven.

Het bad van Parvati symboliseert de zuiverende werking van de kundalini-energie. Parvati maakt tijdens het baden Ganesha uit klei: hij personifieert de nieuwe mens die ontstaat door het zuiveringsproces. Shiva wordt bij thuiskomst niet toegelaten tot zijn vrouw - kan zich met haar niet 'verenigen'- en doodt daarom Ganesha. Dit symboliseert het ego dat moet sterven om het heilige huwelijk te kunnen laten plaatsvinden.

De spirituele aspirant die bevrijd is van het ego, ervaart een geestelijke wedergeboorte. Het olifantenhoofd, met zijn grote oren, slurf en hersenen, staat voor de verscherpte zintuigen en het verruimde bewustzijn van deze verlichte mens.

Het boeddhisme

In bepaalde stromingen van het boeddhisme worden ook goden en godinnen vereerd. Onbetwist de belangrijkste godin van het tantrisch boeddhisme is de Vajrayogini; de vrouwelijke tegenhanger van de Boeddha. Zij belichaamt de staat van verlichting en wedergeboorte.

In de iconografie is de Vajrayogini meestal naakt en rood van kleur, omkranst door vlammen, het kundalini-vuur (*tummo*) symboliserend. Haar attributen zijn onder andere een mes, waarmee zij alle gehechtheid doorsnijdt, en een schedelkop waaruit ze de drank der gelukzaligheid (*maha-sukha*) drinkt. Het Hindoeïsme noemt deze drank *amrita*: als de ontwaakte

kundalini is aangekomen bij de hersenen, worden de pijnappelklier, de hypothalamus en de hypofyse gestimuleerd tot het afgeven van hormonen en opiaatachtige stoffen aan het hersenvocht, hetgeen leidt tot een ervaring van extase en een algehele vitalisering van het lichaam.

Op de illustratie zien we dat de schedelkop die de Vajrayogini in haar hand heeft, ook wordt gebruikt om, tezamen met een hexagram, haar gehele beeltenis te ondersteunen. Dit benadrukt dat de Vajrayogini ervaren wordt in de hersenen, waar de tegenstellingen zich hebben verenigd (het hexagram) en de drank der gelukzaligheid de mens voedt.

De Oude Grieken

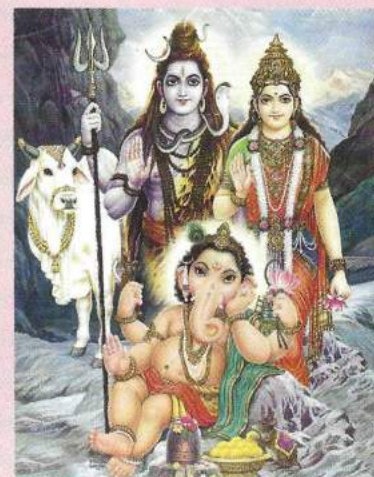
Ook de Griekse mythes zijn doordrenkt met kundalini-symboliek. Ons medische symbool, de esculap, is afgeleid van de staf met de slang van de halfgod Asclepius, die geassocieerd wordt met genezing. De slang, met zijn vermogen zich te vernieuwen door vervelling, zien we in vrijwel alle tradities terug als een verbeelding van de kundalini-energie. Een andere staf, de *caduceus* van de god Hermes, is vanuit de oudheid het klassieke symbool voor een kundalini-ontwaken.

De twee slangen van de *caduceus* vertegenwoordigen de *ida-* en *pingala-nadi*. De staf staat voor de wervelkolom waardoor de kundalini naar boven stroomt, met bovenaan de pijnappelklier in de vorm van een bolletje. De vleugels symboliseren het verruimde bewustzijn van de mens die het proces voltooit.

Van de vele Griekse goden die aspecten vertegenwoordigen van het kundalini-proces, licht ik er voor deze rondreis drie godinnen uit: Hera, Iris en Artemis. Hoewel moedergodin Hera getrouwd is met Zeus en een aantal kinderen heeft, wordt ze toch vereerd als de eeuwige maagd. Dit verwijst naar de opdracht van 'maagdelijkheid' (celibaat) van de aspirant. De oerkrachten in het bekken laten zich alleen naar de kruin leiden als



De godin Durga



Shiva, Parvati en Ganesha



De Vajrayogini



De godin Artemis



De esculaap



De caduceus

Het Oude Egypte

Eén van de belangrijkste godinnen van het Egyptische pantheon is Isis, de godin van huwelijk, wijsheid en gezondheid (drie kundalini-aspecten). Haar echtgenoot Osiris, is tevens haar broer. Deze eigenaardigheid zien we ook terug bij de Griekse goden: Hera is bijvoorbeeld niet alleen de vrouw van Zeus, maar ook zijn zuster. De broer-zus relatie verwijst naar de opsplitsing van de ene God in twee goddelijke polen bij de incarnatie van de mens op aarde. Hun huwelijk verbeeldt de vereniging van de twee polen in de aspirant die het spirituele transformatieproces tot een goed einde brengt.

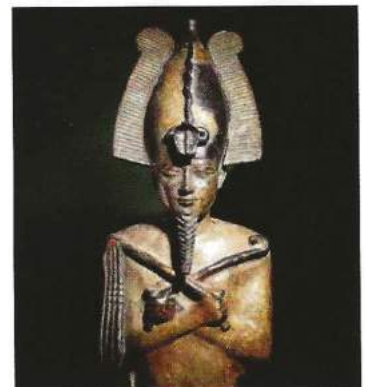
De meest bekende Egyptische mythe is de wederopstanding van de god Osiris. Dit verhaal gaat over het sterven van de oude mens en de verrijzenis van de nieuwe mens als gevolg van een kundalini-ontwaken. Osiris was de koning van Egypte. Hij wordt door zijn jaloerse broer Seth gedood en in stukken gesneden. Isis verzamelt alle stukken van zijn lichaam

en voegt ze weer bij elkaar. Alleen zijn geslachtsdeel vindt ze niet terug. Via magie weet ze toch een kind met hem te verwekken: hun zoon Horus.

Deze mythe laat zien dat de oude mens eerst volledig moet worden afgebroken in het spirituele proces ('in stukken gesneden'), waarna de kundalini-energie (Isis) een proces van heling in gang zet. Osiris en Isis verwekken daarna samen (het heilige huwelijk) Horus (de nieuwe mens) zonder dat er een penis aan te pas komt. Wederom een vingerwijzing dat de seksuele energie niet meer via de onderste chakra's dient af te vloeien. Horus volgt zijn vader op als koning van Egypte. Hiermee is de transformatiesymboliek compleet.

Ook de Egyptische goden bezitten allerlei attributen die ons moeten vertellen voor welk aspect van het spirituele proces ze staan. Boeiend is de enorme variatie aan kronen waarmee ze worden afgebeeld. Deze hoofdbedekkingen verwijzen in veel gevallen naar de veranderingen in de hersenen onder invloed van de kundalini.

Osiris draagt vaak de zogenaamde atefkroon: een witte mijter met bovenop een knop (de pijnappelklier) en aan de zijkanten veren, als symbool van de voltooiing van het kundalini-proces. Op de illustratie zien we de Uraeus-cobra ter hoogte van zijn voorhoofd, met een verbinding naar de knop bovenop de kroon. De kromstaf (de heka) in zijn hand staat voor de wervelkolom met daarin de kundalini-energie. De vlegel met de drie linten (de nekhakha) symboliseert die drie energiebanen die betrokken zijn bij een kundalini-ontwaken.



De god Osiris met atef-kroon

zij niet meer afvloeien via de onderste chakra's. De noodzaak tot celibaat is een onderwerp van verhitte discussie in de hedendaagse spirituele wereld; de mythes wereldwijd zijn hier echter meer dan duidelijk over.

Eén van Hera's attributen is een staf met óf een lotus erop (de wervelkolom met het geopende kruinchakra), óf een versiering die verwijst naar de pijnappelklier. Het drinken van de melk van Hera zou onsterfelijk maken, een verwijzing naar *amrita*. Haar persoonlijke boodschapper is Iris, de godin van de regenboog (de chakra-kleuren). De eveneens maagdelijke Iris, met de gouden vleugels, verbindt de wereld van de goden en de wereld van de mensen. Eén van haar attributen is een *caduceus*. Details die allemaal naar de kundalini verwijzen.

De godin Artemis, een dochter van de oppergod Zeus, belichaamt het meesterschap over de dierlijke driften. Haar zilveren pijl en boog (een afgeschoten pijl symboliseert de werking van de kundalini) zijn gemaakt door Hephaistos, de god van het vuur. Als maagd is zij de beschermgodin van de kuisheid. Op pagina 23 zien we Artemis een plengoffer brengen: zij giet een vloeistof uit over een dier. Ditzelfde zien we ook op de illustratie van de godin Iris. Een belangrijke taak van de kundalini: de sublimatie (transformatie) van de dierlijke driften - met name de seksuele driften - wordt hiermee in beelden uitgedrukt.

De Noorse mythes

Centraal in de Noorse mythologie staat de boom Yggdrasil, die als *axis mundi* drie verschillende werelden (bewustzijnsniveaus) met elkaar verbindt. Deze levensboom, met de slang Nidhogg tussen zijn wortels, staat symbool voor de wervelkolom, met daarin stromend de kundalini, en alle mythes die ermee verbonden zijn mogen we vertalen naar het innerlijk van de mens.

Om wijsheid te verkrijgen, offert de Noorse oppergod Odin zichzelf door zich aan Yggdrasil op te hangen. Dit symboliseert de dood van het ego, of de oude mens, als gevolg van een kundalini-ontwaken. Voor ditzelfde doel offert hij ook één van zijn ogen, waardoor hij nog maar met één oog ziet. Dit verbeeldt de opening van het derde oog. Het paard van Odin, Sleipnir, heeft acht benen. Deze acht benen symboliseren de versmelting van twee krachten (paarden): van de mannelijke energieën en de vrouwelijke energieën (de *ida-* en *pingala-nadi*), tot één (kundalini-)superkracht.

Zijn gade, de moedergodin Freya, woont in een lindeboom (wederom de wervelkolom), die daarom als heilig wordt beschouwd. Wat bij de keuze van de linde ongetwijfeld heeft meegespeeld, is dat de zaadjes van deze boom verbonden zijn met een langwerpige blaadje, waardoor zij, als zij naar beneden vallen, een tollende beweging maken. Dezelfde cirkelende beweging die de kundalini-slang maakt, omhoog langs de wervelkolom.

Het kostbaarste bezit van Freya is een ketting, Brinsingamen genaamd. Volgens de mythes moest Freya om deze bijzondere ketting te verkrijgen slapen met de vier dwergen die haar hadden gemaakt. Deze dwergen symboliseren onze aardse (dierlijke) krachten: in de Noorse mythologie staan vier dwergen, met de namen Noord, Zuid, Oost en West, op de uithoeken van de wereld om het hemeldak te ondersteunen. De kostbare ketting verbeeldt de zeven chakra's die worden doorstroomd en geactiveerd door de kundalini-energie. Een prachtige metafoor voor een kundalini-ontwaken. Dat Brinsingamen alleen in het bezit kan komen van Freya als zij slaapt met de dwergen, betekent dat voor een voltooid kundalini-proces de dierlijke energieën (gesublimeerd) moeten worden ingezet.

In de iconografie zien we haar man Odin vaak met een beker waaruit hij mede drinkt. Mede, of honingwijn, is een alcoholische drank die wordt verkregen door honing en water te laten gisten. Uit de yogatraditie is bekend dat het getransformeerde hersenvocht (*amrita*) enigszins smaakt als honing.

Belangrijke kanttekening

De kundalini is in essentie een helende en zuiverende energie, maar kan, als zij ontwaakt in een omgeving die hierop niet is voorbereid, ook een ravage aanrichten. Vergelijk het met het zetten van krachtstroom op bedrading die hiervoor niet geschikt is. In principe ontwaakt de kundalini-slang vanzelf uit haar winterslaap in het bekken als er een groot verlangen naar God is, gecombineerd met een zuivere levenswijze.

De



Odin opgehangen aan Yggdrasil

kundalini kan echter ook actief worden door drugsgebruik en kan dan veel negatieve bijwerkingen hebben, omdat de energie ontwaakt in een 'vervuilde omgeving'. Hetzelfde kan gebeuren bij een fysiek of emotioneel trauma. Bij bijvoorbeeld een bijna-doodervaring, zware bevalling of ernstige depressie kan de energie fungeren als een noodaggregaat en actief worden om het leven van deze mens te redden. Dit kan echter naderhand tot complicaties leiden, omdat het proces vaak onomkeerbaar is. Als de kundalini-geest uit de fles is, gaat deze er over het algemeen niet meer terug in.

Er zijn ook gevallen bekend van mensen die op hun staartbeen vielen of door een rugletsel ineens met heel vreemde (kundalini-)symptomen werden geconfronteerd. Het zijn deze gevallen die zorgen voor het grote aantal 'rampverhalen' op het internet en daarbuiten. Een onverwacht en onbedoeld kundalini-ontwaken kan resulteren in psychoses en allerlei ernstige, fysieke neveneffecten, afhankelijk van de hoeveelheid en de soort van energetische blokkades in de persoon die het ondergaat. Een activering van de kundalini is dus niet iets dat lichtzinnig moet worden nagestreefd!

Conclusie

Bestudering van de godenmythes wereldwijd leidt tot een verrassende ontdekking. Zij willen ons iets vertellen over het doel van ons mens-zijn. Wij worden allen geroepen tot een proces van Godsrealisatie. De diverse goden en godinnen vertegenwoordigen aspecten van onze innerlijke wereld en hun hachelijke avonturen belichten voor ons de fases en valkuilen van een kundalini-ontwaken. Ik nodig de lezer van harte uit een willekeurige mythes te lezen met een kundalini-bril en zelf de rijkdom en relevantie te ontdekken! •