El Camino del Psiconauta[mr]

Sugerencia para la profundización del aprendizaje – Módulo 8:

EL DESPERTAR DE KUNDALLNI
Stan Grof.

En ocasiones la Corriente Espiritual se eleva por la columna vertebral, arrastrándose como una hormiga. Otras veces, en samadhi, el alma nada gozosamente en el océano del éxtasis divino como un pez. Y en otras, cuando me acuesto de costado, siento cómo la Corriente Espiritual me empuja, como un mono, jugando conmigo alegremente. Me quedo quieto. Esa Corriente, como un mono, de un salto súbito llega al Sahasrara (centro de la coronilla). Es por eso que me ven dar un respingo. Y en otras oportunidades, de nuevo, la Comente se eleva como un pájaro que salta de rama en rama. El lugar en donde se asienta parece de fuego... A veces se mueve como una serpiente. Va en zig-zag hasta alcanzar la cabeza y entro en samadhi. La conciencia espiritual de un ser humano no ha despertado a menos que surja Kundalini. Del santo hindú Ramakrishna.

Se hallan descripciones de esta variante de emergencia espiritual en la antigua literatura de la India; sus manifestaciones se atribuyen a la activación o al despertar de una forma sutil de energía llamada "el poder de la serpiente", o Kundalini. De acuerdo a los yoguis, Kundalini (literalmente "el que se enrosca") es la energía que crea y sustenta al cosmos. En el cuerpo humano, reside en forma latente en la base de la espina dorsal. Tiene el potencial para purificar y curar a la mente y al cuerpo mediante la apertura espiritual y así elevarnos a un nivel más alto de conciencia. La Kundalini durmiente es tradicionalmente representada como una serpiente enroscada tres veces y media alrededor del lingam, el símbolo fálico del poder masculino regenerador.

Entre las situaciones que pueden producir el despertar de Kundalini se hallan la meditación intensa, la intervención de un maestro espiritual o gurú avanzado, y ciertos movimientos o ejercicios del yoga Kundalini. Ocasionalmente, dar a luz y mantener relaciones sexuales apasionadas jugarán un papel igualmente motivador. En algunos casos, se da el despertar espontáneo de Kundalini: ocurre inesperadamente, en medio de las tareas cotidianas, sin un factor desencadenante claro. La energía Kundalini, activada, adquiere su forma ígnea, o Shakti, y sube por la columna, fluyendo a través de los conductos del cuerpo sutil, un campo incorpóreo de energía que, los yoguis dicen, penetra y rodea al cuerpo físico. Al limpiar los efectos de viejos traumas, abre los siete centros espirituales llamados chakras, que se localizan en el cuerpo sutil a lo largo de un eje que se corresponde con la espina dorsal. Además de varias experiencias difíciles asociadas a este proceso de limpieza, quienes viven el despertar de Kundalini suelen hablar de estados extáticos relacionados con

alcanzar un nivel más alto de conciencia. Entre éstos, merece ser mencionado el samadhi, o unión con lo Divino, que ocurre cuando el proceso llega al séptimo centro, el de la "corona" (Sahasrara). Este pro ceso, aunque los yoguis lo consideren deseable y benéfico, no deja de tener sus peligros.

Lo ideal seria que aquellos que atraviesan un despertar intenso de Kundalini contaran con la guía de un maestro espiritual con experiencia. La energía Shakti que se mueve a través del cuerpo trae a la conciencia una amplia gama de elementos anteriormente inconscientes: recuerdos de traumas psicológicos y físicos, secuencias perinatales y distintas imágenes arquetípicas. Cuando esto ocurre, la gente que atraviesa este tipo de crisis experimenta un rico muestrario de manifestaciones emocionales o corporales llamadas kriyas. Sienten una intensa energía y un calor que les recorre la columna en dirección ascendente, y a menudo sus cuerpos se sacuden y hacen movimientos espasmódicos y torsiones. Es probable que su psique se vea inundada por profundas oleadas de emociones tales como la ansiedad, la ira, la tristeza, y también la alegría y el éxtasis. Un desbordante miedo a la muerte, a la pérdida del control y a la locura son formas concomitantes de las manifestaciones más extremas del despertar de Kundalini. Tal vez estas personas encuentren difícil controlar su comportamiento; durante las oleadas de la energía Kundalini puede que emitan sonidos involuntarios y que sus cuerpos se muevan de forma extraña e inesperada. Las manifestaciones más comunes en este caso son llorar o reír sin motivo, hablar en lenguas extrañas, cantar canciones antes desconocidas y cánticos espirituales, tomar posturas y gestos del yoga, e imitar una variedad de sonidos y movimientos de animales.

Las manifestaciones sensoriales de Kundalini son de una gran variedad y riqueza. Suelen describirse visiones coloridas de hermosos diseños geométricos, luces brillantes de una belleza sobrenatural y complejas escenas de deidades, demonios y santos. Se experimentan sonidos internos que van desde zumbidos y cantos de grillos hasta música celestial y coros de voces humanas. En ocasiones se huelen perfumes y bálsamos exquisitos; hay quienes hablan de la fragancia increíblemente dulce de un néctar divino. Son especialmente comunes la excitación sexual y la sensación del orgasmo, que pueden ser tanto placenteras como dolorosas. La profunda conexión entre Kundalini y la energía sexual es la base de una práctica yogui llamada Tantra, donde la unión sexual ritual es utilizada como un vehículo para inducir experiencias espirituales. Un estudio cuidadoso de las manifestaciones del despertar de Kundalini confirma que, aunque intenso y devastador, este proceso es en esencia curativo. En conexión con experiencias de este tipo, hemos observado en repetidas ocasiones el alivio o la limpieza total de un amplio espectro de problemas físicos, incluyendo la depresión, distintas fobias, jaquecas y asma.

No obstante, en el curso del despertar de Kundalini, distintos síntomas antiguos pueden intensificarse temporariamente, y también manifestarse los que estaban latentes. En ocasiones parecerán problemas médicos y psiquiátricos y hasta serán mal diagnosticados como tales. A pesar de que en las escrituras de la India se encuentra la expresión más sofisticada y elaborada de la idea de Kundalini, existen importantes paralelos en muchas culturas y religiones en todo el mundo. Uno de los ejemplos más interesantes es la danza de trance de los habitantes kung, del desierto de Kalahari, en África. Llevan a cabo regularmente rituales que duran toda la noche, en los cuales las mujeres se sientan en el suelo tocando los tambores y los hombres se mueven en un círculo ejecutando movimientos rítmicos y monótonos. Uno tras otro, los participantes en trance un profundo estado alterado de la conciencia, en donde se liberan emociones fuertes como la ira, la ansiedad y el miedo. Muchas veces no son capaces de mantenerse derechos, y comienzan a

sacudirse violenta mente. Luego de esta experiencia dramática, es muy común que entren en éxtasis.

De acuerdo a la tradición de esta gente, la danza libera, desde la base de la columna vertebral, una fuerza cósmica curativa llamada ntum o "medicina". Con posterioridad, se pasa por medio del contacto físico de una persona a otra. Ideas similares a la de Kundalini y a la del sistema de los chakras también existen entre las tribus de Norteamérica. Los hopis conocen centros de energía psíquica que se parecen mucho a los chakras. Joseph Campbell solía señalar elementos similares en las pinturas sobre arena de los indios navajo. Sistemas semejantes se encuentran en el budismo tibetano, el yoga taoísta, el zen coreano y el sufismo. Sin embargo, la activación de Kundalini no es un fenómeno privativo de las tradiciones orientales. En la tradición cristiana, manifestaciones que se asemejan a Kundalini han sido descritas durante la llamada oración de Jesús o Hesicasmo.

Signos inequívocos del despertar de Kundalini han sido observados últimamente en miles de occidentales modernos. Gopi Krishna, un maestro de fama mundial de Kashmir, quien experimentó personalmente una profunda y dramática crisis Kundalini, dedicó muchos años de su vida a alertar al mundo occidental sobre la existencia e importancia de este fenómeno. El mérito de haber atraído la atención de los círculos profesionales de Occidente hacia la idea de Kundalini es del psiquiatra y oculista californiano Lee Sanella. En su libro precursor en la materia, The Kundalini Experience: Psychosis or Trascendence, describe la forma en que se da el despertar de Kundalini en nuestra cultura, desde el punto de vista de la medicina occidental. Sandia enfatizó la importancia médica del síndrome Kundalini. Señala que puede estimular muchos problemas psiquiátricos y aun médicos, tales como psicosis, histerias, desórdenes de la vista, ataques cardíacos, enfermedades gastrointestinales, infecciones pelvianas, epilepsia y hasta esclerosis múltiple. Por estas razones, Sandia considera que un examen médico a cargo de un clínico informado es particularmente importante en este tipo de emergencia espiritual.