

Władimir Antonow

**DOTYK
ŻYCIA**

O METODACH BIOENERGOTERAPII

Reality

Tytuł oryginału:
Radża i buddhi joga
Mietodologija jogi

© Copyright 1990 by W.W. Antonow, Moskwa
© Copyright 1992 by W.W. Antonow, Sankt Petersburg
© Copyright 1996 for the Polish edition by Irina Lewandowska, Gliwice
Wszelkie prawa zastrzeżone

Przekład:
Irina Lewandowska
Barbara Bednorz

Redakcja:
Jolanta Gwioździk

www.swami-center.org

ISBN 83-902754-3-0

SPIS TREŚCI

WSTĘP.....	4
LITERATURA PRZEDMIOTU	6
O METODACH BIOENERGODIAGNOSTYKI I BIOENERGOTERAPII	7
O BIOLOKACJI.....	14
MIEJSCE RADŻA I BUDDHI JOGI W EWOLUCJI	15

WSTĘP

Prezentowana praca zawiera podsumowanie doświadczeń Władimira Antonowa, wynikających z własnej praktyki uzdrawiania, która doprowadziła go na drogę religijnych poszukiwań.

W autobiografii tak przedstawia swoje początki w tym zakresie: opowiada, jak pewnego razu ze znajomą z Uniwersytetu poszli na prelekcję jednej z bohaterek tamtej epoki, parapsychologa z Moskwy, Warwary Michajłowny Iwanowej. Stale śledzili ją pracownicy KGB, interweniując i wyprowadzając ją w trakcie jej odczytów (gdyż w owych czasach zajmowanie się parapsychologią było jeszcze zabronione).

“Iwanowa mówiła o słynnych uzdrowicielach, pokazywała sposoby uzdrawiania za pomocą rąk, przeprowadziła seans [...]

Zarówno moja towarzyszka, jak i ja mieliśmy jakieś tam drobne dolegliwości. Ona została uzdrowiona, a ja — nie. Jednak uwierzyć w to nie zechciała, zaś ja — tak. Ścisłej mówiąc — nie uwierzyłem: jako naukowiec-eksperymentator nie miałem zwyczaju wierzyć na słowo.

Potrzebowałem upewnienia się, przeprowadzenia doświadczenia. Sprawdziłem -i zaczęło 'wychodzić'. Wszystkie 'chwyty' naukowca, czynione aby eksperymenty były 'czyste', również poświadczały efekty.

Otóż, jeżeli kierowało się strumień energii z dłoni i palców rąk wraz z emocją współczucia, to w większości przypadków doprowadzało to do uzdrowienia: ustępowały bóle głowy, rumienieć pooparzeniowe, paraliże, itd.

Niektórym chorym — mimo usilnych starań — nie można było jednak pomóc. (Po latach zrozumiałem przyczynę tego: Bóg oczekiwał od nich ich własnych mozolnych wysiłków przeobrażenia siebie).

Fenomen bioenergouzdrawiania stał się dla nas faktem. Zapalałem potrzebą pomocy cierpiącym.

Dzięki hatha jodze oraz dalszej praktyce bioenergoterapeutycznej^{*} nasze umiejętności wzrastały, poznawaliśmy nowe sposoby uzdrawiania. Przykładowo okazało się, że oprócz rąk, można też wykorzystywać czakry. Jednocześnie poszerzaliśmy wiedzę teoretyczną, czytając — wówczas 'powielaczową' — literaturę z zakresu bioenergetyki i jogi [...]

Pracowaliśmy w jednym z instytutów medycznych. Cały wolny czas poświęcaliśmy praktykom bioenergoterapeutycznym. Jeździliśmy w różne

^{*} ...Pozostał mi w pamięci pewien przypadek z praktyki uzdrowicielskiej. Na wsi poproszono mnie, abym obejrzał krowę. Problem polegał na tym, że gospodarze zmienili już cztery krowy, tamta była piąta, a wszystkie kilka dni potem, jak trafiły do obory, wyraźnie zmniejszały poziom udoju, a wracając z pastwiska za nic nie chciały do niej wchodzić. Trzeba była je wpychać, jak gospodarze się wyrażali, "całą gromadą". Był to dla nich wielki wstyd: co też mogą pomyśleć sąsiedzi o ludziach, do których nawet krowa nie chce iść!

Wszedłem zatem do obory i dzięki jasnowidzeniu zauważyłem w jej kącie oraz pomiędzy rogami krowy wyraźne czarne plamy: urok! Udało mi się je "zmyć" płynącym poprzez moje ciało energostrumieniem. Tymczasem następnego dnia... krowa zaniemogła, pociekło jej z oczu, z nosa... Gospodyni płakała: jakakolwiek to była krowa, ale jednak krowa, a teraz zdycha...

Musieliśmy wracać do domu: kończył się urlop. Odjechaliśmy w rozterce i smutku. Za kilka dni otrzymaliśmy radosny list: krowa wyzdrowiała! Teraz, jeżeli nie dopilnuje się jej, to nie tylko do obory, ale i do domu sama wchodzi, a potem nie można jej wypchnąć!

strony miasta, na wezwanie ludzi znajomych i nieznajomych. Pieniądzy nie braliśmy, ale jeżeli częstowano nas jedzeniem, to nie odmawialiśmy. Staraliśmy się przy okazji mówić chorym o etycznych przyczynach ich zdrowotnych kłopotów.

Większość naszych pacjentów zdrowiała. Niektórzy byli bardzo wdzięczni, traktowali swoje uleczenie jak cud, dostrzegali przejawianie się przez nas 'innej rzeczywistości', sami rozpoczęli poszukiwania wtedy oficjalnie zabronionej prawdy.

Jednak były też inne reakcje. Przykładowo, na drugi dzień po zabiegu pytaliśmy:

- No i jak, pomogło?

- E-ee, nie zwracajcie głowy! Samo przeszło!

... Wówczas po raz pierwszy udało się nam przeczytać Nowy Testament^{*}, który zmienił nasze życie [...] zdecydowaliśmy się zatem przyjąć chrzest, co wtedy było problemem. Chodziło o to, że KGB wymagało od duchownych obowiązkowej rejestracji wszystkich osób przyjmujących chrzest.

Te wykazy były badane, a w stosunku do wielu ochrzczonych stosowano represje: spokojnie można było zostać zwolnionym z pracy 'z powodu redukcji etatów', studentów wyrzucano ze studiów, itp. Wówczas pracowałem jako starszy pracownik naukowy i na razie jeszcze dbałem o to stanowisko. Z wielkim trudem, po wielu nieudanych próbach, znaleźliśmy duchownego, który zgodził się udzielić nam chrztu bez rejestracji, a więc nielegalnie.

Od tego czasu świątynia prawosławna na kilka lat stała się naszym drugim domem. Tam przyswajaliśmy sobie błogość mentalnej ciszy, odczuwaliśmy święte energostrumienie, emanujące z niektórych ikon. Dzięki temu przyzwyczailiśmy się do bycia czujnym wobec własnych postaw, słów, myśli, do odpowiedzialności za swoje błędy przed Bogiem. Tu się nauczyliśmy skruchy. A co najważniejsze, w odpowiedzi na nasze szczerze dążenie do Boga, mogliśmy w całej pełni odczuć moc przystąpienia do Komunii Świętej, kiedy to ciało od wewnątrz wypełnia się najsubtelniejszą radością dzięki spełnionemu Dotknięciu.

Teraz Bóg stał się dla nas Sednem wszechświata, Najwyższym Celem, Najwyższym Nauczycielem. Zwracaliśmy się do Niego po radę, dążąc do poznania Go i przeobrażenia siebie zgodnie z Jego Wola..."

Kontynuując swoje poszukiwania, Władimir zgłębiał nie tylko rodzimą tradycję religijną, ale również wszystkie pozostałe dostępne mu wówczas kierunki duchowości. W konsekwencji na bazie jego własnych doświadczeń oraz zaadaptowanych technik innych systemów stopniowo powstawał program doskonalenia, a w latach osiemdziesiątych narodziła się szkoła duchowego rozwoju.

* Obecnie może to się wydać dziwne, ale przecież w tamtych latach akt przekazania bądź sprzedaży religijnej literatury (w ZSSR) był oceniany jako "ideologiczna dywersja z Zachodu". Z takimi "dywersantami", jak osoby rozpowszechniające literaturę religijną, bioenergoterapeuci, parapsycholodzy, itp. walczyło słynne KGB. Swoją działalność uzdrowicielską musieliśmy prowadzić w konspiracji

Po etapie intensywnej pracy z wieloma uczniami najpierw w Rosji, a potem na Litwie, Ukrainie, w Polsce i Czechach obecnie praktykuje sam, czyniąc dalsze postępy na drodze duchowej.
Yoga Centrum "Reality"

LITERATURA PRZEDMIOTU

- [1] Antonow W.W.: *Psichiczeskaja samoregulacja w wostocznoj tradycji* Leningrad 1987.
- [2] Antonow W.W.: *Seksuologia: rozwitije i regulacja polowej systemy.* Moskwa 1990.
- [3] Antonow W.W.: *Sztuka bycia szczęśliwym. System autoregulacji psychicznej* Gliwice 1990.
- [4] Babadzi.: *Przesianie do ludzkości.* Gliwice 1994.
- [5] Bancroft A.: *Współcześni mistycy i mędracy.* Warszawa 1991.
- [6] Barkier E.: *Pis'ma żywego usopszego.* Pietrograd 1917.
- [7] Bennet T.G.: *Concerning Subud.* [B.m.wyd.] 1958.
- [8] *Bhagawadgita s kommentarijami i priloženijem.* Red. W.W. Antonow. Sankt Pietierburg 1995.
- [9] *Gtos z Indii. Bhagawan Śri Satya Sai Baba i Odwieczna Droga Prawości.* Wrocław-Cieszyn 1994.
- [10] Goleman D.: *The Buddha on Meditation and Higher State of Consciousness.* Kandy 1978.
- [11] *Misterium Sai. Życie, nauki i cuda Satya Sai Baby,* Wrocław — Opole 1993.
- [12] *Na ścieżce wojownika. Nauki Juana Matusa.* Gliwice 1994.
- [13] Osho.: *Od świtu do nocy. 101 technik medytacyjnych.* Łódź 1994
- [14] *Radża i buddhi joga.* Red. W.W. Antonow. Moskwa 1990.
- [15] *Satya Sai Baba: Nauka Issy.* Wrocław — Opole 1992.
- [16] *Spotkania z Sai Babą. Obrazy z życia i nauczania Satya Sai Baby.* Wrocław – Opole 1993.
- [17] Trofimowa M.K.: *Istoriko-filosofskije woprosy gnostycyzma.* Moskwa 1979.
- [18] Uspeński P.D.: *Fragmenty nieznanego nauczania.* Warszawa 1990.
- [19] Vivekananda: *Bhakti-joga.* Tallin 1991.
- [20] Vivekananda: *Karma joga.* Madras 1962.
- [21] Yogananda : *Autobiografia jogina.* Zakopane 1993.
- [22] Yuktesvar : *The Holy Science.* Ariadaha 1963.

O METODACH BIOENERGODIAGNOSTYKI I BIOENERGOTERAPII

Na wstępie przedstawię niektóre aspekty bioenergetycznych współoddziaływań między ludźmi — interakcji całkiem zwyczajnych, zachodzących niezależnie od tego czy ludzie o tym wiedzą, czy też nie.

Wzajemne stosunki między rodzicami a dziećmi, nauczycielami a uczniami, kierownikami a podwładnymi, małżonkami, nasze sympatie i antypatie w każdym towarzystwie — wszystko to w znacznym stopniu jest uwarunkowane przez charakterystyki bioenergetyczne uczestników tych sytuacji: przez to, jakie są właściwości wyemitowywanych przez każdy organizm strumieni energetycznych i jak te emanacje są odbierane przez inne organizmy.

Ludzi bioenergetycznie można rozróżniać na podstawie wielu cech, z których najistotniejszymi są:

- a) nadmiar albo niedobór bioenergii w organizmie,
- b) bioenergetyczna niesubtelność lub przeciwnie — subtelność,
- c) stopień czystości bioenergii albo ich zanieczyszczenie wskutek różnych schorzeń, nieprawidłowego trybu życia bądź zewnętrznych niekorzystnych wpływów,
- d) stopień rozwoju tych lub innych ośrodków bioenergetycznych organizmu (czakr) oraz ich dominowanie w danej chwili.

Nadmiar bioenergii w organizmie niekoniecznie świadczy (jak czasami się sądzi) o zdrowiu danego człowieka. Przykładowo, ostre stadia wielu schorzeń charakteryzują się intensywnymi emanacjami energii, które dla innych osób są chorobotwórcze. Szkodliwe energie również mogą towarzyszyć emocjom agresywnym. Sposobem rozróżniania bioenergii — właśnie wykorzystując wskaźnik jakościowy — jest ich ocena przez tzw. ekstrasensów, którzy rozwinęli zdolność postrzegania szerokiego zakresu takich emanacji, np. niektórzy z nich mogą ocenić stan zdrowia innego człowieka (w tym dokładnie rozpoznać schorzenia, określić stan czakr i meridianów itp.) nawet na podstawie ubrania lub jakiegokolwiek przedmiotu, którego używał i na którym pozostały jego bioenergie.

Najczęściej deficyt bioenergetyczny występuje u małych dzieci, osób osłabionych przez chorobę oraz nastawionych konsumpcyjnie wobec poszczególnych ludzi lub całego społeczeństwa. Te etycznie błędne postawy powodują uczucie stałego nieszczęścia. Obcowanie z takimi osobami zazwyczaj bywa uciążliwe, gdyż człowiek, który czegoś od nas pragnie może — nawet z dużej odległości — ściągać energię (to tzw. bioenergowampiryzm). Można im pomóc jedynie zmieniając ich konsumpcyjny stosunek do wszystkiego i wszystkich na aktywną, twórczą postawę życiową, czyli zastępując negatywne, egoistyczne nastawienie pożądania miłości do siebie pragnieniem ofiarowania miłości innym ludziom i całemu światu.

Najważniejszym sposobem uprawiania bioenergii w ruch są właśnie emocje; dlatego korekcja etyczna i opanowanie — za pomocą metod samoregulacji psychicznej, umiejętności kontrolowania swoich emocji oraz sterowania nimi — pozwalają nabyć zdolność nieszkodzenia innym ludziom

przez swoje nieharmonijne bioenergetyczne “przekazy” albo ściąganie energii do siebie*.

Mówiąc o bioenergoobcowaniu między ludźmi, nie można pominąć sfery seksualnej. W trakcie kontaktów płciowych zachodzi intensywne bioenergowymiana między partnerami, przy czym tak samo łatwo są przekazywane zarówno czyste, zdrowe, leczące energie, jak i niesubtelne, chorobotwórcze, uszkadzające. Wnioski z tego niech Czytelnik wyciągnie sam.

Powodem wielu dysharmonii seksualnych — takich jak impotencja i przedwczesna ejakulacja u mężczyzn, oziębłość płciowa i anorgazmia u kobiet — są czynniki bioenergetyczne. Konkretnie przyczyny mogą być następujące: niedorozwój lub zanieczyszczenie czakr (przede wszystkim *swadhistany***), “bioenergowampiryzm” partnera jako następstwo jego etycznie wypaczonej miłości, tzn. miłości do siebie, pragnienia zaspokojenia siebie, a nie obdarzenia swoją miłością drugiego. U partnerów istotne znaczenie może mieć także niezgodność w zakresie wskaźnika niesubtelności-subtelności ich bioenergii. Z tego powodu mogą powstawać zaburzenia w systemie energetycznym organizmu tej osoby, która posiada subtelniejszą (czyli doskonalszą) “bioenergetykę”. Takie kontakty mogą prowadzić — poza zakłóceniem zdrowia — do oziębłości płciowej, wręcz do odrazy wobec danego partnera lub nawet seksu w ogóle. Warto zaznaczyć, mówiąc właśnie o niezgodności energii *swadhistany*, że jeżeli u kobiety ta energia jest mniej subtelna niż u jej partnera, to może u niego dojść do szybkiej ejakulacji wskutek podrażniającego wpływu na jego *swadhistanę* (stąd powodów tej dysharmonii można szukać nie tylko u mężczyzn — jak to się zazwyczaj czyni — lecz również u kobiety).

* Mimosłowny lub świadomy “bioenergowampiryzm” nie przynosi “wampirowi” ulgi. Organizm o nierozwiniętych czakrach nie może bowiem zachować zdobytej w ten sposób energii, która szybko się rozprasza. Jeżeli czakry, odgrywające rolę bioenergoakumulatorów, są rozwinięte i sprawne, to i tak prawie zawsze są pełne energii.

Praktyka pracy z czakrami lub zespołami czakr (*dañ tlenami*) jest działaniem bardzo poważnym i wszelkie błędy mogą wywoływać istotne negatywne skutki. Przykładem jest koncepcja zabarwiania czakr, bezkrytycznie przyswajana przez wiele szkół rozwoju duchowego, co kalecząco wpływa na ich uczniów (w tym wcieleniu nie są oni zdolni do usubtelnienia świadomości).

Pierwotnie czakry nie są zabarwione, nie mają także żadnych płatków i nie powinny przybierać trwałego koloru, lecz być doprowadzane do najsubtelniejszego, białego stanu ze złocistym odcieniem. Każdy kolor bowiem to poziom energetyczny na skali “subtelności — niesubtelności”. Jeżeli zatem utrwalamy kolor czerwony, zielony, fioletowy lub inny, to “programujemy” czakry na niesubtelny tryb funkcjonowania. W ten sposób można osiągać cele nader niesubtelnej magii, lecz jest to pułapka w rozwoju na drodze do Boga.

Praktykowanie z czakrami przez osoby odżywiające się nie wegetariańsko, prowadzi do bardzo niesubtelnego utrwalenia czakr, do rozwoju brutalnej mocy energetycznej. To “programowanie” do piekła. Podobnie takich ćwiczeń nie można pogodzić ze spożyciem nawet najmniejszej ilości alkoholu.

Próby podnoszenia *kundalini* (energii, która gromadzi się w czakrze *muladharze*, mieszczącej się w dolnej części miednicy od kości ogonowej do kości łonowej) bez uprzedniego usubtelnienia “energetyki” organizmu i oczyszczenia odpowiednich meridianów, także często prowadzą do ciężkich obrażeń.

** Czakra zajmująca dolną połowę brzucha.

Przedstawione przyczyny dysharmonii seksualnych można zlikwidować, stosując ćwiczenia jogi [2].

Przytoczone przykłady pokazują różnorodność, złożoność i znaczenie codziennych problemów bioenergetycznych współoddziaływań między ludźmi. W większości przypadków takie kontakty są niekontrolowane przez ich uczestników, stąd przyczyny następstw nie są przez nich uświadamiane.

Właściwie uzdrawianie składa się z bioenergo-diagnostyki i bioenergoterapii. Najprostszą formą bioenergo-diagnostyki, od której zazwyczaj ekstrasensownie rozpoczynają doskonalenie się w swojej sztuce, jest diagnostyka za pomocą dłoni, wykorzystująca zjawisko otoczenia polem energetycznym (zwanym "kokonem"***) ciała każdej żywej istoty, w tym również i człowieka. Energopole to powstaje dzięki aktywności życiowej wszystkich komórek ciała, przy czym konfiguracja granicy "kokonu" i gęstość energii wewnątrz niego odzwierciedlają stan zdrowia danego organizmu. Granica "kokonu" człowieka przeważnie znajduje się około 50 cm od powierzchni ciała, choć u pacjenta osłabionego mieści się bliżej ciała i jest z trudem rozpoznawalna, a u człowieka z wysoką aktywnością bioenergetyczną może być oddalona od ciała na 2 m i więcej.

Prawie każdy może nauczyć się wyczuwania ręką granicy "kokonu". W tym celu należałoby poćwiczyć odczuwanie swojej dłoni w bardziej gęstym środowisku, tzn. jakby w powietrzu przeistoczonym w gęstą, przezroczystą ciecz, stawiającą opór ruchowi. Wtedy można z odległości mniej więcej ponad dwóch metrów przesuwając delikatnym, muskającym ruchem dłoni w kierunku partnera. W pewnym momencie ręka napotka niewidzialną dla zwykłego wzroku barierę, granicę, za którą znajduje się bardziej gęsty obszar. To właśnie "kokon". Przemieszczanie ręki w jego obrębie wywołuje w dłoni odczucie delikatnego kłucia i jakby wiejącego przez nią "wiatru" energetycznego.

Kiedy dobrze opanujemy sposób określania granicy "kokonu", możemy rozpocząć następny etap nauki. Teraz powinniśmy muskać tę granicę wokół całego ciała pacjenta: jeżeli będzie zdrowy, to granicę znajdziemy wszędzie w jednakowej odległości od powierzchni ciała, jeżeli zaś chory, to naprzeciw chorych miejsc spostrzeżemy wypukłości lub wklęsłości. Pierwsze odpowiadają strefom ciała o patologicznie zwiększonej aktywności bioenergetycznej, drugie zaś o obniżonej.

W ten sposób można rozpoznać choroby w okresie utajonym, a także ogniska powolnie przebiegających procesów chorobotwórczych, których chory może nawet nie podejrzewać.

Po opanowaniu tej techniki, można dokładnie określać nawet drobne ogniska chorobowe, jak próchnica zęba lub choćby zwykły ropień.

Tę metodę (podobnie jak przytoczone w dalszym ciągu pracy) można stosować w przypadku zwierząt oraz roślin.

Niekiedy (np. kiedy "kokon" jest duży) wygodniej jest diagnozować nie na podstawie granicy "kokonu", lecz badając zmiany gęstości oraz inne cechy pola energetycznego wewnątrz "kokonu". Wtedy dłoni

*** Używa się terminu "aura", lecz tak samo określa się kilka innych zjawisk; dlatego gwoli precyzji terminologicznej lepiej jest przyjąć termin "kokon".

bioenergoterapeuty przesuwają się równolegle do powierzchni ciała pacjenta (wielu ekstrasensów wykorzystuje tylko ten sposób). Jest on nieprzydatny do diagnozowania w przypadku pacjentów o dobrze rozwiniętych czakrach, które dodają swoje pola. Należy zaznaczyć, że ubranie z materiału syntetycznego — lub niekiedy też wełnianego — utrudnia lub wręcz uniemożliwia wszelką bioenergo-diagnostykę.

Bardziej skomplikowana technika jest związana z tzw. jasnowidzeniem, czyli widzeniem — w tym przypadku — energii, nie postrzeganych zwykłym wzrokiem. Niektórzy ludzie posiadają taką zdolność wrodzoną, lecz praktycznie wszyscy chętni zdobywają tę umiejętność przez systematyczne praktykowanie radża jogi (również według systemu W.W. Antonowa).

W celu ułatwienia przyswojenia sobie tej formy jasnowidzenia, można umieszczać badaną część ciała pacjenta w energopolu swoich rąk (czyli pomiędzy dłońmi). Zwróćmy uwagę, że jasnowidzenie tego rodzaju odbywa się nie za pomocą oczu, ale bezpośrednio przez świadomość, którą wtedy najlepiej skoncentrować z tyłu swojego ciała albo w meridianie *ćitrini** [3].

Naukowe pojmowanie tego zjawiska jest możliwe jedynie po przyjęciu następujących twierdzeń:

- Natura całego wszechświata, a także konkretnego żywego organizmu, jest wielowymiarowa (dokładniej zob. [1]).

- Ludzka świadomość może przenikać — dzięki specjalnym metodom treningu** radża i buddhi jogi — w głąb wielowymiarowego wszechświata i bezpośrednio poznawać różne przestrzenne wymiary.

- Świadomość ma naturę energetyczną; świadomość indywidualna*** jest nosicielem samoodczuwania i samoświadomości, przy czym ewoluuje, zmieniając się zarówno jakościowo, jak i ilościowo (tzn. w swojej "masie").

Myślenie materialistyczne, które w wielu krajach dominowało przez ostatnie dziesięciolecie, doprowadziło do faktycznego utożsamienia w potocznym i naukowym rozumieniu dwóch zupełnie różnych pojęć: "umysł" i "świadomość"****, co zahamowało rozwój psychologii i nauk z nią związanych. Obecnie pominę opis metod rozwoju świadomości i jasnowidzenia, zaznaczając tylko, iż konieczne jest usubtelnienie sfery emocjonalnej, praca z czakrami i najważniejszymi meridianami [3].

Ekstrasensowie, którzy opanowali już omówioną formę jasnowidzenia, m.in. mogą w zaatakowanych chorobowo częściach ciała pacjentów obserwować (szare lub czarne) energie; ich usunięcie za pomocą wybranych technik prowadzi (natychmiast lub po pewnym czasie) do uzdrowienia.

Oprócz zaprezentowanych metod bioenergo-diagnostyki, stosuje się także inne, bardziej skomplikowane techniki. Przykładowo należy do nich

* Jeden z kanałów w obrębie kręgosłupa, zwany też *brahmanadi*.

** Niektórzy ludzie mają taką umiejętność wrodzoną. Można to poczytać za realizację doświadczeniu z poprzednich żywotów.

*** Nie rozpatruję tu terminu "świadomość społeczna", który ma zupełnie inne znaczenie.

**** W sanskrycie odpowiednio *manas* i *buddhi* [8].

odtworzenie, na podstawie informacji bioenergetycznej lub innej, obrazu (“fantomu”) pacjenta, znajdującego się daleko od bioenergoterapeuty i następnie diagnozowanie na tej podstawie. Można również przenosić koncentrację swojej świadomości ku pacjentowi, niezależnie od odległości od niego, i tam uzdrawiać. Możliwe jest również uzdrawianie bez postawienia diagnozy, o czym jeszcze będzie mowa.

Pierwsza i najbardziej znana z podstawowych metod bioenergoterapii to oddziaływanie własną bioenergiją, wypromieniowywaną przez dłonie, które można umiejscowić w pewnej odległości od ciała bądź na nie nałożyć lub oddziaływać jednocześnie z wykonywaniem masażu. Ta metoda charakteryzuje się znacznym wykorzystaniem energii, nagromadzonej w organizmie uzdrowiciela, który przez to — co jest istotnym mankamentem — ulega silnemu osłabieniu i staje się nieodporny na szkodliwe czynniki. Ten niekorzystny efekt łagodzi (najlepiej zaraz po skomplikowanych zabiegach) spożycie przez uzdrowiciela posiłku, a czasem sen.

W dużym stopniu takiego wyczerpywania energii można uniknąć, stosując inną technikę, polegającą na wykorzystywaniu energii zewnętrznej, a nie nagromadzonej w organizmie bioenergoterapeuty. Energia ta może przechodzić m.in. przez jego czakry, w tym przypadku odgrywające rolę jakby skupiających soczewek. Uzdrowiający strumień jest wówczas przenoszony przez ciało od tyłu do przodu. Jednocześnie kontroluje się ten proces, wykorzystując zdolność jasnowidzenia, a zadanie bioenergoterapeuty polega głównie na oczyszczeniu — we wszystkich dostępnych dla niego przestrzennych wymiarach — organizmu pacjenta z ciemnych energii. Oddziaływanie przez czakry może być połączone z manipulowaniem rękami i energooddziaływaniem także i przez nie (warto zaznaczyć, iż odzież syntetyczna uniemożliwia albo bardzo utrudnia zabieg).

Technika ta świetnie rozwija energosystemy organizmu bioenergoterapeuty, a jednocześnie uczy go obcowania z otaczającą, wielowymiarową przestrzenią. Zazwyczaj pozwala na zrozumienie celowości uprzedniego nastawienia poprzez modlitwę-medytację. Dzięki temu podczas zabiegu terapeuta może uzyskać poczucie, że jego organizm to narzędzie, którym posługuje się zewnętrzna Moc Powszechnej Miłości, on sam zaś jest raczej tylko świadkiem odbywającego się misterium.

Doświadczenie wskazuje, że nie wszystkich chorych udaje się uleczyć tylko przez “przemywanie” ich strumieniem energii. Skłania to do poszukiwania bardziej skomplikowanych metod oddziaływania, na przykład z wykorzystaniem techniki wizualizacji w celu wykonywania różnych “operacji chirurgicznych” w wielowymiarowym organizmie człowieka. Otóż tam — w tamtych przestrzennych wymiarach — stwarzane wolał uzdrowiciela, jego osobistą siłą obrazy są realnie efektywne, co potwierdza natychmiastowa zmiana stanu chorego po tego rodzaju oddziaływaniach*.

W terapii przeprowadzanej u osób ciężko chorych można połączyć działania dwóch lub więcej bioenergoterapeutów, z których jeden kieruje

* Przeciwno niekompetentnym i nierzetelnym twierdzeniom, że w uzdrawianiu główną rolę odgrywa sugestia i autosugestia, przekonywająco świadczą uzdrawianie zwierząt.

przebiegiem "operacji", wykorzystując swoje jasnowidzenie, a inni wykonują zabieg.

Wydoskonaleni w swojej sztuce bioenergoterapeuci potrafią także przeprowadzać "energoanestezję" w trakcie złożonych operacji tradycyjnych. Niektórzy filipińscy uzdrowiciele wykonują bezbolesne energooperacje, wprowadzając swoje fizyczne ręce do ciał pacjentów (przy tym nie korzystają z tnących narzędzi chirurgicznych).

Choroby zakaźne (w odróżnieniu od spowodowanych energetycznymi lub mechanicznymi obrażeniami) nie zawsze całkowicie ustępują pod wpływem oddziaływania bioenergoterapeuty, gdyż zwykle nie niszczy ono mikroobów i wirusów. Wtedy użycie bioenergoterapii pozwala: oczyścić organizm chorego od następstw niszczącego wpływu mikroobów i wirusów, usunąć bądź tymczasowo osłabić objawy choroby oraz wzmocnić odporność organizmu. W przypadku chorób zakaźnych odpowiednim sposobem leczenia będzie zatem połączenie metod bioenergetycznych i farmaceutycznych. (Należy jednak dodać, że dla początkującego bioenergoterapeuty może być niebezpieczne podejmowanie się uzdrawiania pewnych chorób, takich jak rak i grypa).

Następujące reguły uzdrawiania — obowiązujące bioenergoterapeutę — pozwalają uniknąć nieświadomego wyrządzania krzywdy pacjentom:

- Co najmniej na dobę przed zabiegiem nie wolno spożywać napojów alkoholowych. Pod ich wpływem bioenergia organizmu terapeuty nabywa chorobotwórczych właściwości, co na zewnątrz objawia się szarawym zabarwieniem emitowanych strumieni.

- Nie należy próbować oddziaływania na innych, jeśli jest się samemu chorym, ponieważ energoinformację o dolegliwości przekaże się choremu.

- Należy unikać wpływu na tych chorych, którzy posiadają znacznie subtelniejszą od terapeuty "energetykę", aby nie uszkodzić ich energosystemów.

- Nie powinno się oddziaływać na wegetarian (chodzi o osoby nie spożywające produktów pochodzących z połowów i uboju), których "energetyka" z reguły jest nieporównanie czystsza i subtelniejsza, jeśli terapeuta sam nie odżywia się w ten sposób.

- W czasie zabiegów nie wolno dopuszczać do powstania niesubtelnych emocji negatywnych, niepokoju i zniecierpliwienia, a należy koncentrować się na współczuciu dla chorego i poszukiwaniu możliwości pomocy. Wszelkie inne myśli i emocje zniekształcają oraz zanieczyszczają wpływające z bioenergoterapeuty energostrumienie.

Odstępstwo od wskazanych reguł może prowadzić do wyrządzenia krzywdy pacjentowi, nawet jeżeli główny objaw choroby zostanie usunięty.

Warto dodać, że pycha, dążenie do sławy i nadmiernego bogacenia się nie przyozdabiają uzdrowiciela. Jednak z pewnością, jeżeli tylko chce tego, może liczyć na materialne wynagrodzenie za swoją niełatwą pracę, związaną nie tylko ze stałymi, znacznymi stratami energii, ale także z "zabrudzeniami" bioenergetycznymi, przejmowanymi od chorych i nierzadko doprowadzającymi do rozwoju schorzeń u niego samego*.

Uzdrowianie stanie się również świetną drogą rozwoju duchowego**, jeśli doskonalący się w swej sztuce uzdrowiciel odpowiednio przechodzi pojawiające się próby natury etycznej, przede wszystkim nigdy nie zadowala się poziomem swojego rozwoju. Wtedy pomagając innym, kształtuje zarówno bezinteresowną miłość wraz z gotowością do poświęcania, jak i powiększa zasób wiedzy o wielowymiarowym świecie, czyli także naturze człowieka oraz sposobach udzielania mu różnego rodzaju pomocy; aktywne słuźenie innym wzmaga również osobistą moc bioenergoterapeuty.

Wykorzystywanie metod radźa i następnie buddhi jogi, wraz z przyswajaniem etyki (karma i bhakti joga [9,16,17,19,20]) oraz gromadzeniem poznania (dźniani joga) — pozwala na osiągnięcie najwyższych form uzdrawiania, przykładowo takich, jakie demonstrował Jezus Chrystus. Nie trzeba wtedy ustalać diagnozy, wysyłać strumieni energii lub wizualizować narzędzi chirurgicznych...

Wystarczy tylko, wiedząc z całą pewnością, że chory jest godny uzdrowienia, dotknąć go swoją bosko doskonałą świadomością. Wcześniej jednak należy przemierzyć takie stopnie, jak *Samadhi*, *Nirwana*, "krystalizacja"***. Krótko wyjaśniając: *Samadhi* oznacza emocjonalny stan szczęśliwości wyższego rzędu, przeżywany przez człowieka w trakcie początkowych "wejść medytacyjnych" w najwyższy przestrzenny wymiar. *Nirwana* to taki stan, w którym świadomość rozpływa się w najwyższych przestrzennych wymiarach, czemu towarzyszy zdolność obserwacji

* W celu samooczyszczenia początkującemu bioenergoterapeucie można polecić następujące techniki: kąpiele w lodowatej wodzie, oczyszczenie własnych czakr i meridianów (z uwzględnieniem informacji podanej w przypisie na str. 8). ćwiczenie *latihan* (technika medytacyjna, opracowana przez B.M. Subuha [5,71, która polega na uświadamianiu potoku "łaski Bożej", z góry w dół spływającego przez ciało. Modyfikacje *latihanu* są stosowane również w innych systemach [3,13], np. hesychastycznym ruchu duchowym), ćwiczenie *Pranawu* (podobna do metody Subuha medytacja z odczuwaniem potoku brzmiącej dźwiękiem *Aum* "kosmicznej rzeki" *Pranawy*; wspomniana jest przez jednego z nauczycieli krija jogi Śri Juktasvara Giri [22]; *Pranawa* w odróżnieniu od *latihanu* przepływa od tyłu do przodu) oraz inne [3], a w niektórych — rzadkich — przypadkach te same ćwiczenia po wypiciu mocnej kawy lub herbaty. Bioenergoterapeuta zachorowuje najczęściej na następny dzień po zabiegu.

** Słowo "duchowość" powstało od określenia ewangelicznego "Bóg jest Duchem" (J 4,24) i oznacza, że człowiek jest blisko ostatecznego celu swojej egzystencji: Boskiej Doskonałości, na wysokim poziomie rozwoju najwyższych przymiotów, jak miłość, mądrość, moc. Pierwszą oznaką stanu duchowości w człowieku jest ogrom jego miłości, im bardziej są w nim rozwinięte współczucie, gotowość i zdolność do aktywnej pomocy innym, im wyższy jest jej poziom, im większa jest tolerancja, umiejętność pojmowania problemów innych ludzi, a także im bardziej człowiek przemógł egocentryzm, w takich jego przejawach jak dążenie do stawy i bogactwa, agresywność, zawiść, drażliwość, samozadowolenie, przemoc — tym większa jest jego "duchowość".

*** Termin G.I. Gurdziejewa [5,18].

wielowymiarowego świata z jego pierwotnej głębi. Proces powiększania "masy" świadomości to "krystalizacja"^{****} [1,18]; może ona być prawidłowa i nieprawidłowa. Pierwsza odbywa się w najwyższych przestrzennych wymiarach, druga zaś w gęstszych warstwach wszechświata. Ta druga umożliwia zarówno czynienie "pięknych cudów", jak i brutalne zdławianie woli innych ludzi (niestety, nie można powiedzieć, że mające ją osoby są bliskie doskonałości).

Warto również zastanowić się — co może zabrznieć paradoksalnie — czy w ogóle trzeba uzdrawiać i w jakich przypadkach?

Bezspornie uzdrawianie jest korzystne dla bioenergoterapeuty, czy jednak można tak stwierdzić w odniesieniu do chorego? Każda choroba to wynik zakłócenia harmonii ekologicznej człowieka z otoczeniem, w większości przypadków naruszenie przez niego tych lub innych zasad etycznych, z których główna to miłość do wszystkich ludzi, każdej żywej istoty, całego wielowymiarowego makroekosystemu, a także wyższych form jego świadomości. Z reguły zatem choroba wskazuje, że coś należy zmienić na lepsze, a bezmyślne uzdrawianie często uniemożliwia zastanowienie się nad tym. Uzdrawiając ciało, możemy zatem zaszkodzić duszy. W wielu przypadkach czy nie byłoby słuszniej najpierw umożliwić choremu poznanie przyczyny swojej dolegliwości, wskazać mu sposób samoleczenia, a dopiero wtedy w miarę potrzeby uzdrowić jego ciało.

Oczywiście, trudno mówić o jednej, uniwersalnej metodzie postępowania. Z reguły i tu obowiązuje zasada "złotego środka". Przecież przykładowo i samo-uzdrowienie ciała może być bodźcem do obudzenia ze snu, rozpoczynającym poszukiwania nieznanych prawd, z których opanowywanie sztuki uzdrawiania umożliwia samorealizację i rozwój własnego potencjału Miłości.

O BIOLOKACJI

Wykorzystując ramkę lub inne przedmioty, możemy zauważyć dwa mechanizmy biolokacji. W obu przypadkach konieczna jest umiejętność wyłączenia sterowania mentalnego własną ręką, jakby "odcięcie się" od niej lub nawet od całego ciała. Czasem taka umiejętność jest wrodzona, lecz również stosunkowo łatwo można ją rozwinąć za pomocą metod samoregulacji psychicznej (np. stosując pierwszy stopień treningu autogennego J. Schultza); jest ona również jednym z podstawowych elementów laja jogi (laja to "rozpuszczenie", "zniknięcie").

Pierwszy mechanizm polega na reakcji bioenergostruktur organizmu operatora na zewnętrzne pola o różnej naturze. Przykładowo, kiedy operator przemieszcza się po powierzchni Ziemi (lub nad nią), to wówczas przecina granice stref polowych, zależne od minerałowej bądź innej struktury danej części skorupy ziemskiej. Najwyraźniej to się przejawia w tzw. miejscach

^{****} Kolejny etap w doskonaleniu to *Nirodhi*, kiedy to prawidłowo "skryształizowana" świadomość jest przenoszona w stan "nie-ja"[1,10].

mocy. Na przecięciu granic takich obszarów można zaobserwować opuszczenie, podnoszenie, odchylenie przedmiotu trzymanego przez operatora w ręce lub zmianę prędkości obrotowej ramki. Oczywiście, natura przedmiotu stosowanego jako indyktor jest bez zasadniczego znaczenia, np. może to być wierzbowa witka bądź każdy inny lekki przedmiot o podobnym kształcie; jeśli używa się ramki biolokacyjnej, to nieważny jest materiał z jakiego została wykonana. W ten sposób m. in. można wykrywać złoża podziemnych użytecznych kopalin, próżnie pod ziemią i w ścianach, prowadzone pod ziemią rury, itp. Tak samo bada się naładowane energetycznie, wytworzone przez ludzi przedmioty, a także ludzkie ciała, które również tworzą pola energetyczne.

Drugi mechanizm biolokacji polega na oddziaływaniu zewnętrznej świadomości na rękę operatora. Zjawisko to ze względu na swój mechanizm jest analogiczne do metody pisma automatycznego [6] lub niektórych innych zjawisk parapsychicznych. Za pomocą takiego badania jednorodnych energetycznie przedmiotów można otrzymywać odpowiedzi typu "tak" lub "nie", ilościowo oceniać zjawisko (według kąta odchylenia lub prędkości obrotowej ramki), odszukiwać obiekty (w terenie lub na mapie, schemacie), itp.

Warto zaznaczyć, że pierwszy mechanizm zapewnia obiektywność badania, drugi zaś nie. Podczas tego samego seansu oba mechanizmy mogą się łączyć, dlatego należy zawsze być krytycznym odnośnie do wyników, zwłaszcza mających znaczenie etyczne.

Jednak używanie w biolokacji przyrządów pomocniczych, jak ramki, wahadła, witki, itp., nie jest konieczne. Najlepszym i najwrażliwszym mechanizmem biolokacji jest bowiem wysubtelniona i prawidłowo "skryształizowana" ludzka świadomość. Do takiego wniosku dochodzą operatorzy, którzy rozwinęli wrażliwość świadomości dzięki pracy z przyrządami; tymczasem przez metody radża i buddhi jogi takie zdolności można szybciej i łatwiej osiągnąć.

MIEJSCE RADŻA I BUDDHI JOGI W EWOLUCJI

Joga to droga ku połączeniu się z Bogiem. Kim jednak jest Bóg? To słowo jest różnie rozumiane. Miał rację G. I. Gurdżijew, kiedy powiedział, że każdy człowiek ma swoją religię. Rzeczywiście, trudno znaleźć dwoje ludzi, którzy by jednakowo pojmowali swoją religijną drogę, nawet jeżeli przynależą do tego samego wyznania.

Słowem "Bóg" niektórzy ludzie określają tego lub innego boga-ducha z pogańskiego panteonu. Pierwotnie było to właściwe dla wszystkich narodów: takim realnym duchem, nazywając je bogami, lub postaciom zupełnie mitologicznym oddawano cześć zarówno w starożytnej Indii, co odzwierciedlają cztery Wedy, jak i w starożytnej Grecji i Rzymie oraz na ziemiach rosyjskich.

Później jednak — w Indii od Kriszny, w Judei przez żydowskich proroków, a w Chinach dzięki Lao-Tsy — ludzie otrzymali informacje o

istnieniu zasadniczo innej Mocy kosmicznej: Boga Stwórcy, Wszechobecnego i Wszechwiedzącego Władcy. W różnych językach określające Go słowo brzmi niejednakowo, lecz oznacza jedno: Pierwotna Powszechna Świadomość Stwórcy, która (określana naukowymi terminami) znajduje się na najgłębszym w stosunku do fizycznego świata planie wielowymiarowego wszechświata.

Istnieje również jeszcze jedno monoteistyczne ujęcie “Boga”. To Bóg jako Absolut, tj. Wszystko, jako Stwórca, Który stworzył z Siebie Swoje Stworzenie i w tym sensie jest współistotny z nim.

Można także mówić o Bogu w aspekcie osobowym, lecz uważając, by nie popaść w pogaństwo. W monoteizmie taki stosunek jest dopuszczalny, gdyż Wszechobecny Stwórca może się przejawiać w niektórych inkarnowanych ludziach, którzy osiągnęli Boską Doskonałość.

Po to, aby zrozumieć innych ludzi, mówiących o Bogu i chcąc, by oni zrozumieli nas, należy mieć na względzie te różnice.

Najpełniejsze wiadomości o ewolucji można znaleźć tylko w jednej z pradawnych ksiąg — w indyjskiej Bhagawadgicie. Zawarto tam duchowe rozmowy królewicza Ardżuny z Iśwarą (Bogiem-Ojcem), przemawiającym przez ciało Boskiego Kriszny. Właśnie w Bhagawadgicie podano wyczerpujące informacje na temat tego, kim jest Bóg, kim jest człowiek, na czym polega sens jego życia, według jakich podstawowych praw przebiega jego ewolucja. Można mówić o ewolucji ludzkości, o ewolucji konkretnego człowieka i o ewolucji Boga, co jest ściśle ze sobą powiązane.

Ewolucja Boga przebiega cyklami, które w nowoczesnej astronomii określa się kosmiczne pulsacje. Cykle te w sanskrycie noszą nazwę manwantar. Każda manwantara składa się z kalpy, odstępu czasowego, gdy istnieje “przejawiony” na planie materialnym świat, i pralaji, odstępu czasu, gdy “przejawiony” świat zanika. Te etapy manwantary w Bhagawadgicie porównuje się z “dniem” i “nocą” Brahmiana (Ducha Świętego).

Każda manwantara zaczyna się od kolejnego “stworzenia świata” (mówiąc językiem biblijnym) i kończy się “końcem świata”, kiedy istniejące w stworzeniu warunki już się wyczerpią. Bóg w ciągu *manwantary* przechodzi określony cykl Swojej ewolucji.

Później nastąpi nowe “stworzenie świata”, które może być całkiem odmienne od poprzedniego. Nie należy przypuszczać, że w następnym stworzeniu będzie taka sama Ziemia, z takimi samymi fizycznymi ciałami ludzi i innych stworzeń. Nie, wszystko będzie całkiem inaczej, choć nie ma sensu snuć domysłów — jak.

Na początku każdej *manwantary* Stwórca przejawia się w Swoich trzech podstawowych elementach:

- *prakriti*, tj. protomaterii (energii, z której potem powstaje substancja gęsta -materia);

- *nizszej puruszy*, tj. tej energii, która w danej *manwantare* ma rozwijać się w warunkach, w tym celu stwarzanych w *prakriti*:

- *Najwyższej Puruszy*, tj. Stwórcy, który pozostaje Świadkiem ewolucji *puruszy* w *prakriti*, celem osobistej ewolucji każdej jednostki. Najwyższym Nauczycielem.

W rezultacie każdej *manwantary* Stwórcy dołącza do Siebie te jednostki *puruszy*, ewoluującej w fizycznych ciałach, które zdążyły przejść pełny cykl swojej osobistej ewolucji i osiągnęły Boską Doskonałość. Całe stworzenie jest przeznaczone właśnie na to, w tym zawiera się sens wszystkiego: przez to zachodzi, na tym polega ewolucja samego Boga.

Niektórzy mistycy poruszają kwestię zniknięcia dla nich czasu w trakcie medytacji, a skoro tak, to obiektywny czas — twierdzą — nie istnieje. Tak jednak nie jest, po prostu bywa on różny. Czas ziemski mierzy się okresami obrotu Ziemi dookoła swej osi (doba) i dookoła Słońca (rok). Te jednostki obiektywnego czasu ziemskiego ludzie podzielili na jednostki umowne: miesiące, godziny, minuty, sekundy; natomiast czas kosmiczny mierzy się *manwantarami*.

Rozpatrzmy teraz, jak następuje ewolucja *puruszy*. Rozpoczyna się od kształtowania na krystalicznej sieci *minerałów* pierwszych zaczątków pierwotnie rozproszonej energii. Każdy minerał ma okres swojego “dzieciństwa”, “dorosłości”, “starości”, następnie rozpada się, “umierając”. Później ukształtowana cząstka energii wciela się w *data roślinne*, rozwija się w nich od wcielenia do wcielenia. Kolejno występują wcielenia w *data zwierząt*, od prymitywnych do coraz bardziej rozwiniętych; następnie ewolucja jest kontynuowana w *datach ludzkich*, tzn. każdy z nas ma ogromną prahistorię wcielań w różne ciała. Jedni z nas mają za sobą już wiele ludzkich wcieleń, inni zaś stali się ludźmi po raz pierwszy. Od tych ostatnich nie można oczekiwać, iż od razu potrafią osiągnąć swobodę myślenia religijnego i według niego żyć. Na razie prowadzą odmienny tryb życia, lecz wcale nie dla tego, że są źli, a z tego powodu, że po prostu są jeszcze młodzi, niezależnie od wieku ich obecnych fizycznych ciał. Kiedyś również zostaną myślicielami o gruntownym wykształceniu, a potem możliwe, że spełnią najwyższe przeznaczenie człowieka — połączą się ze Świadomością Stwórcy.

O tym najwyższym przeznaczeniu mówili Jezus i Kriszna. Jezus powiedział: “*Bądźcie wy tedy doskonali, jak Ojciec wasz Niebieski doskonały jest*” (Mt 5,48), tj. zmierzajcie ku Boskiej Doskonałości, stańcie się tacy, jak Bóg. W Nowym Testamencie zawarto przykazanie: “*Bóg jest Duchem, a ci, którzy Mu cześć oddają, winni Mu ją oddawać w duchu i prawdzie*” (J 4,24), tj. człowiek powinien uświadomić sobie siebie nie jako ciało, lecz jako ducha, tzn. świadomość, cząstkę energii świadomości. Jako świadomość powinien kształtować swoje wzajemne stosunki z Bogiem-Duchem, tj. z Bogiem Świadomością, Wszechobecną Najwyższą Świadomością, aby w końcu przyjść ku zjednoczeniu się z Nim. O tym finalnym akcie ludzkiej ewolucji tak powiedziano w “Księdze dla doskonałych” apostoła Tomasza: człowiek powinien przez swoje duchowe wysiłki połączyć się z Ojcem (dokładniej stwierdzono — “z Królem”) i pozostać w tym zjednoczeniu na zawsze [17]. Na ten temat o wiele więcej mówi Bhagawadgita; podano w niej podstawy buddhi jogi — jogi świadomości, jogi pracy ze świadomością.

Człowiek najpierw powinien poznać *Atmana*, dotknąć energii najwyższego, najsubtelniejszego przestrzennego wymiaru w granicach swojego wielowymiarowego organizmu. Właśnie przez połączenie z *Atmanem*, tj.

dokładnie tym samym Duchem Bożym, który mieszka w nas, jak to określa apostoł Paweł (I Kor 3,16), przez poznanie Stwórcy wpierw wewnątrz własnych organizmów, a potem i poza nimi, dochodzimy do stopienia się z Nim. *“Skieruj swoje myśli na Mnie, zanurz swoją świadomość we Mnie, zaprawdę będziesz żył wtedy we Mnie”!* (12:8) — tak tę myśl formułował w Bhagawadgicie Iśwara [8]. Zawiera też następujące wielkie i piękne słowa: *“Jeśli wyznaczysz Mnie swym Najwyższym Celem — przyjdiesz do Mnie, będąc pochłonięty Atmanem”*. Jest to jedna z najwspanialszych medytacji: osiągamy połączenie z Bogiem przez to, że pozwalamy sobie pochłoniąć...

Mówili o tym nie tylko Kriszna i Jezus, ale do tego doszli chińscy alchemicy i buddyści Tybetu, meksykańscy Indianie-Toltekowie, muzułmańscy sufi. Mamy więc realną możliwość, by na zawsze utonąć w objęciach swojego Wielkiego Wszecobecnego Ukochanego Oblubieńca — Boga! Jednak w tym celu przede wszystkim powinniśmy wystarczająco Go kochać oraz stać się godnymi tego połączenia, tj. doskonałymi.

Rozpatrując łańcuch ewolucyjny *minerały — rośliny — zwierzęta — człowiek*, zauważamy, że kamienie (jak się okazuje) mają pewną osobliwą pamięć. Można, dysponując pewnym doświadczeniem w zakresie jogi, odczytać informacje, zawarte w tej pamięci. W tym celu muszą być zachowane określone warunki. Po pierwsze, kamienie powinny mieć doświadczenie w obcowaniu z ludźmi. Występują kamienie “odludki”, które nie “poznały” ludzi i nie nawiązują tego typu kontaktu, w przeciwieństwie do takich, które leżą — bądź wcześniej leżały — w ludnych okolicach, np. w pobliżu domów, w miejscach odpoczynku ludzi i chętnie się kontaktują. Po drugie, kamień musi być rozgrzany ciepłem słonecznym lub np. ogniska. Po trzecie, sam człowiek powinien móc wchodzić do subtelnych przestrzennych wymiarów, co osiąga się dzięki technikom radża i buddhi jogi.

Jeżeli dostać się, koncentrując swoją świadomość na subtelnych poziomach, do kamienia, to można odczytywać te zawarte w nim informacje, obejmujące to, czego świadkiem był w przeszłości. Można zatem zanurzyć się w czasach, gdy kamień leżał na brzegu morza, a nad nim latały z krzykiem mewy... zobaczyć epizody wojny... odczytać z pamięci kamienia silne ludzkie emocje. Przykładowo, na terytorium byłej ziemi fińskiej odnaleziono kamień, który służył jako ławka obok domu i był świadkiem najpierw wielkiej harmonii i miłości młodej fińskiej rodziny, a potem jej strasznej rozpacz, gdy zbliżyły się wojska stalinowskie i trzeba było porzucić swój ukochany dom... Wielu z naszych uczniów (szkoły W. W. Antonowa — przyp. tłum.) w tamtym miejscu nie mogło powstrzymać łez...

Rośliny dysponują nie tylko pamięcią, lecz także emocjami (oczywiście na ich “roślinnym” poziomie). Możliwe, że słyszeliście bądź czytaliście o badaniach amerykańskiego kryminalistyka Bakstera, następnie powtórzonych w wielu laboratoriach na świecie*. Ich istota polegała na rejestrowaniu za pomocą przyrządów elektrofizjologicznej odpowiedzi rośliny na skierowaną na nią z odległości kilku metrów emocję człowieka, np. agresywną chęć przypalenia liścia...

* Jeszcze wcześniej to odkrył indyjski naukowiec J.C.Bos, jednak na Zachodzie tego nie zauważono (wg [21]).

Zwierzęta dysponują nie tylko pamięcią i emocjami, ale też intelektem; one myślą. Człowiek zaś ma jeszcze jedną możliwość: rozwój świadomości. Nie oznacza to jednak, że wszyscy ludzie posiadają świadomość. By ją uzyskać, muszą przejść pewne stopnie ewolucji w ludzkich ciałach.

Czym jest świadomość? W prymitywnym materializmie ateistycznym mówiono o “społecznej świadomości” bądź utożsamiano ten termin z określeniem “intelekt”. W psychologii fundamentalnej jednak pod tym słowem rozumie się cząstkę samouświadamiającej się energii. Porównując to z sanskrytem, można zauważyć, że tam umysł oznacza się słowem *manas*, a świadomość — *buddhi*. W pełni mogą to pojąć tylko ci ludzie, którzy już rozwinęli swoją świadomość za pomocą metod buddhi jogi. Jedynie dla nich świadomość stanowi realność empiryczną, a nie po prostu słowo. Nawet w Indiach są szkoły religijne, dla adeptów których świadomość nie stała się jeszcze rzeczywistością i słowo *buddhi* traktują jako “najwyższy rozum”.

Świadomość zatem jest energią i jedno z zadań człowieka polega na tym, aby rozwinąć, zwiększyć ilość tej energii aż do skali kosmicznej, właśnie w najwyższych, najsubtelniejszych planach wszechświata, aby potem, unicestwiając swoje “ja” dzięki specjalnym technikom buddhi jogi, wtopić swoją świadomość w Świadomość Stwórcy...

Praktyczne doświadczenia naszej szkoły pokazują, że człowiek, który przyswoił kurs radża jogi pierwszego stopnia (tj. około 5 miesięcy zajęć) ma “objętość” świadomości porównywalną z piłką tenisową. Po ukończeniu jeszcze kilku kursów kolejnych stopni, potrafi już dosięgać swoją “skryzalizowaną” (tj. rozwiniętą) świadomością dowolnego punktu w obrębie Ziemi i otaczającej ją przestrzeni (oczywiście, udaje się to nie wszystkim, którzy rozpoczynają naukę).

Taki efekt osiąga się dzięki praktykowaniu metod zwiększania ruchliwości usubtelnianej świadomości, a następnie przez “pielęgnację jej rozrostu” (“krystalizację”) za pomocą specjalnych technik — najpierw w granicach bioenergetycznej otoczki wokół ciała (nazywanej “kokonem”), a potem też poza nią.

Energii dla “krystalizowanej” świadomości przede wszystkim dostarcza zwykłe pożywienie. Energia, która wyzwala się przy biochemicznym przetwarzaniu cząstek *prakriti* w naszych ciałach, jest spożytkowana na kształtowanie najpierw *niższej puruszy*, a następnie *Puruszy Najwyższej*. Z tego powodu m. in. potrzebujemy wcieleń i właśnie dlatego ewolucja ludzkiej świadomości nie może następować w stanie nieucieleśnionym.

Ponownie zaznaczę, że *purusza* “żywi” się *prakriti*, aby rosnąć. Całe stworzenie materialne istnieje właśnie po to, aby zasiedlić je przez materialne ciała fizyczne, dając im mechanizm samoreprodukcji, a potem pielęgnować w nich rozrost energii *puruszy* i *Najwyższej Puruszy*.

Jednak powodowanie rozrostu “masy” świadomości jest niełatwe: to bynajmniej nie proces mechaniczny. Aby to wyjaśnić, należy bliżej rozważyć kwestię ewolucji człowieka w szeregu wcieleń. Przede wszystkim objaśnię znaczenie dwóch terminów: ontogenezy, tj. rozwoju osobnika w granicach jednego wcielenia, w jednym ciele, i psychogenezy, tj. rozwoju duszy,

ewolucji w szeregu wcieleń.

Schematów psychotypizacji ludzi, które odzwierciedlają stopnie psychogenezy, jest dużo. Systemy takie powstawały w Indiach, kilka rozwinął Gurdżijew, mówią o tym również nasze publikacje [3,13].

Najprostszy schemat to opisane w Bhagawadgicie *guny*. Pierwsza z nich to *tamas*, tj. ciemność, tępota, ignorancja. Następna — *radžas*, tj. etap, gdy człowiek rozpoczyna aktywny proces swojego rozwoju, wynurza się z zakutego prymitywizmu, wzrasta jako bojownik, a potem właśnie jako lider, przywódca, organizator. Trzecia *guna* to *sattwa*, tzn. czystość, harmonia, błogostan, szczęście; jednak Kriszna w Bhagawadgicie uczył, aby nie wpadać w pułapkę *sattwy*, gdyż potrafi “przywiązać” do siebie przez szczęście, które poznaje człowiek na tym stopniu swojego rozwoju. Kriszna nawołuje, aby śmiało odrywać się od *sattwy* i podążać dalej — ku *Iszarze* — przez kolejne starania w przeobrażeniu siebie.

Jednak nie można pominąć *guny sattwy*, bowiem tylko ona pozwala na utrwalenie się w subtelności, harmonii i spokoju, podobnie jak też nie sposób zostawić *guny radžas*, gdyż w niej jest opanowywana witalność oraz pozyskuje się niezbędną dla dalszego postępu moc. Można powiedzieć, iż w człowieku *sattwa* winna być wspierana przez moc i aktywność, wypracowane w *gunie radžas*. *Sattwa* musi być silna*.

Rozpatrzmy (podany zgodnie z Bhagawadgitą) kolejny system — indyjskie *warny*. Według niego człowiek najpierw jest przedstawicielem *warny siudrów*. Są to wcielone młode dusze. Ci ludzie sami jeszcze nic nie potrafią, powinni zatem uczyć się u dojrzałych (psychogenetycznie) osób, pomagając im w pracy.

Następnie człowiek zostaje *wajśją*, który już rozwinął intelekt do tego stopnia, aby być samodzielnym przedsiębiorcą, zajmując się rzemiosłem, rolnictwem, handlem, itp.

Po osiągnięciu pełni rozwoju w poprzedniej *warnie*, w naturalny sposób przechodzi się do *warny kszatrijów*, tj. staje się liderem, organizatorem, ofiarnym bojownikiem.

Po uzyskaniu najwyższej wiedzy duchowej, praktycznym przebyciu drogi religijnej najpierw jako uczeń, a potem przywódca religijny, dostępuje się — przez metody buddhi jogi — *Nirwany w Brahmanie*, zostając *Brahmanem*, reprezentantem najwyższej *warny*. (Można też mówić o potencjalnych *Brahmanach*, tj. tych osobach, które w swojej psychogenezie dojrżeli do tego, aby stać się *Brahmanami* już w tym wcieleniu).

Według innej skali psychotypizacji początkowo każdy człowiek może odczuwać siebie tylko jako ciało fizyczne, co występuje w młodości zarówno psychogenetycznej, jak i ontogenetycznej. Rzeczywiście, właśnie przez to się doskonaląc, dziecko najpierw powinno nauczyć się żyć na Ziemi, w świecie materialnym. Nie wolno odrywać dzieci od poziomu fizycznego, np. ucząc je skomplikowanych medytacji ani próbować je wtajemniczać w zbyt głębokie dla nich prawdy religijne. Podkreślam: każdy człowiek ma wpieryw umocnić się we

* W przeszłości sam popełniłem kilka poważnych błędów w ocenie niektórych uczniów, uznając słabych (według kryterium aktywności i intelektu), lecz usubtelnionych dzięki stosowaniu metod naszych kursów początkowych stopni, za posiadaczy prawdziwej *sattwy*. Ci ludzie bardzo boleśnie “spadali” w swój wyjściowy *tamas*, kiedy praca z nimi w naszej szkole się kończyła.

wzajemnym oddziaływaniu z planem fizycznym, przede wszystkim intelektualnie, nabywając wiedzę, doświadczenie w rozwiązywaniu powstających problemów. Dopiero wtedy można bezpiecznie zająć się poważną praktyką duchową. Należy do niej dopuszczać wyłącznie tych, którzy już nauczyli się mocno “stać na ziemi”. Człowiek znajdujący się na pierwszym stopniu widzi zatem jedynie *plan materialny* i postrzega siebie tylko jako ciało materialne.

Następny stopień to “*plan astralny*”. Na tym etapie zaczyna się rozumieć i odczuwać, że istnieje coś innego poza materią, doznawać swej nietożsamości z ciałem fizycznym, bardziej szczegółowo próbować się w tym rozeznaczyć, m.in. przez praktykę mistyczną. Osoby, które osiągnęły ten stopień jeszcze nie potrafią doświadczać Boskich poziomów świadomości, gdyż nie są usubtelnione i nie mogą do nich “wejść”, wobec tego zostają wciągnięte w obcowanie z nieucieleśnionymi istotami bardzo nie-subtelnych przestrzennych wymiarów, które niekiedy zaczynają odbierać jako swoich “nauczycieli”, a często i jako “Boga”.

Kosmiczny “plan astralny”^{*} to przybytek najmniej rozwiniętych pod względem ewolucyjnym, nieucieleśnionych istot, włączając ludzi. Trafiają tam m.in. ci, którzy w swoim ostatnim wcieleniu kultywowali niesubtelność energetyczną i stali się demonami. To właśnie w jakim stanie (według skali “subtelności--niesubtelności”) najczęściej przebywa się podczas życia w ciele, po jego opuszczeniu predestynuje do piekła, nieba lub powyżej niego.

Ogólnie przyjęto dzielić “plan astralny” na kilka podplanów; najniesubtelniejsze z nich tworzą piekło, wypełnione brutalnością, okrucieństwem, chciwością, kłamstwem.

Tak istotne zatem pod względem ewolucyjnym są zbawienna tendencja pozostawienia niesubtelnych stanów emocjonalnych oraz wszelkie usubtelnienie świadomości. *Pożądlliwość, gniew i chciwość — oto potrójne wrota piekła; ten, kto się od nich uwalnia, kreuje swoje własne dobro — mówi Kriszna [8].*

Piekło zatem nie jest umiejscowione, jak czasami się sądzi, na Księżycu lub jeszcze gdzie indziej na poziomie fizycznym. Piekło to najbardziej niesubtelne, niematerialne warstwy wielowymiarowego wszechświata, dokąd trafiają ci, którzy podczas życia w ciele rozwinęli w sobie demoniczne cechy. Lekceważyli oni walkę ze swoimi wadami, aktywnie je kultywowali bądź angażowali się w badanie “planu astralnego” oraz zestrzajali się z jego mieszkańcami.

Wobec tego “astralne” stadium rozwoju dobrze by było “przemknąć” jak najszybciej. W tym celu należy jak najpilniej skupić się na etycznej pracy nad sobą, zgodnie z przykazaniami, zawartymi w Bhagawadgicie, Nowym Testamencie i Tao-te-king oraz naukami wielu najlepszych szkół duchowych, takich jak Ramakrishny, Yoganandy, Rajneesha, Sai Baby, Juana

^{*} Należy zatem wyciągnąć następujące wnioski: po pierwsze — należy umieć odróżniać prawdziwą *sattwę* od przyozdobionego *sattwą tamasu*, po drugie — poważna praca duchowa nie jest dla ludzi słabych. Stąd nauczyciele jogi wysokich stopni obowiązkowo powinni dokładnie analizować psychogenezę swoich uczniów, badając, czy oni opanowali *radžas*, utrwalili się w *sattwie* itd. Przy tym jest wskazane, by psychotypizować każdego ucznia, stosując do niego właśnie kilka różnych skal. Pozwala to otrzymać pełniejszy obraz i uniknąć błędów. Nie należy mieszać tego pojęcia z jednoimiennym stopniem rozwoju.

Matusa i innych.

“*Plan mentalny*” to następny stopień ewolucyjny, odznaczający się poważnym, intelektualnym poszukiwaniem Prawdy Najwyższej, przez co rozwija się intelekt. W szczególności należy dojść do zrozumienia tego, że na drodze do Boga, do własnego szczęścia trzeba poświęcać jak najwięcej uwagi etyce. Człowiek mentalnie przygotowany do dalszej pracy duchowej to właśnie przedstawiciel “planu mentalnego”.

Ten, kto osiągnął oczyszczenie etyczne na wysokim poziomie, poznał subtelne stany świadomości i trwa w nich, osiągnął harmonię i miłość — znajduje się na następnym stopniu ewolucyjnym — “*planie supramentalnym*”.

Kolejny etap to “*plan przedboski*”; tu znajdują się prawdziwi duchowi przywódcy.

Dalej uzyskuje się już stopień Boski, który w sanskrycie określono jako *Brahman*. Dotyczy on tych, którzy “weszli” swoją rozwiniętą, “skryzalizowaną” świadomością do przestrzennego wymiaru *Brahmana* i taki stan stał się dla nich nawykiem.

Praca nad sobą umożliwia także “zdobycie” ostatniego stopnia - “przeniesienia się” swoją świadomością do wymiaru *Iśwary* (Boga-Ojca) i następnie zjednoczenia się z Nim. W ten sposób człowiek kończy swoją osobistą ewolucję, swoje doskonalenie*.

Według jeszcze innej indyjskiej skali psychotypizacji człowiek na drodze duchowej najpierw jest *uczniem*, potem koniecznie powinien zostać *gospodarzem*

-*grihasthą*. W ścisłym tego słowa znaczeniu *grihastha* to ten, kto założył rodzinę i nauczył się materialnie utrzymywać zarówno siebie, jak i innych ludzi. Ogólnie zaś, *grihastha* to ten, kto dzięki swojemu rozwojowi ma możliwość czynienie tego, a w najszerszym tego słowa znaczeniu to człowiek-organizator na skalę społeczną, np. dobry dyrektor, lider polityczny, itp. Stadium *grihasthi* obejmuje dwa etapy warnowego schematu psychotypizacji: *wajśja* i *kszatrija*.

Po stadium *wanaprasthy*, przygotowującym do zupełnego pozostawienia spraw doczesnych, dzięki którym wcześniej się doskonał, należy przejść jeszcze jeden etap — *sannjasę*: wówczas zostać sam na sam z Bogiem, zajmując się tylko służbą duchową i podążając Prostą Drogą do Niego.

Dla tych, którzy idą tą “Prostą Drogą”, przeznaczono jeszcze inną skalę psychotypizacji. Zgodnie z nią człowiek najpierw powinien stać się “*córką*”. Jest to poziom “zerowy”, który wszyscy, niezależnie od płci, powinni sobie przyswoić “*Córka*” to człowiek o silnej, zdecydowanej *sattwie*. Taka osoba ma wszystkie najlepsze cechy, które są właściwe kobiecie: harmonię, wyrozumiałość, czułość gotowość do poświęcenia, umiejętność czekania, wybaczenia, itd. Być “*córka*” oznacza także być stałym w emocjach pozytywnych i mieć usubtelnioną świadomość.

Następny poziom to “*syn*”. Mogą go osiągnąć ludzie obecnie wcieleni tak w męskie, jak i w żeńskie ciała. “*Syn*” to ten, kto przeszedł prawidłowi “krystalizację” świadomości. W jednej z ewangelii apokryficznych jest

* Bardzo podobny do opisanego schemat psychotypizacji opisuje Yuktesvar [22].

opisany taki epizod. Uczniowie zapytali Jezusa: *Dlaczego Maria Magdalena chodzi . nami? Przecież wiadomo, że kobieta nie może wejść do Królestwa Niebieskiego* Jezus odpowiedział: *Uczynię z niej mężczyznę — i ona przed wami wstąpi do Królestwa Niebieskiego.*

Dusza nie posiada płci. Człowiek wciela się w ciało tej lub innej postaci v zależności od tego, co ma opanować w przyszłym życiu. W ciałach kobiecych można najszybciej rozwinąć jedne cechy, w męskich zaś inne. Bóg daje człowiekowi to ciało, które obecnie jest mu najbardziej potrzebne.

Po przyswojeniu stopnia “syna” — można stać się *Brahmanem* (to wspólny element z poprzednio omówioną skalą); *Brahman* może wtopić się w *Iswarę*. Jezus powiedział: *Bądźcie doskonali, jak Ojciec wasz Niebieski doskonały jest.* Czym jednak jest doskonałość? Z punktu widzenia metodologii rozwoju duchowego istotne jest skonkretyzowanie tego słowa. Możemy powiedzieć, że doskonałość składa się z trzech właściwych Bogu komponentów: doskonałej Miłości, doskonałej Mądrości i doskonałej Mocy

Odpowiednio istnieją trzy kierunki pracy duchowej:

- Etyczny, reprezentowany przez stopnie karma jogi (droga zbliżenia z Bogiem przez etycznie prawidłowe zachowanie) i bhakti jogi (droga zbliżenia z Bogiem poprzez Miłość).
- Intelktualny (dźniani joga), który powinien przywieść nas do Mądrości.
- Psychoenergetyczny.

Zastanówmy się, z czego składa się Mądrość i jak ją rozwinąć? Istnieją przecież niektóre kierunki religijne, które twierdzą, że jedynie trzeba modlić się dzień w dzień za pomocą kilku standardowych modlitw, płakać nad swoją grzesznością, uczestniczyć w kilku obrządkach i nic więcej. Przykładowo, nawet dzieciom zakazano zajmowania się sportem, czytania innych niż religijne książek, chodzenia do kina, oglądania telewizji... To zgubnie odbija się na rozwoju, bowiem człowiek to nie tylko jakaś jedna kształująca się cecha, lecz ogromna ich liczba. W Bhagawadgicie użyto świętego porównania: człowiek to pole. Pole — pokryte wzrastającą runią. Każdy kiełek to cecha, przymiot, właściwość. Każdy z nas musi doskonalić nie jakąś jedną cechę, lecz całe ich “pole”. Każda wartościowa cecha powinna być “doprowadzona” do dojrzałości, a wszystkie chwasty muszą być zniszczone.

Jedynie wszechstronny rozwój człowieka umożliwia szybkie poruszanie się na drodze duchowej; dlatego trzeba poznać zarówno miłość seksualną, jak i macierzyństwo-ojcostwo, zmieniać miejsca pracy (aby więcej się nauczyć), odbyć też wiele podróży (by przyjrzeć się życiu innych narodów), poza tym mieć silne, harmonijnie rozwinięte ciało, ponieważ tylko w takim ciele można pomyślnie przejść stopnie radża jogi (m.in. z tego powodu wskazany jest sport, zwłaszcza kiedy ciało jest młode). Aby wiele zrealizować na drodze duchowej, niezbędna jest też siła wewnętrzna. Wobec tego dla osób mało energicznych, którzy takiej siły nie posiadają, przydatne mogły by być dynamiczne, rytmiczne tańce, ponieważ umożliwiają rozwój witalności i aktywności.

Należy również dążyć do jak najbardziej wszechstronnego

wykształcenia. Rozwój Mądrości bowiem rozpoczyna się od gromadzenia konkretnej wiedzy. Gdy kiedyś mnie pytano: co należy czytać? Odpowiadałem: wszystko! Czytajcie nawet czołówki gazety “Prawda”, aby nauczyć się odróżniać kłamstwo od prawdy, aby wyrobić w sobie zdolność krytycznej oceny informacji. To wpływa na rozwój Mądrości, która polega na dysponowaniu zasobem konkretnej wiedzy, w tym z zakresu duchowego oraz na umiejętności operowania nią, integrowania jej, intelektualnego tworzenia. Każdy z nas powinien stać się twórcą! Opanowuje się to w stadium *grihasthi* (wg innej skali — *wajśji i kszatriji*). Nie można stać się *Brahmanem*, nie zostając twórcą intelektualnym w stadium *grihasthi*. Zauważmy, że dzisiejsze techniczne i naukowo rozwinięte społeczeństwo stwarza wiele możliwości umysłowego kształtowania swoich członków. Niewątpliwie postęp nauki wydatnie sprzyja procesowi ewolucyjnemu.

W psychoenergetycznym aspekcie rozwoju duchowego trzeba wyodrębnić trzy stopnie: pierwszy umownie można nazwać stopniem *hatha jogi*, która powinna uporządkować ciało i jego “energetykę” (m.in. przewiduje się tu pozbycie się różnego rodzaju schorzeń)*.

Drugi stopień — *radża joga* — polega na specjalnej pracy w zakresie oczyszczania i rozwoju konkretnych energostruktur organizmu — czakr i meridianów.

Do trzeciego stopnia psychoenergetycznego rozwoju — *buddhi jogi* — można przystąpić dopiero po całkowitym opanowaniu *radża jogi*. Etap przejściowy obejmuje:

- przemieszczanie cząstki** energii swojej świadomości z czakry do czakry (kryterium prawidłowości wykonywania ćwiczenia jest zdolność “patrzenia” z czakr);
- praktykowanie z orbitą *mikrokosmiczną*, co pozwala przyspieszyć oczyszczenie i usubtelnienie energii wewnątrz ciała i “kokonu”;
- poznanie w głębi czakry *anahaty Atmana* i osiągnięcie *Samadhi* (za pomocą licznych technik usubtelnienia świadomości). Jeżeli uczeń to realizował, a także jest przygotowany do dalszej pracy (wg kryterium intelektualnego i etycznego, co w ogromniej mierze zależy od jego wieku psychogenetycznego i ontogenetycznego), to można ją kontynuować już na poziomie *buddhi jogi*.

Poszczególne etapy to:

- “wyprowadzenie” świadomości z ciała do “kokonu”, rozprzestrzenienie jej tam, a następnie podzielenie “kokonu” na dwie części: górną (obejmującą głowę) i dolną (obejmującą tułów i nogi) “bańkę percepcji”***;
- rozwój dolnej “bańki percepcji”;
- poznanie statycznego aspektu *Nirwany* (w naszej praktyce przez stosowanie *jantr*);
- przyswojenie dynamicznego aspektu *Nirwany*;
- opanowanie (przez medytacje “nie-ja”) stanu *Nirodhi*; osiąga się przy tym stan “nie-ja” w *Brahmanie* (“jest tylko *Brahman*, a mnie nie ma”);

* Te problemy mogą być rozwiązywane nie tylko za pomocą metod *hatha jogi*, ale też np. poprzez dynamiczne systemy gimnastyki chińskiej, niektóre europejskie systemy kultury fizycznej, itd.

** Czyli “bryłki” (przyp. tłum.). Czakra

*** Termin don Juana Matusa [12].

- poznanie przez (prace z “tajemnym przejściem”) *Iśwary* z Jego emanacjami, zwanymi przez Juana Matusa “Ogniem”; jeżeli wtedy adept już nie przywiązuje się do niczego, co ziemskie (stan *Mukti*), to wchodzi w *Nirwanę* w *Iśwarze*, a potem poznaje swoją tożsamość z *Absolutem*;
- ewentualne wykonanie pracy z ciałem (ze stanu *Nirwany* w *Iśwarze*), co (wg opisów) pozwala transformować energie materii ciała tak, iż dochodzi do jego dematerializacji.

Analizując miejsce radża i buddhi jogi w ogólnej ewolucji w zakresie Boga-Absolutu, zwróciliśmy uwagę na powstanie indywidualnych form życia, określiliśmy ich rozwój od początku do końca, tj. do utraty przez nie własnej indywidualności w połączeniu się z Bogiem. Formy życia ewoluują, wychodząc z Niego w jednej postaci i powracając też do Niego w innej, nowiej, doskonalej. Na tym właśnie polega ewolucja Boga i takie jest nasze miejsce w niej.