

# JOGA - MEDYTACJA TRANSCENDENTALNA

Spółczeństwom zachodnim medytacja transcendentalna podawana jest jako bezinwazyjna metoda uwolnienia od stresu, poprawienia stanu zdrowia i produktywności oraz samoakceptacji. Mówi się że pozwala ona podnieść poziom inteligencji, poprawić naszą kreatywność i zredukować potrzebę sięgania po narkotyki, alkohol i inne używki. Oraz że łagodzi bezsenność, stabilizuje wagę ciała, wzmacnia naszą koncentrację, poprawia czas reakcji itd.

Rzeczywistym celem medytacji transcendentalnej (MT) nie jest jednak relaksacja, czy uwolnienie się od stresu choć istotnie początkowo mogą wystąpić takie zjawiska uboczne. Prawdziwym celem nauczycieli medytacji, jest by każdy stał się jedno z Brahłą, gdyż MT jest formą jogi opartą na wedach, czyli świętych księgach hinduizmu, która oznacza jednoczenie lub bycie w jedności z ostateczną rzeczywistością czyli tzw. świadomością kosmiczną. Celem medytacji i jogi jest odkrycie własnego "ja" czyli prawdziwe poznanie siebie samego, czyli samospełnienie się człowieka. Joga to ścieżka samodoskonalenia mająca na celu doprowadzenie adepta do świadomości że jest on jak Bóg.

Pierwszym propagatorem MT na Zachodzie był Maharishi Mahesh Yogi. Twierdził on, że MT została dana człowiekowi 5000 lat temu przez hinduskiego boga Krishnę. Na jakiś czas ta technika medytacji została zarzucona, aż odnalazł ją Budda. Po czym zaniknęła ponownie, aż odkrył ją powtórnie hinduski filozof Shankara w IX wieku. Prawdziwy renesans przeżyła dopiero w XX w. za sprawą niejakiego Guru Dev (Boski Nauczyciel), który około 9-go roku życia opuścił dom rodzinny w poszukiwaniu oświecenia i że osiągnął on boskość stając się znany jako awatar, czyli manifestacja boskości w ludzkim ciele, a następnie przekazał to Maharishi'emu Mahesh Yogi.

## ISTNIEJĄ CZTERY FORMY JOGI

Karma joga (duchowe zjednoczenie poprzez właściwe prowadzenie - *przewodnicy duchowi* )

Bhakti joga (połączenie z absolutem poprzez czczenie guru - *kult człowieka* )

Juana joga (przystęp do Boga przez poznanie i wiedzę - *gnoza* )

Raja joga (tworzenie boga w sobie za pomocą technik kontroli umysłu - *samosdoskonalenie* )

Raja joga posiada trzy szkoły, najpopularniejszą jest Hatha joga i posiada ona 8 stopni:

- 1) oczyszczenie ciała poprzez rytualne obmywanie i przepisy dietetyczne
- 2) techniki pozycyjne, zwłaszcza pozycja lotosu
- 3) pozbawione przemocy i zdyscyplinowane zachowanie
- 4) kontrola oddechu
- 5) spokój umysłu
- 6) koncentracja
- 7) medytacja
- 8) połączenie z bogiem Shiva

Technicznie Medytacja Transcendentalna podobna jest do Raja jogi. W medytacji osoba wyłącza swoje zmysły, skupiając się na pojedynczym obiekcie i tracąc świadomość wszystkiego z wyjątkiem tego obiektu. Osoba taka medytuje poprzez mantrę, podaną przez guru. Mantra to tajemne hinduskie słowo lub zdanie, będące zazwyczaj imieniem jakiegoś hinduskiego bożka lub demona. Hindusi wierzą, że mantra ma ponadnaturalną moc i że jest to boskość, wcielona w dźwięk. Podczas medytacji ludzie przechodzą ze swojego transcendentalnego stanu świadomości do wyższego stanu świadomości kosmicznej, a ostatecznie do świadomości boskiej, a wtedy mogą połączyć się z jedynym Bogiem Brahłą, który jest wszystkim co istnieje.

Początkowo nowicjusze uczą się kilku podstawowych pozycji, a następnie wprowadzani są w ćwiczenia oddechowe. Mówi im się im zazwyczaj wtedy, że ma to na celu osiągnięcie relaksacji umysłu lub oczyszczenia. Jednakże celem tego jest przejęcie kontroli nad tzw. "PRANA" czyli energią duszy (duchem) przez Uniwersalną Moc Życia (Bóg Brahma). Według Joginów, "prana" nazywana też "ki", jest źródłem ich energii psychicznej oraz wszelkich pozamysłowych zdarzeń, doświadczanych w zaawansowanych etapach jogi. Umiejscawiana jest ona w "czakrach czyli siedmiu wirujących kołach świadomości", lub też ośrodkach duchowej energii. W trakcie MT, w wyniku wejścia umysłu w stan pasywności i zniesia tym samym naturalnych mechanizmów duchowej obrony, ujawniać się mogą różnorakie ponadnaturalne zjawiska o podłożu demonicznym.

### **WSZYSTKIE OBRZĘDY INICJACYJNE OPARTE SĄ NA WZORCACH HINDUSKICH**

- ofiarowanie kwiatów, owoców i białych chustek
- następnie adept zdejmuje buty i wchodzi do pokoju, gdzie palą się świece i kadzidła oraz stoją podobizny guru i jest przedstawiany celem złożenia ofiary
- klęka przed obrazem Guru Dev zwanym "murti", będącym wyobrażeniem boga w ludzkiej postaci i po złożeniu ofiary, nauczyciel recytuje w sanskrycie hymn pochwalny "Puja" na cześć guru.

Puja natomiast zawiera w sobie 3 elementy oddawania chwały:

- 1) wzywianie bogów hinduizmu i deifikacja człowieka, który przeszedł ścieżką świętych tradycji
- 2) złożenie ofiary Guru Dev
- 3) uwielbienie i modlitwa do Guru Dev, jako do wiecznego i samoistnego wcielenia boskości.

Ta wstępna ceremonia kultowa stosowana jest w celu zmiany świadomości adepta oraz otrzymania przy końcu tej ceremonii tajemnej mantry wyszeptywanej indywidualnie do każdej osoby.

Mantra to tajemne, magiczne słowo lub zdanie wybrane dla adepta przez instruktora, będącego uczniem Maharishi Mahesh Yogi. Mantra ta nigdy nie może być ujawniona nikomu z zewnątrz, nawet małżonkowi, gdyż w przeciwnym razie utraci ona swą magiczną moc.

### **SYSTEM WIARY**

Joga jest częścią systemu wiary zwanego PANTEIZMEM, który mówi że Bóg jest wszystkim i we wszystkim, że jest On bezosobową boskością, wypełniającą i przenikającą wszechświat jako energia i moc. Wiara hindusów uczy, że Brahma jest niepoznawalny i niewytłumaczalny, bywa też zwany Bytem Uniwersalnym, Najwyższym Absolutem lub Czystą Świadomością, albo utożsamiany jest z postacią hinduskiego boga zniszczenia Sziva.

Jogini twierdzą że nie ma grzechu, ponieważ nie ma grzeszników, a jedynie jest niepamięć i brak świadomości odnośnie naszej jedności z boskością, w wyniku czego jesteśmy od niej oddzieleni. Zbawienie zatem jest wzniesieniem się z naszego poziomu świadomości do wyższego poziomu świadomości. Maharishi powiedział. *"Odpowiedzią na każdy problem jest to, że w istocie nie ma żadnego problemu. Pozwólmy człowiekowi spojrzeć tę prawdę, a znikną jego problemy"*. Staje się to osiągalne jedynie przez medytację, a siedem kolejnych poziomów wzrostu świadomości to:

**Sen bez marzeń sennych, marzenia senne, czuwanie, świadomość transcendentálna własnej duszy poza światem materialnym, świadomość kosmiczna, świadomość Boga, wszech jedność.**

Jogini wierzą, że mamy dwa ciała: duchowe i materialne. Że ciało duchowe znajduje się w niewoli ciała fizycznego, a celem ćwiczeń jogi jest ustawienie szkieletu i mięśni w taki sposób, by uwolnić ciało duchowe do zjednoczenia z Brahmą. A zatem pierwszorzędnym celem jogi jest osiągnięcie świadomości Brahmy poprzez rozwijanie świadomości ciała fizycznego.

Według Joginów najwyższą siłą natury jest (żeński) boski wąż Szakti, zwinięty u podstawy kręgosłupa, który, według Hinduizmu, jest dawcą nieśmiertelności i wiecznego szczęścia. Jednakże Szakti może wypełnić swą obietnicę jedynie wówczas, gdy połączy się z (męskim) Szivą przebywającym pomiędzy brwiami człowieka. Celem jogi jest zaktywizowanie sił Szakti tak, by weszła ona poprzez kanał biegnący przez sznur kręgów, przez 6 czakr, będących ośrodkami duchowej mocy. Siódma czakra, będąca jej przeznaczeniem to właśnie Sziva. Wówczas to Szakti łączy się z Szivą i zostaje osiągnięta wszech jedność czyli joga. Dalszym celem jest całkowita jedność duszy, która staje się wolnym istnieniem nieograniczonym w czasie i przestrzeni czyli Bogiem. Osoba która osiągnie ten cel, zaczyna posiadać wszelką fizyczną i psychiczną moc oraz bezgrzeszną doskonałość.

Innym charakterystycznym pojęciem, związanym ze zbawieniem w kulturze New Age i medytacją jest reinkarnacja. Jogini twierdzą że można uwolnić się od złej karmy (ciągłej reinkarnacji i złego przeznaczenia), poprzez dojście do siódmego poziomu. Nie uznają oni istnienia grzechu, oraz utrzymują że człowiek nie potrzebuje zbawiciela gdyż jest zasadniczo dobry, ale potrzebuje jedynie zmiany swojej świadomości. Twierdzą też że Pan Jezus nie jest Synem Bożym i że nie cierpiał za nas, ponieważ sam był radością i że poprzez jogę można uzyskać takie samo oświecenie jakiego dostąpił Jezus. Nauka ta odrzuca moc odkupieńczej krwi Chrystusa, ponieważ Maharishi powiedział: "Medytacja jest jedyną drogą do zbawienia i sukcesu w życiu; nie ma innej drogi".

### **GDZIE W TYM TKWI DIABELSKIE KŁAMSTWO**

**Na to rzekł wąż do kobiety:** Na pewno nie umrzecie, lecz Bóg wie, że gdy tylko zjecie z niego, otworzą się wam oczy i będziecie jak Bóg, znający dobro i zło. **(1Moj 3:4-5)**

### **BOŻA OBIETNICA BRZMI TAK**

A był człowiek z faryzeuszów imieniem Nikodem, dostojnik żydowski.

**Przyszedł on do Jezusa w nocy i rzekł mu:** Mistrzu! Wiemy, że przyszedłeś jako nauczyciel od Boga, nikt bowiem takich cudów czynić by nie mógł, jakie Ty czynisz, jeśli Bóg z nim nie był.

**Jezus odpowiadając rzekł mu:** Zaprawdę, zaprawdę powiadam ci, jeśli się kto nie narodzi na nowo, nie może ujrzeć Królestwa Bożego.

**Rzekł mu na to Nikodem:** Jakże się może człowiek narodzić, gdy jest stary? Czyż może powtórnie wejść do łona matki swojej i urodzić się?

**Odpowiedział mu Jezus:** Zaprawdę, zaprawdę powiadam ci, jeśli się ktoś nie narodzi z wody i z Ducha, nie może wejść do Królestwa Bożego. Co się narodziło z ciała, ciałem jest, a co się narodziło z Ducha, duchem jest. Nie dziw się że ci powiedziałem: Musicie się na nowo narodzić **(Jan. 3:1-7)**

\*\*\*\*\*

Ja jestem droga i prawda, i żywot, nikt nie przychodzi do Ojca, tylko przeze mnie **(Jan. 14:6)**

Albowiem łaską zbawieni jesteście przez wiarę i to nie z was, Boży to dar; Nie z uczynków, aby się kto nie chlubił **(Ef 2:8-9)**