

Nadis

Wat hebben deze verschillende vormen van Prana te maken met de meridianen en kanalen van de stroming in het lichaam?

In Kundalini Yoga worden deze kanalen nadis genoemd. Een nadi is geen zenuw of een spier, maar slechts een kanaal voor de stroming, die kan gaan langs een bot of een ader, of die rechtstreeks kan gaan door wat wij als ruimte zien zonder fysiek orgaan. Er zijn tweeënzeventig belangrijke Surs of zones, waardoor de nadis stromen. Van de tweeënzeventig, zijn er drie grote zones te noemen: de ida, aan de linkerkant, de pingala, aan de rechterkant, en de sushumna, in het centrum. Van deze drie is het centrale kanaal, de sushumna, waarop Kundalini Yoga zich meestal concentreert, want als je de sushumna kan laten vibreren, dan kun je alle drie de Surs laten vibreren. Wanneer je alle drie kan laten vibreren, dan vibreer je de tweeënzeventig, en zo kan je het hele systeem aan passen. Het is om deze reden dat wanneer we zingen en we de kracht van de Shabd gebruiken, we de Shabd bewust in het centrale kanaal lokaliseren, zodat we al de tweeënzeventig meridianen kunnen laten vibreren. Nu, die tweeënzeventig stralen 72.000 kanalen uit door het hele lichaam in verschillende systemen. Het is de interactie met de Kroon Chakra, dat 1,000 gedachten per kleinste tijdseenheid, 1.000 trillingen of zaden van de geest geeft. Die 1.000 zaden van de geest raken de tweeënzeventig voornaamste kanalen aan, waardoor het 72.000 vibraties geeft. Denk maar aan een snaar die wordt getokkeld door een vinger. Het vibreert en creëert een vorm, zowel in tijd en ruimte. Het tokkelen van de tweeënzeventig grote kanalen door de interactie met de geest, geeft al uw tien lichamen vorm in tijd en ruimte. Het vormt je fysieke lichaam, je emotionele lichamen, en je mentale lichamen. Kundalini Yoga geeft aan hoe je die grote snaren kan tokkelen door het centrale kanaal te vibreren.