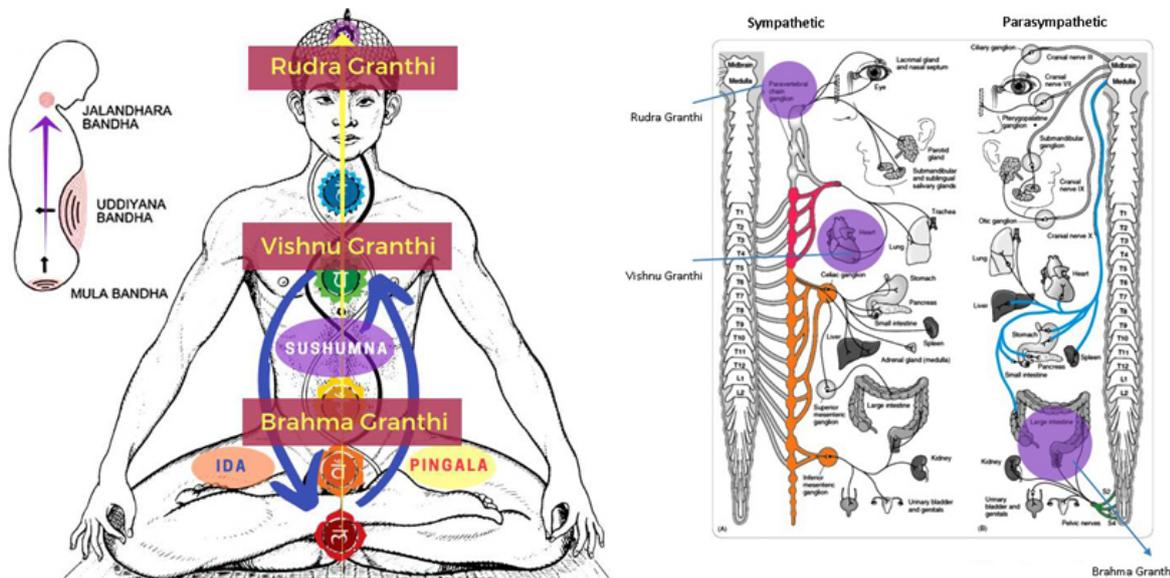


3 GRANTHI DALAM KUNDALINI YOGA



Dalam *Kundalini Yoga*, ada tiga *Granthi* yang dapat mencegah naiknya energi prana melalui *Sushumna Nadi*. *Granthi* tiga simpul ini mencegah potensi penuh seseorang dari peningkatan energi *Kundalini*. Tiga simpul ini adalah ***Brahma Granthi***, ***Wisnu Granthi*** dan ***Rudra Granthi***. Mereka juga berhubungan dengan *Prakriti* dari tiga *Guna* (*Tamas*, *Rajas* dan *Sattva*).

Beberapa yogi dalam yoganya ada yang melihat *Granthi* seperti pohon ***Bambu***, ***buluh bumbang***, dimana setiap ruasnya adalah sebagai sekat atau penghalang kenaikan energi *kundalini*.

Chakra-chakra dalam tubuh manusia psiko-fisik pada keadaan tidak aktif membentuk struktur-struktur yang saling terkait, yang disebut *Granthi*, atau simpul, karena mereka adalah “penghubung” materi dan roh, yang meningkatkan rasa ego. Ada tiga hibah utama dalam tubuh manusia, yang masing-masing menghasilkan trinitas *Brahma*, *Wisnu*, dan *Siwa*, dan mereka disebut *Brahma Granthi*, *Wisnu Granthi*, dan *Rudra Granthi*.

Dalam praktik apa pun untuk mencapai kesuksesan dalam proses kebangkitan *Kundalini*, penting untuk membuka simpul psikis ini. Namun, itu cukup sulit karena kita terbiasa memikirkan kepribadian kita, kebiasaan, kualitas, keinginan duniawi kita. Tiga *granthi* ini bersama-sama merupakan hal kompleks dari bawah sadar (*samskara*) yang dirajut oleh ilusi dari bobot

masa lalu sebagai oposisi kuat terhadap hambatan perjalanan kekuatan spiritual.

Tiga Granthi adalah:

1. **Brahma granthi.** itu mencakup area chakra Muladhara dan Svadhisthana. Beberapa orang menyebutnya simpul Perineum. Ini berhubungan dengan Tamas Guna (Muladhara dan Svadhishtana), kekuatan penghancur universal.
Baik dalam Jabal dan Yogashikha Upanishad menyatakan bahwa granthi ini terletak di cakra Muladhara. Namun, ada juga kitab tantra menemukannya di chakra Manipura.
2. **Wisnu granthi.** Ini mencakup area antara chakra Manipura, Anahata dan Vishuddi. Terkadang dikenal sebagai simpul pusar. Ini berhubungan dengan Guna Rajas Guna, kekuatan universal dari gerak dan aktivitas.
Wisnu Granthi dikatakan berpusat di daerah cakra Anahata, yang juga merupakan pusat prana. Jantung juga merupakan simpul dari chakra utama. Jadi, untuk mengambil Kundalini Shakti ke dalam jalur Sushumna melalui chakra Anahata juga tidak mudah.
3. **Rudra granthi.** Ini mencakup area chakra Ajna dan Sahasrara. Ia juga dikenal sebagai simpul Dahi (Soma). Berbeda dengan lima chakra lainnya, chakra Ajna tidak terhubung langsung ke sumsum tulang belakang. Granthi Rudra menghalangi aliran prana di luar chakra keenam di antara alis untuk ke atas menuju Sahasrara. Ini berhubungan dengan Sattva Guna, kekuatan kreatif dan kebijaksanaan universal.

Granthi Brahma memisahkan dua chakra pertama (chakra *Muladhara* dan *Suadhithana*) dari chakra *Manipura*. Rantai simpatis bersifat kontinyu, namun, pada level atas saraf splanknikus, sistem presinaptik berubah menjadi sistem pasca-sinaptik. Jadi, bisa dikatakan *Wisnu Granthi* berada di antara *chakra Manipura* dan *Chakra Anahata* (letak Kundalini).

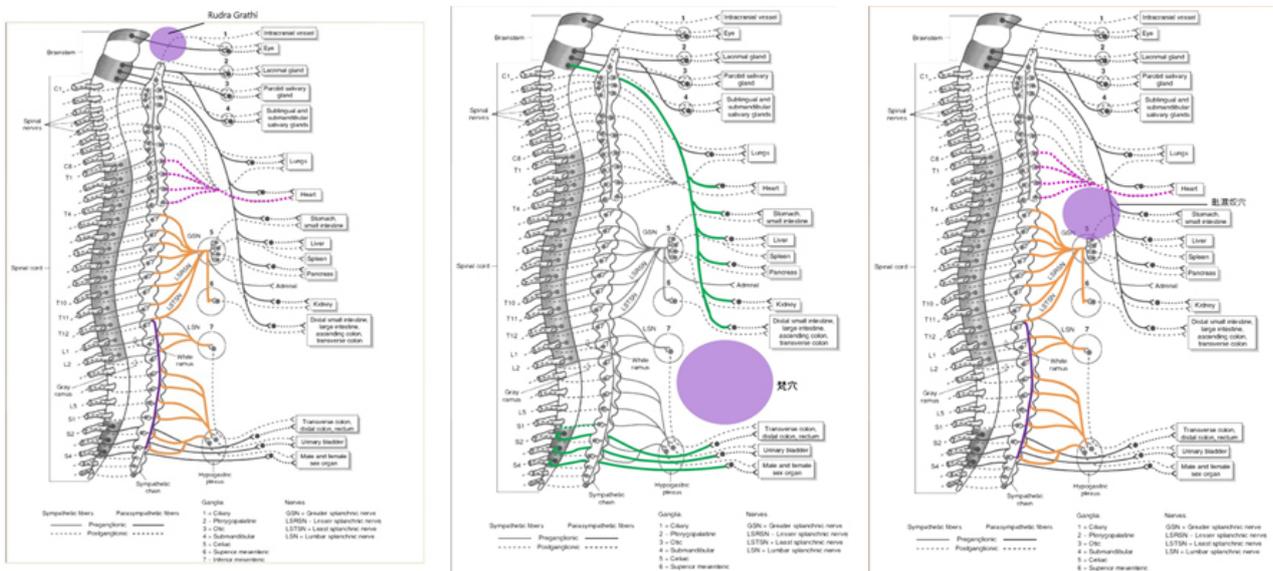
Brahma Granthi adalah blok utama pertama yang perlu dilampaui oleh sadhaka. Granthi ini membuat seseorang berada di bawah ilusi manfaat materi, kesenangan fisik, kemalasan, ketidaktahuan dan ketidakpastian.

Di antara semua yang paling kuat adalah ilusi kenikmatan fisik. Granthi ini

memainkan peran penting akan pemikiran manusia penuh material. Ini menciptakan semacam daya tarik dalam sifat pikiran manusia.

Brahma granthi dilindungi oleh esensi yang dihasilkannya. Esensi ini disebut sebagai “*Kledam*”. Tidak berwarna dan berbau seperti bunga lotus. Seperti campuran ‘*Kapha*’ yang menutupi pintu masuk *Sushumna* dan juga melumasi nadi-nadi yang saling terhubung. Pelumasan ini membantu denyut nadi. *Kledam* ini adalah campuran yang kental dan semakin tebal ketika kita bertambah tua jika tidak berlatih yoga.

Dengan kekuatan Yoga dapat menembus penghalang ini dan masuk naik ke melalui *Sushumna* menembus setiap sekat penghalang dari 3 *granthi-granthi* tersebut.



Singkatnya, secara anatomis, Granthi ada karena perubahan sistem dari simpatis ke parasimpatis, pemisahan saraf Vagus dari saraf sakral, atau perubahan dari serat presinaptik menjadi serat postinaptik.

Filosofi Kundalini Yoga dikaitkan dengan aliran energi dalam saluran yang disebut *Ida* dan *Pingala*, saluran perempuan dan laki-laki dari tubuh astral, sebanding dengan saraf sensorik dan motorik dari tubuh fisik, dan pusat-pusat itu berselang-seling di kanal tulang belakang yang disebut *Nadi cakra di Sushumna*.

Tiga persimpangan utama di pusat Nadi Sushumna adalah di Muladhara (daerah panggul), Anahata (daerah dada) dan Ajna (antara

alis) sebagai titik-titik pusat terjadi pertukaran energi secara fisik dan mental. Pertukaran energi di tiga tempat ini dinamai Tri Tunggal.

Nadi *Ida* dan *Pingala* yang seperti spiral dari kutub yang berlawanan dari poros tengah terjalin dan terbuka saat melewati tujuh chakra utama. Simpul psikis dari *granthi* ini seperti penyumbatan pelindung untuk perubahan kesadaran secara bertahap dan terbuka hanya dengan pemurnian pikiran dan keseimbangan antara kedua Nadi ini. Tujuannya adalah untuk memblokir aliran *prana* yang tiba-tiba ke atas, seperti pemutus sirkuit untuk melindungi kelebihan beban yang mungkin terjadi pada praktisi jika terjadi kenaikan spontan. Tiga *Granthi* ini juga dikaitkan dengan *Trinita* sebagai tiga dewa utama (*Tri Murti*).

Mereka divisualisasikan seperti simpul psikis rintangan di jalan kundalini yang terbangun, Kekuatan kesadaran yang sulit dilewati, karena dapat membawa perubahan mental dalam kepribadian. Seorang yogi harus melampaui rintangan ini untuk membuat jalan ke tingkat berikutnya bagi kundalini yang menanjak naik. Dalam simbol tantra, dua komponen utama Nadi *Ida* dan *Pingala* dari kundalini seperti yang digambarkan dalam bentuk antropomorfik sebagai sosok manusia laki-laki dan perempuan dan diindikasikan sebagai kontak atau diposisikan di wilayah chakra tertentu.

Itu terkait dengan pikiran, inti dari 'Chitta', biasanya disajikan dalam bentuk telanjang, karena tubuh telanjang mewakili bentuk pikiran yang tanpa hiasan. Dalam representasi simbolis, mereka seperti ular jantan dan betina melingkar di tiga tempat. Simpul psikis dari *granthi* digambarkan dalam bentuk yang dilambangkan sebagai simbol *Siwa Lingga*. Kuil yang berbeda menggunakan motif yang berbeda untuk menyampaikan topik ini dalam patung. Dua representasi patung adalah:

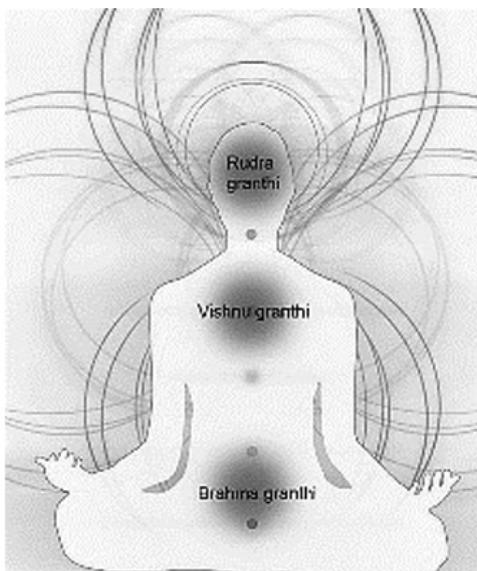
- Representasi simbolik dari *granthi* melalui *Lingga* dan ular.
- Representasi *granthi* dalam tubuh manusia dalam bentuk yang dipersonifikasikan.

Kundalini dalam *tantra yoga* menggambarkan bentuk energi halus yang mengalir di saluran tubular menuju konduktor. Konduktor tidak lain adalah

energi saraf dalam tubuh fisik yang terbungkus dalam kanal tulang belakang disebut *Sushumna*. Persimpangan itu diakui sebagai tujuh cakra utama, di mana kedua nadi saling silang. Pada setiap chakra, keseimbangan dan harmoni yang sempurna harus dibangun antara dua Nadi Ida dan Pingala, jika tidak energi kundalini tidak dapat berkembang ke tingkat yang lebih tinggi di saluran pusat Sushumna.

Representasi patung dari penggambaran tantra yoga, pikiran diproyeksikan sebagai wanita (Dewi) dan prana sebagai pria (Dewa). Beberapa patung menggambarkan dua sosok pria dan wanita untuk bersentuhan di tiga atau lima wilayah seperti kaki, lutut, tempat genital (Muladhara), jantung (Anahata) dan ujung hidung (yang terhubung ke chakra Ajna). Kontak di kaki dan lutut menunjukkan titik-titik yang lebih rendah dari mana Ida dan Pingala (Nadi perempuan dan laki-laki) muncul dan berlanjut. Kontak di kaki menunjukkan tahap awal pengaktifan Ida dan Pingala.

Membersihkan Brahma granthi berarti membangun totalitas, membersihkan Wisnu granthi adalah memahami keberadaan prinsip kehidupan universal dan untuk membersihkan Rudra granthi adalah untuk mencapai keadaan non-dualitas dari realisasi keesaan dan kesadaran universal.



BRAHMA GRANTHI

Brahma Granthi di cakra *Muladhara* diwakili oleh *Dhumra Lingam*. *Dhum* berarti berasap. Lingga diwakili berasap dan tidak jelas (beberapa *Lingga* terbuat dari *Sphatika* - bentuk batu kristal (kuarsa) sebagai Simbol dunia fisik. Itu juga disebut *Svayambhu linga*, *lingga* yang diciptakan sendiri. Ini menandakan pembentukan prinsip-prinsip kehidupan dalam totalitas.

Fungsi *Brahma Granthi* di daerah dasar *chakra Muladhara* di daerah genital dan karenanya menampilkan organ. Ini menyiratkan keterikatan dengan kesenangan fisik, objek material, dan keegoisan yang berlebihan atau rasa takut. Ini juga menyiratkan kekuatan menjerat *tamas* - negativitas, kelesuan, dan ketidaktahuan. Sifat-sifat negatif seperti itu bertindak sebagai rintangan dan menghentikan kekuatan ular *kundalini* agar tidak terbangun. Setelah penyumbatan ini dihilangkan dari naluri energi dari akar yang dalam dengan urusan duniawi, dunia kesadaran akan terbangun dan energi tenaga ular yang terperangkap dilepaskan. Dengan demikian, *kundalini* atau energi primal dapat naik melampaui *Muladhara* dan *swadhisthana* tanpa terhambat oleh daya tarik yang dengannya kesadaran kita terhubung. Saat membongkar *Brahma Granthi*, praktisi merasa santai dan menikmati kebahagiaan yang timbul dari kehampaan.

Hal-hal yang terkait dengan *granthi* ini terkait dengan keadaan pikiran 'Chitta' dan pribadi. *Muladhara* yang berhubungan dengan cakra *Ajna* sebagai titik awal dan pelepasan *prana*. *Muladhara* memiliki tautan ke otak tengah *Ajna*. Energi halus dari kedua arus *Ida-Pingala* menyeberang untuk terhubung dengan belahan otak kanan dan kiri.

Brahma granthi adalah kekuatan nyata energi kehidupan dan ciptaan, yang digambarkan dalam pahatan sebagai kesenangan sentuhan. Ini dikenal sebagai penyumbatan *Brahma* karena menahan kesadaran pada tingkat yang berkaitan dengan dimensi fisik seperti sensualitas atau prokreasi. Begitu penyumbatan ini diatasi, kesadaran akan akar yang dalam dari kesenangan duniawi dilepaskan. *Kundalini* dapat naik di atas, melewati simpul ini.

WISNU GRANTHI

Wisnu Granthi dalam Anahata sebagai Bana Lingga. Lingga digambarkan berwarna emas sebagai Simbol dunia halus. Membersihkan simpul Wisnu adalah untuk memahami keberadaan prinsip-prinsip kehidupan universal.

Kontak di dada adalah tahap kedua kesadaran di *Wisnu Granthi* untuk melepaskan diri dari emosi. Wisnu Granthi beroperasi di wilayah chakra Anahata di wilayah jantung. Ini terkait dengan ikatan keterikatan emosional dan keterikatan pada orang-orang dan penglihatan batin. Ini berkaitan dengan kecenderungan ke arah hasrat, ambisi, ikatan dan ketegasan, ego dan kekuatan individu. Setelah penyumbatan pada Wisnu granthi dihilangkan, energi mengalami perubahan dari pusat-pusat lokal dari tingkat fisik ke tingkat universal yang berarti energi tubuh menjadi selaras dengan energi kosmos. Interaksi antara kepribadian individu dan kosmos mulai terjadi secara alami dan spontan, meningkatkan kualitas kasih sayang, cinta universal.

Masalah duniawi dan kebebasan dari penyumbatan pada meridiannya membatasi aliran bioenergi pada tingkat mental dan fisiknya, dipandang sebagai akar penyebab masalah dan diindikasikan di sekitar payudara yang disebut simbol ' *kanchuka* '. Secara filosofis, membersihkan *Kanchuka* berarti pembebasan - kebebasan dari ketidaktahuan sebagai belenggu diri.

RUDRA GRANTHI

Rudra Granthi dalam chakra Ajna disebut *Itara* atau *Itakhya Lingga*. Lingga berwarna hitam. Di Ajna, kesadaran 'siapa saya' didefinisikan dengan lebih tegas dan berbagai kapasitas menuju kesadaran diri sedang dibangun. *Dhumra dan Bana Lingga* digambarkan dalam kelopak bunga teratai, dan *Itara lingga* didefinisikan dengan baik, menandakan keadaan non-dualitas. Pembersihan Rudra Granthi mempromosikan visi kemajuan spiritual. Kesadaran berjalan di tingkat transpersonal dengan kesadaran super.

Pandangan penuh cinta digunakan sebagai perumpamaan dalam patung-patung berbasis tantra untuk menjelaskan konsep abstrak bahwa pikiran (perempuan) dan prana (laki-laki) selaras dan pikiran berada di bawah

kendali prana, dengan kata lain, pikiran adalah satu dengan objek terkonsentrasi setelah menikmati kebahagiaan tertinggi dan kesadaran super yang disebut 'Samadhi'.

Nadi Ida Pingala pertama kali berpotongan di pangkal tulang belakang dan berakhir di pusat mata ketiga yang ditunjukkan di puncak hidung. Di pusat mata ketiga, kedua arus melintas untuk terhubung dengan belahan otak kanan dan kiri.

Hidung dari dua sosok pria dan wanita melambangkan revitalisasi memori dan konsentrasi pengetahuan atau kognisi intuitif. Secara fisiologis, saraf penciuman dari hidung melakukan perjalanan langsung ke area limbik otak yang mengendalikan intuisi memori dan nafsu yang tidak disadarinya. Berfungsi di wilayah Ajna yang mengatur chakra Ajna dan Sahasrara.

Rudra granthi mewakili transformasi bentuk, ide atau konsep yang ada ke dalam aspek universal. Ini dikaitkan dengan pencapaian siddhi, sebuah fenomena psikis tetapi masih melekat pada konsep diri sebagai kekuatan. Seseorang harus menyerahkan rasa ego individu dan melampaui dualitas untuk membuat kemajuan spiritual lebih lanjut dan kemudian menyelesaikannya dengan membawa kesadaran itu ke dalam tindakan penuh kasih.

Dengan kesadaran, praktisi yoga naik menuju ke chakra Sahasrara di mana penggabungan akhir Jiwa individu atau Atman dengan Jiwa kosmik universal terjadi mencapai realisasi kesatuan.

PEMBANGKITAN KUNDALINI SHAKTI

Rshi Patanjali mengatakan "sangat sulitlah berjalan di jalan Yoga ini (*Kundalini*) seperti berjalan dimata pisau yg sangat tajam, salah atau terpeleset sedikit terlukalah jadinya" juga berjalan untuk menemui Nya seperti melakukan proyek maha karya, segala halangan dan rintangan harus mampu kita lewati hanya dengan keteguhan, disiplin dan rajin berlatih.

Begitu jauh kita meninggalkan Nya untuk mendekatinya adalah sesuatu yang membutuhkan energi Extra. Energi yang mendorong terwujudnya tujuan

Yoga yaitu Energi *Kundalini*. Energi adalah kekuatan, power, shakti, daya atau apapun istilah semuanya ini telah ada dalam diri kita dan juga diluar diri kita.

Bila energi *Kundalini* mampu dibangkitkan, energi inilah yang akan mendorong seseorang mencapai tujuan hidupnya atau tujuan Yoga-nya. Kenaikan energi *Kundalini* akan membersihkan tiap cakra yang dilewati kemudian mengaktifkan cakra-cakranya dan bisa jadi berbagai siddhipun akan dirasakan walaupun sifatnya masih sekejap saja. Kenaikan *Kundalini* akan sangat membantu terutama untuk meningkatkan kesadaran diri serta daya vitalitas tubuh juga ditingkatkan misalnya untuk membantu penyembuhan diri sendiri atau bahkan jadi penyembuh *Kundalini*.

Namun yang perlu diperhatikan bukan hanya manfaatnya yang sangat berguna itu, malah bagaimana cara kita menangani setiap permasalahan yang ditimbulkan oleh kenaikan *Kundalini* itu. Karena *kundalini* kenaikannya akan membersihkan dan membuka simpul-simpul cakra, karena *kundalini* hanyalah sebatas energi jadi energi ini akan main dobrak saja, sehingga perlulah kita mengetahui pengetahuan dan tekhnik mengarahkannya sehingga tidak terjadi hal yang diinginkan. Banyak penekun spiritual telah jatuh sakit karenaNya tanpa disadarinya bahwa penyebabnya adalah *Kundalini (syndrome kundalini)*.

Setiap orang memiliki Energi ini yang tersembunyi dalam tubuh kita. Energi *Kundalini* merupakan energi sangat besar seperti energi Nuklir yang berada dalam tubuh. Dapat dibayangkan betapa besarnya energi yang ada dalam tubuh kita, bila energi ini mampu kita bangkitkan. Untuk membangkitkan energi *Kundalini* perlu pengetahuan yang cukup terutama mengenai Cakra Utama. Selain pengetahuan tersebut sangat dibutuhkan pula seorang penuntun/ pembimbing yang benar-benar mengetahui tentang kebangkitan *Kundalini* atau seorang Guru spiritual.

Kundalini adalah Ibu yang melindungi kita, Ibu alam semesta sering disebut sebagai Ibu Durga (Hyang Nini Bagawati), Ibu Gayatri dan Ibu Saraswati. Untuk membangunkan Energi Sakti ini ada berbagai macam cara dan dengan latihan tertentu.

Bila kebangkitan Kundalini menuju kearah negatif ini akan berakibat kurang baik, ada beberapa hal yang dipengaruhi yaitu bisa menyakiti tubuh fisik, ini bisa bersifat benar-benar nyata atau akan merubah sifat, emosi, tingkah laku dan lainnya kearah negatif.

Kundalini lebih umum diartikan gulungan, suatu kekuatan berada di “Kunda” yaitu suatu tempat atau mandala yang berbentuk segi empat (muladhara cakra), melingkari “Linga” tiga setengah lingkaran yang berada diatas “Yoni” Kundalini yang berwujud ular berada di muladhara cakra dan di dalam muladhara ada linga dan yoni disinilah Ibu Kundalini sebagai suatu kekuatan berdiam diri.Kundalini dikenal juga dengan berbagai sebutan diantaranya:Ibu Durga, Ibu kala-kali, Ibu Bhuta, Ibu semesta, Ibu Bagawati dan sebagainya, semua nama Ibu adalah Dirinya. Dia juga disebut sebagai Ibu Prana, Daya Bathin yang tertidur atau energi laten apapun istilah namanya semuanya mengacu padanya.Saya menghaturkan sembah bhakti wahai Ibu Agung ..Ibu energi....

Polartas negative akan mengalir menuju polaritas positif, dan polaritas positif itu ada di ubun-ubun di Sahasrara Cakra tempat kedudukan Siwa Yang Agung . Siwa yang pasif yang diam namun vibrasinya menyebar memenuhi alam. Siwa yang tunggal (Eka) sekaligus banyak (aneka). Siwa yang diam di sahasrara maksudnya pancaran vibrasinya berdiam di sahasrara masing-masing orang. Beliau duduk dengan sikap siddhasana kesayangannya, Beliau yang tubuhnya cemerlang bagaikan pantulan sinar matahari pada gunung salju, yang rambutnya dijalin rapi , yang mengalirkan air suci gangga, dikelilingi bulan sabit yang indah, memakai ular sebagai kalungnya, yang berleher biru, tubuhnya yang dilumuri wibhuti, kedua tangannya terangkat memberi berkat dan memberi pembebasan dari segala ketakutan, yang dihiasi kulit harimau sebagai pakaiannya, yang duduk diatas bunga teratai ribuan daun keemasan, yang tersenyum memancarkan vibrasi kedamaian.

Kebangkitan aliran energi Kundalini ditentukan sekali oleh tingkat kesadaran kita atau dengan kata lain kitalah yang mengolahnya, kitalah sebagai pengendalinya.

Yang perlu dipertimbangkan adalah bahwa energi itu tetaplah energi, Dia akan mengikuti kesadaran kita sendiri, mengikuti pola pikiran kita kalau kita berpikiran kearah kebajikan maka Dia akan menjadi kekuatan dalam menjalankan kebajikan namun bila pikiran kita dipenuhi ide-ide kejahatan maka kitapun akan dijadikan orang jahat.

Kenapa Kundalini disimbulkan sebagai Ular?

Karena begitulah perjalanan energi kundalini di dalam tubuh yang mengalir disetiap nadi-nadi halus kita terutama tiga nadi utama yaitu nadi Ida, Pinggala dan sumsumna. Dia berjalan meliak-liuk layaknya seperti seekor ular yang mulutnya siap mengeluarkan Bisa (racun). Racun bila dosisnya tepat maka akan jadi obat dan bila salah akan menyebabkan sakit.

PEMBERSIHAN KARMA MELAU 3 GRANTHI

Di setiap sekat, penutup atau ruas kolom tulang belakang tersimpan karma positif dan negatif secara sementara selama manusia masih hidup. Setiap tindakan atau hasil karma mental akan ditempatkan sesuai dengan tempat yang menyebabkannya.

Misalnya karma sebagai akibat dari:

- Hal-hal materi, emosi kasar, ilmu gaib, majik, dll disimpan di bagian bawah (Muladhara).
- Keinginan, nafsu, dan ego rendah disimpan di Swadistana.
- Emosi lebih halus, sifat keduniwian, kekuatan, dll disimpan di simpul pusat cakra Manipura (Perut).
- Perasaan, cinta, iri hati, sedih, senang, akan disimpan di simpul pusat jantung (Anahata),
- Ego lebih halus, termasuk ego tertinggi yang ingin mencapai Tuhan yang disimpan dalam cakra Wisudhi.
- Ketidak stabilan mental, ketidaktahuan, Kebijakan, menimbang dan memutuskan benar dan salah, baik dan buruk, keseimbangan mental, disimpan di Ajna sebelum menuju Pencerahan (di cakra Sahasrara), ... dll ... sesuai dengan penyebab keaktifan chakra dan akibatnya.

Proses Penyatuan dan Peleburan Karma melalui metode ini (granthi) memiliki 2 jalur :

1. Dari atas (Sahasrara) menuju ke bawah melalui Sushumna. Pertemuan itu berada di kedalaman terdalam Ajna. Ketika sudah mengalami ketenangan, ia akan mengeluarkan cairan dari kelenjar pineal, menghasilkan berupa cairan (Tirta Amritha) yang kemudian menetes ke Sushumna, menembus dan membersihkan kotoran di setiap segmen. Metode ini dianggap lebih aman, dan minim risiko. Meski aman, bukan berarti tanpa halangan dan hambatan mental yang perlu diatasi. Efeknya dingin dan beberapa bahkan terasa seperti aliran air es yang mengalir di setiap ruas sampai ke ujung bawah tulang belakang sampai akhirnya menyatu dengan kekuatan Kundalini (Shiva-Shakti).
2. Dari bawah (Muladhara) dengan membangkitkan kekuatan Kundalini. Api Kundalini ini menerobos, membakar dan membersihkan kotoran, melebur karma di setiap jalan kenaikannya sampai mengalami penyatuan di Sahasrara (Shiva-Shakti).
Dalam setiap proses kenaikan mulai dari yang paling halus (hawa panas) hingga seperti api magma, pelaku akan mengalami banyak hambatan untuk perubahan signifikan dalam efek mental dan berbagai godaan untuk mendapatkan siddhi.

Menyadari setiap momen dari sikap dan perubahan mental atau sejenisnya sangat diperlukan untuk dapat ke tingkat berikutnya, serta upaya untuk melepaskan kekuatan siddhi yang diperolehnya. Melepaskan siddhi yang diperoleh tidak berarti bahwa itu akan hilang, ketika pencapaian yang lebih tinggi semua hal di bawah ini juga akan diikuti dan dikuasai (mencakup).

Baik persatuan dari atas dan mengambil jalan dari bawah menghasilkan "Amritha yang dikenal Tirta Kundalini". Efek dari ini akan menghasilkan kedamaian, ketenangan, keheningan, untuk menuju Samadhi.

Di Bali, makna ini juga dituangkan ke dalam kidung Wargasari Turun tirta saking luhur ... dst. Di mana ini adalah jalan dari atas (memohon) penyatuan antara Siwa dan Durga / Shakti (Kundalini).

Di Kanda pat ia kekuatan yang menghasilkan Tirta Kesucian, merembes

sampai masuk ke Sushumna, rongga bambu, arteri dan sejenisnya tergantung pada pengalaman yang dilihatnya,

Hasil ini juga merupakan Tirta “Pengesengan” (peleburan energi negatif) dikeluarkan melalui air liur (dimasukkan secara samar dalam segelas air untuk Tirta oleh beberapa orang tabib / dukun Bali). Sementara beberapa orang kesurupan (Kerauhan dari sesuhunan) ia keluar melalui semacam lendir melalui hidung saat kesurupan.

Setelah kita benar-bener siap, saran saya selanjutnya carilah orang yang anda anggap mampu membimbing diri anda dalam menaikan kundalini. Jadikanlah dia guru anda, guru yang akan membimbing diri anda. Peranan seorang guru dalam hal ini sangat penting, beda dengan melakukan meditasi atau yoga lainnya, yang belum membangkitkan energi shakti ini. Saat anda berkeinginan menaikan energi kundalini anda sudah memasuki energi maha gaib energi yang sulit diketahui jalannya.