

Det du frågar om, **Robert Bruce - Raising Kundalini**, handlar om ett specifikt system för **andlig energiträning** utvecklat av den australiensiske mystikern och författaren **Robert Bruce** (f. 1955, d. 2024).

Det är inte en sekt i den traditionella meningen, utan snarare en uppsättning tekniker och läror som populariserats genom hans böcker och kurser.

Vad handlar det om?

1. Kundalini

- **Definition:** Kundalini är ett centralt begrepp inom indisk mystik och yoga (särskilt Tantra och Kundalini Yoga). Det beskrivs som en slumrande, gudomlig andlig energi (ofta liknad vid en slingrande orm) som ligger ihoprullad vid ryggradens bas (rotchakrat).
- **Målet:** När denna energi "**väcks**" (**raised**), stiger den genom kroppens sju chakran (energicentran) till hjässan (kronchakrat), vilket leder till djup andlig upplysning, ökad medvetenhet och självförverkligande.

2. Robert Bruce och hans Metod

Robert Bruce blev först känd för sina studier om **utomkroppsliga upplevelser (OBE)** och **astral projektion** genom boken *Astral Dynamics*. Senare utvecklade han ett eget system för energiträning och kundalini-uppvaknande.

- **NEW-systemet (New Energy Ways):** Bruce's system är en metod för energiträning. Det fokuserar på att manipulera kroppens energiflöde, bland annat genom en teknik han kallade **Tactile Imaging (T.I.)**, som använder känsel- och visualiseringsövningar för att stimulera kroppens sekundära och tertiära energicenter.
- **Målet med Kundalini:** Bruces tillvägagångssätt skiljer sig från traditionell yoga genom att det betonar en **gradvis** och **kontrollerad** utveckling av energikroppen för att hantera den kraftfulla kundalini-energin, vilket han menade minskar risken för de problem (mentala och fysiska) som ibland kan uppstå vid ett plötsligt eller påtvingat kundalini-uppvaknande. Han talade även om att kunna höja kundalini **flera gånger**, vilket är en kontroversiell åsikt i vissa traditionella kretsar.

Kopplingen till andra rörelser

Till skillnad från de rörelser du nämnde tidigare (Osho, DLM, I AM-rörelsen) som var sociala/religiösa organisationer med en karismatisk ledare i centrum, är Robert Bruce's arbete i första hand ett **lärosystem** och **övningsmanual** för individuell mystisk praktik (esoterisk träning).

Han bidrog till den moderna **New Age**- och **esoteriska** litteraturen genom att popularisera och demystifiera begrepp som energikroppen, chakran och kundalini för en västerländsk publik.

Vill du veta mer om de **risker** eller **kontroverser** som ibland diskuteras i samband med kundalini-uppvaknande?