



Mateusz Wiszniewski

Huna

w samouzdrawianiu i autoterapii



Huna
w samouzdravianiu i autoterapii

Huna
w samouzdravianiu i autoterapii



MATEUSZ WISZNIEWSKI

Huna

w samouzdrawianiu i autoterapii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII



Redakcja: Urszula Kowalewska-Pasek
Projekt okładki: Anna Drozdowska
Skład komputerowy: Maciej Grycz
Korekta: Małgorzata Waś

Copyright © STUDIO ASTROPSYCHOLOGII 2006

Wydanie I

BIAŁYSTOK 2006

ISBN 83-7377-247-2



STUDIO

ASTROPSYCHOLOGII

oferta: www.studioastro.pl

15-762 Białystok

ul. Antoniuk Fabr. 55/24

(0-85) 662-92-67 – redakcja

(0-85) 654-78-06 – sekretariat

(0-85) 653-13-03 – dział handlowy – hurt

(0-85) 654-78-35 – sklep firmowy „Talizman” – detal

WIĘCEJ INFORMACJI ZNAJDZIESZ
NA PORTALU PSYCHOTRONICZNYM
WWW.PSYCHOTRONIKA.PL

Druk i oprawa:

MZGraf s.c. e-mail: drukarnia@mzgraf.pl

Spis treści

1. Wstęp	11
2. Podróż na Hawaje – do siedziby kahunów	15
3. Historia odkrywania huny	19
4. Co to jest huna?	23
5. Spotkanie kultury zachodniej z huną – praca Maxa Freedom Longa	25
6. Kahuni – strażnicy tajemnicy	27
7. Model psychiki człowieka według huny	35
8. Cztery poziomy rzeczywistości	39
9. Siedem zasad huny	43
10. Praktyka huny – medytacje i ćwiczenia	49
11. Rozwój praktyki huny	91
12. Ćwiczenia umiejętności pomocnych w praktyce huny	93
13. Integracja biegunów ziemskiego i duchowego	109
14. Drogi przemiany – umysł, oddech, dźwięk	123
15. Uzdrawiające symbole	135
16. Uzdrawiająca moc natury	141
17. Modlitwa	153
18. Modlitwa do archaniołów	155
19. Ceremonie	157
20. Kino mana – hawajska praca z ciałem	161
21. Lomilominui	167
22. Taniec hula	179
23. Służba społeczności	189

24. Zastosowanie huny w konkretnych przypadkach	195
25. System wróżenia inspirowany filozofią huny	211
26. Układy kart	219
INTERPRETACJA KART	227
Karty: Trzy Poziomy Jaźni	229
I. Nadświadomość	231
II. Świadomość	232
III. Podświadomość	234
Karty: Cztery Pory Roku	235
IV. Jesień	237
V. Zima	238
VI. Wiosna	240
VII. Lato	241
Karty: Siedem Zasad Huny	243
VIII. Ike – Świat jest, jaki myślisz, że jest	245
IX. Kala – Nie ma ograniczeń poza tymi, jakie sobie stwarzasz	246
X. Makia – Energia podąża za uwagą	247
XI. Manawa – Moc jest w chwili obecnej	248
XII. Aloha – Kochać, znaczy być szczęśliwym	249
XIII. Mana – Moc jest w tobie	250
XIV. Pono – Skuteczność jest miarą prawdy	251
Karty: Siedem Żywiołów	253
XV. Ogień	255
XVI. Woda	256
XVII. Wiatr	257
XVIII. Kamienie	258
XIX. Rośliny	259
XX. Zwierzęta	260
XXI. Ludzie	261
Karty: Symbole	263
XXII. Brama	265
XXIII. Poziomy i kierunki świata	267
XXIV. Droga	269

XXV. Zwierzęta, Rośliny i Miejsca Mocy	270
XXVI. Portal	271
XXVII. Relacje	273
XXVIII. Obfitość	274
XXIX. Twoje Sanktuarium	275
XXX. Piękno	276
XXXI. Dom – Rodzina	277
XXXII. Owoce	279
XXXIII. Harmonia	280
27. Wywiady z nauczycielami huny	283
28. Zakończenie	303

i

BŁOGOSŁAWIEŃSTWO

NIECH ZAWSZE BŁOGOSŁAWIĄ CI:
TWOJA NADŚWIADOMOŚĆ I UZDRAWIAJĄCE ANIOŁY,
SŁOŃCE, KSIĘŻYC, PLANETY I GWIAZDY,
ŻYWIOŁY ZIEMI, WODY, OGNIA, POWIETRZA I PRZESTRZENI,
ANIOŁY, LUDZIE I ZWIERZĘTA.

Otwieram serce

Jestem w harmonii

Błogosławie niższe Ja miłością

Miłość uzdrawia wszystko

Wzywam wyższe Ja

Boskie światło napetnia mnie i prowadzi

Otwieram serce

Jestem w harmonii z wszechświatem

Jestem jednością.



*Książkę tę dedykuję Susan Pa'iniu Floyd
– nauczycielce,
której życie jest żywym przykładem,
jak z pomocą huny
można uzdrowić siebie
i uzdrawiać innych.*

Wstęp

Trakcie ostatecznej korekty tej książki zastanawiałem się, jakimi słowami można najlepiej wyrazić jej przesłanie. Sięgnąłem po karty Many¹ i skupiając się na tym pytaniu, wyciągnąłem kartę Tęcza – ANUENUE. Tęcza w kulturze hawajskiej ma wiele znaczeń. Symbolizuje między innymi most pomiędzy tym światem a niebiosami. Most, po którym potrafią chodzić bogowie i szamani. Most światła, po którym trzeba przejść, aby dostać się do świata niebios i duchowej wiedzy. Innym skojarzeniem ze słowem tęcza, o czym wspomina komentarz do tej karty, są tęczowi wojownicy i tęczowa rodzina. Tęczowi wojownicy to ludzie pochodzący z różnych kultur i tradycji, którzy „podążają drogą tęczy”. Pracując nad pokonaniem swego lęku, wątpliwości i słabości, dążą do stworzenia pokoju, harmonii, szacunku i miłości na ziemi. Tęczowi wojownicy to ci, którzy pamiętają o starożytnej mądrości zawartej w różnych kulturach i praktycznie ją stosują, aby tworzyć harmonię na ziemi. Zgodnie z różnymi przepowiedniami nadejdzie czas, gdy zaczną uczyć starożytnej mądrości tych, którzy o niej zapomnieli, aby na świecie znowu zapanował pokój.

Oby ta książka i karty pomogły ludziom odnaleźć tęczowy most ku starożytnej duchowej wiedzy Hawajów – hunie.

¹ Catherine Kalama Becker, PHD, Doya Nardin, *Mana Cards, The Power of Hawaiian Wisdom*, Radiance Network, Hilo 1998.

Niech wiedza i praktyka huny będą wykorzystane w dobrych celach, w tworzeniu szczęścia, pokoju i harmonii na ziemi, w sobie i wokół siebie.

Na całym świecie wzrasta zainteresowanie uzdrawianiem i szamanizmem. W wysoko rozwiniętych społeczeństwach wiedza duchowa i sztuki uzdrawiania stają się coraz bardziej popularne. Mimo że ludzie żyją we względnie dobrobycie (przeważająca większość białych ludzi ma co jeść, gdzie mieszkać, a nawet posiada o wiele więcej, niż wymagają tego podstawowe potrzeby), ze względu na utratę kontaktu z naturą i mądrością starych tradycji coraz częściej tracą spokój wewnętrzny i równowagę. W związku z tym poszukują wskazówek i metod, które pomagają przywrócić i zachować spokój i szczęście. Filozofia i praktyka szamanizmu huny oraz jej stara, bogata w doświadczenia tradycja może być dla wielu ludzi źródłem uzdrawiającej inspiracji, zawiera bowiem wiele mądrych strategii i skutecznych technik, które pozwalają odnaleźć szczęście, zdrowie i równowagę oraz skuteczniej radzić sobie z wyzwaniem życia.

Huna, hawajska filozofia i uzdrawiające praktyki nie są religią, ale formą hawajskiego szamanizmu. To coś więcej niż system filozoficzny, opisana w książkach wiedza czy technologia ezoteryczna. Jest to żywe doświadczenie przekazywane z pokolenia na pokolenie poprzez hawajskich kapłanów zwanych kahunami.

Metody huny są w swej istocie proste i skuteczne, potężne mocą sięgającą bardzo odległych czasów. Pomagają uzyskać prostą i praktyczną odpowiedź na wiele ważnych pytań:

- Jak odnaleźć szczęście i równowagę?
- Jak uzdrawiać siebie i innych?
- Jak pogodzić potrzeby ducha i potrzeby ciała?

Wiedza huny jest ukryta i jawna zarazem. Jest łatwo dostępna, gdyż znajduje się w głębi serca, ciała i duszy każdego z nas. Zawsze mamy do niej dostęp na tyle, na ile potrafimy do niej dotrzeć. Z drugiej strony, ci którzy ją zgłębili, często nie ujawniają wszystkich tajemnic. Być może dlatego, że dla osób nieprzygotowanych najgłębsze tajemnice są trudne do przekazania. Także dlatego, że te tajemnice niewłaściwie zrozumiane, mogą zostać źle wykorzystane.

Książka ta zawiera zarówno wyjaśnienie podstawowych koncepcji teorii i praktyki huny, jak i opracowane na ich podstawie medytacje i ćwiczenia, w

których wykorzystane zostały doświadczenia z wieloletniej praktyki innych dziedzin: technik relaksacyjnych, wizualizacji, ćwiczeń medytacyjnych itd.

Teoria i praktyka została tu opracowana pod kątem huny terapeutycznej (istnieją różne rodzaje i zastosowania huny), której celem jest poprawa zdrowia, samopoczucia, ogólnego powodzenia i jakości życia oraz rozwój samoświadomości poprzez lepsze poznanie siebie.

Zamieszczone w książce medytacje mogą służyć pomocą w rozwiązywaniu różnych problemów codziennego życia oraz w odkrywaniu i doświadczaniu zasad huny poprzez wewnętrzną zdolność widzenia, czucia i wyobraźnię, które umożliwiają dostęp do symbolicznego i niewidzialnego świata naszego wnętrza.

Książka jest próbą syntezy filozofii huny z praktykami i motywami pochodzącymi z innych kultur, na przykład z postaciami archaniołów. Ćwiczenia i wizualizacje częściowo wzorowane są na symbolice hawajskiej, a częściowo pochodzącej z kultury zachodniej. Jest to próba przybliżenia huny do sposobu myślenia ludzi Zachodu. Zgodnie z jej filozofią i praktyką to, co jest skuteczne, jest zgodne z huną. Wielu współczesnych nauczycieli swobodnie korzysta z wiedzy pochodzącej z innych kultur i łączy ją z huną. Np. Serge Kahili King studiował także afrykański szamanizm i psychologię; Ciocia Margaret (ciocia, wujek – to częsta forma zwracania się do nauczycieli huny, podkreślająca rodzinny charakter tradycyjnego przekazywania wiedzy po przyjęciu do hawajskiej rodziny), która była wychowana w chrześcijańskiej szkole, uczy huny, wykorzystując postacie aniołów, a nie bóstw hawajskich; wielu zachodnich nauczycieli huny korzysta z dorobku NLP itd.

Celem tych medytacji jest rozwijanie naturalnych i wrodzonych umiejętności uzdrawiania siebie i innych poprzez rozwijanie komunikacji ze swoją nadświadomością, podświadomością oraz duchowymi pomocnikami.

Dołączone do książki karty i system wrózenia oparty na filozofii huny, mogą pomóc skontaktować się ze swoim wyższym Ja i uzyskać odpowiedzi na ważne pytania.

L

Podróż na Hawaje – do siedziby kahunów

Dalownicze wyspy – Hawaje – słyną na cały świat swoją urodą. Są rajem dla turystów. Niemal idealne warunki atmosferyczne, piękne krajobrazy, wspaniałe plaże, mili i przyjaźni mieszkańcy, uczyniły z nich modne miejsce wypoczynku dla Amerykanów i Japończyków.

Niewielu z przyjeżdżających tam bogatych turystów zdaje sobie sprawę, że Hawaje to także kolebka jednej z najbardziej potężnych tradycji uzdrawiania.

Moje pierwsze spotkanie z huną nastąpiło pozornie przypadkowo. Na jednym z warsztatów usłyszałem o zagranicznym nauczycielu, który pobierał nauki na Hawajach. Poszedłem na jego trening. Tak spotkałem swojego pierwszego nauczyciela huny. Potem poznałem nauczycielkę, która przyjechała do Polski, a była z pochodzenia Hawajką i wtajemniczenia dostąpiła również na Hawajach. Wziąłem udział w jej dwóch treningach w Kalifornii.

Pewnego dnia, w trakcie w medytacji miałem intuicyjne doświadczenie, które wskazywało, że sam mam pojechać na Hawaje. Z racjonalnego punktu widzenia wydawało mi się to niedorzeczne, szalone, lecz medytowałem już wystarczająco długo, by rozpoznać w tym impulsie znak, który może prowadzić do spełnienia „własnej legendy”. Nie było łatwo w to uwierzyć

i zdecydować się na taką podróż. Nie wiedziałem nawet, gdzie leży wyspa, której nazwę otrzymałem w medytacji: Kauai, Kai? Niepokoiły mnie wysokie koszty takiej podróży. Jednak w ciągu niedługiego czasu znalazłem się na Kauai.

Wkrótce po swoim medytacyjnym doświadczeniu zadzwoniłem do znajomej mistrzyni Reiki i bioterapeutki, Zofii Zelman, w jakiejś mało znaczącej sprawie. Zwierzyła mi się, że chce się udać w duchową podróż i że wróżka przepowiedziała jej wyprawę za wielką wodę, na wyspę, w towarzystwie duchowego towarzysza o imieniu zaczynającym się na literę A. Imię sanskryckie czy japońskie. Tak się złożyło, że w tradycji sufickiej otrzymałem imię duchowe Amida – japońskie imię Buddy Amitabhy. Opowiedziałem jej o tym i uznaliśmy to za pomyślny znak. Tak wyruszyliśmy w podróż daleką i tajemniczą, która dla nas, ludzi pochodzących z Europy, była wielką wyprawą, niczym podróż Alchemika w celu odnalezienia swojej legendy i skarbu.

Dzięki „pomyślnym wiatrom” udało się nam dotrzeć tam, gdzie prowadziło nas przeznaczenie i intuicja. Stało się to możliwe, ponieważ oboje potrafiliśmy zaufać własnym przeczuciom i zaryzykować podróż w nieznanie.

Na wyspie Kauai, najbardziej magicznej z hawajskich wysp, medytowaliśmy w świętych miejscach mocy, co było dla mnie niezapomnianym i głęboko transformującym przeżyciem. Pozwoliło poczuć i przeżyć to, o czym wcześniej można było czytać lub słuchać. Była to wielka zarówno zewnątrznie, jak i wewnątrznie podróż. Tam właśnie po raz pierwszy spotkałem Serge Kinga i Susan Pa'iniu Floyd.

Serge King jest znanym uzdrowicielem, pisarzem, jednym z najbardziej znanych spadkobierców tradycji huny. Już za młodu został wtajemniczony w nauki huny przez jedną z hawajskich rodzin.

Susan Floyd jest wybitnym nauczycielem i mistrzem hawajskiej sztuki uzdrawiania przez masaż. Uczy kino mana – hawajskiej pracy z ciałem, czyli uzdrawiających masaży huny: *lomilominui* (nazywanego też *lomilomi* albo *lomi*) i *kahiloa* oraz tańca *hula*. Kiedy po raz pierwszy zobaczyłem jak tańczy, byłem tak poruszony harmonią emanującą z jej ruchów, że pomyślałem: Nie wiem czego ona uczy, ale chcę się uczyć od niej.

Historia podróży na Hawaje przypomina mi historię z książki Coehlo o Alchemiku i jego podróży ku własnej legendzie, a wcześniejsze spotkania z wieloma nauczycielami, między innymi Rickiem Jarow, autorem książki „Antykariera”, na tyle rozbudziły moją intuicję i wiarę w siebie, że zawie-

rzyłem wewnętrznemu głosowi i dzięki temu wyprawa okazała się niezwykle owocna.

Pobyt na Hawajach i spotkania z żywą huną sprawiły, że w moim życiu wiele zmieniło się na lepsze. Jednak nie był to wcale koniec duchowej podróży, ale jedynie ważny krok na tej drodze.

W roku 2004 wyruszyliśmy na Hawaje już całą grupą, aby odwiedzić tamtejsze miejsca mocy i wziąć udział w kursie dla nauczycieli masażu. Zwiedziliśmy wiele świętych miejsc mocy. Spotkaliśmy hawajskiego *kumu*, nauczyciela hula, który uczył nas tańca. Braлиśmy udział w warsztatach hula, a nawet pokazaliśmy tam taniec w naszym wykonaniu. Jednak, to co najważniejsze, było niewidzialne dla oka.

Hawajczycy uważają, że ludzie, którzy współcześnie interesują się filozofią i praktyką huny i w tym celu odwiedzają wyspy, to ludzie, którzy już tam byli (w poprzednich wcieleniach) i odnawiają swoje związki z tą prawną wiedzą i duchem aloha.

Duchowa atmosfera Hawajów, siła starożytnych miejsc mocy, sprawiają, że każdy, kto potrafi otworzyć się na działanie tych energii, ulega wielu przemianom.

L

Historia odkrywania huny

Trzydzieści pięć lat po odkryciu Hawajów przez kapitana Cooka, zaczęli przybywać tam biali misjonarze. Na podstawie obserwacji tubylców, ich skąpego ubrania, czczenia wielu bogów, nieznajomości Biblii, braku wiedzy o Jezusie, misjonarze uznali, że są oni niżej rozwiniętymi dzikusami i trzeba ich zbawić poprzez nauczenie religii białych ludzi.

Misjonarze nie zrozumieli zaawansowanego systemu ezoterycznej wiedzy, jaki istniał na Hawajach, a może nawet nie chcieli zbyt go poznawać, bo naruszyłoby to ich przekonanie o absolutnej i jednoznacznej wyższości własnej religii i kultury nad hawajską. (Przekonanie o wyższości religii i cywilizacji białego człowieka było wygodną wymówką dla kolonizatorów, którzy stopniowe zagrabianie Hawajów mogli nazwać „cywilizowaniem dzikusów”). Starzy, doświadczeni kapłani huny nie byli zainteresowani wyprowadzaniem misjonarzy z błędu i zachowywali swoje sekrety dla siebie. I tak, we względnej równowadze i harmonii, obie strony przetrwały do czasów dzisiejszych. Misjonarze, zdobywając coraz większe wpływy u hawajskich wodzów, stopniowo wyparli starą religię z życia społecznego wysp.

Duchowa moc huny jednak przetrwała. Hawajczycy szukali pomocy u kahunów, którzy funkcjonowali w swoich społecznościach, ale „zeszli do podziemia”. Potajemnie przeprowadzali swoje medytacje i rytuały uzdrawiające dla zaufanych krewnych i znajomych.

W pewnym okresie praktykowanie huny było nielegalne. Według Maxa Freedom Longa hawajskie prawo zabraniało praktykowania huny pod groźbą kary:

Rozdział 1034: Kara za czarownictwo: każda osoba, która będzie próbować leczyć innych poprzez praktyki czarów: anaana, hoopiopio, hoounauna czy hoomanamana (nazwy opisujące praktyki parapsychiczne) albo inne powierzchowne lub zwodnicze metody, będzie skazana na grzywnę nie mniejszą niż 100 dolarów, albo na sześć miesięcy ciężkich robót².

Prawo to zostało wprowadzone ze względu na rosnące wpływy misjonarzy na Hawajach. Współcześnie, mimo że nie jest już przestrzegane i nastąpiła większa swoboda w dziedzinie religii i uzdrawiania, wielu Hawajczyków nadal bardzo ostrożnie dzieli się swoją wiedzą z obcymi.

Jednak choć huna nie pozostaje już w ukryciu, a spotkanie z jej nauczycielami jest możliwe, chociaż jej praktykowanie nie jest już nielegalne, jedynie niektórzy z wtajemniczonych ujawniają się publicznie. Wielu z nich woli pozostać w cieniu. Zgodnie z tradycją przekazują wiedzę jedynie wybranym przez siebie uczniom, których sami uznają za godnych i przygotowanych.

Wielu żyjących we współczesnych społeczeństwach ludzi może zrozumieć i jest gotowych na przyjęcie nauk huny. Zastosowanie tej filozofii i praktyki może nam pomóc odnaleźć zdrowie, harmonię, poprawić relacje z ludźmi i wyniki w pracy. Proste i łatwe do zastosowania zasady pomagają podnieść jakość życia na wyższy poziom.

W tej książce, która powstała głównie w oparciu o nauki Susan Pa'iniu Floyd i Serge Kahili Kinga, pragnę podzielić się swoim rozumieniem i doświadczeniem huny, zdobywanym w ciągu wielu lat, z pomocą nauczycieli otrzymujących bezpośrednio przekazy huny od hawajskich mistrzów, jak i nauczycieli wielu innych tradycji oraz dzięki mojej pierwszej i drugiej wizycie na Hawajach.

Możemy się czuć szczęśliwi, że dzięki opartemu na duchu aloha, skupionemu na pomaganiu innym i nieprzywiązanemu ślepo do tradycji nauczaniu, cenne nauki huny stały się dostępne dla wielu ludzi, którzy nie mogą pojechać na Hawaje, by tam je otrzymać.

Spotkanie z huną pomogło mi lepiej zrozumieć siebie, rozwiązywać własne problemy. Przeżyłem wiele niezwykłych doświadczeń. Nauczyłem się pomagać ludziom poprzez masaże lomilomi i kahiloa. W końcu, zgodnie

² Serge Kahili King, *Kahuna Healing*, Quest Books, Wheaton, 1983, s. 28.

z naukami Susan Pa'iniu Floyd, która uczyła się u rdzennego Hawajczyka i legendarnego kahuny – Abrahama Kauai, zostałem nauczycielem masażu kahiloa i lomilomi oraz tańca hula.

Filozofia i praktyka huny, dzięki swej prostocie i skuteczności, może pomóc każdemu, kto ją zastosuje. Nie każdy zostaje wielkim uzdrowicielem, ale każdy może sobie pomóc zachować lub przywrócić zdrowie, odnaleźć sens życia i nauczyć się, jak żyć w harmonii ze światem i naturą. Huna uczy, jak realizować swoje marzenia i potrzeby w zgodzie z sobą i innymi. Uczy, jak żyć w harmonii z sobą i ze światem. Harmonia we współczesnym świecie jest bardzo potrzebna.

Przedstawiony w tej książce materiał zawiera wiele nauk i praktyk huny, opracowanych i przystosowanych do sposobu myślenia ludzi żyjących na Zachodzie. Można powiedzieć, że jest to huna filozoficzna, terapeutyczna i uzdrawiająca, możliwa do zrozumienia i bezpiecznego zastosowania przez ludzi nieznających głęboko sekretów hawajskiej kultury.

Tajemnice wielu oryginalnych praktyk, dokładne opisy rytuałów, teksty pieśni, symboli itd. jako ezoterycznego systemu hawajskich kapłanów są do tej pory mało znane i decydują o wyborze kandydata i ewentualnym ujawnianiu mu sekretów należy do bezpośrednich spadkobierców hawajskich kahunów. Hawajczycy w takich wypadkach zwykle sprawdzają gotowość kandydata i znaki – omeny, które wskazują na to, czy przyjąć go do swej duchowej rodziny i uczynić członkiem duchowej linii.

Niezależnie od pilnie strzeżonych sekretów, istnieje rodzaj nauk powszechnie propagowany w książkach i na warsztatach. Najczęściej jest to huna uzdrawiająca i terapeutyczna, przystosowana do umiejętności, potrzeb, kultury i możliwości zrozumienia białego człowieka. Nie znaczy wcale, że jest mniej skuteczna. Tak naprawdę o skuteczności huny, czy innej formy uzdrawiania, decyduje nie technika lecz duch, mana, relacja i zrozumienie, wiedza, mądrość, miłość, gotowość, zaangażowanie i różne umiejętności praktykującej ją osoby.

Zawarty tutaj materiał opiera się w dużej mierze na takim właśnie rodzaju huny. Są to głównie nauki przekazywane przez Aloha International – szkołę huny założoną i kierowaną przez Serge Kahili Kinga, którego Susan Pa'iniu Floyd jest uczennicą i bliskim współpracownikiem. Zgodnie z wyjaśnieniami Susan Pa'iniu Floyd, rozpowszechnianie filozofii huny, np. siedmiu zasad huny, jest w tradycji Serge Kinga mile widziane, gdyż

filozofia ta może pomóc ludziom odnaleźć szczęście i spokój, a tego teraz na ziemi potrzeba najbardziej.

Można tu znaleźć wiele ćwiczeń – wizualizacji oraz wzór ceremonii, które mogą pomóc w zrozumieniu i zastosowaniu siedmiu zasad huny i innych jej aspektów.

Nie wszystkie pojęcia czy motywy medytacji pochodzą z tradycji hawajskiej. W wielu wypadkach zastosowane są motywy bardziej znane i bliższe naszej kulturze. Jest to więc próba nie dosłownego przekładu, ale przeniesienia zasad huny na grunt innej kultury i podania w sposób zrozumiały dla ludzi w niej żyjących. Na przykład, nie ma tu inwokacji wzywających uzdrawiające energie hawajskich bogiń, ale archaniołów, których postacie są o wiele bardziej znane w podświadomości zbiorowej ludzi żyjących w kręgu kultury zachodniej.

Najistotniejsze jest nie to, jak nazywasz swojego duchowego opiekuna, ale czy masz z nim na tyle dobrą relację, by ci pomógł i prowadził ku szczęściu.

Jest całkiem możliwe, że gdyby kahuni bądź spadkobiercy ich wiedzy żyli w Europie lub Ameryce, także zwracaliby się do duchowych istot opiekuńczych związanych z tymi kontynentami, rasami i kulturami.

Na przykład Ciocia Margaret, jedna z głównych obok Abrahama Kauai nauczycielek lomilomi na Hawajach, została wychowana w tradycji chrześcijańskiej i w swoich naukach naucza pracy z aniołami.

L

Co to jest huna?

Na pytanie: co to jest huna? – można dać wiele „poprawnych” odpowiedzi. Ktoś może powiedzieć, że jest to prymitywna religia Hawajczyków, ktoś, że jest to najwyższej klasy wiedza tajemna i magiczna.

Specjalista od psychoterapii, hipnoterapii, pracy z ciałem i ziołolecznictwa może także spojrzeć na hunę z perspektywy zawartej w niej wiedzy psychologicznej, terapeutycznej, medycznej, uzdrowicielskiej, dotyczącej pracy z ciałem, ziołoleczniczej, czy technik rozwiązywania problemów itd.

W czasie, kiedy powstała huna, nie było wyspecjalizowanych zawodów: konsultanta, uzdrowiciela, psychoterapeuty, kapłana, masażysty, specjalisty od pracy z ciałem, zielarza, maga, jasnowidza, astrologa. Wszystkim zajmowała się jedna osoba – *kahuna*. Oczywiście kahuni także mieli swoje specjalizacje.

Huna może być tym wszystkim, ale jednocześnie jest czymś o wiele więcej. Każdy postrzega ją na swoim poziomie rozumienia, doświadczenia i świadomości. Można powiedzieć, że to *wiedza serca* albo że huna to wszystko, co jest skuteczne i praktyczne. Oba opisy przedstawiają ważny jej aspekt.

Huna to wiedza na temat człowieka, przyrody i kosmosu, wiedza powstała z bezpośredniego doświadczenia wielu pokoleń, jak i z medytacji i objawienia. Przekazywana była w liniach hawajskich szamanów, kahu-

nów, podobno aż z Atlantydy i Lemurii, choć niektórzy twierdzą, że kapłani otrzymali ją bezpośrednio (od przybyszów?) z gwiazd.

Wiedza ta pozwala w prosty i praktyczny sposób zrozumieć lepiej siebie. Pozwala dokonywać łatwo i szybko zmian w swoim życiu i świecie z pomocą znajomości rządzących nim ukrytych praw i energii. Ta książka przedstawia głównie pewne aspekty wiedzy huny dotyczące samouzdrawiania, które z pożytkiem wykorzystać może każdy zainteresowany.

Najgłębsze tajemnice huny można poznać zarówno w drodze własnej medytacji, jak i duchowego przekazu – dla przygotowanych do tego uczniów – od widzialnych bądź niewidzialnych istot, wtajemniczonych kapłanów i szamanów tej tradycji.

W oparciu o zasady i metody huny można rozwijać zdolności uzdrawiania i zmieniania swego życia oraz integracji osobowości w pozytywnym kierunku. W tym celu należy korzystać z różnych technik samouzdrawiania: ćwiczeń relaksacyjnych, pracy z umysłem, wizualizacją, uzdrawiającym ruchem i tańcem oraz masażem.

Filozofia huny jest uniwersalna. Proponowane w tej książce ćwiczenia mogą być stosowane jako dopełnienie i pomoc w praktykowaniu huny opisanej w wielu dobrych książkach, które ostatnio ukazały się w języku polskim, a zwłaszcza książkach Serge Kahili Kinga: „Szaman miejski”, „Bądź mistrzem swego ukrytego Ja”, „Natychniastowe uzdrawianie”.

L

zmieni. I tak się stało. Pojawiła się możliwość nauczania w Aloha International i 17 lat temu zaczęłam uczyć szamanizmu z Serge Kingiem.

Uwielbiałam to. Lubiłam obserwować, jak proste sposoby pomagają ludziom wiele zrozumieć i razem wzrastaliśmy.

Ucząc innych, uczyłam też siebie. Prowadziłam zajęcia na Hawajach i w Ameryce. Wtedy spotkałam uczniów pewnego Hawajczyka, który prowadził sesje lomilomi. Zapytali mnie, czy chcę się zapisać. Oczywiście! – odpowiedziałam i wiem, że to moja wyższa jaźń mnie prowadziła. Otrzymałam wiele wspaniałych i transformujących masażów od tego człowieka (kahuny Abrahama Kauai) i brałam udział w jego wykładach w Kalifornii. Niektóre rzeczy rozumiałam, inne nie. Niektóre mogłam zrozumieć lepiej dzięki treningowi huny. Kiedy dowiedziałam się, że będzie prowadził warsztat na Hawajach, naturalnie zapisałam się.

To otworzyło mnóstwo drzwi, było w tym wiele zabawy. Był to zupełnie inny rodzaj treningu niż ten, którego uczył Serge. O wiele bardziej oparty na doświadczeniu. Nauczyciel organizował dla nas ćwiczenia, które umożliwiały przyjrzenie się swoim przekonaniom i doświadczenie ich skutków.

Dotykało to wrażliwych miejsc wielu ludzi (i było dla nich trudne). Ponieważ uprzedni trening huny (z Serge Kahili Kingiem) dał mi dobre przygotowanie, dobrze się przy tym bawiłam.

Brałam odpowiedzialność za to, czego doświadczam. Jeżeli mi się nie podobało, zmieniałam to. I tak się działo. Mam wiele dobrych wspomnień z tego warsztatu. Wtedy nie myślałam, że zajmę się masażem. Zajęło mi pięć lat, by zacząć tę podróż, ale nasienie zostało zasiane przez bardzo dobrego nauczyciela. Mistrza tej formy sztuki.

❁ ESENCJA HUNY

– *Czy możesz powiedzieć, co jest esencją huny?*

– Huna to filozofia, według której żyli Hawajczycy. Słowo to oznacza coś małego, trudnego do zobaczenia. Jest to opis pewnego rodzaju wiedzy. To wiedza, która zawsze istniała, ale była rzadko dostrzegana. Jest tak oczywiście. Leży przed naszymi oczami. Zawarto ją w pewnym języku. Języku, który został tak zaprojektowany, by ucieleśniać tę filozofię. Więc jeżeli nie byłeś pewien znaczenia czegoś, mogłeś po prostu przyjrzeć się znaczeniu słowa i głębszej mądrości, która pojawiała się ukryta w tym znaczeniu. Huna

oznacza coś małego (trudno dostrzegalnego) nie dlatego, że chciano ją ukryć przed ludźmi. Wręcz przeciwnie, chciano ją zachować. Więc jeżeli miałeś oczy, aby widzieć, mogłeś ją znaleźć. Jest właśnie tutaj.

Tak samo dotyczy to znaczenia części słowa *huna* – *hu* i *na*. *Hu* jest chaotyczne, dynamiczne, idące na zewnątrz, podnoszące energią. *Na* jest spokojną formą albo kontenerem dla tej energii. Z tych dwóch sił składa się doświadczenie naszego życia. Mamy ruch i doświadczenie ruchu. Mamy dynamiczną energię *jang* i łagodniejszą, wolniejszą energię *jin*. Te dwie formy łączą się i stwarzają falę życia. *Hu* i *na* są wszystkim i są także biegunem męskim i żeńskim. Zrozumienie tych energii przynosi równowagę i harmonię w życiu. Pokazuje, że możemy żyć w harmonii z różnymi aspektami siebie. Filozofia huny pokazuje, jak działają prawa kierujące umysłem.

❁ CZTERY POZIOMY RZECZYWISTOŚCI

Należy wyodrębnić różne poziomy, na jakich można doświadczać życia, opisując je za pomocą czterech poziomów rzeczywistości.

Fizyczny, naukowy punkt widzenia opiera się na założeniu, że rzeczy istnieją konkretnie, oddzielnie, mają początek i koniec.

Na poziomie doświadczenia psychicznego wszystko jest ze sobą połączone. Możemy się połączyć z każdym i ze wszystkim poprzez swoje myśli. Jest to więc poziom odpowiadający telepatii, jasnowidzeniu, postrzeganiu świata duchów.

Następnie jest świat symboliczny, poziom świata snów. Na tym poziomie działa wielu szamanów. Wszystko jest snem. Wewnętrzny sen i zewnętrzny sen, fizyczna rzeczywistość i нефизyczna rzeczywistość. Ale wszystkie sny są wzajemnym odbiciem. Świat zewnętrzny jest odbiciem nas i jednocześnie wpływa na nas. Możemy zmienić jeden sen, aby wpłynąć na drugi sen.

Czwarty jest poziom holistyczny. Nie jesteśmy oddzieleni, nie jesteśmy połączeni, nie jesteśmy odbici, jesteśmy jednością, jesteśmy tym, kim jesteśmy. Jesteśmy jednym, Nie ma oddzielenia pomiędzy nami i czymkolwiek, ponieważ jesteśmy wszystkim i jest to poziom doświadczenia mistycznego. Na tym poziomie postrzegasz, że wszystko jest dobre.

Jest to bardzo piękne doświadczenie, ale nie bardzo praktyczne, ponieważ jeżeli chcemy doświadczyć świata, potrzebujemy jakiegoś stopnia oddzielenia, aby być w stanie utożsamić się i odnieść do świata wokół siebie.

Ale jest to wspaniałe doświadczenie w medytacji. Dla mistyka jest to jedyny prawdziwy świat i to jest cel jego praktyki.

✻ TRZY POZIOMY JAŻNI

Ciało i umysł posiadają pamięć. Ponieważ są w stanie zatrzymać coś w pamięci, stwarzają nawyki. Jeżeli robiliśmy coś wystarczająco wiele razy, możemy zrobić to automatycznie, nie myśląc o tym świadomie. Najważniejszym z tych nawyków jest oddech. Mamy nawyk oddychania i świadomie nie myślimy o tym. Ale rozwinęliśmy jeszcze inne nawyki: postrzegania, chodzenia, mówienia, pamiętania imion ludzi. Pamięć ciała i umysłu odpowiada za wykonywanie wielu podstawowych czynności.

Świadomy umysł jest nawigatorem, jest dyrektorem naszej istoty. On podejmuje decyzje. Gdzie skierujemy swoją uwagę? Jest to bardzo ważna rola, nie kontrolera, lecz dyrektora. Świadomy umysł powinien dawać podświadomości jasne i inspirujące polecenia, w którym kierunku ma zmierzać i poprzez zapamiętywanie tego kierunku stwarzać korzystne dla nas nawyki.

Mamy też wyższą jaźń. Ta część nas posiada nieskończoną inspirację, jak można lepiej, bardziej harmonijnie działać i daje nam energię, by manifestować w swoim życiu różne rzeczy. Choć świadomy umysł podejmuje decyzje, to nadświadomy umysł wysyła nam inspirację. Świadomy umysł ma pewne pomysły, jak zrealizować nasze marzenia. Ale nadświadomość posiada dostęp do nieskończonej lepszyc odpowiedzi, których nie jesteśmy na razie w stanie sobie wyobrazić lub pojąć. Możemy otrzymywać inspirację nadświadomości poprzez innych ludzi, ich wypowiedzi, poprzez książki lub myśli, które nagle pojawiają się nie wiadomo skąd. Nadświadomość jest nieograniczonym aspektem naszego umysłu.

Jeżeli umiemy działać w harmonii z tymi trzema aspektami i pozwolić im wykonywać ich własne zadania, wtedy może pojawić się w naszym życiu doświadczenie wielkiej harmonii.

Gdy świadomy umysł słabnie i pozwala nawykom ciała kierować nami, nie kierując nimi, doświadczamy sytuacji, w których czujemy się bezradnie i nie mamy kontroli.


Jeżeli zaczyna rządzić świadomy umysł i nie pozwala ciału, by działało w zgodzie z sobą, wtedy pojawia się bunt, pojawiają się wypadki. Ciało mówi: Zaczekaj chwilę. Zwróć uwagę na to. A co z tymi pomysłami, jakie

Książka jest duchową i realną podróżą na Hawaje i opisem spotkania z Hawajską Huną. Przedstawia spojrzenie przez pryzmat naszej cywilizacji na świat hawajskiego szamanizmu. Jest sumą przemyśleń i doświadczeń Polaka dr Mateusza Wiszniewskiego w zakresie zastosowania Huny przez człowieka żyjącego we współczesnym społeczeństwie. Szczególnie cenne jest łączenie archetypowych w naszej kulturze symboli i skojarzeń z systemem pojęciowym Huny.

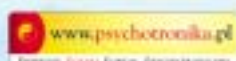
Ta nowatorska pozycja zawiera zarówno prezentacje oryginalnego systemu wiedzy hawajskich kapłanów jak i szereg ćwiczeń i medytacji, które każdemu pomogą w samodzielnym doświadczeniu wartości systemu Huny.

Karty dołączone do książki są metodą umożliwiającą, za pośrednictwem systemu filozoficznego hawajskich kapłanów, realne i praktyczne wykorzystanie informacji płynących od „Wyższego Ja”.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII 

PATRONAT MEDIALNY



ISBN 83-7377-247-2

