

# PAÑCAKOŚA – VIIS KEHA

---

1. **Annamayakośa** – füüsilise struktuuri/toidu kiht; see on terve füüsiline keha ise. Kajastub esimestes jõukeskustes: **mūlādhāra, svādhiṣṭhāna, maṇipūra ja anāhata**. Läbi nende nelja jõukeskuse äratamise saavutab inimene ülima kontrolli *annamayakośa* üle.

2. **Prāṇamayakośa**- elujõu või praana kiht; see on inimese eluline teisik/koopia. Hetkel valitsevatel teadusvooludel on teatud limiteeritud ligipääs sellesse kihti Kirliani ja bioluminestsentsi meetoditega. See allub **viśuddha** tšakra kontrollile, eetrile.

Need kaks kihti koos moodustavad **jāmekeha**, mis jooga seisukohalt on tehtud füüsilisest ainest. Iga inimene on vähemal või rohkemal määral sellest tasandist ärkveloleku ajal teadlik.

3. **Manomayakośa**- aistimismeele kiht, kontroll kümne taju/ meele üle. See on laialivalgivate mõtete kiht; “ ahvilik mõistus”, hüppab ühelt infolt teisele ja seda iseloomustab uudishimu.

4. **Vijñānamayakośa**- kõrgema teadvuse kiht, moodustades vahettegeva teadvuse, mis läbib illusoorse. Inimene hakkab omandama objektiivset (eelarvamustevaba) ja isegi meeltevälist taju, mis sulandub reaalsusse.

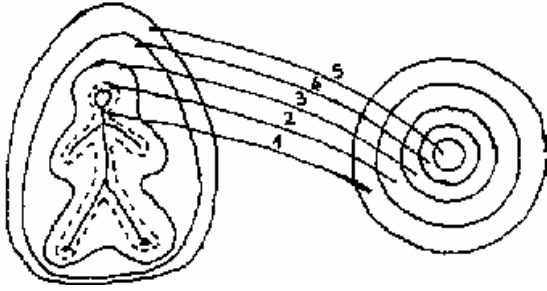
Viimased kaks on **ājñā** tšakra kontrolli all ja moodustavad **peenkeha**, psüühilise struktuuri keha. Sellel tasandil on olemas ego tunnetus („mina“ tunnetus- *ahamkāra*), mis on kui idee iseloomust, kui kontseptist ja mis sisaldab teisi elemente tervikus, aga mis ei jõua veel tuumani. See keha võib jāmekehast eralduda.

Kui peenekeha ei ole piisavalt äratatud, siis on iseloom mõjutatud ja võib esineda psüühilisi haigusi koos pideva vastuvõtlikkuse seisundiga. Peenkeha kontrollib erinevaid psüühika aspekte, ka

hinge aspekte ja seega alateadvust. Kui see keha ei ole laetud, siis alateadvus töötab vabalt ja alateadvuse sisu võetakse kui absoluutset tõde. See keha vastab unenäo seisundile; seega kui on võime seda kontrollida, võib ka vabatahtlikult oma unenägusid muuta.

5. **Ānandamayakośa**- nn ülima õndsusetunde, integratsiooni ja õndsas ühildumise kandja. Inimene saavutab integratsiooni või ideaalse ühildumise Ülima Makrokosmilise Reaalsusega. Sellel õndsustundel ei ole kindlat objekti; ta on ülendatud, transtsendentaalne ja pidev. See keha on **sahasrāra** kontrolli all- inimese ühtsus.

See vahend vastab **põhjuslikule kehale**, kehale, mis kuulub ülimale põhjusele, absoluudi kandja inimeses, manifestatsiooni tuum, mis ei ole veel manifesteerunud. Sellel tasandil jõuame tegeliku kontaktini meie tuumaga, Iseendaga; leiab aset tagajärje ja resorptsiooni ületamine põhjusesse. Sellel tasandil toimub egost Endasse minek; koos teadlikkusega lõputust potentsiaalset, mida me omame. Siin leiavad aset erakordsed tagajärjed ja kõige tavatumad transformatsioonid inimeses, läbides või ületades igasugused tagajärjed. Sellel põhjuslikul tasandil saab inimene ise tagajärje tekitada. Nüüd võib rääkida tegelikust vaimsusest. Sellel tasandil, **ānandamayakośa**’l, saavutatakse *samādhi*. Järjepidev teadvuse tasand tuleb esile isegi sügavas unes ja ilma unenägudeta, nii manifestatsioonis kui sellest väljaspool. Järk järgult manifesteerub see tasand ka inimeses; tavaliselt teadvustamatult.



Füüsiline keha on tegelikult kõige pealiskaudsem kiht inimesel, samal ajal kui põhjuslik keha on lähemal põhiolemusele, tuumale.

Vabanemine *ātman*'i tasandil

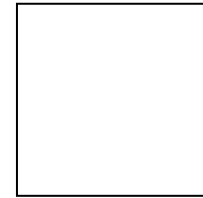
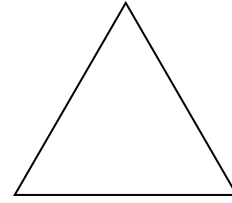
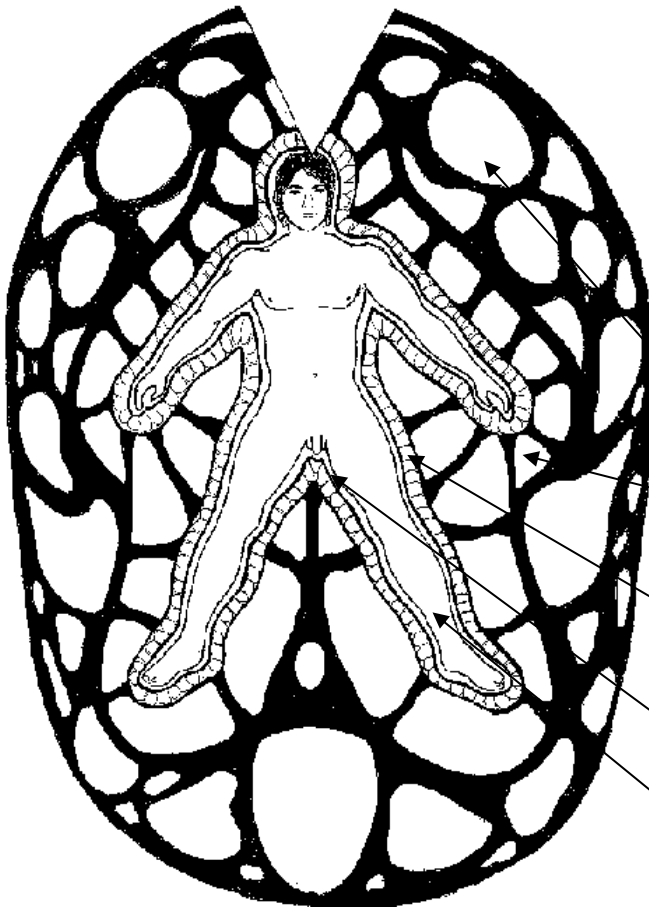


Diagramm väljendab suhet esimese nelja keha (nelinurk) ja kausaalstruktuuri vahel (kolmnurk).

### Vaimsed jõud



5. *Ānandamayakoša*  
(kosmiline keha, põhjuslik)

4. *Vijñānamayakoša*  
(kõrgeim meel)

3. *Manomayakoša*  
(astraalkeha, tajumeel)

2. *Prāṇamayakoša*  
(vitaalne keha)

1. *Annamayakoša*  
(füüsiline keha)