

## 570. L'azione del Prana nello Yoga Integrale di Sri Aurobindo

Scritto da Rosario Castello

Domenica 22 Febbraio 2015 00:00 -

---

Il gioco della *Sakti pranica* nel corpo o nella forma è la condizione di ogni azione, anche della più apparentemente inanimata e semplicemente fisica. È il *Prana* universale, come sapevano gli antichi, che in varie forme sostiene e sospinge l'energia materiale in tutte le cose fisiche, dall'elettrone, dall'atomo e dal gas fin su al metallo, alla pianta, all'animale e all'uomo fisico. Riuscire a far sì che questa

*Sakti pranica*

agisca più liberamente e energeticamente nel corpo è, coscientemente o incoscientemente, il tentativo che compiono tutti coloro che tendono verso una più alta perfezione corporea. L'uomo ordinario cerca di comandare il corpo meccanicamente per mezzo di esercizi fisici e di altri mezzi corporei, lo

*Hatha Yogi*

lo fa in una forma più ampia e flessibile, ma sempre in modo meccanico per mezzo delle

*Asana*

e del

*Pranayama*

; ma per il nostro scopo è necessario che esso venga mosso con mezzi più sottilmente essenziali e pieghevoli; in primo luogo con una volontà mentale che ampiamente si apra e potentemente richiami la

*Sakti pranica universale*

su cui facciamo leva fissandone la più potente presenza e operazione sul corpo; secondariamente con la volontà mentale che si apre maggiormente allo spirito e ai suoi poteri richiamando una più alta energia pranica dall'alto, una forza pranica supermentale; in terzo luogo, ed è l'ultimo passo, col fatto che il più alto volere supermentale dello spirito sopravviene e assume direttamente il compito della perfezione e del corpo. [...] La maggior parte degli uomini non sono coscienti di questa energia pranica nel corpo o non sanno distinguerla dalla forma di energia più specificamente fisica che quella informa e usa come suo veicolo. Ma quando la coscienza diviene più sottile in virtù della pratica yogica, si giunge a scorgere il mare della

*Sakti pranica*

intorno a noi, ad avvertirla con la coscienza mentale, proprio concretamente come con un senso mentale, vedendone i corsi e i ricorsi, e così a dirigerla e ad agire su di essa immediatamente con la volontà. Ma fino a che giungiamo a questo, dobbiamo possedere una fede operante almeno a titolo sperimentale nella sua presenza e nel potere della volontà di sviluppare un più ampio impiego di questa forza pranica. È necessaria una fede, *sraddha*

, nel potere della mente di imporre la sua volontà corporea, quale l'hanno coloro che guariscono le malattie con la fede, la volontà o l'azione mentale; senchè dobbiamo cercare di raggiungere questo controllo non soltanto per questo o quell'uso limitato, ma in genere come un autentico potere dello strumento interiore.

## 570. L'azione del Prana nello Yoga Integrale di Sri Aurobindo

Scritto da Rosario Castello

Domenica 22 Febbraio 2015 00:00 -

---

### **Sri Aurobindo**

da *La Sintesi dello Yoga: lo Yoga dell'autoperfezione*

(pag. 165/6)