

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello
Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

L'ente planetario è, in realtà, un' *Anima spirituale (Jivatman)*, un *corpo fisico grossolano* e un *complesso di corpi sottili*

:

1 corpo causale (karanasarira): nell'ordine individuale corrisponde all' *anandamayakosa*, allo stato di coscienza non differenziato

prajna

e alla condizione di “

sonno profondo senza sogni

”

susupti

. Nell'ordine universale corrisponde alla forma principiale o causale, lo stato informale

Isvara

. (corrisponde all'

inconscio

della psicologia);

2 corpo sottile (lingasarira o sukksmasarira): si tratta del *corpo mentale-energetico-luminoso* che corrisponde allo stato coscienziale di

taijasa

e alla condizione di “

sonno con sogni

”

svapna

. Il

corpo sottile

si suddivide in tre veicoli: il veicolo intellettuale (

buddhimayakosa

o

vijnanamayakosa

) appartenente al piano causale; il veicolo mentale (

manomayakosa

); il veicolo pranico-energetico (

pranamayakosa

).

In dettaglio: è costituito dai cinque elementi sottili (*sukksmabhuta*), comprende le cinque facoltà di percezione (

jnanendriya), le

cinque facoltà di azione (

karmendriya

), i cinque soffi vitali (

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello

Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

prana

) e la mente-organo interno (

antahkarana

nelle sue quattro funzioni:

buddhi

,

ahamkara

,

manas

e

citta

). Il

corpo sottile

non viene distrutto con la morte perché accompagna l'

Anima

nel processo di trasmigrazione, nel lungo viaggio samsarico, fino alla soluzione finale.

(corrisponde al **subconscio** della psicologia);

3 *corpo fisico grossolano (sthulasarira)*: si tratta del corpo composto da *annamayakosa* (prodotto dalla trasformazione, elaborazione e assimilazione del cibo). Corrisponde allo "stato di veglia"

"

jagrat

.

(corrisponde al **conscio** della psicologia).

Questi tre veicoli, *karanasarira (corpo causale)*, *lingasarira (corpo sottile)* e *sthulasarira (corpo fisico grossolano)*

) si suddividono in ulteriori cinque veicoli chiamati

kosa

: costituiscono l'espressione totale della personalità dell'ente planetario, dalla più grossolana alla più sottile dimensione di esistenza:

1

annamayakosa

(elaborato dall'alchimia del cibo);

2

pranamayakosa

(complesso energetico formato dal

prana

-

nadi

);

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello

Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

3

manomayakosa

(il livello di consapevolezza dei procedimenti mentali ed emozionali);

4

buddhimayakosa

(corpo psichico, dimensione della personalità che opera nel piano sottile –
veicolo con il quale si esperienza durante i sogni, nelle fuoriuscite dal corpo fisico e nei diversi tipi di fenomeni psichici

–; livello della consapevolezza dei piani psichico e causale);

5

anandamayakosa

(corpo di beatitudine, rivestimento più interno del

Jiva

– costituisce il
corpo causale
ed è la sede del

Jiva

nello stato di
sonno profondo

(
susupti

) – ; la dimensione trascendentale della personalità umana esistente nella totale assenza di piacere e dolore.

Quanto descritto finora è ciò su cui opera la pratica dello Yoga per provocare il risveglio spirituale della coscienza, in quanto lo Yoga è un sistema prettamente iniziatico.

L'ente planetario ordinario, comune vive senza connessione tra le diverse parti della mente, dell'*antahkarana*, mentre il risvegliato, anche ai primi gradini di tale processo di accensione, comincia ad intuirne l'importanza e la necessità. L'Iniziato è pienamente consapevole dell'unità di tutte le parti che fanno l'Intero: sa anche come utilizzare le varie funzioni sconosciute ai più, perché anche i *corpi sottili* possiedono, al loro livello di esistenza, un'anatomia, compreso il legame alchemico tra il *sottile* e il *grossolano*

e le corrispondenti caratteristiche.

La **conoscenza alchemica** dà all'Iniziato la visione sulla realtà del “**mistero del sangue e della carne**” . L'Iniziato sa

che ciascun ente planetario ha dentro di sé la “

sostanza unica

”, quella cercata da tutti gli alchimisti all'inizio dell'”

Opera

”.

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello

Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

Nella **miniera alchemica** (alchimia organica, sistema endocrino) devono incontrarsi **quattro uomini** (i

minerali virili, l'oro, il ferro, lo stagno e il piombo) con

due donne

(i minerali femminili, l'argento e il rame) per derivarne la "sostanza unica". I corpi umani (*grossolani*

e

sottili

) vengono trasformati incessantemente da questi minerali secondo il grado di sviluppo della coscienza dell'individuo.

L'alchimia dei corpi-veicoli umani è voluta "**dal Cielo e dalla Terra**": tutto il processo si svolge senza alcun errore; non ci può essere errore (anche quando sembra che ci sia).

La visione dell'Iniziato, riguardo al mondo materiale, è molto diversa da quella dell'ente planetario ordinario, comune, non risvegliato. Per l'Iniziato la materia solida non è così solida come appare alla maggior parte degli individui, e questo vale anche per il *corpo fisico*

grossolano

(*sthulasar*

ira

). Egli

osserva liberamente un unico "processo di vita" tra il

fisico denso

e il

sottile

, quel fluire di luce fissa e di luce volatile che fa scaturire una stupefacente alchimia di cui si è fatto dotto.

Le pratiche dello Yoga addestrano l'iniziando alla capacità di attrarre, proiettare, concentrare e dissolvere: lo Yogi utilizza la **forza-prana-luce** consapevolmente; questa è movimentata dalla continua variazione degli equilibri (quell'alternanza continua dei

guna

, finché lo Yogi conquista la stabilità).

La vera conquista della conoscenza del **piano grossolano dell'Essere** per il **Jiva-visva** (*virat* nella sfera universale e

visva-vaisvanara

nella sfera della coscienza individuata, come corpo denso

sthulasarira

) inizia nel

piano causale

dell'inconscio, di

Isvara

, il

piano

del

Brahmaloka

e nel

piano universale sottile

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello

Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

di

Hiranyagarbha

(subconscio).

L' **Essere** comunque risiede nel **Quarto stato**, il trascendentale, il **Turya**.

Il *corpo sottile*, cioè il *lingasarira*, è costituito anche dall' *antahkarana*, cioè l' "**organo interno**" (la mente nella sua intera estensione con le sue quattro funzioni), che riproduce le *forme*

corrispondenti alle

idee

(produce le

forme-pensiero

): i

pensieri-idee

si strutturano in

forme-pensiero

la cui potenza è data da come e da quanta attenzione viene ad essi indirizzata.

Il *corpo fisico grossolano* (*sthulasarira*) è l'espressione delle forme-funzioni dei vari **sistemi corporei** (c) (cerebrale, muscolo-scheletrico, circolatorio, nervoso, endocrino, immunitario, linfatico, urinario, sessuale).

Il **prezioso organo del cervello** nella sua struttura è diviso in tre sezioni (l'essere umano è tri-cerebrale): **cervello rettile** (cervelletto e parte inferiore del tronco encefalico); **cervello**

medio (parte superiore del tronco encefalico);

cervello anteriore

(talamo, ipotalamo, ipofisi, pineale, corpo calloso, corteccia cerebrale).

Il cervello ha due emisferi uniti fra loro dal "corpo calloso": ogni emisfero ha sue proprie caratteristiche, funzioni e competenze.

La **metà destra del corpo** è innervata dall'emisfero sinistro della corteccia cerebrale; la **metà sinistra del corpo**

è innervata dall'emisfero destro.

L'emisfero sinistro è "**razionale**" (analizza, giudica, calcola, segue la sensazione del tempo);

l'emisfero destro è "**irrazionale, creativo-intuitivo**" (sintesi, astrazione, associazione, pensiero analogico, simboli, fuori dal concetto di tempo).

Il **sistema nervoso** (centrale elettrica) e il **sistema endocrino** (miniera alchemica) sono coordinati dall'ipotalamo; il talamo oltre che selezionare trasmette alla corteccia cerebrale gli impulsi sensoriali (occhi, orecchie, naso, bocca, pelle). Il

sistema nervoso

è collegato alle 72.000

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello

Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

nadi

che costituiscono la
rete sottile energetica

(

nadi, aura, cakra, pranamayakosa, lingasarira

).

Il **cervello** è colui che “**vede**” non l’occhio, perché questi è solo una lente sensoriale; gli occhi vedono soltanto ciò che il cervello ha appreso nei processi conoscitivi. In realtà è il

jiva

che usa il cervello non l’

ahamkara

, quindi è il

jiva

che vede-guarda attraverso il cervello. Il

jiva

è immortale; l’

ahamkara

nasce e muore, è aleatorio.

Così è per il **sahasrara** (pineale, melatonina, funzione di coscienza suprema di *Siva-Sé Sovrano*) che

conosce la realtà, una volta risvegliatosi, e questa realtà viene confermata attraverso la “

visione del terzo occhio

” (di

Siva

), cioè attraverso

ajnacakra

(ipofisi, funzione di coscienza unitiva). L’ipofisi è situata tra l’emisfero destro e l’emisfero sinistro del cervello ed è responsabile anche dell’ormone della morte (processi d’invecchiamento) che lo Yoga, con le sue pratiche, contrasta con i progressivi risvegli e grazie al buon uso della melatonina, il nettare della pineale (insieme all’ormone della crescita (HGH) fa scattare una riprogrammazione del cervello ed un progressivo ringiovanimento. Il “risveglio” attivato dallo Yoga non è finalizzato, ovviamente, al processo di ringiovanimento del

corpo fisico grossolano

(“

equilibrio ormonale

”), ma a quella realizzazione chiamata

jivanmukti

(“

liberazione da vivente

”), il ritorno all’Assoluto inqualificato, il

jivatman-Brahman

, il

jiva

che perviene integralmente alla consapevolezza della

Realtà non duale

(

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello

Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

advaita

). E ciò dopo che in

ajna

(ipofisi) è avvenuta la morte dell'ego (

ahamkara

), cioè la morte iniziatica.

L' **individuo-jiva** è uno sperimentatore nella sfera della coscienza individuata (*visva-vaisvanara*): tutti i giorni sperimenta "stati di coscienza". Questi "stati di coscienza" vanno da uno stato ordinario di veglia ai diversi stadi del sonno, ma anche a stati "speciali" di coscienza riguardanti certi momenti "creativi", alcuni momenti particolarmente "lucidi", insoliti momenti "intuitivi" ed eccezionali momenti di profondo "rilassamento".

Ogni attività cerebrale emette **onde**. Tutti gli stati di coscienza, ordinari o speciali, sono rappresentati dalle

onde cerebrali (onde elettromagnetiche):

onde beta (frequenza

variabile da 14 a 30 Hz),

onde alfa

(variabile da 8 a 14 Hz),

onde theta

(tra i 4 e gli 8 Hz),

onde delta

(tra 0,5 e 4 Hz).

Lo Yogi, con le sue pratiche, utilizza le **onde alfa** che prevalgono sui momenti introspettivi (*rilassamento*

,
yoga

,
yoganidra

,
meditazione

, momento tra il sonno e la veglia). Con esse la mente è calma e molto ricettiva. Utilizza invece le

onde theta

in un impegno creativo della mente (

ispirazione creativa, visualizzazione, immaginazione

). Si manifestano in una meditazione profonda, nella fase REM del sonno, nel balenio intuitivo-conoscitivo. Le

onde delta

si riscontrano nel

sonno profondo senza sogni

(

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello

Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

susupti

, onde proprie della mente inconscia), in un totale abbandono da parte dell'individuo, quelle condizioni in cui avvengono casi di auto-guarigione, processo naturale di autorigenerazione.

È nel **cervello medio** che certe *percezioni* (telepatia, visioni precognitive, percezione di *pensieri*

ri-forma

o di

egregore

, registrazioni

akasiche

) si dipartono.

La **ghiandola pineale** si trova nel *cervello medio*: essa è il direttore d'orchestra e l'ipofisi è l'orchestra. La pineale è collegata e controlla tutte le ghiandole endocrine ed esocrine che svolgono l'opera alchemica in tutto il *corpo*

fisico grossolano

(i

flussi energo-alchemici

generano le sensazioni ed emozioni che il

jiva

“

sente

”).

Possiamo, quindi, affermare tranquillamente che, lungo la sadhana, lo Yogi può concorrere, positivamente e attivamente, ai gradualis risultati del “**processo di risveglio**” mediante la natura elevata dei propri pensieri (

alte

frequenze

), infatti la

pineale

più viene stimolata da elevati

pensieri-frequenze

più attiva beneficamente la secrezione ormonale dell’

ipofisi

, che a sua volta attiva l'intero cervello rendendolo pronto per una elevata ricezione (di

alte frequenze

) supercosciente.

L’**alchimia della pineale** (produce serotonina, melatonina e pinealina) è un fondamentale contributo nel “processo di risveglio”: quando la **Kundalinisakti**

giunge alla ghiandola pineale concorre alla trasformazione atomica delle “

sostanze

” che attraversa, una vera festa alchemica ad onorare la

dea Kundalini

che assume così la sua posizione regale.

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello

Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

La vera sadhana inizia quando lo Yogi chiede a se stesso seriamente “**ko’ham** (“*chi [sono] io?*”): quando, con tale profonda domanda a se stesso, egli avvia un processo esclusivamente *coscienziale*

. Così insieme a *pensieri-frequenze*

elevati e a “

pratiche

” mirate la

Kundalinisakti

riceve il primo potente impulso nel

muladharacakra

(dove risiede come condizione di virtualità potenziale) e diviene pronta ad ergersi (ecco il tradizionale riferimento al risveglio del potere del serpente). Ascende gradualmente lungo

susumna

,

cakra

dopo

cakra

(cioè i vari stati relativi di coscienza), dischiudendoli, fino a raggiungere il principio

Siva

(la realizzazione dello stato supremo o assoluto, detto anche

paramasiva

) alla sommità del capo, in

sahasrara

(pineale).

La realizzazione integrale, la “**Liberazione**” (*mukti, moksa*) con lo Yoga avviene una volta che lo *jiva-Yogi* conosce ed attiva,

consapevolmente e integralmente, l’

Albero della Conoscenza del Bene e del Male

, fino a esperire totalmente l’”

arbor vitae

”, cioè l’

Albero della Vita

.

I sentieri che identificano l’ **Albero della Conoscenza del Bene e del Male** sono quelli rappresentati dalle

nadi

ida

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello

Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

e

pingala

: entrambe partono dal

muladharacakra

, ma

ida

sfocia nella narice sinistra e

pingala

nella narice destra.

Il sentiero centrale della nadi **susumna**, che passa lungo il midollo spinale dove ascende *Kundalini*

e lungo la quale sono disposti i

cakra

(i sette classici), è quello che identifica l'

Albero della Vita

.

Ripetiamo che le **nadi** (72.000 per la tradizione) costituiscono la “*struttura-rete*”

luminosa-energetica del

corpo sottile

luminoso (

lingasarira

) dell'essere individuato (

jiva

), di colui che è

disceso-incarnato

nella sfera

visva-vaisvanara

, prendendo un

corpo fisico grossolano

(

sthulasarira

). Il

jiva

nel sonno profondo si ritira nelle

nadi

, nella condizione di quiete.

Il graduale risveglio comporta lo schiudersi dei vari *cakra* e l'accesso a stati di coscienza via via superiori. Ecco il perché dell'importanza della purificazione delle

nadi

nello Yoga.

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello

Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

Muladharacakra: *cakra* al centro del perineo, tra l'ano e i genitali, viene considerato il *cakra* di base (della radice =

mula

) della colonna vertebrale (

adhara

) nella quale è raccolta

Kundalini

. La Kundalini può essere ridestata anche da meriti karmici di vite precedenti o dalle pratiche svolte dal *sadhaka-yogi-praticante* (

pranayama, asana, mudra, mantra, yantra

).

Svadhistanacakra: “*cakra della propria sede*”, situato alla radice del pene e della vagina: *cakra*

relativo alla procreazione e al mantenimento della specie. L'organo di senso è la lingua (sede del gusto) mentre l'organo di azione sono le mani.

Manipuracakra: *cakra* della “*città dei gioielli*” (*mani* = gioiello e *pura* = città) situato all'altezza del plesso solare. È un *cakra*

relazionato al dinamismo, all'energia, alla volontà e alla conquista. Il

jiva

incarnato in questo

cakra

sperimenta l'azione e la tensione del desiderio-avversione, dell'attrazione-repulsione, ecc..

Coscienza sensitiva.

Anahatacakra: *cakra* che è sede del *jivatman* nel corpo sottile (*lingasarira*) da dove emana la consapevolezza di essere. In questo

cakra

l'organo d'azione è l'organo sessuale (

lingam

o

yoni

). In questo

cakra

si realizza lo stabile equilibrio delle dualità e l'armonia dell'individuale che si connette con l'universale, si manifesta l'Amore e, quindi, qui si conquista la Saggezza. Coscienza universale.

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello

Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

Visuddhacakra: *cakra* situato all'altezza del plesso oro-faringeo (altezza della tiroide). Il significato di *visuddha* è "perfettamente purificato", infatti nel processo di risveglio spirituale della coscienza del *sadhaka-yogi*,

Kundalini

vi perviene con il raggiungimento di una così profonda purificazione da pervadere il *corpo sottile*

(

lingasarira

) e l'intera

Aura

di una pura luminosità tale da attrarre l'attenzione dei Maestri delle

Strade Alte

.

Ajnacakra: "*cakra del comando*" (chiamato anche "*Guru cakra*"), è un *cakra* che esprime determinati stati di coscienza. Risiede al centro tra le sopracciglia. È il centro della percezione divina o visione spirituale. In questo

cakra

risponde la dimensione mentale sottile, l'

ahamkara

e la

buddhi

. In

ajna

confluiscono le tre più importanti

nadi

–

ida

,

pingala

e

susumna

– che si fondono in un unico flusso di consapevolezza fino a

sahasrara

. In questo

cakra

, quindi, sfocia la

susumna

dove

Kundalini

, quando risvegliata a quel livello, sopraggiunge per svelare, illuminare e, tramite una corrente luminosa, unire il

muladhara

a

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello

Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

sahasrara

, per la manifestazione di

Paramasiva

.

Il sadhaka-yogi-praticante finché resta nella consapevolezza della dualità non può accedere al *samadhi*

. Praticare una sadhana di “risveglio”, cominciando da

ajnacakra

, permette di ottenere una mente purificata in modo tale da essere in grado di affrontare il risveglio degli altri

cakra

senza troppi problemi dal punto di vista karmico (i semi karmici che esplodono perché portati in superficie dalla purificazione).

Ajnacakra è chiamato anche “**l’Occhio di Siva**”, in quanto *Siva* è considerato la personificazione della meditazione (

dhyana

) associata al risveglio di

ajna

, per l’appunto. La ghiandola pineale andrebbe considerata come un tutt’uno con

sahasrara

così come la ghiandola pituitaria con

ajnacakra

.

Sahasrara: “*cakra che non è cakra*”, situato sulla corona del capo (*brahmarandhra*) come dimora di

va

dove si unisce con la

sakti kundalini

a compimento dell’ascesa lungo la

susumna

. Il potere di tutti i

cakra

risiede in

sahasrara

. In esso avviene, mediante il

samadhi

, l’unione di

Siva

e

Sakti

. Il simbolo dello

sivalingam

luminoso (detto

Si

664. Yoga, Alchimia e Risveglio

Scritto da Rosario Castello
Venerdì 25 Marzo 2016 00:00 -

jyotir lingam

) in

sahasrara

è il simbolo del

corpo sottile

, cioè del

lingasarira

che esprime la coscienza illuminata.

Om Tat Sat