299. Risvegli lungo la pratica Yoga

Scritto da Rosario Castello

Domenica 11 Novembre 2012 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 16:14

Vorremmo, senza presunzione alcuna, continuare ad accompagnare il *Lettore-Sadhaka* lungo il percorso già avviato precedentemente (articolo

Risveglio, Cakra e Kundalini

). L'

incognito sconosciuto

è per i “

Figli di Dio

” in cui arde, nel profondo del loro cuore, il Fuoco divino.

Se il Fuoco divino ha preso il sopravvento sull'*io-corpo-personaggio karmico* significa che la “*Voce del Silenzio*

” fa già da guida e tutto assume l'atmosfera dell'

Alto

.
Il *Sadhaka-Yogi praticante* ha intuito che deve comprendersi pienamente per “*comprendere*”.

Egli già sente che la

Realizzazione

investe la totalità della Coscienza, che è questa a doversi risvegliare a

ciò che è

, e tutto l'insegnamento mira al cuore dell'ente quale riflesso di coscienza incarnato dell'

Atman

; riflesso, tra gli uomini comuni, identificato con

ciò che non è

.
Ogni particola dell'insegnamento deve provocare, nel *Sadhaka-Yogi praticante*, un “innalzamento” della coscienza dal sensibile al sovrasensibile, una vera trasformazione rispetto al suo modo abituale di pensare, sentire e agire. Ricercare, studiare, praticare, riflettere e meditare stabilizza e consolida il fondamentale “rivolgimento” della coscienza per consentire di andare oltre.

Un segno di evidente avanzamento, il *Sadhaka-Yogi praticante*, potrà riscontrarlo nella diminuzione della propria ignoranza-

avidya

sentendo, profondamente in sé, che non esiste un Ramo dottrinario esclusivo e accorgendosi che la sua “visione” abbraccia naturalmente, senza alcuno sforzo, tutti i vari Rami tradizionali.

Guarda ai diversi Rami tradizionali (

Vedanta, Buddismo, Platonismo, Alchimia, Qabbalah, ecc.

) come a dei grani di un rosario (

japamala

) uniti da un unico filo (l'Unità della Tradizione).

Il *Sadhaka-Yogi praticante* vivendo in profondità costante il proprio Lavoro Spirituale assume

spontaneamente una modalità di muoversi, cioè un

habitus

coscienziale

che

molti enti percepiranno particolarmente. In esso prevarranno gli

stati di silenzio

quale riflesso del suo essere-volere (conoscere-agire) sui

299. Risvegli lungo la pratica Yoga

Scritto da Rosario Castello

Domenica 11 Novembre 2012 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 16:14

Guna

perché l'attenzione sul

Brahman

provoca la cessazione del movimento-vibrazione-suono-rumore: infatti si dice nelle

Upanisad

che

Brahman

è Silenzio. Se la Coscienza ritorna a riposare in sé stessa manifesta Silenzio. Il Realizzato-

Muni

è Silenzio.

Il *Sadhaka-Yogi praticante* che scopre il segreto del Silenzio metafisico è in grado di sottrarsi alla forza gravitazionale dei suoni imprigionanti (dei pensieri, delle parole e delle azioni del mondo profano). Le idee affermate dalle persone, le passioni umane che circolano non sono altro che *vortici di forze* che tendono a coinvolgere, avvolgere i “centri”

(idee, persone, forze) vibranti con tutte le possibili conseguenze.

“Quest’intero universo, che l’ignoranza proietta in molteplici forme, non è altro che Brahman, libero dal condizionamento del pensiero ”.

Sankara, Vivekacudamani, 227

Ma il *Sadhaka-Yogi praticante* prima di giungere a tale elevata posizione coscienziale ha percorso molti stadi esperienziali in cui ha vissuto i vari risvegli che lo hanno innalzato al “punto di vista unico”.

Gli individui ordinari si trovano ciascuno su una propria linea evolutiva.

Anche gli individui orientati spiritualmente si trovano ciascuno su una linea evolutiva.

Non sono da meno tutti gli enti planetari che seguono, in modo consapevole, un sentiero spirituale.

Quindi ogni *Sadhaka-Yogi-praticante* si trova ad una precisa *posizione coscienziale* che significa ad un preciso

livello e grado di risveglio

(di coscienza).

Da cosa è determinato il personale livello e grado di risveglio spirituale?

Da come ci si muove lungo la *Sadhana* e da come si affrontano la percezione e l’esperienza di vita; da come si cerca di capire come meglio sviluppare, in tutta la sua totalità, la personalità del proprio *ego-corpo-personaggio karmico* anziché seguire

299. Risvegli lungo la pratica Yoga

Scritto da Rosario Castello

Domenica 11 Novembre 2012 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 16:14

---

spinte direzionate verso singole “

parti

” che la esprimono.

La linea del livello di risveglio della Coscienza sale attraverso i *Cakra*, e determina la *visione del mondo*

del

Sadhaka-Yogi-praticante

Più persone che hanno la propria *posizione coscienziale* focalizzata in un medesimo *Cakra*, non significa che stanno allo stesso livello di risveglio.

Gli enti planetari si trovano, ciascuno, ad una linea evolutiva differente: chi centrato su *Muladhara Cakra*

, chi in

Manipura Cakra

o in

Swadhisthana Cakra

, e così via.

Lo stato di coscienza e la velocità di registrazione del sistema nervoso, determina il grado di risveglio dei vari *Cakra*.

Un livello inferiore non può comprendere chi sta ad un livello superiore; chi sta al livello superiore è dotato di un più vasto campo di esperienze ed ha l'opportunità di sperimentare l'amore che eleva ed allarga ancora di più la coscienza.

Nello stato dell'attuale *Kali Yuga*, in cui si trova l'umanità, la guida del mondo è in mano al “*minor*”

(livelli di coscienza inferiori) anziché al “

maggior

” (livelli di coscienza superiori).

La struttura di un ente può essere rappresentata da una serie gerarchica di mandala, l'uno sull'altro, che ne compongono l'intera totalità.

Lo Yoga è un sistema pratico meravigliosamente completo di informazioni uniche e di tecniche che sanno esattamente cosa mettono in moto se usate saggiamente: un sistema gerarchizzato interconnesso mediante l'accensione di flussi energetici strabilianti dove gli elementi della tecnica non sono solo il corpo ma tutti gli aspetti vitali comprese le sensazioni, le emozioni, la mente, la psiche e lo spirito. L'anatomia fisica e l'anatomia spirituale vengono a formare, nello Yoga, una perfetta unità.

Ogni *Cakra* ha diversi livelli di possibilità: evoluzione, equilibrio, armonia, attività. Più persone risvegliate allo stesso *Cakra* possono vivere in modo differente le possibilità offerte.

Una persona può essere più consapevole di un'altra che si trova sullo stesso

Cakra

; qualcuno coglie gli aspetti-possibilità costruttive e qualcun altro, in base al proprio livello generale di evoluzione, risponde secondo le spinte distruttive del proprio ego, per gratificazione personale.

Il livello di risveglio di un *Cakra* è dovuto alla somma totale di diversi fattori: fisici, emozionali, mentali, psichici e spirituali. Basta pensare che ogni *Cakra* (dei sei presi in considerazione nello schema classico principale dello Yoga) ha, ad esso connessi, un plesso neurologico e una ghiandola endocrina collegati a diversi organi e sistemi del corpo e

299. Risvegli lungo la pratica Yoga

Scritto da Rosario Castello

Domenica 11 Novembre 2012 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 16:14

---

questi, a loro volta, connessi ai meccanismi di controllo del cervello.

Schema classico principale dei *Sei Cakra* legati a *Merudanda* (colonna vertebrale)

- *Basico* – *Muladhara* – Lam – *Istinto di lotta vitale* – Surrenali
- *Sacrale* – *Svadhithana* – Vam – *Istinto procreativo* – Gonadi
- *Solare* – *Manipura* – Ram – *Coscienza sensitiva* – Fegato-Pancreas
- *Cardiaco* – *Anahata* – Yam – *Coscienza universale* – Timo
- *Laringeo* – *Visuddha* – Ham – *Coscienza empirica* – Tiroide e Paratiroide
- *Frontale* – *Ajna* – Om – *Coscienza unitiva* – Pituitaria o Ipofisi

Il risveglio di un *Cakra* apre collegamenti tra i vari livelli dell'ente umano e quindi converte l'energia verso l'alto o verso il basso (nella scala gerarchica dei *Cakra* legati alla colonna vertebrale). Vi sono

Cakra

, ovviamente, più complessi di altri come ad esempio l'

Ajna

Cakra

perché controlla le facoltà intuitive e mentali correlate ai circuiti più evoluti nella corteccia cerebrale.

L' *Ajna Cakra* è anche chiamato *Guru Cakra* in funzione della sua fondamentale importanza per il risveglio della Coscienza. Gran parte delle tecniche yoga sono mirate alla sua stimolazione.

La fusione di *ida* e di *pingala* (l'energia fluisce da

Muladhara

ad

Ajna

) nell'incontro con

Ajna Cakra

permette quell'esplosione, all'interno del sistema nervoso, attivatrice di innumerevoli circuiti nei due emisferi cerebrali e nel sistema limbico (le strutture, nel cervello, associate ad un certo tipo di emotività e comportamento), tale da favorire le tappe di risveglio previste dalla Saggezza Yoga.

I *Cakra* che risiedono nel Cervello (che si estendono dal midollo allungato alla zona

talamica-pineale) sono sotto il controllo di

Ajna Cakra che, custodendo interi stadi di

evoluzione, quando un

Cakra si

299. Risvegli lungo la pratica Yoga

Scritto da Rosario Castello

Domenica 11 Novembre 2012 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 16:14

---

risveglia nel

Merudanda

(colonna vertebrale), influenza il livello del risveglio conscio e dell'attività che si svolge in

Ajna Cakra

.

Nella maggioranza degli enti planetari *Ajna Cakra* (l'area talamica-pineale) è addormentato; infatti la maggioranza degli enti funziona in

M

uladhara Cakra

e in

Swadhsthana Cakra

.

Solo nella forte determinazione di una *Sadhana Yoga* si possono stimolare e risvegliare i *Cakra*, saltando i livelli del sistema nervoso e risvegliando consciamente le aree superiori, ai corrispondenti livelli di coscienza.

Lo Yoga è costituito in modo tale che ogni sua pratica stimola sempre gli elementi superiori per elevare la coscienza: ogni stadio raggiunto è un risveglio che prepara il risveglio successivo, sempre considerando il sistema totale complesso.

Il risveglio per eccellenza tanto auspicato è il risveglio di *Kundalini*: dalla condizione di virtualità potenziale, se l'ente è veramente pronto, lo Yoga può far ascendere

Kundalini

lungo la

Susumna

, facendo attraversare i vari

Cakra

fino a reintegrarsi, quale

energia-Sakti

, con

Siva

(il principio purushico), al sommo del capo (

Sahasrara Cakra

). Si tratta della Consapevolezza dell'Essere che attraversa i vari

stati relativi di coscienza

fino a realizzare lo

Stato Supremo

(

Paramasiva

).

“La Conoscenza autentica e risolutiva è diretta a tutti – non ci sono privilegiati o predestinati –, anche se non tutti la vogliono accettare e *vivere*, per cui Essa deve essere circoscritta a quei pochi (in confronto a milioni di ‘addormentati’) che, essendo stati morsi dal serpente della dura *avidya*

, si sono alquanto risvegliati alla consapevolezza che qualche cosa in loro non funziona”.

299. Risvegli lungo la pratica Yoga

Scritto da Rosario Castello

Domenica 11 Novembre 2012 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 16:14

Raphael in **“Essenza e Scopo dello Yoga”**

Questo articolo è “capitolo” del libro in formato ebook scaricabile gratuitamente:

Tradere – Per le immortali Vie dello Yoga Vol. Terzo

Edizioni Digitali del Centro Paradesha

Dello stesso autore:

Yoga – piccola Guida per Conoscerlo

Edizioni Youcanprint

Disponibile su 29 Store online e 29 Ebook Store online (Amazon, LaFeltrinelli, ibs, bol, hoepli, Rizzoli, ilgiardinodeilibri, Macrolibrarsi, etc.).