Gli Yogi proiettano nel cielo, come gli Astronomi, i due cerchi, “equatore celeste” e “meridiano locale”, riferimenti terrestri sulla volta celeste.
Lungo la fascia di latitudini tra il tropico del Cancro e il tropico del Capricorno il Sole raggiunge lo Zenit due volte l’anno.
Il Sole raggiunge, per il Solstizio d’Estate, il valore massimo di declinazione positiva nel mese di giugno, mentre, per il Solstizio d’Inverno, raggiunge il massimo valore di declinazione negativa in dicembre.
A queste due fasi vengono dati esotericamente dei significati e attribuite delle “pratiche” utili.
Le sacre scritture dell’India associano il Nord con gli Déi.
Gli Yogi lavorano, cercano di diventare consapevoli delle energie, delle forze (gli déi) che operano nel manifesto e nel non-manifesto. Gli Yogi si regolano considerando sia oggettivamente sia simbolicamente i cicli astronomici-astrologici per trarne il massimo dei benefici spirituali.
Lo Yogi tiene quindi in grande considerazione l’Uttarayana come periodo molto importante tra il Makara Sankranti (nel 2013 il 14 gennaio alle 7:02:37) e il Karka Sankranti (nel 2013 il 16 luglio alle 15:49:56). Ma queste due date sono soggette a variare nel tempo per la inclinazione assiale e la precessione degli equinozi (tra 9000 anni, Uttarayana, sarà a giugno).
Makara Sankranti è quindi il periodo in cui il Sole inizia il suo viaggio verso il Nord (gli Déi) entrando nel segno zodiacale del Makara (del Capricorno).
Questo giorno viene chiamato Uttarayana (Uttara=Nord e Ayana=movimento verso).
Lo Yogi avanzato muore nel periodo dell’Uttarayana e percorre l’Uttarayana Marga (“via”) raggiungendo la “Liberazione” (Moksa) per non rinascere più.
Questi mesi dell’Uttarayana vengono considerati particolarmente adatti alla Sadhana, agli studi spirituali e alle cerimonie rituali in genere. Se ne fa menzione nella Bhagavagita che è “Scienza del reale” e pratica Yoga.

Uttarayanam
è la “via settentrionale”, la “via Bianca”, il cammino del sole verso Nord dal Tropico del Capricorno al Tropico del Cancro. Si tratta del periodo di tempo tra il solstizio d’inverno e il solstizio d’estate. È uno dei sentieri che l’ente planetario percorre (l’altro è Daksinayana) dopo la morte. Uttarayana è la “via più alta”, seguita da chi ha realizzato il Brahman saguna che conduce al brahmaloka.

Daksinayana
È la “via meridionale”, il corso discendente del sole, i sei mesi che precedono il solstizio d’inverno, il sentiero del sud (daksina), verso la regione detta dei morti, presieduta da Yama. Si tratta di uno dei due sentieri (l’altro è Uttarayana) che l’ente planetario può percorrere una volta conclusa una parabola esistenziale terrena.

il Centro Paradesha

Di seguito, la traduzione di un articolo di Sri Swami Sivananda tratto da “Hindsu Fasts and Festivals” e una lettera di Swami Krishnananda del 1970 sul significato di questa celebrazione (in inglese).

Makara Sankranti a Varanasi

SALUTI e adorazione al Signore Supremo, il potere primordiale che divise l’anno nelle quattro stagioni. Saluti a Surya, il Divino Sole, che in questo grande giorno si avvia verso nord. Il termine sanscrito “Shankramana” significa “iniziare a muoversi”. Il giorno in cui il sole si muove verso nord è chiamato Makara Sankranti. Usualmente cade a metà gennaio. Fra i Tamil nel sud dell’India questo festival è chiamato Pongal. Per molte persone, specialmente i Tamil, Makara Sankranti inaugura il Nuovo Anno. Il mais viene raccolto e cucinato per la prima volta in questo giorno. Si festeggia gioiosamente in ogni casa. Vengono donati cibo, vestiti e soldi ai poveri. Il giorno successivo, la mucca, simbolo della Madre Divina, viene venerata. Poi gli uccelli e gli animali vengono sfamati. In questo modo, il cuore dei devoti si espande piano piano durante il corso delle celebrazioni, prima verso la propria famiglia, il vicinato, poi i poveri, poi verso la sacra mucca, poi tutte le altre creature viventi. Anche senza esserne consapevoli, il cuore si espande in un modo tale che l’intero universo trova un posto in esso. Poiché Sankranti è anche l’inizio del mese, i Bramini fanno offerte agli antenati. Il culto della Forma Cosmica del Signore è così parte di questa celebrazione, che ogni uomo e donna in India ne è tenuto a far parte anche senza esserne cosciente. Per gli aspiranti spirituali questo giorno ha un significato speciale. Il periodo lungo sei mesi, durante il quale il sole viaggia verso nord è molto favorevole nel cammino verso lo scopo della propria vita. È come fluire facilmente insieme alla corrente verso il Signore. I Paramahamsa Sannyasin girovagano liberamente in questo periodo, disperdendo la tristezza dai cuori di tutti. I Devas (divinità) e i Rsi (saggi) si riuniscono all’avvento della nuova stagione, pronti a venire in aiuto agli aspiranti spirituali. Il grande Bhisma, nonno dei Pandava, fu fatalmente ferito durante la guerra del Mahabharata, aspettando sul suo letto di morte l’inizio della stagione prima di lasciare definitivamente il piano terreno. Omaggiamo Bhisma in questo grande giorno sforzandoci di divenire noi stessi esseri di ferma risoluzione. Come già menzionato, in India del Sud questa festa si chiama Pongal. E’ strettamente connessa con l’agricoltura. Per gli agricoltori, è un giorno di trionfo. Noi abbiamo portato nelle nostre case i frutti del loro duro lavoro. Simbolicamente, il primo raccolto è offerto al Divino-questo è Pongal. Il lavoro duro è un dovere, ma il frutto viene offerto ora al Divino. Questo è lo spirito del Karma Yoga. Anche al padrone delle terre non è concesso tutto il raccolto per sé. Pongal è la festa durante la quale i proprietari distribuiscono cibo, vestiti e soldi ai lavoratori che lavorano per loro. Che atto nobile! È un ideale che dovrebbe essere costantemente di fronte a voi, non solo cerimoniosamente durante il giorno di Pongal, ma sempre. Siate caritatevoli. Siate generosi. Trattate le persone che lavorano per voi come amici e lavoratori fratelli. Questo è la chiave della festa di Pongal. Il giorno precedente la festa di Makara Sankranti è chiamato Bhogi. In questo giorno, le cose vecchie e sporche vengono eliminate e bruciate. Le case vengono pulite.

Persino le strade vengono pulite e decorate con disegni fatti con la farina di riso. Queste pratiche hanno un loro significato dal punto di vista della salute. Pulire la mente dalle sue brutte abitudini è ancora più urgentemente necessario. Bruciatele, con una ferma e saggia risoluzione di camminare sulla via della verità, amore e purezza da questo santo giorno in poi. Questo è il significato di Pongal nella vita dell'aspirante spirituale. Se fate questo, Makara Sankranti avrà un significato speciale per voi. Il sole, simboleggiante la saggezza, conoscenza divina e luce spirituale, che si ritira da voi quando siete immersi nell'oscurità dell'ignoranza, della delusione, ora gioiosamente riprende il suo corso verso nord e si muove verso di voi per distribuire luce e calore in grande abbondanza, e infondere in voi più vita ed energia. Infatti, il sole stesso, simbolizza tutto ciò che Pongal rappresenta. Il messaggio del sole è messaggio di luce, di unità, di imparzialità, del vero non interessamento, della perfezione degli elementi del Karma Yoga. Il sole splende su tutti equamente. È il vero benefattore di tutti gli esseri. Senza il sole, la vita non esisterebbe sulla Terra. È estremamente regolare e puntuale nei suoi doveri, e non reclama mai ricompense, né desidera riconoscimenti. Se assorbite queste virtù del sole, non c'è dubbio che risplenderete con la stessa luminosità! Colui che dimora nel sole, il cui corpo è sole, e dal cui potere il sole splende – Questo è il Sé supremo, l'Essenza Immortale. Tat Twam Asi – "Tu sei quello". Realizzate questo e siate liberi qui e ora, in questo santo giorno di Pongal o Makara Sankranti. Questa è la mia umile preghiera per voi tutti in questo giorno di Pongal. Nel giorno di Sankranti, dolci di molti generi vengono preparati nelle case, specialmente nel Sud dell'India. La pentola in cui il riso viene cucinato è adornata con foglie di curcuma e radici, simbolo di buon auspicio. Si cucina con devozione, sentendo nel profondo del cuore che si sta cucinando per il Divino. Quando il latte in cui il riso è cucinato bolle, le donne e i bambini si radunano e gridano "Pongalo Pongal!" con grande gioia. Preghiere speciali sono offerte nei templi e nelle case. Poi la gente si raduna e condivide le offerte in un'atmosfera di amore e festività. C'è una riunione familiare in ogni famiglia. I fratelli rinnovano i loro contatti con le sorelle sposate facendo loro dei regali. Il giorno successivo, le corna delle mucche sono adornate, e le mucche sono sfamate e venerate. In alcuni villaggi, dei giovani dimostrano il loro valore tenendo i tori "per le corna". Nello stesso giorno, le ragazze preparano dolci di riso, riso e cocco, etc., e lo portano sulle rive del fiume. Mettono alcune foglie a terra e vi posano le varie preparazioni a forma di pallina per i pesci, gli uccelli, ed altre creature. Molti corvi scendono per dividersi il cibo. Per tutto il tempo una valida lezione è nella nostra mente: "Condividi ciò che hai con gli altri". Questi giorni di festa sono considerati di cattivo auspicio per intraprendere un viaggio. Questo perché le persone non si allontanino dalle loro famiglie. Se si festeggia Sankranti o Pongal in questo modo, il senso dei valori cambia. Si inizia a capire che la ricchezza è l'amicizia dei parenti, degli amici, dei vicini. Che ricchezza sono le terre in cui il cibo che mangiamo cresce, il bestiame che aiuta l'agricoltura, la mucca che da il latte. Si inizia ad avere grande amore e rispetto per tutti gli esseri viventi – corvi, pesci e tutte le altre creature. Nel Maharashtra e nel Nord dell'India gli aspiranti spirituali danno molta importanza a Makara Sankranti. È la stagione scelta dal Guru per conferire la sua Grazia sul discepolo.

Auspicious Beginning di Swami Krishnananda

We regard this day of January as very auspicious. It is called in India the Makara Sankranti, which is when the sun crosses the Tropic of Capricorn. Slowly winter will begin in Australia and summer will come to the northern hemisphere. This day is very auspicious for various reasons.

It is at this very sacred moment that we gather here with a common purpose. The purpose is more than that which lies between a teacher and a the taught. In matters that are more than human, relationships are slightly supernormal. I hope you all understand what I actually mean. The relationships in the world are of one kind, but the relationships which pertain to questions, issues and matters which are superhuman are themselves supernormal. This is the inner essence of the relationships enshrined in spiritual institutions. The relationship between one person and another in institutions of the spirit are not individualistic or human, but they imply and bear the stamp of something which beckons from above. It is something like a movement forward along a road on which one walks to a destination. Every step that we take forward is like a pull onwards; so also is this mysterious and unintelligible relationship among seekers of a common supernormal purpose.

I purposely use ‘supernormal’ instead of saying ‘religious’ or even ‘spiritual’, because these words have not been understood properly – but instead misused and sometimes even abused. We use the words ‘religious’, ‘spiritual’ and ‘yogic’ so many times that they have become commonplace. It appears as if we knew what yoga is, what religion is, and what spirituality is because we have heard the names so many times in newspapers, books and from people who profess to be teachers of yoga.

An idea occurred a year back, that it would not be bad if a few interested seekers were called to this institution and told what the essence of this matter is. Not that there are no people in the world who know this, but they are few in number; and few as the teachers are, so are the disciples also few. There are many who want this thing called yoga or religion or spirituality for a purpose that seems to be different from yoga, religion or spirituality. Very interesting indeed is this psychological phenomenon. We talk of yoga as the aim, religion as the aim, or spirituality as the aim, but internally, in our heart of hearts, we want to make use of these for a different purpose altogether, which lurks in our own bosom, so that our pursuits become means to certain personal ends. And so we use this so-called ‘yoga’ as a handmaid for our own personal ends. This we may intellectually argue, but it is at the bottom of the hearts of many seekers, honest they may be. Not that they are dishonest or hypocritical, but it is difficult to overcome what man essentially is. Man is man, after all. He has certain ways of thinking, and it is difficult to get over these stereotyped ways of human thinking. We have some ideas of good and bad; we are born with these ideas, and we want to die with them.

It is not fair that we simply die with the same old ideas with which we were born, and think that they are the right things. It may be that we are not right or that we need correction. Just as this is the circumstance and situation in small matters, this happens to be the situation in big things also. What we are in small things, that we are also in big things also. We should not think that we can just be careless in small matters but then be very careful in big matters. When we are careless in tiny things, then we will also be careless in big things. Drops make the ocean, as you know. A small thing as a cup of tea that we sip is important in the manner of its intake, and a small thing like a few words that we speak to a brother is as important as the big matter that we regard as God-realisation or the practice of yoga. I am not just joking – these are serious things to reflect and meditate upon. There is nothing that is unimportant. Before God at least, nothing is unimportant, insignificant or unnecessary. We should not imagine that we are wiser than God, or that we can distinguish between the important and the unimportant. There is no such thing as unimportant in this world.

So, what we have to learn is not yoga, but to be able to think rightly. Let yoga take our interest later on – it is necessary to be human first. To be divine is a different matter, and it is a later

stage. To be a yogin, an adept or a master, is a different question. What we have to do in the initial stages is to learn to be human – to be a human being – which is different from imagining that we are human. Although we may walk with two legs we may not really be human, though we are bipeds, because to be human is not merely to walk with two legs. It implies something more than that. It implies a way of thinking, a method of conducting oneself in life, an attitude towards life, a particular relationship that we adopt with other people, and our life as a whole. All these imply what we consider to be human.

So, it is more a regeneration of the mind that is humanity, than mere walking with two legs. We may talk with the tongue and walk with the legs, but even then we need not be wholly human. Before studying yoga we have to learn first to be human beings. It is from humanity that we rise to divinity. Let us be sure that we are humans first, and then let us think of divinity, Godliness, yoga, atma, sakshatkara, and so on. These are, as I said in the beginning, small matters perhaps. “Oh, these are just nothing,” we may say, but they have not to be taken like that. There is nothing unimportant, as I told you. At least for a spiritual aspirant there is nothing unimportant as long as it is connected with one’s personal life. We may remember one great motto: Anything that is connected with us in any manner whatsoever is not unimportant.

Just imagine for a few minutes what are all the things that are connected with our lives. They are important. They may be persons, things, conditions, situations, ideas, concepts – whatever they be, if they are connected with us in any manner whatsoever, they are important. They are not unimportant. So, this psychological brushing up may be necessary in the earlier stages of study – an honesty of purpose in the pursuit of the aim and a whole-souled adaptation to the goal that we are seeking. Whole-souled – underline this word, the pursuit should not be only partial, one-sided or intellectual. It is you who wants to study yoga – not your mind or your intellect. It is you as a completeness, as a totality, as a reality, as a vitality and a meaning. Seek this ideal of yoga. The whole thing is based upon a tremendous caution in the way we conduct ourselves in life. A cautionness in anything tells us: Cautiousness is yoga. Put in a humorous way, vigilance is yoga – not meditation on God. That is a different thing. A person who is not cautious is not a yogin. A very great yogin named Sanatkumara once said, “What is woe, what is failure, what is destruction? It is carelessness.” Carelessness is veritably death. To be careful is to be a yogin, and to be careless is to invite death and destruction.

Destruction is not necessarily a physical wiping out from earthly existence – every failure is a kind of death. Any kind of a fall – psychological, social or personal – is a kind of dying. We are dying every moment of our lives, and we are also reborn every moment of our lives. Creation, preservation and destruction are taking place every moment. These are not cosmological events that took place millions of years ago. They are an eternal, perpetual and unceasing process that continues even now, individually and cosmically. So, the student of yoga is to be aware of all the subtle shades of difference in conducting oneself in life, to be cautious inwardly and outwardly, and to be wholly human, and then to aspire for the divine. At the present moment this may be difficult to envisage and comprehend wholly.

This is the background with which these series of lessons on yoga will be imparted. We are certain that it is going to benefit you immensely. It is something with which you can return home with great satisfaction, and something which is not easy to get everywhere. We cannot get this in bookshops or from people we meet in our day-to-day lives. It is difficult to get disciples; it is difficult to get teachers. Both these are rare in this world because they are rare specimens, and the combination of these two rare ideals is the occasion of the manifestation of God’s grace. On this auspicious occasion, therefore, we offer a prayer to the Almighty to bless us with true

goodwill and right aspiration to know what our true and whole-souled objective in life is.

Articolo di Sivananda e lettera di Krishnananda tratti da
http://freebudo.wordpress.com/2012/01/15/india-la-festa-di-makar-sankranti/