

473. La Decima Porta: l'Ajna Cakra

Scritto da Rosario Castello

Giovedì 27 Marzo 2014 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 15:31

L'ente planetario, per accedere allo stadio del vero risveglio spirituale, deve aver risvegliato l'**Ajna Cakra**

, che rappresenta un vero e proprio confine: tra lo sviluppo spirituale dell'individuale e l'inizio dello spirituale universale. È il centro della percezione divina o visione spirituale.

L'Ajna Cakra conduce al collegamento diretto con **Sahasrara Cakra**.

L'Ajna Cakra esotericamente viene chiamata la "Decima Porta", quella della realtà spirituale. In Ajna Cakra risiede il **Guru interiore** e può essere udita la sua "Voce" in profonda Meditazione, ricevendo guida e comandi.

Lo Yogi è in questo Cakra che diventa un Jivanmukta (un liberato ancora in vita). Con il completo risveglio di Ajna Cakra si può facilmente accedere al controllo di Sahasrara.

L'ignorante uso di Ajna Cakra, cioè il far prevalere **ajnanadrsti** (la "visione data dall'ignoranza metafisica") scatena meccanismi inconsci che producono stati di disagio, di disadattamento e di infelicità.

In Ajna Cakra si realizza la sintesi tra l'umano e lo spirito: il superamento del dualismo.

Il Sadhaka, in Ajna, sperimenta la percezione dell'unità di tutte le cose dell'universo: viene trasceso ogni senso della separazione.

Ajna Cakra è il Cakra indicato spesso come il centro del Terzo Occhio: ha due grandi bande vibrazionali chiamate "petali" (due petali di loto) ed il suo elemento è la Luce; il suo kosa è Vijnanamayakosa.

Questo Cakra è situato tra le sopracciglia (rappresentato dall'incrocio dei due nervi ottici nel cervello – il chiasmo ottico –) ed è legato alla capacità di "vedere" senza l'uso della vista:

Visione interiore e trascendentale. Le sue due grandi bande vibrazionali sono suddivise in 48 petali. Si hanno, in realtà, 96 petali (96 bande vibrazionali).

Ajna Cakra è sede del Mentale sottile al di là della portata dei sensi. Nelle due bande vibrazionali di Ajna risiede il potere della mente manifesta e della mente non-manifesta (consapevolezza e inconscio).

Ajna Cakra (ghiandola pituitaria o ipofisi) è il Cakra dell'illuminazione ed ecco il suo legame, in qualità-funzione di Terzo Occhio, con la **ghiandola pineale (l'epifisi)** del **Sahasrara** e,

ovviamente, con la Meditazione.

Dell'**Antahkarana**, Ajna Cakra, utilizza tre attività: *manas*, *citta* e *buddhi*.

Manas: sede del "senso dell'io" (cioè di "ahamkara"). È la mente vera e propria: il mentale; il pensiero. Elabora le informazioni provenienti sia dal corpo sia dal mondo esterno. È una delle

473. La Decima Porta: l'Ajna Cakra

Scritto da Rosario Castello

Giovedì 27 Marzo 2014 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 15:31

quattro facoltà dell' *antahkarana*.

Citta: è la sostanza mentale, il pensiero individuale e formale. Dà forma alle idee e le associa.

Citta

è anche la memoria subconscia: ricordi o impressioni (

vasana

) e semi mentali (

samskara

, le tendenze che influiscono sulle reincarnazioni). Sta alla base del dialogo interno dell'individuo, motivo di turbamenti incessanti che se vinti e superati, con

citta

liberata può sopraggiungere il Samadhi.

Buddhi: è l'intelletto superiore sottile, l'intuizione discriminante, l'intuizione superconscia. È la facoltà che viene da *prakrti* e capta un riflesso della luce dell'*atman* (pura Coscienza).

Appartiene alla manifestazione informale e sovraindividuale.

I diversi "stati di coscienza" premono su Ajna Cakra.

Nelle Stanze dell'esoterismo esiste una mole notevole e dettagliata di informativa sugli "stati di coscienza" e le loro rispettive lunghezze d'onda:

- **stato di veglia** – *jagrat* – (gli corrisponde il corpo fisico grossolano – *sthulararira* – involucro fatto di maya "annamayakosa"). Qui la mente esperisce il mondo esterno attraverso i sensi. La realtà esperita è duale (contraddittoria, mutevole). La mente è vittima del desiderio e si identifica con l'oggetto esterno (*avidya* o ignoranza).

- **stato di sonno con sogni** – *svapna* – (gli corrisponde il corpo sottile – *lingasarira* – involucri fatti di prana, mente e intelletto "pranomayakosa", "manomayakosa" e "vijnanamayakosa"). Qui la mente scende in un mondo interiore fatto delle immagini del sogno ma è sempre un mondo psichico dominato da desideri inconsci con cui la mente si identifica ancora (anche se l'oggetto è interno);

- **stato di sonno profondo senza sogni** – *susupti* – (gli corrisponde il corpo causale – *kar anasarira* – involucro fatto di Beatitudine "anandamayakosa");

- il "**Quarto Stato**", il più alto stato di coscienza, reale e assoluto (*turya* e gli corrisponde **B rahman** che rappresenta l'Assoluto). Scompare il soggetto cosciente e rimane la pura coscienza.

Esistono conoscenze che spiegano la loro natura, il loro esistere, la loro connessione agli stati molteplici dell'esistenza, alla possibilità di controllarli e direzionarli consapevolmente verso spirituali scopi superiori.

Il livello di controllo consapevole è dato da una elevata posizione coscienziale-esistenziale.

Abbiamo più volte ripetuto, nei nostri lavori, che gli organi fisici grossolani, dell'ente planetario, si sono formati, dopo la "Caduta" spirituale, quasi come sono attualmente (solo con variazioni di

473. La Decima Porta: l'Ajna Cakra

Scritto da Rosario Castello

Giovedì 27 Marzo 2014 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 15:31

necessità di adattamento provocate dalla Legge Cosmica), mediante le primordiali “funzioni” informatizzate dell’*Essere Luminoso delle Origini* precipitato, dalle Altezze del Regno spirituale (la “*Sfera dell’Alto*”), nelle basse frequenze, nella spessa densità e nelle basse temperature della realtà tridimensionale transitoria.

L’ente planetario deve al sonno della coscienza, e alla sua consequenziale ignoranza, tutti i problemi d’ordine universale di cui è afflitto. L’aver dimenticato di essere, ora nella forma di “decaduto”, l’espressione della Realtà del Regno di Dio costituisce il suo principale problema: deve riprendere il contatto con il Cielo e risvegliare la coscienza per liberarsi dall’esilio nella Maya (l’illusione).

Quanto costituivano le Funzioni spirituali dell’*Essere Luminoso delle Origini*, si sono tradotte, per precipitazione, nel Mistero del sangue e della carne (lo “Spirito” si è fatto “Carne”).

Le Funzioni di un essere del Regno Spirituale sono velate negli organi, sistemi e apparati del corpo umano, immerso nel mondo della “Mescolanza”, in attesa di essere ri-scoperte con il “risveglio” spirituale.

La **ghiandola pineale** (insieme a tutte le altre ghiandole endocrine) è uno di quegli organi proveniente dalle Funzioni del Regno spirituale e attore protagonista velato nella questione della Meditazione (***dhyana***) risoltrice per il risveglio spirituale.

Il ruolo, sia delle ghiandole endocrine (che emettono nel sangue un continuo flusso di materia, energia ed informazioni) sia dell’intero sistema nervoso, è fondamentale perché contribuiscono alla natura multidimensionale dell’ente planetario.

La Meditazione fa bene davvero.

La Meditazione è un utilissimo mezzo per la salute, per il mantenimento dell’equilibrio e dell’armonia psico-fisica: la puoi utilizzare, senza conoscerla, come la corrente elettrica; non è necessario esserne dotti. È, anche, una “via” per lo sviluppo del potenziale umano. Inoltre è la “Porta” d’accesso alle varie dimensioni che si sovrappongono a questa tridimensionale realtà transitoria.

Conosciuta, sin dalla notte dei tempi, senza conoscerla veramente, da certi individui puri di cuore, ma anche dagli Yogi, dagli sciamani e soprattutto dai veri iniziati è giunta fino a noi.

La **Meditazione**, nel rajayoga di Patanjali, è il settimo mezzo o stadio (*anga*) dove ***dharana*** (la concentrazione) cede il posto ad un flusso di consapevolezza che, una volta reso costante e consolidato, prepara il

samadhi

, l’identità trascendente che porta alla fondamentale natura divina di ogni cosa.

Esiste una conoscenza che non dipende dalla percezione dei sensi e questa è ***Nirvikalpaka***: il costante stabilirsi nella Realtà.

Il ***samadhi*** è l’aspetto più elevato e centrale della pratica Yoga.

La vera Meditazione si risolve nel *samadhi*, nell’identità reale che svela ogni essenza.

Con il fuoco (*agni*) della Meditazione il *sadhaka-yogi-praticante* arde il ***Karman*** nell’apposito proprio “ricettacolo d’accumulo” (

473. La Decima Porta: l'Ajna Cakra

Scritto da Rosario Castello

Giovedì 27 Marzo 2014 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 15:31

karmasaya

) che gli impedisce, altrimenti, di prendere pienamente coscienza di sé in quanto

Atman

e così non restare costretto nel ciclo del divenire, del samsara.

La **ghiandola pineale** è quindi fondamentale nella Meditazione.

Essa (l'**epifisi**) è situata al centro del cervello, secreta quanto chiamato **melatonina** (per trasformazione della N-acetilserotonina) che influisce sulla maturazione sessuale. L'epifisi contiene anche sostanze come la noradrenalina, la serotonina, l'acido 5-idrossindolacetico, l'istamina, l'acetilcolina, la pinolina, il 5-metossitriptofolo ed altre ancora.

L'ente planetario è immerso in un invisibile oceano di codici informativi (di cui gli obliati non si rendono conto) che si connettono ai "corpi sottili" e vengono comunque registrati dal cervello. Il flusso frequenziale delle informazioni passando dai corpi sottili all'epifisi (la ghiandola pineale) innesca un importante processo: l'epifisi si attiva con i cristalli di carbonato di calcio che stanno al suo interno e l'energia messaggera si trasforma in impulsi nervosi. Gli impulsi, nell'area del linguaggio del cervello, si decodificano in "parole", nell'area della corteccia visiva si trasformano in "immagini" (o "visioni"), nel lobo frontale si manifestano come "intuizioni" (ecco la "*buddhi*" in azione).

La **ghiandola pineale** (*epifisi*) del Sahasrara contribuisce ad una importante attività di cui fa parte, sia a livello individuale sia universale, l'**Ajna Cakra**, il Cakra Frontale della Coscienza unitiva.

Il viaggio verso il "risveglio completo" prevede livelli di consapevolezza sempre più vasti fino ad abbracciare tutte le "parti" dell'"Intero" in una visione unica che comprende:

- i due principi fondamentali che governano l'universo e l'ente planetario: **Purusa** (lo Spirito Assoluto immanifesto, privo di attributi) e

Prakrti

(Natura Primordiale, Materia, Coscienza-Energia);

- la Manifestazione caratterizzata dai tre guna-qualità: **tamas** (passività-oscurità), **rajas** (attività-aggressività) e

sattva

(equilibrio-armonia);

- il **processo di densificazione** (processo di involuzione chiamato anche di evoluzione umana): dalla Prakrti la ramificazione dei ventitré principi;

- nascita così dell'**Intelligenza Cosmica** (la *Buddhi*);

473. La Decima Porta: l'Ajna Cakra

Scritto da Rosario Castello

Giovedì 27 Marzo 2014 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 15:31

- nascita di **ahamkara** (il senso dell'io, l'ego) quale riferimento della Buddhi ad un soggetto;
- accelerazione dell'azione dei tre guna per spinta dell'ego: dagli elementi sottili fino agli elementi più grossolani (discesa verso una sempre maggiore condensazione).

Il mondo profano degli enti planetari è il mondo della confusione delle parole ma anche dei feroci e rumorosi pensieri. Il silenzio, per i profani, è inquietante perché ciò che loro sono percepisce abissi di solitudine e di angoscia, si sentono a disagio.

L'individuo orientato spiritualmente intuisce l'importanza del silenzio e lo percepisce come lo stato che conduce alla divinità attraverso orizzonti sconosciuti.

Il silenzio imprigiona i suoni e libera l'Anima fermando il tempo: questo fa la Meditazione con il suo stato profondo.

La pratica della Meditazione attiva la ghiandola pineale (*l'epifisi*) che liberando quanto è chiamato

DMT

(dimetiltriptamina), una triptamina allucinogena endogena, presente sia in molte piante sia nel fluido cerebrospinale degli enti planetari, predispone ad esperienze extradimensionali ed extratemporali.

La ghiandola pineale negli individui ordinari si attiva e si decalcifica di notte (buio e sonno). Per riattivare la ghiandola atrofizzata, quindi, è sufficiente dormire, per l'individuo ordinario e Meditare, per l'individuo spirituale.

La Meditazione, per chi ne ha fatto una scelta di fondo della propria esistenza, offre uno sviluppo della coscienza attraverso specifiche tappe di crescita: psicologica, etica e spirituale. Queste tappe vengono rappresentate dal risveglio dei Cakra lungo il merudanda (colonna vertebrale).

Le informazioni ricevute dall'intero sistema dell'ente planetario, tramite la ghiandola pineale, vengono trasmesse e decodificate in risonanze lungo la colonna vertebrale (*corpi sottili, nadi e cakra*).

Sul cammino scelto, il praticante, incontrerà esperienze di livelli più profondi (*"elevati"*) della semplice concentrazione o contemplazione, assaggi di estasi accompagnati dalla visione di una "luce vivente" accecante.

La pratica della Meditazione accende un processo consapevole di rigenerazione nello "stato di veglia" (*jagrat*) perché solo in questo è possibile giungere ad una piena coscienza del Sé interiore. Un buon lavoro in *jagrat* si riflette profondamente sull'azione in *svapna* ("stato di sonno-con-sogni") e di conseguenza in *susupti* ("stato di sonno-senza-sogni").

473. La Decima Porta: l'Ajna Cakra

Scritto da Rosario Castello

Giovedì 27 Marzo 2014 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 15:31

Il praticante che si pone in uno stato di Meditazione abbassa la frequenza media (*circa ventun cicli al secondo*

) delle sue onde cerebrali e sperimenta subito uno stato di pace. Quella pace offre un ascolto consapevole di quella voce interiore che suggerisce modi di essere elevati che fanno sperimentare la profonda connessione con il Tutto.

La Meditazione aiuta a superare il pensiero duale (di conflitto, di tensione, di lotta) che costringe gli individui ordinari ad utilizzare il cervello in modo meccanico automatico.

La Meditazione apre l'intero sistema (grossolano e sottile) dell'ente planetario al funzionamento su diverse frequenze possibili che amplificano la percezione e la creatività.

È urgente, per tutti gli enti planetari del pianeta Terra, sintonizzarsi innanzitutto con sé stessi e poi lo sperimentare la profonda unità con l'umanità tutta.

La Meditazione può fare il miracolo.

Libri consigliati

Satapatha Brahmana (Il Brahmana dalle cento vie)

Neurofisiologia dell'Illuminazione di Robert Keith Wallace Ed. Tecniche Nuove

Come Meditare di K. McDonald Ed. Chiara Luce

L'uomo fra materia e spirito – Olismo e Sintesi – a cura Battistuta-Rossin Ed. Olos

La Scienza della Mente del Dalai Lama e altri Ed. Chiara Luce

I sei stadi della Meditazione del Dalai Lama Ed. Rizzoli

L'apertura dell'Occhio della Saggezza del Dalai Lama Ed. Ubaldini

La Tradizione Tibetana dello Sviluppo Mentale di Dhargye-Ghesce Ed. Ubaldini

La meditazione del cuore di Sri Chinmoy Ed. Mediterranee

Guida alla meditazione di C. Humphreys Ed. Mediterranee Roma 1994

Livelli di Coscienza di Rabten Ghesce Ed. Ghe-Pel-Ling 1988

Meditazione e Azione di Yesce Ed. Chiara Luce Pomaia 1992

Concentrazione e Meditazione di Sivananda Ed. Mediterranee

Il rilassamento di Sarah Cervellati Ed. Promolibri Magnanelli 2005

La via della Meditazione di Sri Satya Sai Baba Ed. Mother Sai Publication

La Meditazione, teoria e pratica di Hari Presad Shastri Ed. Promolibri Magnanelli

La Meditazione seduta: provate! di St Ruth Ed. Promolibri Magnanelli

La Meditazione sul Nome Supremo di Padre Mariano Ballester Produzioni Babaji

Introduzione alla Meditazione Trascendentale di Maharishi Ed. Il Punto D'Incontro

Meditazione la soglia interiore di Osho Macroedizioni

La Meditazione di C. Codd Ed. Teosofiche Italiane

473. La Decima Porta: l'Ajna Cakra

Scritto da Rosario Castello

Giovedì 27 Marzo 2014 00:00 - Ultimo aggiornamento Venerdì 26 Febbraio 2016 15:31

Il mondo dentro la mente di Hari Presad Shastri Ed. Promolibri Magnanelli
Allenare la mente con lo Yoga di M. V. Waterhouse Ed. Promolibri Magnanelli
Il potere dietro la mente di M. V. Waterhouse Ed. Promolibri Magnanelli
La via del non-attaccamento di V. R. Dhiravamsa Ed. Ubaldini
Via dinamica della meditazione di V. R. Dhiravamsa Ed. Astrolabio
Il miracolo della presenza mentale di Thick Nhat Hanh Ed. Ubaldini
L'estasi di M. Margnelli Ed. Sensibili alle Foglie Roma 1996
Stati modificati e trance di G. Lapassade Ed. Sensibili alle Foglie Roma 1995
La fenomenologia della coscienza normale e alterata di AA.VV. Ed. Theta Milano
Stati di coscienza di C. T. Tart Ed. Astrolabio
Verso stati più elevati di coscienza di Peter Russel Ed. L'inchiostroblu
Lo Spettro della Coscienza di Ken Wilber Ed. Crisalide
Meditazione e salute di Gérard Edda Ed. Il Punto d'Incontro
Ayurveda: La scienza dell'autoguarigione di Lad Dr. Vasant Ed. Il Punto d'Incontro
L'Essenza della Vita di P. Willigis Jager Ed. La Parola
La Mente Consapevole di Ellen J. Langer Ed. Corbaccio
Che cos'è la Meditazione? Di Rob Nairn Ed. Corbaccio
Dhyana Yantras. Strumenti per la Meditazione Ed. Satyananda Ashram Italia

Siti sperimentabili (ai praticanti l'ardua sentenza)

www.mind-relax.en.softonic.com

www.neuroactivator.com

www.donothingfor2minutes.com

www.calm.com