



NEW ENERGY

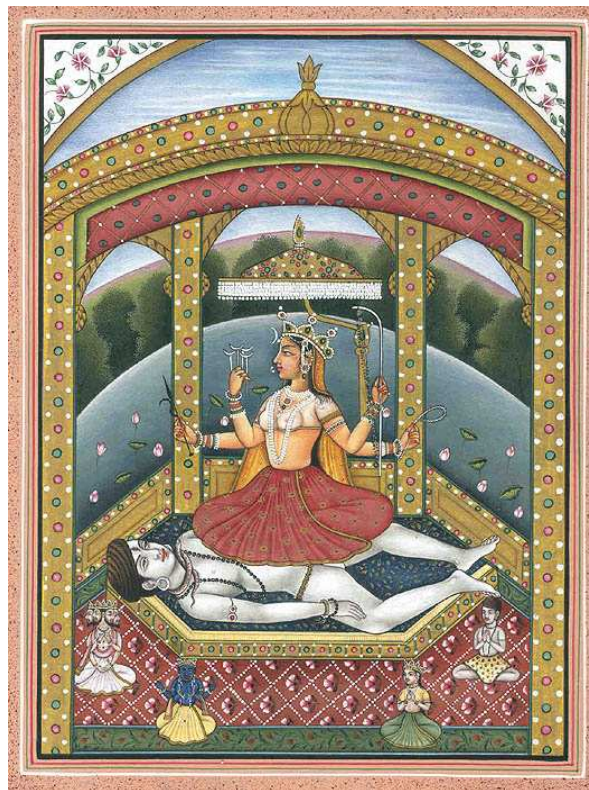
VIA San Godenzo 27/a ,195

Tel. E Fax 06/3313058



www.daopyin.altervista.org

हठयोग Haṭhayoga



“Ricreazione rituale di spazio e tempo (Shiva e Shakti)

Stage intensivo condotto da Paolo Proietti

Organizzazione: Malcolm Bilotta - bmalmcolm@libero.it - www.laviadelloyoga.it

INFO: Tel. 3287023525 – 3398130282

STAGE del 24-25-26 giugno 2011

Casale Montano “Le Querciole” – Borgotaro (PR)

QUADERNI TECNICI 8)



GRUPPO YOGA VEDANTA

“Ricreazione rituale di spazio e tempo (Shiva e Shakti)”

Incontri e Stage intensivi condotti da Paolo Proietti –

paoloproietti.rnk@libero.it - 3398130282

Organizzazione: [Malcolm Bilotta](mailto:bmalmcolm@libero.it) - bmalmcolm@libero.it

3287023525 Casale Montano “Le Querciole” – Borgo Taro (PR)

24 – 25 – 26 giugno 2011

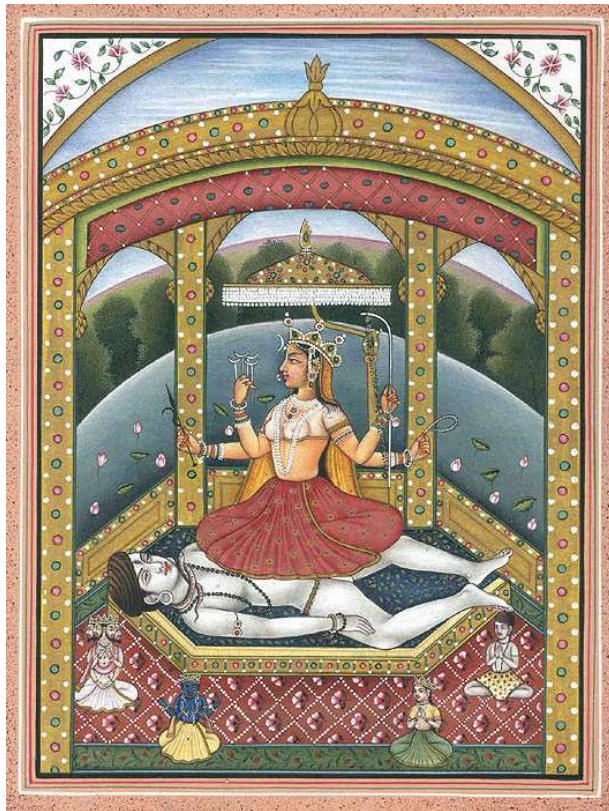
INSEGNANTI

Incontri organizzati e coadiuvati da **Malcolm Bilotta**: psicologo, formatosi presso la “Federazione Italiana Yoga” esperto di trattamenti *ayurvedici*, insegna *Yoga* a Lerici.

Paolo Proietti Si occupa di *Yoga*, meditazione e tecniche coreografiche orientali dal 1974. Ha studiato e lavorato a Hong Kong, Singapore, Bangkok, Istanbul, New York..

Dal 1986 al 1996 ha lavorato con il maestro giapponese *Hariuko Yamanouchi* da cui ha appreso la tecnica del movimento rigeneratore.

Dal 1996 al 1998 ha partecipato al progetto di ricerca sulle tecniche di Alchimia interiore, i riti iniziatici, e le danze sacre «The World Misteries» ideato da *Vassily Kalitsis*, collaborando con maestri di discipline tradizionali indiani, giapponesi, cinesi, nativi americani e con esperti di tecniche occidentali (metodo *Alexander*, *Eutonia*, *Bioenergetica*). Tra gli altri ha studiato e lavorato con i monaci tibetani *Lobsang Puntsok* «*Dhosam*» e «*Teacher*» *Lobsang Jinpa*, con i maestri di *Taiwan* *Hai-Ming Wei* e *Wu Hsig-Kuo*, con il giapponese *Sensei Akira Matsui*, con il Maestro Indiano *Balasundaram Soman* e gli statunitensi *Richard Emmert* e *Richard Buckingam*. Nel 2006 viene introdotto allo *Yoga Vedanta* dal filosofo *Premadharma*.



L'isola delle gemme (*maṇḍivīpa*) è un piccolo paradiso con alberi da frutto sui cui rami miriadi di coppie di uccelli sono intenti a fare l'amore.

Le spiagge bagnate dall'Oceano di Latte (o oceano di nettare) sono formate da milioni e milioni di pietre preziose.

Al centro dell'isola, su di un letto altare, la Dea in forma di *Tripurasundari* (la bella delle tre città) danza (fa l'amore) sopra il corpo di uno *Shiva* che pare destarsi da un lungo sonno.

Le quattro piccole divinità che assistono all'amplesso dovrebbe rappresentare i quattro *veda* (che nell'induismo sono il corpo dell'universo).

In altre versioni in luogo delle quattro piccole divinità si trova l'albero *Kula* o albero della vita, i cui quattro rami rappresentano sempre i *Veda* e due *Shiva*, uno sopra l'altro.

Il primo allunga un braccio verso la Dea, il secondo (*shava*) sembra privo di energie vitali.

L'isola delle Gemme è la rappresentazione del primo verso del *Saundaryalahari* di *Sankara bhagavadpada* che, più o meno, recita:

Solo unendosi con la dea Shiva può esercitare il suo potere creativo. (N.B. la traduzione letterale del verso credo sia : Se *Shiva* è unito a *Shakti*, è in grado di esercitare i suoi poteri come il Signore; in caso contrario, il Dio non è in grado di suscitare niente....)

Ed è l'equivalente pittorico dello *Sri Yantra* o *Sri chakra*.



Che, a sua volta è "il corpo" del mantra delle sedici sillabe, il *mantra* della dea:

Ka E I la Hrim Ha Sa Ha Ka La Hrim Sa Ka La Hrim.

(*Sakala* è lo *Shiva* che si sta svegliando attratto dalla danza erotica della Dea).

L'isola delle Gemme, lo *Sri yantra*, il mantra delle sedici lettere sono la base dell'insegnamento *shaiiva*.
Ci sono due brani dei *tantra* (cito a mente perchè non ho i testi sottomano) che possono aiutarci nell'interpretazione del simbolismo dell'isola delle gemme:

"Medita sulla Donna come Fuoco".

"Solo Shiva conosce il cuore della Donna".

La donna (la Dea è Fuoco) perchè è l'energia della creazione e la creazione stessa.
Solo Shiva può conoscere il cuore della Donna perchè lui stesso è la Dea.

Prima dell'inizio della manifestazione *Shiva* e *Shakti*, il principio e la sua potenza, sono uniti indissolubilmente.

Sono l'Unico (*Ekam*).

Non vi è possibilità di dualismo.

Sono una cosa sola, due in uno.

Non essendoci manifestazione (il mondo come lo percepiamo) non esistono ancora i cinque elementi (Spazio, Aria, Fuoco, Acqua, Terra) ma esiste solo uno spazio indistinto ed infinito.

Non essendoci nessuno al di fuori del dio e della sua potenza, lo spazio infinito ed indistinto sarà una cosa sola con l'assoluto, sarà quindi un qualcosa di indistinto ed infinito ma *senziente*.

Questo Spazio di prima dell'inizio viene detto चिदि *Cid* - आकाश *ākāśa* ovvero lo spazio di *Cit* lo spazio dell'intelligenza o intelligibilità o sensibilità.

Immaginare *shiva* e *shakti* come spazio infinito ed indistinto è cosa che sfugge alle possibilità di comprensione dell'uomo.

Questo spazio privo di limiti ma senziente, raccolto in se stesso ma infinito è il *Brahman*.
Il cielo dell'Isola delle Gemme è lo Spazio illimitato.

Così come il mare di nettare senza rive e perciò anch'esso illimitato, è il Tempo illimitato.
La Dea che risveglia il desiderio di *Shiva* con una danza erotica (con dei *Mudra*, come *Usha*, la Dea dell'Aurora, risveglia il desiderio di *Brahma* nel *Kalika Purana*) è l'energia della manifestazione.

Il Dio (*mahakala*) che si "risveglia" è *Shiva* nell'atto di riconoscere la Dea come manifestazione ed essendo cosciente di essere uno con la bella dei tre mondi può affermare: IO SONO QUESTO (*So'Ham*) o IO SONO LEI (*Sā'Ham*).

Lo Spazio Illimitato e il Tempo illimitato circondano l'isola delle gemme.
I due Dei (due in uno) fanno l'amore.
La loro unione è *Ananda*, beatitudine suprema.

L'uno si polarizza, apparentemente, per unirsi.
Anche questa non è cosa logica.
Anche questa è cosa che sfugge alle possibilità di comprensione dell'essere umano.

Nell'Isola delle Gemme tutto è *Sat Cit Ananda*, tutto è *Brahman*: Spazio illimitato, Tempo illimitato, Piacere illimitato.

Ciò che porta alla manifestazione è la "coscienza del piacere".
Una volta acceso il desiderio il dio esercita il potere del manifestare.
Una volta cominciato l'amplesso il dio esercita il potere del conservare.
Con l'orgasmo contemporaneo del Dio e della sua potenza viene esercitato il potere della dissoluzione.
I due tornano Uno (ma in realtà non hanno mai smesso di esserlo) fino al risveglio del desiderio.

L'infinito piacere, l'infinito Tempo e l'infinito Spazio dell'isola delle gemme rappresentano l'intera manifestazione in potenza, sottile (*nama*) e grossolana (*Rupa*).
L'Isola delle Gemme è il *Brahmabindu*, l'infinitamente piccolo, fonte di tutta la manifestazione.

Il momento in cui *Shiva/Sakala* apre gli occhi risvegliato dalla danza della dea e, pieno di desiderio, realizza che ciò che percepisce è Lui stesso (*So'Ham*), che la Dea che sta danzando è Lui stesso (*Sā'Ham*/Io sono Lei) ha inizio la manifestazione.
Ma inizio non è termine giusto.
Shiva è il Tutto.
La Dea è il Tutto.
Lo spazio senza fine è il Tutto.
La totalità non può avere né inizio né fine.

La rappresentazione dell'Isola delle Gemme è appunto "rappresentazione".
E' uno spettacolo, un rito.

Ciò che è Assoluto ed Eterno va "relativizzato" per renderlo accessibile alla mente umana.

So'ham più la prima determinazione.
E' il momento in cui ciò che è indiscutibile Non Duale appare come Dualità.

Il Dio e la Dea danno origine alla manifestazione, ma non c'è differenza tra *Shiva* e *Shakti*, così come non c'è differenza tra il manifestato (il Divenire) e la Dea.

Lo *yogi* deve ripercorrere a ritroso il viaggio, apparente della creazione.
Passare dal grossolano al sottile, dal sottile al non manifesto.
Dovrà farsi assorbire dall'infinitamente piccolo, il *Brahmabindu*, per accedere all'Isola delle Gemme e poter pronunciare, dinanzi alla danza della Dea, *So'Ham*.
Allora realizzerà l'identità con *Shiva*, lo *Shivo'ham* cantato da *Shankara*.

Ma tutto questo non è altro che un gioco, una rappresentazione teatrale, un rito.
Il Reale è il Tutto.
Non può divenire null'altro che ciò che è.
Non trasformarsi.
Lo *Yogi* che cerca l'identità con l'Assoluto è già ciò che cerca.
E' *Sat Cit Ananda*.

Perché allora il dolore, l'odio, l'avversione?

La verità tradizionale si scontra con il potere della mente percettiva perché è A-logica.

L'essere umano è portato a cercar di comprendere con la mente.

Il principio di limitazione della conoscenza (*Vidyā*) lo conduce a costruirsi delle barriere, degli steccati, dei riferimenti.

Per colpire un bersaglio lo si deve prima inquadrare nel mirino.
Per colpire, ovvero per conoscere, la mente non può far altro che costruire delle geometrie di riferimento.

Con il tempo finisce per chiamare universo l'insieme delle geometrie che essa stessa ha costruito.

Nasce così un incredibile gioco di specchi per cui alla manifestazione creata dal gioco delle parti di *Shiva shakti*, se ne sovrappone un'altra creata dalla Mente umana.

Io sono Lei, dice *Shiva* sull'Isola delle Gemme, ed Io sono lo spazio Infinito e l'Immenso Oceano e le spiagge di rubini, e diamanti e i quattro rami dell'albero della Vita.
Io Sono Questa Totalità.

Questo è ciò che in sanscrito si dice अस्मिति *asmitā* e la sua realizzazione è ciò che *patanjali* lega al quarto tipo di *samadhi savikalpa*.
Io Sono Questa Relatività, dice la mente individuata, cercando di appropriarsi il più possibile di concetti, oggetti, affetti, persone.

Il riflesso/ricordo di Essere Tutto si trasforma nel desiderio di avere Tanto.
Ed anche questo in sanscrito si dice *asmitā*.

Se *Shiva* si identifica con il giardino dell'Isola delle gemme, la Dea e l'albero della vita, così noi ci identifichiamo con il nostro orticello, la nostra moglie/marito, i nostri amici, la nostra automobile la nostra faccia.

Visto che siamo il nostro orticello cerchiamo di arricchirlo ed abbellirlo sempre di più con oggetti che ci

paiono più belli e questo è il desiderio.

Visto che siamo il nostro orticello perdere anche una sola sola pianta, alberello o vaso significa perdere un po' di noi stessi e questa è la paura.

Questo spostamento dall'Essere al possedere non avviene per idiozia o per cattiveria o per colpa di un qualche demone.

Avviene perchè la Verità tradizionale è A-logica mentre la mente percettiva è alla costante ricerca di Logica.

Il Regno del Reale, è Tempo senza fine e Spazio senza fine.

Il regno dell'uomo è tempo limitato e spazio limitato.

Ma questi limiti non sono un parto della (apparente) creazione divina, ma una proiezione della Mente. Anzi sono la mente stessa.

Ciò che definiamo Ego, memoria, intuito, ragione sono nomi diverse che vengono dati alla mente. Anzi sono funzioni della mente.

Senza steccati, senza barriere, senza artificiose costruzioni geometriche ciò che definiamo mente, e quindi ciò che definiamo Ego, non esisterebbe.

Possiamo trovare interessanti o convincenti quanto vogliamo gli insegnamenti tradizionali, ma non siamo attrezzati per comprendere l'illimitato e l'Eterno.

Il Rito consiste nel creare uno spazio e tempo "Altri" rispetto a quelli ordinari.

Spazio e Tempo del rito saranno anch'essi limitati come quelli ordinari, ma questa alterità, questo loro essere desueti, spiazza la mente e permette la dis-identificazione dell'aspirante con ciò che crede di essere.

Disegnare lo stesso *yantra* disegnato da *Shankara* venti secoli fa, ripetere 108 volte il medesimo *mantra* recitato da migliaia e migliaia di *yogi* prima di noi crea un sentimento di appartenenza con la tradizione che si trasforma progressivamente in identità.

Secondo l'*ayurveda* solo una malattia ne può debellare un'altra.

Per ovviare all'incapacità umana di comprendere l'illimitato, la Tradizione propone altre geometrie, altre coordinate spazio temporali.

L'amplesso di *shiva* e *shakti* (*Sat*) è l'infinito Spazio senziente, il *Cidākaṣa* (*Cit*).

Lo sperma di *Shiva* e gli umori vaginali della dea sono l'oceano d'ambrosia senza limiti (*Ananda*).

La conoscenza limitata dell'uomo cerca di limitare e quindi di percepire lo spazio infinito ed il Tempo senza fine.

Spazio infinito diviene grande spazio o *mahākaṣa*, che è tuttò ciò che sta al di fuori di noi ed è regolato dai ritmi planetari.

Lo spazio interno è lo spazio psichico o *cittākaṣa*, letteralmente spazio della memoria ed è regolato dai ritmi biologici e dalla catena delle emozioni, ricordi, sensazioni.

Il praticante si troverà quindi a dover tener conto di tre sfere diverse:

La prima sfera è la sfera interiore, l'etere rinchiuso nel vaso dei testi *vedantici*.

La seconda sfera, che racchiude anche la prima, è la sfera esterna cioè l'insieme di ciò che è conoscibile.

La terza sfera sarà il Tutto, la totalità.

Il centro della prima sfera è un punto situato nel cuore.

Lo scoprire che questo punto è il centro di tutte e tre le sfere ed al tempo stesso le comprende è ciò che definiamo realizzazione.

MANIDVIPA NELLO YOGA DELLE ENERGIE

Nel *tantrismo* tibetano il cakra in mezzo alla fronte è rappresentato da un fiore bianco a 32 petali chiamato *Carpo* (*padma carpo*).

Questa rappresentazione, che alcuni una sintesi dei vari cakra del cranio, più che ad *ajna cakra* fa riferimento a *Nirvana cakra*, il *cakra* della corona, da non confondersi con *sahasrara cakra*.

Il primo *cakra* del cranio è *Ajna cakra* (ma è percepibile anche un punto alla radice del naso, diverso da *Ajna*) un loto a due petali sul quale siede **ParaSiva** con la sua sposa: *Siddha Kali*.

Para Siva viene qua percepito nella forma dell'*Hamsa*, l'oca cosmica.



Sopra *Ajna* si trova il **manas cakra**, un loto a sei petali sui quali sono iscritte le facoltà sensoriali (*Shabda-Jnana* o conoscenza del suono, *Rupa Jnana* o conoscenza della forma ecc.).

Manas cakra è bianco quando è "risvegliato", nero quando è "dormiente", e colorato in maniera diversa quando si fa uso di una o l'altra capacità sensoriale.

E' detto anche *jnananetra*, *Mandala* o *Surya mandala*.

Sopra *manas cakra* c'è il **Loto delle sedici kala** detto anche *Soma Kala*, *shambhawa sthana*, *shitangshu mandala*, *kailasa* o semplicemente **shakti**.

E' il *cakra* della *buddhi*.

Sopra *shambhawa sthana* si ha "*Niralamba Puri*", la casa senza sostegno nella quale si ha la **visione di Isvara**.

Sopra si trova un altro fiore di loto a bianco a dodici petali, chiamato *Guru cakra* o *urdhwamukha pada* o *guru pada*.

Questo cakra è detto "luna bianca del Guru".

E' qui che ci immerge nella Visione del guru e della catena dei Guru.

E qui che si trova l'isola delle gemme, *Mani Dvipa*, cantata da *Samkara*.

*Suda Sindur Madyee Suravitha Pivaadi Parivruthe
Manidvipe Nipopa Vanavathi Chinthamani Gruhe
Sivakaare Manje Paramasiva Paryanka nilayaam
Bhajanti Tvaam Danyaaha Katichanna Chidananda Laharim*

*(Le rare persone che ti adorano, Madre divina, sono veramente fortunate
Tu ci travolgi con la tua coscienza benedetta
Fondata sulla gloria di Shiva, il Supremo
Nella stanza dei gioielli che esaudiscono i desideri
Nel giardino dei piaceri
Situato nell'isola delle gemme
Circondata da filari di sacri alberi kalpaka ondeggianti
Che galleggia nell'oceano del nettare divino)*

Tra il loto delle sedici *kala* e l'isola della gemme c'è il cosiddetto *Nirvana cakra* o *parabrahma chakra*.

Non si tratta del *Sahasrara Chakra* ma, per così dire, di una sua emanazione inferiore.

Viene percepito appunto come una corona intorno al cranio che lancia i suoi raggi-petali verso la fontanella, percepita, in questo caso, come una spirale, una specie di chiocciolina nella quale pare circolare energia luminosa.



***Suda Sindur Madyee Suravitha Pivaadi Parivruthe
Manidvipe Nipopa Vanavathi Chinthamani Gruhe
Sivakaare Manje Paramasiva Paryanka nilayaam
Bhajanti Tvaam Danyaaha Katichanna Chidananda Laharim***

L'Isola delle Gemme, nel cui bosco risiede *Adi Sesa* (anzi *Adi Sesa* è l'oceano stesso su cui giace l'isola delle Gemme), è il palazzo della Dea e rappresenta, forse, il segreto supremo della manifestazione.

Si è detto che lo sbocciare di *Ajna cakra* porta alla percezione dei cakra segreti del Cranio:

***Manas Cakra* a sei petali.**

***Shambava Sthana* a sedici petali** (le sedici *kala*) sopra il quale vi è la Casa senza sostegno (*Niralamba puri*).

Nirvana cakra bianco (o viola in alcune tradizioni) a cui i tibetani attribuiscono 32 petali o cakra della corona (che molti scambiano per *sahasrara cakra*).

E ***Guru cakra***, loto bianco a dodici petali.

Volendo si può individuare nell'*Ajna cakra* la dimora dell'*Abmkara* (**il piccolo sè, rappresentato non dall'Oca Cosmica *HAMSA*, Il Supremo Sè, ma da *parashiva* in forma di *Hamsa*, un riflesso quindi**) nel *manas cakra*, la dimora del manas la cui colorazione mutevole da nero a bianco indica la sua funzione inferiore che indirizza verso la materialità, e la sua funzione superiore in contatto con la *bud-dhi*.

Nel *nirvana cakra* ha sede la beatitudine che nasce dopo la visione di *Isvara*.

Cosa rappresenta l'isola delle gemme posta sopra il *Guru Cakra*(*urdhvamukha pada*)?

E' qui, è nell'isola delle gemme che nasce la manifestazione sotto forma di energia (*PRANA*).

L'Oceano Blu cupo sul quale si staglia il palazzo della Dea è l'oceano di prima dell'inizio.

Rappresenta la Vita allo stato potenziale.
L'infinita possibilità.
Pura coscienza.

E' un oceano di nettare, il nettare dell'immortalità (*amrta arnava*).

La creazione, la concentrazione delle energie cosmiche, la autolimitazione del Dio, avviene sull'Isola delle Gemme.

L'isola è fatta di pietre preziose (*Mani*) e ricoperta di alberi fiori e piante.

Al centro c'è il palazzo della Dea costruito con la pietra del desiderio (***Cintamani***), la pietra filosofale della tradizione occidentale.

Nel centro, in una specie di gazebo costruito d'oro e pietre preziose siede su un trono La Dea, la bella dei tre mondi (*Tripura sundari*).

E' lei chiamata ***vimarsa sakti*** (che significa più o meno "piano di utilizzazione dell'Energia") La Madre del *Prana*.

La Dea è "QUESTO", ovvero l'intera manifestazione.

E' nell'isola delle gemme che sboccia il germoglio della separazione tra "me" ed "altro da Me".

La dea ha vari oggetti in mano.
Tra questi l'arco e cinque frecce.

Le cinque frecce raccontano un segreto: il segreto della quintuplicazione degli elementi.

Il suono, la tangibilità, la luce, il sapore, l'odore sono nascosti nella punta delle frecce.

Nel viaggio verso la materia le frecce generano gli elementi sottili ognuno dei quali caratterizzato da una propria energia, un *pràna*.

Gli elementi si mescolano tra loro.
In ognuno c'è una porzione (1/8) di tutti gli altri.

Nell'Etere grossolano vi sarà un ottavo di aria, fuoco, acqua e terra.

I sensi, la percezione degli elementi, in virtù di questa mescolanza si produrranno uno dopo l'altro:

L'Etere produrrà il suono, l'energia del suono e quindi l'udito.

L'Aria, figlia dell'Etere, sarà accompagnata da Udito e Tatto.

Il fuoco da udito, tatto e vista.

L'acqua da udito, tatto, vista e gusto.

La terra da udito, tatto, vista, gusto e olfatto.

L'energia primordiale si specializza in cinque energie ognuna delle quali produrrà sia l'elemento in sia la mescolanza degli elementi sia l'azione del percepire corrispondente.

Apàna è l'energia della metallizzazione.

Apàna produce la Terra, ma è l'energia dell'Acqua.

Samàna produce l'acqua intesa come linfa vitale ma è l'energia del fuoco.

Vyàna produce il fuoco della vita ma è l'energia dell'aria.

Pràna produce l'aria che sostiene la vita, ma è l'energia dell'etere.

Udhana è l'energia iniziale.

E' l'ultima freccia tirata dalla Dea.

Le frecce sono legate tutte tra loro da una corda d'argento.

Alla fine dell'esistenza terrena la Dea raccoglie l'ultima freccia e, come se fossero legate da un elastico, tutte le altre si ritraggono, trascinando con loro i sensi e gli elementi.



La corda d'argento viene presa dalla dea e versata nell'oceano di prima dell'inizio...

Ma perchè dio lascia la sua consorte libera di agire e di lanciare e ritrarre a piacimento la corda d'argento?

Cosa è questa volontà che porta alla Manifestazione?

C'è una storia che raccontano i *Tantristi* del *kashmir* che forse può dare degli indizi:



.*Brahma, Vishnu e Siva* si presentano alla Dea cantando degli inni, le fanno dei doni e poi, in coro dicono:

"Scusaci madre, ma noi abbiamo dimenticato il sacro mantra della creazione. Per poter continuare il ciclo della creazione, mantenimento e distruzione, ti preghiamo di iniziarci ancora ai tuoi misteri".

"Non c'è differenza tra il MahaPurusha e Me"- risponde la Dea.

E' solo per amore del mondo che appariamo due.

Al di là del mondo manifestato non c'è nè maschio nè femmina, nè androgino!"