

ASTROLOGIA E YOGA: Chiavi di conoscenza di sé

Questo studio nasce dall'amore per due discipline che da sempre mi accompagnano nella vita e che mi hanno aiutata a mettere ordine, per quanto possibile, nel mio "cosmo" interno ed esterno.

Esistono fra astrologia e yoga diversi punti di contatto, entrambe le vie, in sanscrito darshana, mirano a far diventare più consapevoli di sé stessi. Entrambe attingono alla mente intuitiva, creativa e sensoriale. Entrambe, partendo da un dato fisico, il **corpo** da un lato il **cielo** dall'altro, lo osservano per trascenderlo e superarlo. Entrambe pongono **l'essere umano al centro** del loro studio, l'una partendo dal Cielo arriva all'uomo, l'altra partendo dall'uomo arriva al Cielo. Potremmo così definirle come "scienze" antropocentriche. Entrambe utilizzano l'OSSERVAZIONE per comprendere il mondo e se stessi, l'una osservando i moti dell'animo e l'altra quelli del cielo, in un continuo rimando fra macro e micro cosmo.

Nello yoga le posizioni hanno spesso nomi presi dalla vita quotidiana: oggetti, come l'aratro, la bilancia o la candela, animali come il cobra, il pesce o l'aquila, etc., gli stessi nomi li troviamo anche nelle costellazioni (Rashi). L'essere umano ha attinto dalla sua quotidianità e l'ha trasposta fuori di sé. Per identificare e riconoscere le stelle ha posto in cielo ciò che incontrava nella sua esperienza quotidiana, lo stesso per riconoscere le forze che si muovevano nella sua interiorità. Tant'è che gli ultimi gruppi stellari che sono stati creati, non perché qualcuno vi ha riconosciuto delle somiglianze fra cose reali e schemi stellari, ma per ultimare la cartografia celeste non hanno superato la prova del tempo (Saturno). Tutti i segni zodiacali sono associati ad asana, a significare che determinate posizioni mettono in rapporto il praticante con le Potenze Celesti, cioè con specifici stati di Coscienza.

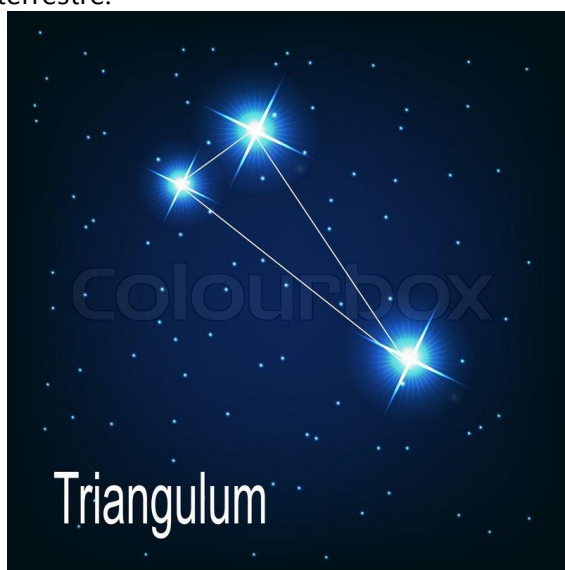
Per comprendere come nacque tutto questo dovremmo sforzarci di immaginare come fosse il mondo dell'uomo antico, non mediato da tanta tecnologia e con un pensiero analogico molto sviluppato. Il mistero e la bellezza di ciò che vedeva nella volta celeste lo attirava tanto quanto il bisogno di indagare dentro di sé, così col passare del tempo, volgendo lo sguardo nel mondo interno

ed esterno, si accorse che vi era un'affinità tra l'Universo e il suo spazio interiore e che c'era una corrispondenza dei ritmi fra microcosmo e macrocosmo.

Vi chiedo ora di compiere un salto lontano nel tempo, per incontrare il più importante compendio astronomico/astrologico arrivato fino a noi: il **MUL.APIN**, redatto in Mesopotamia. L'opera prende nome dal suo *incipit*, che riporta il nome della prima costellazione elencata: "**stella dell'Aratro**"; infatti: mul=stella e apin=aratro in lingua sumera, corrispondente probabilmente alla costellazione del [Triangulum](#) con l'aggiunta di [Gamma Andromedae](#).

La compilazione del MUL.APIN è attribuita all'anno 1000 a.C. circa, o comunque all'epoca neo-assira, cioè ai primi secoli del I millennio a.C. Secondo alcuni studiosi, tuttavia, esso conterrebbe dati del millennio precedente, se non ancora più antichi. Il MUL.APIN ci è giunto in tavolette d'argilla e nomina ben 66 fra stelle e costellazioni.

Fra le posizioni classiche e fondamentali che lo yoga annovera troviamo **HALASANA**, Aratro in italiano e osservando la forma che il corpo disegna nello spazio questa ricorda proprio un TRIANGOLO o *Trikonasana*: coincidenza? Questo sta a significare che quando eseguiamo una posizione in realtà stiamo lavorando su elementi sottili, scendiamo dentro noi stessi per incontrare il cuore del mondo, così come, guardando il cielo, vediamo un riflesso di noi stessi. Nell'asana incarniamo la forza di quell'elemento, ci sintonizziamo con un'energia che va oltre la forma, ci poniamo ad un livello cosmico. In una genitura cerchiamo di leggere i segni celesti per portarli a livello terrestre.



Abbiamo detto che l'astrologia si basa sull'osservazione dei **moti celesti** e i primi ad essere osservati e studiati furono quelli dei luminari: Luna e Sole, Chandra e Surya, perché dalla loro iterazione dipende la vita sulla terra.

Lo yoga si basa invece sull'osservazione dei **moti psichici**, anche qui incontriamo molte tecniche che integrano i luminari, secondo il motto "Come in alto così in basso" di Ermete Trismegisto:

- ♥ I saluti Surya Namaskara e Chandra Namaskara
- ♥ le due nadi principali: Ida (luna) e Pingala (sole)
- ♥ La parola HATHA composta dalle particelle: Ha sole e Tha luna
- ♥ I pranayama surya e chandra bedhana
- ♥ Etc.

Una curiosità: nella parola HATHA HA (Sole) precede THA (Luna) a significare che stiamo lavorando a livello celeste o divino, laddove con Ida, nadi lunare, e Pingala, nadi solare, essendo la luna a precedere il sole, si lavora a livello di Natura, di uomo.

Una caratteristica dello yoga è l'immobilità delle posizioni e le stelle si caratterizzano per la loro fissità divenendo simbolo di perfezione. Per contrapposizione troviamo i pianeti che invece si muovono e nello yoga incontriamo il **Saluto al Sole** che è una sequenza dinamica, che ben evidenzia la relazione fra yoga e astrologia, soprattutto in quello insegnato da SWAMI SHIVANANDA nel suo ashram a RISHIKESH.

Scrisse Al-Biruni, matematico, filosofo, astronomo persiano: *"La cintura zodiacale è divisa in due metà: la prima si estende dall'inizio del Leone alla fine del Capricorno ed è assegnata al Sole, che ha domicilio nel proprio segno, il Leone. La seconda metà è assegnata alla Luna e si estende dall'inizio dell'Acquario alla fine del Cancro, ove essa ha domicilio. E poiché le altre stelle hanno due generi di moto, l'uno diretto, l'altro retrogrado, hanno altresì due domicili, l'uno nell'emiciclo solare, l'altro in quello lunare, ciascuno posto a uguale distanza dal confine che separa il Leone dal Cancro. Iniziamo con Mercurio, la stella più prossima: le furono assegnati come domicili la Vergine dal lato del Sole e i Gemelli dal lato della Luna, quindi a Venere furono assegnati la Bilancia e il Toro, a Marte lo Scorpione e l'Ariete, a Giove il Sagittario e i Pesci, a Saturno il Capricorno e l'Acquario".*

In corrispondenza a questo troviamo nel Saluto al Sole **sette** diverse posizioni (come i pianeti visibili a occhio nudo) di cui **cinque** sono ripetute due volte (moto diretto e retrogrado), per un totale di **dodici** posizioni. Le due posizioni che non si ripetono sono dedicate ai Luminari. Tante sono le posizioni della sequenza, per quante sono le stazioni solari. Le posizioni non ripetute sono Ashtanga Namaskara e Bhujangasana, rispettivamente sesta e settima. Alla posizione del saluto agli otto punti – passiva e ricettiva - possiamo attribuire l'archetipo della Luna (il Cancro) ricordando le otto fasi lunari mentre nella posizione del Cobra in sospensione, con il busto e la testa protesi verso l'alto, ad indicare la presa di coscienza individualizzata, possiamo intravedere l'archetipo del Sole (il Leone) e dell'Eroe che intraprende il viaggio interiore, con forza, volontà e coraggio. Quindi procederemo con le posizioni dal pianeta con moto di rivoluzione più vicino al Sole fino al più distante. Se sovrapponiamo l'Acquario con la prima posizione della serie si avrà la corrispondenza **posizione-segno-pianeta**.

Ed ecco la parte interessante nelle coppie di posizioni che si ripetono due volte e che rimandano a quando descritto da Al-Biruni:

- ♥ 1 & 12 posizione **Pranamâsana**, la **Preghiera**, Acquario & Capricorno - Saturno
- ♥ 2 & 11 posizione **Hasta Uttanâsana**, lo **Stiramento Indietro** Pesci & Sagittario - Giove
- ♥ 3 & 10 posizione **Padahastâsana**, la **Pinza in Piedi** Ariete & Scorpione - Marte
- ♥ 4 & 9 posizione **Ashva Sanchalanâsana**, la **Posizione Equestre** Toro & Bilancia - Venere
- ♥ 5 & 8 posizione **Parvatâsana**, la **Dea Parvati** Gemelli & Vergine - Mercurio
- ♥ 6 posizione **Astânga Namaskara**, il **Saluto a Otto Punti** Cancro - Luna
- ♥ 7 posizione **Bhujangâsana**, il **Cobra** Leone - Sole.



L'ordine descritto riflette le distanze dei vari pianeti dal Sole: Mercurio è il pianeta più vicino, seguito da Venere, Marte, Giove e infine Saturno. Si parte da Saturno e gradualmente ci si avvicina ai luminari per ritornare poi a Saturno. Un saluto al sole si compone di 12 posizioni, ma servono 12 saluti per ottenere una serie e 12 serie per ottenere un ciclo di saluto al sole completo, quindi $12 \times 12 = 144$. Un numero alquanto particolare, simbolicamente legato alla creazione del mondo, perché $6 \text{ giorni} \times 24 \text{ ore} = 144 \text{ ore}$, quelle necessarie alla creazione del mondo poi, si sa, Dio si riposò.

L'astrologia più prossima allo yoga è quella Vedica, **Jyotish**, la scienza della Luce, basata sulle costellazioni e non sui segni tropici, ed è proprio la LUCE, secondo la Tradizione, il veicolo dell'influsso astrologico.

Ai tempi della cultura Indo-Iranica gli ASTRI furono divinizzati e divennero il simbolo degli Dei (vedico "Dyaus", greco "Zeus", latino "Deus") e successivamente, in India, furono denominati Asura cioè Luminoso, Splendente. Dio era chiamato Zeus, il Creatore del Mondo, il Giove dei Romani, che in India è chiamato Guru. Il Mondo è denominato anche **Chakra** e Giove, cioè il Guru Supremo, percorre il Cerchio Zodiacale, cioè il Chakra più vasto, in 12 anni. I 12 settori, in ciascuno dei quali Giove staziona per circa un anno, suddividono il Cerchio più ampio della Sfera Celeste, la Fascia Zodiacale "generando" i Segni Zodiacali.

Il che vuol dire che Guru prende possesso del Globo Celeste (Chakra) e lo presiede, cioè lo comanda, di conseguenza ciò che si muove all'interno della Sfera Celeste (Chakra) viene a trovarsi all'interno dell'ordine di Giove. Il Segno definito dalla sosta di Giove si attiva per un anno, invece il Sole vi sosta e lo illumina per un MESE, creando l'anno solare. In questo ordine di idee il mondo è un grande chakra, che contiene le 7 sfere planetarie o le 7 divinità planetarie.

Aggiungo che anche la simbologia dei CHAKRA, i sette centri di energia o i 7 cieli dell'Anima, è associata alle 7 divinità planetarie, cioè ai 7 pianeti della tradizione. Attraverso questi vortici vitali l'energia cosmica si trasforma in energia individuale ed attiva specifiche funzioni sia fisiche che psichiche, proprio come i pianeti all'interno del tema natale attivano punti sensibili.

In questi ultimi anni abbiamo assistito a un rinnovato interesse per questi fulcri di energia e quindi all'attribuzione a tutti i costi di simbologie, colori e pianeti, a volte in modo arbitrario, in realtà lo studio è assai complesso e merita un approfondimento a sé stante. SETTE è un numero dalle innumerevoli simbologie, ricordo solamente i 7 giorni delle fasi dei cicli lunari e i 7 anni, circa, delle fasi del ciclo di Saturno.

Gli aspetti, le relazioni che i pianeti formano tra loro, rappresentano il disegno che il cielo raffigurava al momento della nascita, il nostro unico e personale MANDALA. **Noi rappresentiamo la**

qualità di quel momento - con le sue armonie e le sue tensioni - e portiamo queste caratteristiche in ogni cellula del corpo. Saper entrare in queste dinamiche interiori, comprenderle, accettarle significa conoscere sé stessi. Questo è il percorso dello Yoga: quello che il simbolo ci trasmette a livello intellettuale lo Yoga ce lo fa sperimentare attraverso il corpo. La funzione dell'astrologia è la stessa di quella dello Yoga: la **reintegrazione**. Se l'astrologia ci avvisa di cosa sta accadendo, lo yoga ci indica come affrontarlo.

L'astrologia può indicare i punti di disagio e i conflitti, quando e come usare una delle tecniche che lo yoga mette a disposizione e quale sia il momento migliore per iniziare.

Lo Yoga può essere d'aiuto all'astrologo, perché insegna il distacco, l'assenza di giudizio, calma la mente, pacifica il cuore, qualità indispensabili per interpretare una genitura.

"La funzione dell'astrologia, come dello Yoga, è quella di dis-egotizzare la coscienza e permettere all'universo di entrarvi e riflettersi". Dane Rudhyar.

Esplorare il corpo è come esplorare la carta natale: iniziare un viaggio per conoscere chi siamo e come siamo.

